

# **Witaminy rozpuszczalne w tłuszczach i ich zastosowanie w kosmetykach oraz zabiegach kosmetycznych**

**Wstęp.....3**

**Cel pracy.....4**

**Rozdział 1 witaminy – wprowadzenie.**

1.1. Witaminy – wyjaśnienie pojęcia.....5

1.2. Budowa wybranych witamin rozpuszczalnych w wodzie .....8

1.3. Charakterystyka witamin rozpuszczalnych w tłuszczach.....14

1.4. Rola witamin dla organizmu.....24

**Rozdział 2 zastosowanie witamin rozpuszczalnych w tłuszczach w kosmetykach oraz zabiegach kosmetycznych.**

2.1. Kosmetyki pielęgnacyjne.....26

2.2. Zabiegi kosmetyczne wykorzystujące witaminy rozpuszczalne w tłuszczach.....33

**Podsumowanie.....42**

**Bibliografia.....44**

**Spis tabel.....46**

**Spis rysunków.....46**