

**Индивидуальный предприниматель
Дудник Татьяна Владимировна**

**Программа профессионального обучения –
программа профессиональной подготовки
по профессии 3141 «Косметик-эстетист по уходу за лицом»**

Квалификация – 4 разряд

Форма обучения – очная

Срок обучения – 1 месяц

Белгород, 2023

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|---|-----|
| РАЗДЕЛ 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ | 3 |
| РАЗДЕЛ 2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ..... | 5 |
| РАЗДЕЛ 3. РАЗРАБОТКА ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ С УЧЕТОМ ТРЕБОВАНИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТАНДАРТА..... | 6 |
| РАЗДЕЛ 4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ С УЧЕТОМ ТРЕБОВАНИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТАНДАРТА..... | 9 |
| РАЗДЕЛ 5. УЧЕБНЫЙ ПЛАН..... | 16 |
| РАЗДЕЛ 6. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК | 19 |
| РАЗДЕЛ 7. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ МОДУЛЕЙ | |
| 7.1. Рабочая программа ПМ.01 Основы организации рабочего места..... | 21 |
| 7.2. Рабочая программа ПМ.02 Основы профессиональной этики..... | 24 |
| 7.3. Рабочая программа ПМ.03 Основы анатомии, физиологии, гистологии кожи и ее придатков..... | 27 |
| 7.4. Рабочая программа ПМ.04 Материаловедение..... | 35 |
| 7.5. Рабочая программа ПМ.05 Выполнение гигиенических чисток лица, шеи и зоны декольте..... | 46 |
| 7.6. Рабочая программа ПМ.06 Выполнение косметического массажа кожи лица, шеи и зоны декольте..... | 55 |
| 7.7. Рабочая программа ПМ.07 Выполнение косметических масок для лица, шеи и зоны декольте | 63 |
| 7.8. Рабочая программа ПМ.08 Окраска бровей и ресниц, коррекция формы бровей..... | 70 |
| 7.9. Рабочая программа ПМ.09 Эстетическая коррекция волосяного покрова лица, шеи и зоны декольте различными способами..... | 81 |
| РАЗДЕЛ 8. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ..... | 97 |
| РАЗДЕЛ 9. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ..... | 102 |
| РАЗДЕЛ 10. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ | 104 |

РАЗДЕЛ 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Нормативные основания для разработки программы профессионального обучения по профессии «Косметик-эстетист по уходу за лицом»:

1) Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2) Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 14 июля 2023 года № 534 «Об утверждении Перечня профессий рабочих, должностей служащих, по которым осуществляется профессиональное обучение»;

3) Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 26 августа 2020 года № 438 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным программам профессионального обучения»;

4) Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 декабря 2014 года № 1069н «Об утверждении профессионального стандарта «Специалист по предоставлению бытовых косметических услуг».

Под профессиональным обучением по программам профессиональной подготовки по профессиям рабочих и должностям служащих понимается профессиональное обучение лиц, ранее не имевших профессии рабочего или должности служащего.

Организация профессионального обучения регламентируется программой профессионального обучения, в том числе учебным планом, календарным учебным графиком, рабочими программами дисциплин и профессиональных модулей, локальными нормативно-правовыми актами, расписанием занятий.

Основными формами профессионального обучения являются теоретические и практические занятия, производственное обучение. Производственное обучение, практические занятия осуществляются с учетом установленных законодательством Российской Федерации ограничений по возрасту, полу, состоянию здоровья обучающихся.

Особые условия допуска к работе: допуск к работе в соответствии с действующим законодательством и нормативными документами организации (отрасли). Прохождение обязательных и периодических осмотров (обследований), а также внеочередных медицинских осмотров (обследований) в порядке и в случаях, установленном законодательством Российской Федерации.

Нормативный срок освоения программы профессионального обучения и присваиваемая квалификация:

| Минимальный уровень образования, необходимый для приема на обучение | Наименование квалификации подготовки | Присваиваемый разряд | Срок освоения программы в очной форме обучения |
|---|--------------------------------------|----------------------|--|
| Требования к уровню образования отсутствуют | Косметик-эстетист по уходу за лицом | 4 разряд | 1 месяц (81 академический час) |

Перечень сокращений, используемых в тексте:

- ПМ – профессиональный модуль;
- МДК – междисциплинарный курс;
- УП – учебная практика;
- ПА – промежуточная аттестация;
- ИА – итоговая аттестация.

РАЗДЕЛ 2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ

Объем программы профессионального обучения по профессии: Косметик-эстетист по уходу за лицом – 81 академический час.

Форма обучения по программе: очная.

Режим занятий: от 3 до 5 академических часов в день.

Продолжительность учебной недели – пятидневная.

Занятия могут проводиться по мере формирования групп в течение всего календарного года за исключением праздничных и выходных дней.

Академический час - 45 мин.

Занятия проходят согласно расписанию.

Обучение осуществляется с учетом требований профессионального стандарта «Специалист по предоставлению бытовых косметических услуг».

Квалификация, присваиваемая выпускникам образовательной программы: Косметик-эстетист по уходу за лицом 4 разряда.

Связь образовательной программы с профессиональным стандартом

| Наименование программы | Наименование выбранного профессионального стандарта (одного или нескольких) | Уровень квалификации |
|---|--|----------------------|
| 1 | 2 | 3 |
| Программа профессионального обучения по профессии «Косметик-эстетист по уходу за лицом» | Профессиональный стандарт «Специалист по предоставлению бытовых косметических услуг» | 4 разряд |

РАЗДЕЛ 3. РАЗРАБОТКА ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ С УЧЕТОМ ТРЕБОВАНИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТАНДАРТА

В программу профессионального обучения включена обобщенная трудовая функция «код А» – предоставление косметических услуг по уходу за кожей лица, шеи и зоны декольте.

Характеристика трудовой функции

Предоставление косметических услуг по уходу за кожей лица, шеи и зоны декольте.

Выполнение гигиенической чистки лица, шеи и зоны декольте различными способами. Код А/01.4.

| | |
|-------------------|--|
| Трудовые действия | Подготовительные и заключительные работы по обслуживанию клиентов |
| | Оценка состояния кожи, определение и согласование с клиентом вида гигиенической чистки |
| | Подбор профессиональных средств и препаратов для гигиенической чистки |
| | Тестирование кожи |
| | Выполнение чистки лица и (или) шеи, зоны декольте различными способами |
| | Консультирование клиента по уходу за кожей лица, шеи в домашних условиях с применением косметических средств |

Выполнение косметического массажа лица, шеи и зоны декольте. Код А/02.4.

| | |
|-------------------|--|
| Трудовые действия | Подготовительные и заключительные работы по обслуживанию клиентов |
| | Подбор профессиональных средств и препаратов для косметического массажа |
| | Оценка состояния кожи, определение и согласование с клиентом индивидуальной программы косметического массажа |
| | Выполнение различных видов косметического массажа |
| | Консультирование клиента по выполнению косметического самомассажа лица, шеи, зоны декольте в домашних условиях |

Выполнение различных косметических масок для лица, шеи и зоны декольте.
Код А/03.4.

| | |
|-------------------|---|
| Трудовые действия | Подготовительные и заключительные работы по обслуживанию клиентов |
| | Оценка состояния кожи, определение и согласование с клиентом индивидуальной программы косметических масок |
| | Подбор профессиональных средств и препаратов для косметических масок |
| | Тестирование кожи |
| | Нанесение различных косметических масок |
| | Консультирование клиента по выполнению косметических масок в домашних условиях |

Окрашивание бровей и ресниц, коррекция формы бровей. Код А/04.4.

| | |
|-------------------|---|
| Трудовые действия | Подготовительные и заключительные работы по обслуживанию клиентов |
| | Подбор профессиональных средств и препаратов для проведения окрашивания и оформления бровей, ресниц |
| | Выполнение окрашивания бровей, ресниц различными способами |
| | Выполнение коррекции формы бровей различными способами |
| | Консультирование клиента по окрашиванию и оформлению бровей, ресниц в домашних условиях |

Эстетическая коррекция волосяного покрова лица, шеи и зоны декольте.
Код А/05.4.

| | |
|-------------------|--|
| Трудовые действия | Подготовительные и заключительные работы по обслуживанию клиентов |
| | Оценка состояния волосяного покрова, определение и согласование с клиентом способа проведения косметической услуги |
| | Подбор профессиональных средств и препаратов для проведения косметической услуги |
| | Тестирование кожи |
| | Выполнение восковой, механической коррекции волосяного покрова, шугаринга |
| | Консультирование клиента по уходу за кожей после проведенной коррекции волосяного покрова в домашних условиях |

Соответствие описания квалификации в профессиональном стандарте с требованиями к результатам подготовки по программе профессионального обучения.

В приказе Министерства просвещения Российской Федерации от 14 июля 2023 года № 534 «Об утверждении Перечня профессий рабочих, должностей служащих, по которым осуществляется профессиональное обучение» профессия «Косметик-эстетист по уходу за лицом» относится к обслуживанию населения и не имеет уровня квалификации. Профессиональный стандарт «Специалист по предоставлению бытовых косметических услуг» предусматривает уровень квалификации «4 разряд».

РАЗДЕЛ 4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ С УЧЕТОМ ТРЕБОВАНИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТАНДАРТА

Основная цель вида профессиональной деятельности:

предоставление услуг по косметическому уходу за лицом путем механического, физического и химического воздействия в целях омоложения и коррекции проблемных зон, а также придания лицу индивидуальной выразительности, с использованием косметических средств; услуги выполняются для удовлетворения эстетических потребностей клиента в соответствии с его пожеланиями, направлениями моды и с учетом его индивидуальных особенностей.

Определение результатов освоения программы профессионального обучения на основе профессионального стандарта

| Трудовая функция: Выполнение гигиенической чистки лица, шеи и зоны декольте различными способами (код А/01.4) | |
|--|--|
| Умения | Рационально организовывать рабочее место, соблюдать правила санитарии и гигиены, требования безопасности |
| | Производить дезинфекцию и стерилизацию инструментов и расходных материалов |
| | Производить санитарно-гигиеническую, бактерицидную обработку рабочего места |
| | Осматривать на предмет повреждений кожу кистей и ногти рук, выявлять потребности клиента |
| | Использовать оборудование, аппаратуру, приспособления, инструменты в соответствии с правилами эксплуатации |
| | Определять вид необходимой косметической услуги в соответствии с состоянием кожи, возрастными особенностями и пожеланием клиента |
| | Объяснять клиенту целесообразность рекомендуемой косметической услуги |
| | Соблюдать технологию выполнения атравматической, вакуумной, механической, ультразвуковой и комбинированной чистки кожи лица и (или) шеи, зоны декольте |
| | Применять различные косметические средства при выполнении чистки кожи |
| | Подбирать индивидуальные программы по уходу за кожей лица и (или) шеи, зоны декольте в домашних условиях с применением косметических средств |

| | |
|--------|---|
| | Производить расчет стоимости оказанной услуги |
| | Обсуждать с клиентом качество выполненной услуги |
| Знания | Психология общения и профессиональная этика косметика |
| | Правила, современные формы и методы обслуживания потребителя |
| | Устройство, правила эксплуатации и хранения применяемого оборудования, инструментов |
| | Состав и свойства косметических средств и используемых материалов |
| | Нормы расхода косметических средств и используемых материалов |
| | Основы анатомии, физиологии, гистологии кожи и ее придатков |
| | Общие признаки кожных заболеваний, особенности аллергических реакций кожи |
| | Возрастные особенности кожи |
| | Виды гигиенических чисток лица, шеи и зоны декольте, показания и противопоказания |
| | Технология выполнения атрауматической, вакуумной, механической, ультразвуковой и комбинированной чистки кожи лица и (или) шеи, зоны декольте |
| | Правила оказания первой помощи |
| | Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству, оборудованию, содержанию и режиму работы организаций коммунально-бытового назначения, оказывающих парикмахерские и косметические услуги |

| | |
|---|--|
| Трудовая функция: выполнение косметического массажа лица, шеи и зоны декольте (код А/02.4) | |
| Умения | Рационально организовывать рабочее место, соблюдать правила санитарии и гигиены, требования безопасности |
| | Производить дезинфекцию и стерилизацию инструментов и расходных материалов |
| | Производить санитарно-гигиеническую, бактерицидную обработку рабочего места |
| | Использовать оборудование, приспособления, инструменты в |

| | |
|--------|--|
| | соответствии с правилами эксплуатации |
| | Определять вид необходимой косметической услуги в соответствии с состоянием кожи, возрастными особенностями и пожеланием клиента |
| | Объяснять клиенту целесообразность рекомендуемой косметической услуги |
| | Соблюдать техники выполнения пластического, гигиенического, аппаратного массажа кожи лица и (или) шеи, зоны декольте, спа-массажа кожи лица и (или) шеи, зоны декольте |
| | Применять различные косметические средства при выполнении косметического массажа |
| | Производить расчет стоимости оказанной услуги |
| | Обсуждать с клиентом качество выполненной услуги |
| Знания | Психология общения и профессиональная этика косметика |
| | Правила, современные формы и методы обслуживания потребителя |
| | Устройство, правила эксплуатации и хранения применяемого оборудования, инструментов |
| | Состав и свойства косметических средств и используемых материалов |
| | Нормы расхода косметических средств и используемых материалов |
| | Основы анатомии, физиологии, гистологии кожи и ее придатков |
| | Общие признаки кожных заболеваний, особенности аллергических реакций кожи |
| | Возрастные особенности кожи |
| | Виды косметического массажа, показания и противопоказания |
| | Особенности и последовательность массажных приемов при выполнении пластического, гигиенического, аппаратного массажа, спа-массажа кожи лица и (или) шеи, зоны декольте |
| | Техника выполнения пластического, гигиенического, аппаратного массажа, спа-массажа кожи лица и (или) шеи, зоны декольте |
| | Правила оказания первой помощи |
| | Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству, оборудованию, содержанию и режиму работы |

| | |
|--|--|
| | организаций коммунально-бытового назначения, оказывающих парикмахерские и косметические услуги |
|--|--|

| Трудовая функция: Выполнение различных косметических масок для лица, шеи и зоны декольте (код А/03.4) | |
|--|--|
| Умения | Рационально организовывать рабочее место, соблюдать правила санитарии и гигиены, требования безопасности |
| | Производить дезинфекцию и стерилизацию инструментов и расходных материалов |
| | Производить санитарно-гигиеническую, бактерицидную обработку рабочего места |
| | Использовать оборудование, приспособления, инструменты в соответствии с правилами эксплуатации |
| | Определять вид необходимой косметической услуги в соответствии с состоянием кожи, возрастными особенностями и пожеланием клиента |
| | Объяснять клиенту целесообразность рекомендуемой косметической услуги |
| | Соблюдать технологию нанесения масок на кожу лица, шеи и зоны декольте |
| | Применять различные косметические средства при выполнении косметических масок |
| | Производить расчет стоимости оказанной услуги |
| | Обсуждать с клиентом качество выполненной услуги |
| Знания | Психология общения и профессиональная этика косметика |
| | Правила, современные формы и методы обслуживания потребителя |
| | Устройство, правила эксплуатации и хранения применяемого оборудования, инструментов |
| | Состав и свойства косметических средств и используемых материалов |
| | Нормы расхода косметических средств и используемых материалов |
| | Основы анатомии, физиологии, гистологии кожи и ее придатков |
| | Общие признаки кожных заболеваний, особенности аллергических реакций кожи |

| | |
|--|---|
| | Возрастные особенности кожи |
| | Виды косметических масок для кожи лица, шеи и зоны декольте; показания, противопоказания |
| | Технология нанесения косметических масок |
| | Правила оказания первой помощи |
| | Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству, оборудованию, содержанию и режиму работы организаций коммунально-бытового назначения, оказывающих парикмахерские и косметические услуги |

| | |
|---|--|
| Трудовая функция: Окраска бровей и ресниц, коррекция формы бровей (код А/04.4) | |
| Умения | Рационально организовывать рабочее место, соблюдать правила санитарии и гигиены, требования безопасности |
| | Производить дезинфекцию и стерилизацию инструментов и расходных материалов |
| | Производить санитарно-гигиеническую, бактерицидную обработку рабочего места |
| | Использовать оборудование, приспособления, инструменты в соответствии с правилами эксплуатации |
| | Подбирать индивидуальную форму бровей в соответствии с формой лица и особенностями внешности клиента |
| | Объяснять клиенту целесообразность рекомендуемой косметической услуги |
| | Подбирать краситель в соответствии с пигментом волос бровей и ресниц |
| | Проводить тест на аллергическую реакцию кожи |
| | Соблюдать технологию окраски бровей, ресниц |
| | Выполнять коррекцию формы бровей при помощи косметического пинцета, горячего воска, с помощью нити |
| | Производить расчет стоимости оказанной услуги |
| | Обсуждать с клиентом качество выполненной услуги |
| Знания | Психология общения и профессиональная этика косметика |
| | Правила, современные формы и методы обслуживания потребителя |

| | |
|--|---|
| | Устройство, правила эксплуатации и хранения применяемого оборудования, инструментов |
| | Состав и свойства косметических средств и используемых материалов |
| | Нормы расхода косметических средств и используемых материалов |
| | Основы анатомии, физиологии, гистологии кожи и ее придатков |
| | Колористические типы внешности, формы лица и формы бровей |
| | Визуальные эффекты при изменении формы и цвета бровей и ресниц |
| | Технология окраски бровей, ресниц |
| | Техника коррекции формы бровей при помощи косметического пинцета, горячего воска, с помощью нити |
| | Правила оказания первой помощи |
| | Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству, оборудованию, содержанию и режиму работы организаций коммунально-бытового назначения, оказывающих парикмахерские и косметические услуги |

| | |
|--|--|
| Трудовая функция: Эстетическая коррекция волосяного покрова лица, шеи и зоны декольте различными способами (код А/05.4) | |
| Умения | Рационально организовывать рабочее место, соблюдать правила санитарии и гигиены, требования безопасности |
| | Производить дезинфекцию и стерилизацию инструментов и расходных материалов |
| | Производить санитарно-гигиеническую, бактерицидную обработку рабочего места |
| | Использовать оборудование, приспособления, инструменты в соответствии с правилами эксплуатации |
| | Определять вид необходимой косметической услуги в соответствии с состоянием волосяного покрова, возрастными особенностями и пожеланием клиента |
| | Объяснять клиенту целесообразность рекомендуемой косметической услуги |
| | Соблюдать технологию выполнения восковой, механической коррекции волосяного покрова, шугаринга |

| | |
|---|---|
| | Применять различные косметические средства при выполнении коррекции волосяного покрова |
| | Производить расчет стоимости оказанной услуги |
| | Обсуждать с клиентом качество выполненной услуги |
| Знания | Психология общения и профессиональная этика косметика |
| | Правила, современные формы и методы обслуживания потребителя |
| | Устройство, правила эксплуатации и хранения применяемого оборудования, инструментов |
| | Состав и свойства косметических средств и используемых материалов |
| | Нормы расхода косметических средств и используемых материалов |
| | Основы анатомии, физиологии, гистологии кожи и ее придатков |
| | Общие признаки кожных заболеваний, особенности аллергических реакций кожи |
| | Возрастные особенности кожи |
| | Виды эстетической коррекции волосяного покрова лица, шеи, зоны декольте, показания и противопоказания |
| | Технология выполнения восковой коррекции волосяного покрова лица и (или) шеи и зоны декольте |
| | Технология выполнения механической коррекции волосяного покрова лица и (или) шеи и зоны декольте |
| | Технология выполнения шугаринга |
| | Правила оказания первой помощи |
| Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству, оборудованию, содержанию и режиму работы организаций коммунально-бытового назначения, оказывающих парикмахерские и косметические услуги | |

РАЗДЕЛ 5. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

| Индекс | Наименование | Объем программы профессионального обучения в академических часах | | | | |
|------------|---|---|---|--|----------|--------------------|
| | | Все го | Работа обучающихся во взаимодействии с преподавателем | | Практики | Неделя изучения |
| | | | Занятия по МДК | | | |
| | | | Всего по МДК | в том числе, лабораторные и практические занятия | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 8 |
| | Общепрофессиональный цикл | 15 | | | | |
| ПМ. 01 | Основы организации рабочего места | 4 | | | | 1 |
| МДК 01.01 | Организация рабочего места | | 1 | | | |
| МДК 01.02. | Правила оказания первой помощи | | 1 | | | |
| УП.01 | Учебная практика | | | | 1 | |
| ПА. 01 | Дифференцированный зачет | 1 | | | | |
| ПМ. 02 | Основы профессиональной этики | 3 | | | | 1 |
| МДК 02.01 | Профессиональная этика и культура общения | | 1 | | | |
| УП. 02 | Учебная практика | | | | 1 | |
| ПА. 02 | Дифференцированный зачет | 1 | | | | |
| ПМ. 03 | Основы анатомии, физиологии, гистологии кожи и ее придатков | 4 | | | | 1 |
| МДК 03.01 | Анатомия, физиология, гистологии кожи и ее придатков | | 1 | | | |
| МДК 03.02 | Болезни кожи и их профилактика | | 1 | | | |
| УП. 03 | Учебная практика | | | | 1 | |
| ПА. 03 | Дифференцированный зачет | 1 | | | | |
| ПМ.04 | Материаловедение | 4 | | | | 1 |
| МДК 04.01 | Оборудование, инструменты | | 1 | | | |

| | | | | | | |
|---------------|--|----|---|--|---|-----|
| МДК 04.02 | Косметические средства и используемые материалы | | 1 | | | |
| УП.04 | Учебная практика | | | | 1 | |
| ПА. 04 | Дифференцированный зачет | 1 | | | | |
| | Профессиональный цикл | 60 | | | | |
| ПМ.05 | Выполнение гигиенических чисток лица, шеи и зоны декольте | 12 | | | | 1-2 |
| МДК 05.01 | Виды гигиенических чисток лица, шеи и зоны декольте, показания и противопоказания | | 1 | | | |
| МДК 05.02 | Технология выполнения гигиенических чисток лица, шеи и зоны декольте, показания и противопоказания | | 2 | | | |
| УП.05 | Учебная практика | | | | 8 | |
| ПА. 05 | Дифференцированный зачет | 1 | | | | |
| ПМ.06 | Выполнение косметического массажа кожи лица, шеи и зоны декольте | 12 | | | | 2 |
| МДК 06.01 | Виды косметического массажа кожи лица, шеи и зоны декольте, показания и противопоказания | | 1 | | | |
| МДК 06.02 | Техника выполнения массажа кожи лица, шеи и зоны декольте | | 2 | | | |
| УП.06 | Учебная практика | | | | 8 | |
| ПА. 06 | Дифференцированный зачет | 1 | | | | |
| ПМ. 07 | Выполнение косметических масок для лица, шеи и зоны декольте | 12 | | | | 2-3 |
| МДК. 07.01 | Виды косметических масок для кожи лица, шеи и зоны декольте; показания, противопоказания | | 1 | | | |
| МДК. 07.02 | Технология нанесения косметических масок | | 2 | | | |

| | | | | | | |
|---------------|--|-----------|-----------|--|-----------|-----|
| УП.07 | Учебная практика | | | | 8 | |
| ПА. 07 | Дифференцированный зачет | 1 | | | | |
| ПМ. 08 | Окраска бровей и ресниц, коррекция формы бровей | 12 | | | | 3-4 |
| МДК. 08.01 | Колористические типы внешности, формы лица и формы бровей | | 1 | | | |
| МДК. 08.02 | Технология окраски бровей, ресниц | | 2 | | | |
| УП.08 | Учебная практика | | | | 8 | |
| ПА. 08 | Дифференцированный зачет | 1 | | | | |
| ПМ.09 | Эстетическая коррекция волосяного покрова лица, шеи и зоны декольте различными способами | 12 | | | | 4 |
| МДК 09.01. | Виды эстетической коррекции волосяного покрова лица, шеи и зоны декольте, показания и противопоказания | | 1 | | | |
| МДК 09.02. | Технология выполнения коррекции волосяного покрова лица, шеи и зоны декольте | | 2 | | | |
| УП.09 | Учебная практика | | | | 8 | |
| ПА. 09 | Дифференцированный зачет | 1 | | | | |
| ИА.00 | Итоговая аттестация в виде квалификационного экзамена | 6 | 6 | | | 4 |
| Итого: | | 81 | 27 | | 44 | |

РАЗДЕЛ 7. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ МОДУЛЕЙ

7.1. Рабочая программа

ПМ.01 Основы организации рабочего места

МДК 01.01 Организация рабочего места

Введение.

Ознакомление обучающихся с профессией и её историей. Ознакомление с рабочей программой по профессии «Косметик-эстетист по уходу за лицом». Значение профессионального мастерства и культурного уровня работников сферы услуг, их соответствие эстетическим, этическим и гигиеническим требованиям населения.

Охрана труда, электро- и пожарная безопасность на предприятии.

Охрана труда. Условия труда. Ответственность работников за нарушение требований инструкций и трудовой дисциплины. Травматизм и профзаболевания, меры предупреждения.

Соблюдение требований безопасности труда, производственной санитарии и трудовой дисциплины.

Электробезопасность. Требования электробезопасности. Пожарная безопасность.

Причины пожаров, их предупреждение. Правила поведения при пожаре, порядок вызова пожарной команды. Правила пользования первичными средствами пожаротушения. Мероприятия по обеспечению пожарной безопасности.

Организация рабочего места.

Инструменты и оборудование для работы косметика. Требования к организации рабочего места. Освещение естественное и искусственное. Правила освещения рабочего места. Оборудование рабочего места.

Назначение каждого вида инструмента, правила применения, стерилизации, дезинфекции и хранения, сроки эксплуатации. Электроаппаратура, необходимая для работы.

МДК 01.02 Правила оказания первой помощи

Оказание первой медицинской помощи (ПМП). Виды травматизма.

Оказание первой помощи при кровотечениях.

Оказание первой помощи при поражении электрическим током.

Оказание первой помощи при ожогах.

Мастер должен обладать навыками ПМП. Иметь аптечку и аптечку анти-ВИЧ.

7.2. Рабочая программа ПМ.02 Основы профессиональной этики

МДК 02.01 Профессиональная этика и культура общения

Эстетическая культура. Этическая культура

Общие сведения об эстетике-науке. Основные области эстетической деятельности человека. Общее понятие об эстетической культуре. Роль эстетической культуры в профессиональной деятельности, в т. ч. косметика.

Сферы эстетической культуры: архитектура, искусство, дизайн, техническая эстетика, эстетика быта, мода и др. Сущность эстетического воспитания; его значение. Понятие об эстетическом чувстве, идеале. Эстетическая оценка. Эстетическая способность. Эстетическая потребность. Понятие об эстетическом вкусе; его проявление и значение. Роль искусства в эстетическом воспитании. Общественная роль искусства. Виды и жанры искусства; их специфика.

Роль искусства в формировании эстетического вкуса. Значение искусства для повышения общей культуры человека.

Выдающиеся имена в мире искусства (в скульптуре, архитектуре, живописи, музыке, литературе и др.); произведения мастеров различных исторических периодов; их роль и эстетическое значение.

Общее понятие об этической культуре. Сведения о науке этике.

Взаимосвязь понятий «мораль» и «этика». Основные категории этики. Роль морали в формировании личности; в поведении человека. Нравственные принципы.

Понятие о профессиональной этике. Этические категории и принципы; их роль в практической деятельности человека. Моральные принципы в профессиональной этике, их значение. Категории профессиональной этики; сущность понятий: профессиональный долг, честь, совесть, достоинство.

Гуманизм, как этический принцип.

Поведение человека; его зависимость от нравственных качеств личности. Нравственные требования к профессиональному поведению косметика: доброжелательность, вежливость, тактичность, др.

Понятие об этикете. Сравнительная характеристика этикета и морали. Сферы действия этикета. Аспекты проявления культуры общения. Критерии оценки культуры общения. Понятие о служебном этикете: поведенческом, речевом.

Психология общения. Культура общения в профессиональной сфере

Общие сведения о науке психологии. Основные сведения о психологических процессах: ощущение, восприятие, воображение, мышление, эмоции, чувства, воля. Психические свойства: темперамент, характер; их виды и особенности. Определение темперамента и характера

человека по его внешнему виду. Психические состояния человека: бодрость, усталость, удовлетворенность, активность и др., их влияние на процесс общения.

Психологические основы общения. Роль психологии в повышении культуры общения. Личность; процесс формирования личности; психологическая структура личности.

Способ определения темперамента и характера человека по его внешнему виду. Зависимость профессиональных качеств от психических свойств личности. Понятие о профессиональной направленности личности. Целесообразность учета и развития профессиональных способностей.

Роль самосознания. Самоанализ. Рефлексия. Специфика трудовой деятельности работника контактной зоны; ее компоненты. Коммуникативные умения и навыки (ориентировка во времени, в отношениях, в ситуациях).

Характеристика процесса профессионального общения с психологической точки зрения. Фазы контакта. Уровни общения. Понятие о конвенциональном, примитивном, стандартизованном, игровом, духовном и деловом уровнях общения. Формальное общение. Контакт в общении; значение установления контакта в деловом общении.

Примеры учета психологических аспектов в профессиональном деловом общении косметика.

Коммуникация, ее особенности. Коммуникатор и реципиент.

Пространственные условия общения. Виды коммуникации. Принцип действия коммуникации. Основные факторы эффективной коммуникации.

Действенные каналы коммуникации. Понятие о каналах личной коммуникации. Содержание и сущность речевого общения.

Невербальные средства общения. Жесты; назначение жестов; логика жестов. Улыбка в официальном общении. Взгляды.

Этикет деловых отношений. Организация деловых контактов. Порядок работы руководителя предприятия (салона бытовых косметических услуг).

Культура межличностных контактов.

Межличностный конфликт. Виды, источники и причины конфликтов. Прямые и косвенные методы погашения конфликтов. Принципы и формы психологической коррекции общения.

Совершенствование искусства общения. Работа над собой. Тренинг психофизического аппарата (управление творческим самочувствием, управление вниманием, развитие речевых навыков, навыков «обратной связи» с собеседником и т. д.).

Имидж. Культура речи. Культура телефонного разговора

Понятие «имидж». Основные составляющие имиджа: внешний облик, манеры поведения, речь, умение общаться с людьми и др. Значение гармоничного сочетания профессиональных качеств и личностных характеристик.

Составляющие внешнего облика делового человека. Требования к внешнему облику с учетом профессиональной деятельности.

Мода, стиль, вкус. Характеристика основных направлений современной моды. Основные проявления индивидуального стиля. Понятие «фирменный стиль». Показатели хорошего вкуса. Чувство меры и его значение.

Речевой этикет в профессиональном общении. Элементы речевого этикета: формы обращения, изложения просьб, выражения признательности, способы аргументации в деловых ситуациях и др. Грамотность, логичность, эмоциональность речи, как условия делового контакта. Тон разговора, выступления; его значение. Этикет в деловом диалоге по телефону. Правила дозвонивания до абонента (общая схема); правила приветствия, представления, извинения, выражения благодарности и т. д. с учетом вариантов.

Общие требования к деловому телефонному диалогу: краткость, вежливость, разговор по сути. Требования к содержанию делового телефонного разговора; основные элементы диалога. Правила реагирования на прерванную телефонную связь. Требования к частным разговорам по телефону в деловой обстановке. Эстетические требования к ведению деловых переговоров по телефону в выходные дни.

Интерьер рабочего помещения как область профессионального этикета. Правила обслуживания на предприятиях сферы услуг, культура обслуживания; организационная культура

Общие сведения о дизайне; его сущность и роль в создании предметной среды. Роль дизайна в проектировании интерьера рабочего помещения.

Эстетическое решение помещений в зависимости от назначения. Значение эстетического единства интерьера.

Требования к организации и оформлению интерьера рабочего помещения: освещение, цвет, мебель, декоративные элементы и др. Правила содержания помещений и рабочего места косметика. Значение организации интерьера помещения и рабочего места.

Общее понятие об организационной культуре; ее значение для делового общения в сфере профессиональной деятельности человека. Показатели организационной культуры в сфере услуг.

Правила обслуживания на предприятиях сферы услуг. Новые методы выполнения работ, формы обслуживания клиентов; предоставление дополнительных видов услуг. Уровень организации труда. Факторы, средства, обеспечивающие современный уровень организации труда в сфере услуг.

Культура обслуживания. Эстетические требования к выполняемым работам, услугам и к их оформлению. Влияние психологических аспектов на организационную культуру.

7.3. Рабочая программа ПМ.03 Основы анатомии, физиологии, гистологии кожи и ее придатков

МДК 03.01 Анатомия, физиология, гистология кожи и ее придатков

Кожа является органом, функция которого чрезвычайно разнообразна и находится в тесной связи с деятельностью всего организма.

Общие сведения о коже

площадь - 1,5 – 2 м²

вес – около 3 кг

толщина - 0,5 – 4 мм

содержание воды - 62% - 70%

минеральные соли - 0,7% - 1% веса кожи (в том числе натрия –360 мг %, магния 30 мг %, кальция – 46 мг %)

углеводы содержатся в виде глюкозы, гликогена, мукополисахаридов (гиалуроновая, хондроитинсерная кислоты, гепарин)

белки кожи состоят из коллагена (70%), эластина, ретикулина

липиды – нейтральные жиры (истинные), фосфолипиды, стеарины и стериды

ферменты (оксиредуктазы, трансферазы, гидролазы, изомеразы и др.)

за сутки с поверхности кожи испаряется 600 - 800 мл водяных паров

сальные железы выделяют за неделю 100 -200 гр. кожного сала

в течение суток кожей выделяется 8-10 см³углекислоты и 3–4 см³кислорода.

Строение кожи:

Кожа состоит из трех слоев: эпидермиса, дермы, или собственно кожи, подкожно – жировой клетчатки.

Эпидермис происходит из эктодермы и представляет собой многослойный ороговевающий эпителий.

В течение многих десятилетий было принято деление эпидермиса на 5 слоев (базальный, шиповатый, зернистый, блестящий, роговой). Однако, в последние годы в строении эпидермиса выделяют два слоя: слой живых клеток – мальпигиев слой, и слой мертвых клеток – роговой слой. Роговой слой условно подразделяют на более плотный слой ороговевающих кератиноцитов, прилегающих к зернистому или блестящему слою (Str.conjuncta) – соединяющий, и поверхностный слой полностью ороговевших кератиноцитов – (Str.disjuncta). На границе с дермой на базальной мембране находится однорядный базальный слой из цилиндрических клеток. Митотическая активность кератиноцитов базального слоя формирует вышележащие структуры эпидермиса. Среди клеток базального слоя располагаются меланоциты, образующие пигмент меланин.

В эпидермисе располагаются клетки Лангерганса (разновидность макрофагов), которые на своей поверхности удерживают захваченные

антигены и транспортируют их по лимфатическим сосудам из кожи в лимфоузлы. Кроме того, они предотвращают распространение вируса внутри эпидермиса. Клетки Гринштейна являются антигенпредставляющими клетками для Т-супрессоров, проникающих в эпидермис. Клетки Меркеля обладают свойством восприятия ощущения, несут механорецепторную функцию и играют роль в иммунной системе организма. Кроме того, в эпидермисе встречаются внутриэпидермальные лимфоциты и тучные клетки.

Эпидермис состоит из пяти слоев клеток:

1) базальный, основной, или зародышевый слой (*stratum germinativum*), в нем происходит деление клеток с большим содержанием рибосом и митохондрий, ДНК и РНК, содержатся меланоциты и большое количество кератиноцитов;

2) шиповатый слой (*stratum spinosum*) состоит из 5-6 рядов клеток, которые связаны между собой протоплазматическими мостиками – десмосомами и содержат нейтральные липиды, полисахариды. Базальный и шиповатый слои называют ростковым, или мальпигиевым слоем, за счет которого осуществляется регенерация эпидермиса;

3) зернистый слой (*stratum granulosum*) состоит из 1-2 рядов клеток, в состав которых входят зерна кератогиалина и филлагрина;

4) блестящий, или элединовый слой (*stratum lucidum*), состоит из 1-3 слоев клеток, содержит эледин;

5) роговой слой (*stratum corneum*) состоит из 5-6 рядов ороговевших безъядерных клеток (на локтях и подошвах 10-15 рядов), содержит кератин, жир и полисахариды. Роговые чешуйки расположены друг над другом, а каждая сторона ее контактирует с соседней чешуйкой по типу «стеганого одеяла».

Дерма (собственно кожа) состоит из сосочкового (*stratum papillaris*) и сетчатого, или ретикулярного слоев (*stratum reticularis*). Имеются гладкая и поперечно - полосатая мышечные ткани, кровеносная и лимфатическая сосудистые сети, сальные железы, нервные волокна и нервные окончания. В гистологическом строении характеризуется наличием трех структур.

Волокнистая структура представлена коллагеновыми, эластическими и ретикулярными волокнами. Коллагеновые волокна состоят из многочисленных тонких фибрилл, особенно значительных в сетчатом слое. Эластические волокна не образуют пучков, особенно много их в сетчатом слое, которые окружают волосяные фолликулы, сальные и потовые железы, проникают из дермы в подкожно - жировую клетчатку. Волокна обладают упругостью и играют большую роль в защитной функции кожи. Больше всего эластические волокна развиты на ладонях, подошвах, над суставами. Ретикулиновые волокна располагаются на границе между эпидермисом и дермой, оплетают потовые и сальные железы, волосяные фолликулы. Считается, что они имеют очень высокий модуль эластичности, приближенной к стали.

Клеточные элементы собственно кожи представляют собой клетки соединительной ткани: фибробласты и фиброциты - основные компоненты дермы; гистиоциты (макрофаги), тучные клетки (лаброциты, мастоциты) располагаются в верхних отделах дермы, вокруг кровеносных сосудов. В них содержатся биологически активные вещества: гистамин, гепарин, серотонин, ДОФА, кинины, гиалуроновые кислоты; плазматические, эндотелиальные клетки, лимфоциты, нейтрофилы и другие.

Основное вещество, или аморфная субстанция, заполняет пространство между клетками и волокнами соединительной ткани и состоит из мукополисахаридов (МПС) – гиалуроновой, глюкуроновой кислот, глюкозамина, ацетил-галактозамина и других. В основном веществе процессы обмена происходят активно. Под влиянием гиалуронидазы, ультразвука, рентгеновских лучей и других факторов мукополисахариды легко полимеризуются или деполимеризуются.

Подкожно - жировая клетчатка состоит из рыхлой соединительно - тканной сети коллагеновых, эластических и ретикулярных волокон, в петлях которых находятся скопления жировой ткани в виде жировых долек. Подкожно-жировая клетчатка содержит большое количество питательных веществ. В верхнюю часть клетчатки могут проникать луковицы волос и клубочки потовых желез. Подкожно-жировая клетчатка отсутствует на веках, под ногтевыми пластинками, на крайней плоти, малых половых губах и мошонке. Она играет защитную роль от травм и переохлаждения.

Физиологические функции кожи

1. Защитная функция от:

микробов, за счет целостности кожного покрова, водно – липидной оболочки, рН 4,5-5,5, строения рогового слоя эпидермиса. Водно-липидная оболочка препятствует проникновению микроорганизмов, а содержащиеся в ней низкомолекулярные жирные кислоты угнетают рост патогенной флоры;

механических повреждений (трение, давление), обусловлена не только наличием рогового слоя, но и за счет соединения клеток эпидермиса между собой про типу застежки «молнии», десмосом и тонофибрилл, образующих внутренний опорный каркас клеток, особенностью строения базальной мембраны, состоящей из филаментов, полудесмосом, сплетений ретикулярных волокон, волокнистой структуры, подкожно-жировой клетчатки и др.;

химических веществ, за счет строения рогового и блестящего слоев эпидермиса;

воздействия ультрафиолетовых лучей, за счет накопления в базальных кератиноцитах меланина, на синтез которого влияет тирозиназа и доксифенилаланин (ДОФА), фотопротективными свойствами урострофановой кислоты, продуктом метаболизма гистидина.

2. Терморегулирующая функция осуществляется за счет расширения или сужения кровеносных сосудов, действия потовых желез, состояния центральной и периферической нервной систем.

3. Резорбционная (всасывательная функция кожи). Химические вещества (салициловая, борная кислоты, деготь и др.), растворимые в жирах, хорошо всасываются кожей.

4. Секреторная функция осуществляется потовыми и сальными железами.

5. Обменная функция осуществляется в азотистом, углеводном, витаминном и других обменах.

6. Дыхательная функция кожи способствует выделению водяных паров, участвует в газообмене.

7. Иммунологическая функция осуществляется клетками Лангерганса, кератоцитами, меланоцитами и другими иммунологическими структурами.

8. Функцию органа чувств кожа осуществляет за счет тактильной, болевой, температурной и других видов чувствительности.

Придатки кожи

Волосы:

длинные – голова, борода, усы, половые органы, подмышечные впадины; щетинистые – брови, ресницы, наружный слуховой проход, слизистая носа;

пушковые – по всей поверхности тела за исключением ладоней, подошв, слизистых, мест роста длинных и щетинистых волос.

Сальные железы располагаются в дерме, кроме ладоней, подошв, красной каймы губ.

Разновидности сальных желез:

- 1) однодольчатые;
- 2) двухдольчатые;
- 3) пятидольчатые.

Потовые железы:

1) эккриновые железы располагаются по всей поверхности кожи за исключением красной каймы губ, головки полового члена, внутреннего листка крайней плоти;

2) апокриновые железы локализуются в подмышечных впадинах, в области грудных сосков, наружных половых органов, вокруг пупка и заднего прохода, в коже наружного слухового прохода. До полового созревания и в старческом возрасте не функционируют.

Ногти - роговой придаток кожи пластинообразной формы. Различают тело ногтя, свободный передний край, задний (корневой) край, два боковых края, ногтевые валики окружают ноготь с трех сторон. Задний валик заканчивается ногтевой кожицей, плотно спаянной с ногтевой пластинкой. В задней части ногтя видна беловато окрашенная луночка ногтя. Под ногтевой пластинкой располагается ногтевое ложе, в котором отсутствуют сосочки дермы, но которое обильно снабжено кровеносными сосудами и нервами. Рост ногтя происходит из корня, так называемого «матрица ногтя». Темп роста ногтей индивидуальный и зависит от возраста, общего состояния,

периферического кровообращения. Полное обновление ногтевой пластинки происходит в течение 3 - 4 месяцев; за день ноготь вырастает на 0,1 - 0,2 мм.

МДК 03.02 Болезни кожи и их профилактика

Причины заболеваний. Заболевания кожи, вызываемые бактериями. Гнойничковые заболевания кожи (пиодермии). Профилактика гнойничковых заболеваний. Грибковые заболевания. Благоприятные условия для распространения и развития грибковых заболеваний. Заболевания кожи, вызываемые паразитами. Вирусные заболевания кожи. Аллергические заболевания кожи: дерматиты, экзема и др. Нарушение деятельности сальных желез: образование угрей, виды угрей; себорея (жирная и сухая). Профилактика болезней кожи.

Патогистологические изменения кожи

В связи с особенностями анатомического и гистологического строения эпидермиса, в нем различают три основных типа нарушений.

1. Нарушение процессов ороговения:

Гиперкератоз – избыточное ороговение, ведущее к утолщению рогового слоя (ихтиоз, оmozолелости, рубромикоз).

Паракератоз – неполноценное ороговение, при котором в отторгающихся чешуйках сохраняются измененные ядра клеток рогового слоя, отмечается исчезновение блестящего и зернистого слоёв эпидермиса, отсутствует клейкое вещество рогового слоя (псориаз).

Дискератоз – неправильное ороговение, характеризующееся преждевременным ороговением шиповатого слоя (болезнь Дарье, воспалительные или экссудативные процессы). Внутриклеточный отек, или вакуольная дегенерация – изменение клеток шиповидного слоя, при котором внутри клеток скапливается экссудат, протоплазма мутнеет, ядро клетки оттесняется к периферии, границы между клетками становятся нечеткими.

Акантолиз – расплавление межклеточных связей (десмосом) между клетками шиповатого слоя. Между ними накапливается экссудат, что ведет к образованию пузыря. Клетки шиповатого слоя округляются, ядро их крупное – акантолитические клетки Тцанка (пузырчатка).

Спонгиоз, или межклеточный отек – скопление экссудата между клетками шиповатого слоя, в результате чего образуются пузырьки (экзема).

Баллонирующая дегенерация – сочетание явлений спонгиоза с некробиозом клеток, в результате чего образуются пузырьки, однокамерные пузыри (герпесы, ветряная оспа).

2. Проллиферативные процессы:

Гранулез – утолщение зернистого слоя за счет увеличения числа рядов клеток (в норме 1 – 2 ряда). За счет неравномерного утолщения зернистого слоя образуется «сетка» Уикхема, характерная для красного плоского лишая.

Акантоз – утолщение мальпигиевого слоя эпидермиса, главным образом, за счет увеличения числа рядов клеток шиповатого слоя (до 20), что приводит

к увеличению расстояния между сосочками дермы, в результате чего появляется симптом «кровавой росы» или «точечного кровотечения» при псориазе.

Папилломатоз – разрастание сосочков дермы, в результате чего они удлиняются и доходят до рогового слоя (вульгарные бородавки).

Аллергические реакции кожи

Общее описание

Аллергические поражения кожи - это группа заболеваний, имеющих генетическую основу, возникновение которых стимулируется воздействием аллергенов.

Кожная аллергия может проявляться и выглядеть по-разному. Наиболее частыми клиническими вариантами являются: контактный аллергический дерматит, атопический дерматит, крапивница, отек Квинке, экзема.

Причины

Пациенты с аллергией всегда имеют наследственную предрасположенность к ее появлению. Среди родственников обязательно будут аллергики, при чем их аллергия может проявляться по-разному: кожная, пищевая, аллергический ринит, бронхиальная астма - форма не имеет значения.

Для развертывания клинической картины необходимо воздействие сенсibilизирующего вещества - аллергена. Им может послужить пыль, пыльца растений, химикаты в моющих средствах, одежде, на вредном производстве, некоторые продукты питания, лекарства и т.д., а также вещества, образующиеся в самом организме под воздействием холода или солнечных лучей, продукты метаболизма паразитов.

Симптомы

В зависимости от клинической формы кожная аллергия проявляется по-разному.

Аллергический контактный дерматит возникает в зоне соприкосновения кожи с аллергеном (косметикой, моющими средствами, элементами одежды), но область поражения не имеет четких границ. Кожа может краснеть, покрываться пузырьками, чешуйками, трескаться, зудеть.

Атопический дерматит выглядит почти так же, но возникает при общем воздействии аллергена на организм, а значит, локализуется не в месте контакта, а на характерных участках - лицо, шея, область за ушами, естественные складки кожи, подмышечные, локтевые, подколенные впадины. Обязательно присутствует зуд.

Крапивница - это сыпь из множества мелких красноватых волдыриков, которые могут появляться на часы или сутки, затем исчезать, мигрировать по разным участкам тела. Сыпь сильно зудит.

Отек Квинке - самое опасное проявление кожной аллергии. Представляет собой отек кожи и подкожной клетчатки. Наиболее часто локализуется в области лица и шеи, т.к. подкожная ткань там рыхлая и может быстро отекает. Опасность заключается в возможном полном перекрытии дыхательных путей.

Возникает, как правило, на внутривенное введение аллергена или пероральный прием, а также на укусы насекомых.

Экзема - нервно-аллергическое заболевание, возникающее при воздействии аллергена и стрессорного фактора. Может проявляться по-разному, чаще всего представляет собой зудящую зону покраснения с множеством пузырьков, корочек, мокнутием или сухостью.

Диагностика

Диагностика осуществляется на основе клинического осмотра, анамнеза, а также дополнительных обследований:

общий и биохимический анализ крови;

анализ крови на IgE;

кожные аллергопробы;

элиминационный тест;

Профилактика

Профилактика заключается в исключении контактов с аллергеном: гипоаллергенной диете, внимательном выборе бытовой химии и косметики, работе на производстве без вредных химикатов, избегание хронического стресса и т.д.

Лечение

Лечение, как и профилактика, в первую очередь заключается в элиминации аллергена.

Если сделать это невозможно, прибегают к патогенетическому и симптоматическому лечению:

кожные мази с антигистаминными препаратами или глюкокортикоидами;

пероральные антигистаминные и глюкокортикоиды;

плазмаферез.

Возрастные особенности кожи

Особенности кожи в зрелом и пожилом возрасте

Процессы инволюции кожи начинаются на открытых участках кожного покрова, которые больше подвергаются воздействию различных факторов окружающей среды, обычно после 40 лет жизни и проявляются уменьшением толщины эпидермиса, гиподермы, длины фолликулов длинных волос, атрофией мелких сальных желез. Появляется тенденция к уплотнению и огрубению коллагеновых волокон. Пучки эластических волокон утолщаются, грубеют, местами склеиваются между собой или распадаются. В коже уменьшается количество кислых мукополисахаридов, гликогена (в волосяных фолликулах), снижается активность синтеза РНК, несколько увеличивается количество гликопротеидов.

После 50 лет эти изменения в коже усиливаются, начинаются и на закрытых ее участках. Количество нефункционирующих капилляров и артериол в коже постепенно нарастает. К 60 годам заметно истончение всех слоев коже (эпидермиса, дермы, гиподермы), обнаруживается уменьшение секреторных долей даже самых крупных сальных желез; многие коллагеновые волокна приобретают аргирофильные свойства; отмечаются значительные

изменения эластических волокон. Гликопротеиды продолжают накапливаться, а кислые мукополисахариды — уменьшаться в различных структурах коже (за исключением эластических волокон), снижается синтез нуклеиновых к-т.

В возрасте после 75 лет все слои коже резко истончены, гиподерма во многих участках кожного покрова атрофируется полностью. В эпидермисе встречаются очаговые атипичные разрастания шиповатого слоя с накоплением пигмента. Роговой слой тонкий, разрыхленный, легко отторгается, однако физиол, отшелушивание замедлено, и в устьях волосяных фолликулов нередко отмечается скопление роговых пластин. Пигмент меланин в эпидермисе распределяется неравномерно. Значительным дистрофическим изменениям подвергаются сальные, потовые железы и волосы; количество их резко уменьшается. Салоотделение составляет 30—50% максимального уровня. Рост волос замедляется, часть из них после выпадения не восстанавливается; может появиться облысение.

Снижается проницаемость стенок лимф, капилляров, уменьшается количество кровеносных сосудов. Стенки сосудов (в т. ч. глубокой сети) коже склерозируются, в сосудах образуются тромбы, наблюдается расширение вен. В нервах также отмечаются выраженные дистрофические изменения, количество нервных окончаний уменьшается. Атрофическим изменениям подвергаются волокнистые структуры дермы, количество клеточных элементов резко уменьшается, увеличивается содержание солей, особенно калия и кальция, снижается количество холестерина. Изменяется реакция на механические, температурные и хим. раздражители; пиломоторный рефлекс выражен слабо, дермографизм не яркий, хотя реакция держится дольше, чем у молодых. Кожа становится менее пигментированной, а на отдельных участках отмечается гиперпигментация; на ощупь кожа шероховатая, сухая. Рисунок треугольных и ромбических полей сглажен, а в глубокой старости на большей части поверхности тела исчезает; грубый рисунок кожи (морщины), особенно на открытых местах, усиливается.

Большие изменения наблюдаются в нейрогуморальной регуляции функций кожи: содержание адреналина, ацетилхолина, активность холинэстеразы в коже значительно снижены.

7.4. Рабочая программа ПМ.04 Материаловедение

МДК 04.01 Оборудование, инструменты

Виды косметологических кабинетов и стандарт их оснащения

В соответствии с Приложением № 2 к приказу Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 18 апреля 2012 года № 381н «Об утверждении Порядка оказания медицинской помощи населению по профилю «косметология» минимальный стандарт оснащения кабинета косметолога для лицензирования в 2020 году выглядит следующим образом:

Кабинет врачебного приема (консультирование, обследование пациентов, сбор анамнеза):

лампа бестеневая с увеличительной лупой;

медицинская мебель;

дерматоскоп;

рабочее место врача.

Манипуляционный (неинвазивные процедуры):

медицинская мебель;

лампа бестеневая с увеличительной лупой;

устройство УЗ-очистки и дезинфекции инструментов и изделий (ванна);

стерилизатор воздушный, суховоздушный;

стерилизатор УФ (кварцевый), в т.ч. передвижной;

облучатель – рециркулятор воздуха УФ;

аппарат для распаривания лица.

Процедурный (инвазивные процедуры):

лампа бестеневая с увеличительной лупой,

медицинская мебель;

устройство УЗ-очистки и дезинфекции инструментов и изделий (ванна),

стерилизатор воздушный, суховоздушный,

стерилизатор УФ (кварцевый), в т.ч. передвижной,

облучатель – рециркулятор воздуха УФ,

холодильник для хранения медикаментов,

стойка для внутривенных вливаний.

Кабинет аппаратных методов лечения:

медицинская мебель;

стерилизатор УФ (кварцевый), в т.ч. передвижной;

облучатель – рециркулятор воздуха УФ;

аппарат лазерный терапевтический, для фонофореза, электромиостимуляции, микротоковой терапии, радиочастотного воздействия, дарсонвализации, лечения широкополосным импульсным светом, магнитотерапии.

Кабинет для проведения медицинского массажа лица и тела:

медицинская мебель;
массажный стол.

Кабинет для проведения деструкции в составе покровных тканей:

медицинская мебель;
лампа бестеневая с увеличительной лупой;
электрокоагулятор (коагулятор) хирургический;
устройство УЗ-очистки и дезинфекции инструментов и изделий (ванна);
стерилизатор воздушный, суховоздушный;
стерилизатор УФ (кварцевый), в т.ч. передвижной;
облучатель – рециркулятор воздуха УФ;
светильник потолочный;
оборудование для криодеструкции.

Кабинет лечения волос

1) врачебного приема:

медицинская мебель;
лампа бестеневая с увеличительной лупой;
аппарат для трихоскопии.

2) манипуляционный:

медицинская мебель;
устройство УЗ-очистки и дезинфекции инструментов и изделий (ванна);
стерилизатор воздушный, суховоздушный;
стерилизатор УФ (кварцевый), в т.ч. передвижной;
облучатель – рециркулятор воздуха УФ;
аппарат для стимулирующего массажа волосистой части головы.

Правила эксплуатации и хранения оборудования и инструментов

Для дезинфекции профессиональных инструментов в косметологии действует противовирусный режим, так как манипуляции во время процедуры могут быть связаны с нарушением кожного покрова.

Металлические инструменты

Этап первый – дезинфекция инструмента

Дезинфицировать инструменты следует в 2% рабочем растворе концентрата «Эстилодез», 1 литр которого готовится с учетом следующих пропорций: 20 мл концентрата на 980 мл воды комнатной температуры. В общей сложности должен получиться 1 литр рабочего раствора.

Эту операцию проводят путем полного погружения в рабочий раствор на 5 минут.

Этап второй – предстерилизационная очистка, или ПСО

После дезинфекции в течение 30 секунд осуществляют ПСО каждого инструмента с помощью щетки в том же растворе, в котором проводили дезинфекцию. Это ручной способ очистки.

При наличии в кабинете УЗ ванночки можно воспользоваться механизированным способом ПСО.

Затем в течение 1-2 минут ополаскивают инструмент под проточной водой.

После предстерилизационной очистки необходимо обязательно провести пробу на наличие скрытой крови. В этом поможет азопирамовая проба. Данная манипуляция показывает, насколько хорошо был промыт и почищен инструмент.

Если проба положительная – необходимо еще раз провести дезинфекцию инструмента, затем ПСО и добиться того, чтобы проба была отрицательной.

После этого обязательно следует заполнить журнал контроля качества ПСО.

Сушат инструмент в открытом виде на чистой одноразовой салфетке до полного высыхания.

Этап третий – стерилизация

Инструмент следует упаковать в специальные пакеты для стерилизации, на которых указывают содержимое, дату, время стерилизации и срок годности простерилизованного инструмента, подпись лица, проводившего ПСО.

Далее следует стерилизация инструмента.

Стерилизационную упаковку помещают в автоклав по режиму 134 градуса Цельсия на 5 минут (или другую программу в случае щадящей стерилизации) или в сухожаровый шкаф по режиму 180 градусов Цельсия на 60 минут.

Для контроля работы стерилизаторов используют специальные внешние индикаторы, их размещают внутри камеры на лотке в пяти ключевых точках (по углам и в центре).

После стерилизационную упаковку с инструментами хранят в ящике рабочего стола либо в УФ шкафу. Этот прибор позволяет сохранить стерильность инструмента.

Далее следует заполнить журнал контроля качества работы стерилизатора.

Согласно СанПиН, в кабинете косметолога должно быть не менее трех комплектов инструментов.

Кроме инструментов, обязательной стерилизации подлежат лоточки.

Косметологические кисти.

Кисти необходимо промыть под проточной водой, чтобы смыть остатки косметологических средств. После этого инструмент погружают в 2% рабочий раствор концентрата «Эстилодез» на 5 минут. По завершению манипуляции инструменты ополаскивают под проточной водой в течение 1-2 минут и сушат в открытом виде на чистой одноразовой салфетке до полного высыхания. Хранят кисти в пакетах для продезинфицированного инструмента в ящике рабочего стола или в УФ шкафу.

Иглы для инъекций.

После проведения процедуры иглы необходимо погрузить для дезинфекции и дальнейшей утилизации в специальный контейнер, наполненный 1% рабочим раствором «Эстилодез». Замену контейнеров производят 1 раз в 72 часа (3 дня).

Контейнеры с содержимым необходимо утилизировать в специальные желтые пакеты для мусора класса Б в бак для сбора медицинских отходов в помещении временного хранения отходов.

Все манипуляции проводятся в перчатках.

МДК 04.02. Косметические средства и используемые материалы

Состав и свойства косметических средств и используемых материалов

Состав косметики - главный критерий при выборе косметических средств. Ведь именно состав косметики может рассказать о том, насколько безопасными и эффективными являются косметические средства для ухода за кожей лица.

Любое косметическое средство на 80-90% состоит из основы, 10-15% составляют активные компоненты и 3-5% консерванты и отдушки.

Основа должна обладать рядом свойств, без которых использование крема или геля не имеет смысла:

Способствовать доставке активных ингредиентов в глубокие слои дермы;

Защищать эпидермис – поверхностный слой от пересушивания и вредных воздействий окружающей среды;

Не вмешиваться в физиологические реакции кожи.

Как узнать что используется в качестве основы в каждой конкретной баночке? Посмотрите на состав косметического средства, который указан на этикетке. Все вещества, которые указаны в составе, располагаются в порядке уменьшения (т.е. первое вещество в списке содержится в самом большом количестве). Те компоненты, которые стоят на первых местах и будут составлять основу. Если этот список очень длинный, то основа косметического средства - это первые 3-7 веществ, указанных на этикетке.

Зачастую одними из первых в этом списке содержатся такие вещества, как пропиленгликоль, лауретсульфат натрия, бетаин, минеральное масло и другие. Рассмотрим их свойства немного подробнее.

Доля пропиленгликоля в составе некоторой косметики достигает 20 %. Он, как и глицерин, является производным нефти и регулирует вязкость, закрепляет запахи, улучшает консистенцию и продлевает сроки хранения. Пропиленгликоль добавляют для того, чтобы увлажнить и смягчить кожу, но он создает только видимость увлажнения. Но самом деле пропиленгликоль создает на поверхности кожи воздухо непроницаемую пленку, которая закупоривает поры, не дает коже дышать и нередко вызывает аллергические реакции.

Лауретсульфат натрия – поверхностно-активное вещество, производное от лаурилсульфата натрия, широко применяющегося при создании зубных паст, шампуней, гелей и скрабов для образования пены. Лауретсульфат в концентрации свыше 2% может оказывать токсическое действие на весь организм и сушить кожу, делая ее грубой и потрескавшейся.

Синтетический бетаин (кокамидопропил бетаин) получается из жирных кислот кокосового масла и относится к группе сурфактантов, действие которых направлено на смешение воды и масла, отталкивающих друг от друга. При применении бетаина эти компоненты перемешиваются и образуют однородную массу. В составе косметических средств, это вещество вызывает сильное раздражение кожи лица.

Минеральное масло – смесь углеводородов в жидком состоянии, выделенных из нефти. В состав различной косметики его добавляют в качестве увлажнителя, но оно, как и пропиленгликоль создает поверхностную пленку на эпидермисе, задерживающую испаряемую влагу, токсины, продукты жизнедеятельности микробов, которые выводятся через поры кожи. Мало того, минеральное масло препятствует проникновению кислорода. Кожа – дышащий живой орган и когда в него не поступает кислород, накапливаются токсины, то выглядеть здоровой ему очень сложно.

Изопропиловый спирт (изопропанол) – бесцветная жидкость группы спиртов, получаемых из нефти. Чаще всего он входит в состав тоников, лосьона после бритья, лосьона для рук для регулирования вязкости средств, пеногашения и растворения масел. Он может сильно сушить кожу, вызывать раздражение и оказывать токсическое действие на организм в целом.

В составе косметических средств можно встретить эмульгатор DEA (ДЭА) – Диэтаноламид – пенообразующий химикат, обладающий мощным канцерогенным действием.

Вазелин (Petrolatum) – побочный продукт перегонки нефти, смесь церезина, парафина и масел высокой вязкости. Он не разлагает лекарственных веществ и имеет удобную для приготовления мазей консистенцию. Однако вазелин может быть плохо очищен и вызывать дерматиты. Также он способен закупоривать поры кожи, оказывая акнегенное действие и препятствовать проникновению активных лекарственных компонентов вглубь кожи.

Бентонит – природный минерал, встречающийся в составе масок для лица. Его крупинки могут наносить микротравмы и сильно сушить кожу. Помимо этого, бентонит образует на лице непроницаемую пленку, препятствующую дыханию клеток кожи.

Ланолин – натуральный густой воск с неприятным запахом, получаемый при очистке жира овечьей шерсти. Применение ланолина способно придать коже эластичность и мягкость, но при этом он считается самым сильным аллергеном в косметике.

Также, отметим, что все эти вещества, не способны пронести полезные компоненты в глубокие слои кожи. Т.е. действие всех активных веществ (экстрактов трав, лекарственных растений и т.д.) сводится к минимуму.

Активные компоненты.

В состав любого косметического средства входят биологически активные компоненты, воздействующие на внутриклеточные биохимические процессы в различных слоях кожи, питающие ее и защищающие от повреждающих факторов.

Активные вещества, входящие в состав косметики условно можно разделить на:

Модуляторы, влияющие на скорость биохимических реакций;

Протекторы – «защитники» кожи от неблагоприятных воздействий;

Восполнители – вещества необходимые для нормального функционирования кожи.

К модуляторам относится витамин С и фруктовые кислоты, стимулирующие синтез важнейшего для кожи белка – коллагена, цинк, участвующий в работе кожных ферментов, каротин, ускоряющий деление и образование новых клеток эпидермиса.

Протекторами являются антиоксиданты, улавливающие свободные радикалы, гиалуроновая кислота и коллаген, образующие тонкую защитную пленку на коже, антисептические экстракты ромашки, календулы и алоэ, уничтожающие микробов.

Для восполнения и питания кожи используют питательные кремы и натуральные косметические масла, содержащие омега-3 полиненасыщенные жирные кислоты, незаменимые аминокислоты, минеральные вещества и витамины. В них наша кожа нуждается больше всего.

В составе качественной косметики могут использоваться такие активные вещества: растительные церамиды и сфинголипиды, экстракты авакадо, календулы, ромашки, экстракты почек березы, хвоща, тысячелистника, крапивы, мать-и-мачехи, розмарина и шалфея, витамины группы В, С, D и т.д.

Консерванты в составе косметики.

Косметические средства используются, как правило, в течение нескольких месяцев (а порой и лет) и весь этот длительный период времени консерванты должны обеспечивать их защиту от широкого спектра микроорганизмов. Но консервант проявляет токсические свойства и по отношению к коже и другим тканям.

На многих этикетках косметики можно увидеть метил-, пропил-, бутил-, этил-парабены – синтетические стабилизаторы-консерванты, обладающие эстрогенным действием и противопоказанные при онкологических заболеваниях и во время беременности. Парабены могут проникать через барьер кожи и накапливаться в различных органах и тканях организма, вызывая мутации и сбои в гормональной системе. Как консервант используется и ТЕА (ТЭА) – Триэтаноламин, который может взаимодействовать с нитратами и образовывать нитрозамины – сильные канцерогены. Помимо того, что такие консерванты оказывают вредное воздействие на кожу, они ещё и очень дешевые, поэтому их часто добавляют в состав недорогой косметики.

Замедлять порчу косметических продуктов способны не только синтетические консерванты, но и консерванты растительного происхождения. Природные консерванты применяются в косметике редко, т.к. их стоимость по сравнению с синтетическими значительно выше. Но если вы увидели в составе

косметики натуральный консервант, то предпочтение отдавайте именно такому косметическому средству.

Одним из таких консервантов является BIOZOL - консервант растительного происхождения – основной компонент эфирных масел растений семейства Губоцветных.

Отдушки и красители.

Искусственные отдушки и красители способны вызывать аллергические реакции. Например, анилиновые красители, соли тяжелых металлов в декоративной косметике – самые аллергенные составляющие.

В качестве натуральных отдушек в косметике могут применяться такие сложные соединения как ароматические композиции, которые готовятся из многих компонентов. В их составе используются всевозможные растительные экстракты и настои, душистые вещества и натуральные эфирные масла.

Нормы расхода косметических средств и используемых материалов

Нормы расхода кремов и масок для лица рассчитаны на салонный вариант: лицо и декольте.

1. Очищающий гель 0.5 мл + вода (1 флакон на 400 умываний).
2. Очищающий крем-гель 0.5 мл + вода (1 тюбик на 300 умываний).
3. Нежный очищающий тоник 2 нажатия (около 0,5 мл) на 1 использование (1 флакона хватит на 400 раз).
4. Скраб для лица 1 мл + вода (1 тюбик на 200 раз).
5. Мальвовая маска для массажа лица и декольте 20 мл + 1 мл массажного крема. Для тела - до 40 г.
6. Очищающая маска, Восстанавливающая маска, лицо 10-20 мл в зависимости от состояния кожи. Тело - не меньше 40 мл.
7. Маска-пленка L-эксфолиант, лицо и декольте - 5 мл.
8. Процедуры косметического ухода красиво заканчиваются Защитным дневным кремом от 1 мл для жирной и нормальной до 5 мл для очень сухой кожи.
9. Минеральный лосьон для тела - 20 мл.
10. Крем для тела - 20 мл.
11. Крем для рук - 0,5 мл.
12. Крем для ног - 1 мл.
13. Массажный крем для тела - до 40 мл.
14. Нормы расхода кремов для лица зависят от состояния кожи и цели процедуры: для ежедневного ухода от 0,5 мл, для интенсивного и корректирующего - по потребности.

Расчет стоимости оказанной услуги

В разных сферах деятельности себестоимость рассчитывается по-разному, но в любом случае при ее расчете затраты делят на постоянные и переменные.

К переменным, как правило, относят материальные затраты и расходы на выплату заработной платы специалистов, оказывающих услугу. Эти расходы зависят от объема выполняемой работы и времени оказания услуги.

К постоянным (накладным) расходам относят затраты на содержание администрации, аренду, коммунальные платежи, налоги, вывоз мусора, услуги связи, охрану и т. п.

Косметологи используют одноразовые расходные материалы, стерильные инструменты.

Цены в салоне красоты считаются демократичными. Рассчитываются исходя из стоимости затрат на 1 процедуру плюс наценка 25 % от себестоимости. Себестоимость услуг состоит из переменных и постоянных расходов.

Переменные расходы зависят от вида процедуры и их количества. К переменным расходам салона относятся затраты на основные и расходные материалы, которые используются при оказании конкретной процедуры, и на зарплату специалистов.

Расход основных материалов учитывается по нормам согласно утвержденным технологическим картам для каждого вида процедуры.

Остальные расходы на содержание салона — аренда, оплата коммунальных услуг, содержание администрации и т. п. (подробно о них расскажем далее) — не зависят от объема оказываемых услуг, это постоянные расходы.

У всех сотрудников почасовая оплата труда. Это одним из вариантов повременной системы оплаты труда, при которой заработная плата рассчитывается исходя из фактически отработанных работником часов.

Наша задача — рассчитать себестоимость услуги по глубокому очищению лица.

Услугу оказывает косметолог. Продолжительность процедуры — 1,5 ч.

Шаг 1. Рассчитываем переменные материальные затраты.

Материальные затраты — это затраты на косметические и расходные материалы. Данные о расходе основных косметических и расходных материалов приведены в табл. 1.

ТАБЛИЦА 1

Технологическая карта используемых в процедуре глубокого очищения лица материалов

| Наименование материала | Ед. изм. | Кол-во | Цена, руб. | Стоимость, руб. |
|---|----------|--------|------------|-----------------|
| Гель для снятия макияжа | мл | 3 | 8,00 | 24 |
| Очищающая пенка с морскими экстрактами для лица | мл | 4 | 7,5 | 30 |
| Стабилизирующий тоник | мл | 5 | 5 | 25 |
| Пилинги с альфа-гидрокислотами | шт. | 1 | 350 | 350 |
| Увлажняющий защитный концентрат | шт. | 1 | 180 | 180 |
| Успокаивающая маска | мл | 5 | 150 | 750 |
| Аромакрем | мл | 3 | 5 | 15 |
| Крем для глаз | мл | 0,5 | 7 | 3,5 |
| Простыня | шт. | 1 | 5 | 5 |
| Шапочка | шт. | 1 | 2 | 2 |
| Ватные диски | шт. | 10 | 0,2 | 2 |
| Итого | | | | 1386,5 |

Итак, материальные расходы на процедуру глубокого очищения лица — 1386,50 руб.

Шаг 2. Рассчитываем второй этап переменных затрат – на выплату заработной платы.

1. Сначала определяем ежемесячное рабочее время специалистов салона: визажист и косметолог работают по 12 ч в день, график работы — 2 рабочих дня по 12 ч, 2 выходных;

мастер по маникюру работает на неполную ставку — 4 ч в день при 6-часовой рабочей неделе.

Данные о рабочем времени сотрудников при полной загрузке представлены в табл. 2.

ТАБЛИЦА 2

Расчет рабочего времени специалистов за месяц при полной загрузке

| Специалист | Кол-во сотрудников | Кол-во рабочих дней по графику для специалистов | | Рабочих часов в день | Рабочие часы в месяц согласно графику |
|--------------------|--------------------|---|----------------------|----------------------|---------------------------------------|
| | | одного | всех | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 = (2) × (3) | 5 | 6 = (4) × (5) |
| Визажист | 2 | 16 | 32 | 12 | 384 |
| Косметолог | 4 | 16 | 64 | 12 | 768 |
| Мастер по маникюру | 1 | 26 | 26 | 4 | 104 |
| Итого | | | | | 1256 |

Итого общее время работы специалистов в месяц — 1256 ч. Но это при полной загрузке салона красоты.

Полной загрузки салона на практике добиться невозможно. Поэтому для расчета мы берем средний показатель реальной загрузки салона — примерно 60 %.

Соответственно продуктивное время работы салона равно:
 $1256 \text{ ч} \times 60 \% = 753,60 \text{ ч}$ в месяц.

2. Теперь рассчитаем заработную плату специалистов за месяц при реальной загрузке салона (примерно 60 %). Результаты расчета приведены в табл. 3.

ТАБЛИЦА 3

Заработная плата специалистов за месяц при реальной загрузке

| Специалист | Кол-во специалистов | Рабочих часов в месяц согласно графику | % реальной загрузки салона | Рабочих часов при реальной загрузке | Почасовой тариф, руб. | Зарплата специалистов за месяц при реальной загрузке, руб. | |
|--------------------|---------------------|--|----------------------------|-------------------------------------|-----------------------|--|---------------|
| | | | | | | всех | одного |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 = (3) × (4) | 6 | 7 = (5) × (6) | 8 = (7) / (2) |
| Визажист | 2 | 384 | 60 % | 230,40 | 250 | 57 600 | 28 800 |
| Косметолог | 4 | 768 | 60 % | 460,80 | 210 | 96 768 | 24 192 |
| Мастер по маникюру | 1 | 104 | 60 % | 62,40 | 200 | 12 480 | 12 480 |
| Итого | | 1256 | | 753,60 | | 166 848 | 65 472 |

3. Рассчитываем заработную плату специалиста за время, потраченное на оказание услуги.

Данные для расчета:

почасовой тариф косметолога — 210 руб./ч;

длительность процедуры — 1,5 ч.

Итак, заработной платы косметолога в себестоимости процедуры:

$210 \text{ руб./ч} \times 1,5 \text{ ч} = 315 \text{ руб.}$

Шаг 3. Определяем постоянные затраты на услугу.

Статьи постоянных (накладных) расходов за месяц перечислены в табл. 4.

ТАБЛИЦА 4

Ежемесячные постоянные расходы салона красоты

| Статьи затрат | Кол-во | Документ | Сумма, руб. |
|---|--------------------|---|----------------|
| Аренда | 150 м ² | Договор аренды | 70 000 |
| Зарплата уборщиц | 2 чел. | Трудовой договор | 40 000 |
| Зарплата бухгалтера | 1 чел. | Трудовой договор | 40 000 |
| Зарплата администраторов | 2 чел. | Трудовой договор | 60 000 |
| Зарплата директора | 1 чел. | Трудовой договор | 65 000 |
| Моющие средства | комплект | Утвержденные нормы расходов | 3000 |
| Хозинвентарь | комплект | Утвержденные нормы расходов | 2000 |
| Стерилизация инструментов | услуга | Инструкция по эксплуатации оборудования | 2000 |
| Коммунальные платежи (вода, электроэнергия, канализация, отопление) | услуга | Счета | 5000 |
| Вывоз мусора | услуга | Договор, график вывоза | 1500 |
| Реклама в соцсетях | услуга | Плановый бюджет в месяц | 55 000 |
| Программное обеспечение | услуга | Договор на обслуживание | 4000 |
| Услуги связи | услуга | Договор на предоставление услуг связи | 3500 |
| Охрана | услуга | Договор на охрану | 4500 |
| Налоги и взносы | обязательства | Справка-расчет | 111 555 |
| Итого | | | 467 055 |

Рассчитаем, сколько постоянных расходов приходится на продуктивное время работы одного специалиста за 1 ч.

Данные для расчета:

постоянные ежемесячные затраты — 467 055 руб.;

продуктивное время — 753,6 ч.

Себестоимость 1 ч рабочего времени специалиста в постоянных расходах:
 $467\,055 \text{ руб.} / 753,60 \text{ ч} = 619,77 \text{ руб.}$

Шаг 4. Определяем себестоимость глубокого очищения лица.

Данные для расчета:

стоимость основных и расходных материалов, используемых мастером в работе согласно технологичной карте, — 1385,6 руб.;

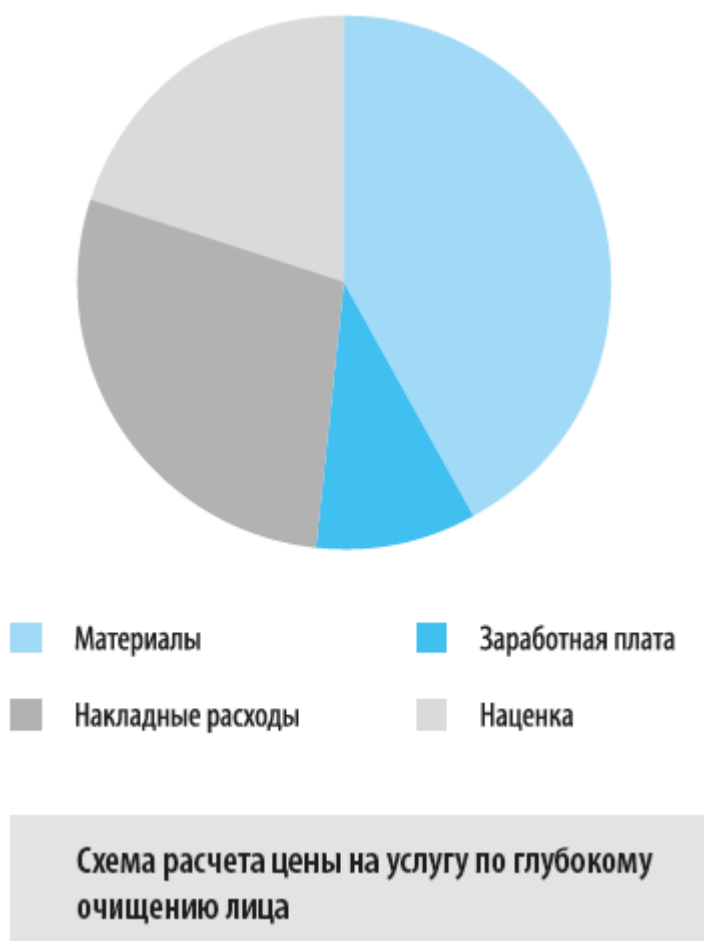
заработная плата специалиста за время оказания услуги — 315 руб.;

себестоимость 1,5 ч рабочего времени специалиста в постоянных расходах — 929,65 руб. ($619,77 \text{ руб.} \times 1,5 \text{ ч}$).

Отсюда себестоимость услуги равна:

$929,65 \text{ руб.} + 1385,6 \text{ руб.} + 315 \text{ руб.} = 2630,25 \text{ руб.}$

Цена косметической услуги по прейскуранту — 3290 руб. Она состоит из общей суммы переменных и постоянных затрат и наценки на себестоимость (прогрессивная калькуляция). Схема расчета цены представлена на диаграмме.



7.5. Рабочая программа

ПМ.05 Выполнение гигиенических чисток лица, шеи и зоны декольте

МДК 05.01 Виды гигиенических чисток лица, шеи и зоны декольте, показания и противопоказания

На сегодняшний день чистка лица, пожалуй, является самой популярной косметологической процедурой. Ее можно проводить практически в любом возрасте. Исключение составляет период до полового созревания. Суть процедуры заключается в очищении кожного покрова от всего лишнего: скопившейся в порах грязи и жира, комедонов, ороговевших клеток.

Основной целью чистки является достижение гигиенического и косметического эффекта. Помимо этого, чистку лица делают для улучшения протекания обменных процессов и регулирования деятельности сальных желез.

Виды чисток лица

Механическая

Несмотря на внешнюю простоту, метод отличается достаточно высокой эффективностью. Осуществляется без применения дополнительных средств, с помощью пальцев.

По сути это выдавливание грязи с соблюдением косметологических и гигиенических правил безопасности. Предварительно проводится распаривание кожи лица, в результате поры раскрываются, что значительно облегчает их очищение. Угри удаляют при помощи пальцев, обернутых в стерильные салфетки.

Механическая чистка лица – стресс для кожи. Поэтому после процедуры на лицо наносят успокаивающие маски. Показано также использование стягивающих средств. Тем не менее краснота лица может сохраняться в течение 2-3 дней.

При чистке можно применять так называемую ложку Уно. Одна сторона этого простого устройства представляет собой ситечко с расположенными на ней множественными отверстиями. На второй стороне всего одно отверстие посередине.

Ситечко предназначено для удаления жира и мертвых роговых чешуек. Часть с отверстием в средней части используют для выдавливания прыщей. Ложку располагают таким образом, чтобы прыщик очутился в центре, после чего легким нажатием выдавливают содержимое прыщика.

Еще один прибор, применяемый при механической процедуре – игла Видаля. Одна сторона предмета оснащена иглой для прокола прыща на ее самом тонком участке. Это помогает выдавить его с минимальными болезненными ощущениями. Вторая сторона – ложка с одним отверстием. Ею надавливают на прыщ для удаления содержимого.

Вакуумная чистка лица

Этот способ чистки лица является более усовершенствованным и позволяет провести основательное очищение кожного покрова. Для осуществления процедуры используют специальную вакуумную аппаратуру с насадкой для нагнетания воздуха под отрицательным давлением. Под его воздействием загрязнения буквально «высасываются» на поверхность.

Сеанс не рекомендуется проводить перед выходом на улицу или важным мероприятием, поскольку покраснение лица будет держаться как минимум до следующего утра. Для успокоения раздраженной кожи рекомендуется наложить специальную маску. Вакуумная чистка особенно эффективна в сочетании с лимфодренажным массажем.

Ультразвуковая

На сегодняшний день она является самой результативной. Иногда такую чистку называют ультразвуковым пилингом. Это очень эффективный метод, хотя воздействие ограничивается поверхностными слоями кожи, благодаря чему процедура отличается меньшей травматичностью. Применяется как отдельно, так и в сочетании с другими видами чисток.

Предварительно на лицо наносят специальные средства для разрыхления кожи и комедонов – дезинкрустанты. Это гели или лосьоны, содержащие фруктовые кислоты.

Во время сеанса используют специальное устройство с насадкой в форме лопаточки. Через нее осуществляется подача ультразвуковой акустической волны на поверхность кожи, под воздействием которой производится вибромассаж на клеточном уровне.

Высокочастотные колебания дезинкрустируют поры кожного покрова, в результате они с легкостью очищаются. Воздействие ультразвука способствует эвакуации ороговевших частичек, устранению угревой сыпи, разглаживанию морщин.

Химическая

Этот вид чистки лица иногда путают с химическим пилингом. Однако это совершенно разные процедуры. Пилинг предполагает довольно жесткую обработку кожи с помощью агрессивных препаратов, способствующих удалению старого слоя.

Во время химической чистки на лицо практически не оказывается физического воздействия. Сначала на кожу наносят специальную смесь, после чего начинается сам процесс очищения при помощи более едкого состава. Результатом является разогрев кожного покрова, размягчение и удаление жира и других загрязнений. На завершающем этапе на кожу наносят мягкую успокаивающую маску.

В зависимости от используемого вещества химические чистки делят на препаратные и ферментные. При первой применяют oleиновую, яблочную, лимонную, молочную или гликолевую кислоту. При второй процедура проводится с помощью ферментов: папаина и бромелайна.

Показания для выполнения гигиенических чисток лица, шеи и зоны декольте

Чистка лица необходима при наличии следующих проблем:

- повышенная сальность кожи;
- расширенные поры;
- угревая сыпь на стадии заживления;
- комедоны;
- снижение тонуса и ухудшение тургора кожного покрова;
- увядающая кожа.

Противопоказания для выполнения гигиенических чисток лица, шеи и зоны декольте

Проведение чистки лица не рекомендовано при следующих заболеваниях и патологических явлениях:

- герпес;
- экзема;
- гнойничковые болезни кожи головы;
- бронхиальная астма;
- сахарный диабет;
- тяжелая стадия гипертонической болезни;
- тяжелые психические расстройства;
- эпилепсия.

МДК 05.02. Технология выполнения гигиенических чисток лица, шеи и зоны декольте, показания и противопоказания

Технология выполнения атравматической чистки кожи лица и (или) шеи, зоны декольте

Цель атравматической чистки лица скрывается в названии. Воздействие должно быть максимально деликатным. Это позволяет бережно относиться к тканям, что в некоторых ситуациях необходимо по разным соображениям (чувствительная кожа, присутствие купероза, период беременности).

Атравматическая чистка проводится с использованием специального комплекса косметических средств. Серия манипуляций препаратами направлена на разрыхление эпидермиса, отшелушивание рогового слоя, размягчение и растворение загрязнений, излишков кожного сала, угрей.

Главной особенностью атравматической чистки от других очищающих процедур является полное отсутствие механического влияния на кожу: не используются инструменты, аппараты. Изредка манипуляции с использованием косметики дополняют ультразвуковой обработкой, которая также не предполагает травмирование тканей. Косметика применяется деликатная: без жестких вкраплений, с низким содержанием агрессивных компонентов.

Внимание! Упрощенно атравматическую чистку можно назвать мягким химическим пилингом с тщательной предварительной подготовкой кожи,

комплексным последующим уходом. Манипуляция не оказывает негативного влияния на покровы.

Атравматическая чистка складывается из нескольких последовательных этапов, составляющих эффективный комплекс воздействий. Косметолог выполняет:

Стандартное поверхностное очищение. Происходит удаление косметики, внешних загрязнений. На кожу наносят очищающее средство с легкой текстурой. Косметолог может дополнить процесс подготовительной очистки легким щипковым или растирающим массажем. Остатки средства удаляют салфеткой, кожу ополаскивают водой.

Предпилинг. С помощью лосьона или другой косметической формы с низким содержанием фруктовых кислот выполняют подготовку кожи в базовому воздействию. Используемое средство направлено на размягчение поверхностного ороговевшего эпителия, растворение части содержимого пор, контроль реактивности тканей.

Базовый пилинг. Наносятся более концентрированные, но щадящие варианты кислотных эксфолиантов. Косметолог работает кистью или пальцами в перчатках. В период воздействия возможно появление легкого дискомфорта: жжение, ощущение разогрева.

Ферментативное воздействие. Используют легкий энзимный пилинг или маску на основе ферментов. Отдается преимущество разогревающему воздействию. Происходит вытягивание наружу даже глубоких загрязнений.

Успокаивающая маска. Используют препараты с противовоспалительным, успокаивающим эффектом. Манипуляция позволяет снять возможные покраснения, закрыть поры, расширенные в процессе базового воздействия.

Завершающий уход. На кожу наносят компресс, обрабатывают лосьоном или покрывают кремом с интенсивным увлажняющим эффектом.

Сеанс длится 20–90 минут. Фактически выполняемый комплекс манипуляций зависит от используемых косметических средств. Рекомендуются придерживаться протокола процедуры, предлагаемого производителем применяемой линии.

Технология выполнения вакуумной чистки кожи лица и (или) шеи, зоны декольте

Проведение вакуумной чистки занимает не более 15-20 минут, однако вместе со всеми дополнительными манипуляциями процедура может длиться до двух часов. Состоит она из следующих этапов:

Подготовка. Начинается с очищения кожи от косметики и загрязнений, затем проблемные участки обрабатываются струей пара из vaporizатора, что способствует максимальному раскрытию пор. Альтернативой подобному устройству являются разогревающие маски.

Дезинкрустация. Не является обязательным этапом. Цель дезинкрустации — растворить жиры и загрязнения посредством

электрического тока малой мощности и усилить положительные результаты всей процедуры в дальнейшем.

Использование вакуума для устранения загрязнений. Проводится до закрытия пор особой трубкой, соединенной с прибором, создающим отрицательное давление, за счет чего сальные пробки, пыль, черные точки и высасываются из глубин кожи.

Завершение. Заключается в нанесении масок и специальных средств, обеспечивающих увлажнение и успокоение кожи. Часто после этого используют инфракрасную лампу.

Технология выполнения механической чистки кожи лица и (или) шеи, зоны декольте

Механической чисткой лица называют удаление рогового слоя кожи и очищение сальных желез. Данная процедура рекомендуется людям с жирной кожей, склонной к частому возникновению угревой сыпи и черных точек-комедонов. Выполняется она в косметическом салоне с применением специальных инструментов и препаратов.

Механическая чистка начинается с особой обработки кожи, в ходе которой она очищается от макияжа, а пора раскрываются шире. Макияж снимается подходящим для кожи косметическим средством. При сильно загрязненной коже на нее наносится очищающая маска. В случае отсутствия противопоказаний выполняется поверхностный пилинг на основе щадящих кислот.

С целью раскрытия пор косметолог производит распаривание кожи, разрыхляя верхний слой эпидермиса. Для этого применяется особый терморазогревающий гель либо производится воздействие направленной струей теплого пара с использованием устройства-распаривателя. Во время процесса также происходит очищение верхних кожных слоев от токсинов и бактерий.

После завершения подготовительных процедур кожа тщательно вытирается, и на нее наносится 3-процентная перекись водорода либо подходящий бесспиртовой лосьон. После этого косметолог на несколько минут наносит размягчающую маску и в дальнейшем приступает к экстракции комедонов, протирая лосьоном каждый из участков обработки. Для процедуры используется так называемая ложечка Уно либо косметическое ситечко, которые помогают удалить жировой налет и скопления ороговевших кожных клеток. Участки с незрелыми или воспаленными угрями пропускаются. В процессе всех манипуляций ложечка постоянно дезинфицируется перекисью водорода или лосьоном. Появляющиеся капельки крови начисто и насухо вытираются тампоном.

В области лба поскобливание выполняется снизу вверх, на крыльях носа – от основания к спинке, а в области щек – от внешнего края к лицевому центру.

Косметическая петля имеет крючкообразную форму, что позволяет поддевать и выталкивать прибором наружу глубоко сидящие в порах сальные

пробки. Опытный косметолог обязан замечать все места скопления подкожного секрета и тщательно обрабатывать их, чтобы добиться максимальной чистоты поверхности за текущий сеанс. При необходимости осуществляется чистка при помощи рук: специалист покрывает указательные пальцы обеих рук стерильной салфеткой и, слегка сдавливая кожу, выталкивает из нее загрязнения в виде желтоватой массы с частицами грязи. Выдавливание осуществляется по направлению выводных протоков сальных желез.

Некоторые суженные сальные протоки требуют дополнительного расширения, для чего косметологом применяется специальный инструмент - игла-копье. Данная манипуляция приводит к легкому или умеренному кровоизлиянию, поэтому важно обильно протирать кожу дезинфицирующими средствами.

Далее мастер переходит к этапу удаления незрелых угрей специальным угревыдавливателем: на поверхности кожи производится легкий прокол, и содержимое каждого прыщика аккуратно выдавливается при помощи рук. Белые угри (милиумы) удаляются таким же образом. В случае сильного скопления угревой сыпи на лице мастер периодически делает паузы, нанося на кожу размягчающую маску, которая обезболивает обработанные участки.

По завершении процедуры выполняется дренирование пустул, и вся кожа обрабатывается спиртовым лосьоном, оказывающим противовоспалительный эффект. Длительность процедуры должна быть не слишком большой, поскольку поры постепенно закрываются, и чистка становится еще более болезненной. При наличии большого количества высыпаний следует сделать дополнительную процедуру через некоторое время, в противном случае кожа будет сильно повреждена.

Наивысший эффект достигается при сочетании механической чистки лица с ультразвуковой.

Несколько дней после прохождения чистки кожа лица и особенно участки на месте удаленных угрей будут оставаться немного воспаленными, а также доставлять небольшой зуд. По мере заживления поверхность эпидермиса будет засыхать и шелушиться. В результате, примерно через неделю после процедуры станут заметными все улучшения. Косметолог должен назначить пациенту специальные средства для обеззараживания и смягчения кожи, которыми нужно будет обрабатывать ее в домашних условиях вплоть до полного заживления и устранения неприятных последствий. В случае чрезмерно жирной и склонной к частому появлению высыпаний кожи назначаются препараты для умывания и защиты, которыми можно пользоваться ежедневно и ухаживать за лицом дома.

Технология выполнения ультразвуковой чистки кожи лица и (или) шеи, зоны декольте

Чистка ультразвуком – косметическая процедура, в ходе которой происходит удаление отмерших частичек с поверхности кожного покрова,

небольших загрязнений. Она проводится с применением специального УЗ аппарата и геля-проводника. Главное преимущество УЗ чистки кожи является и основным его недостатком – обратная сторона бережного, мягкого, атравматичного воздействия это невысокая эффективность удаления загрязнений.

Перед началом процедуры ультразвуковой чистки проводят очищение кожи от косметики и потожировых загрязнений с помощью лосьона или мицеллярной воды. При необходимости на лицо и шею можно нанести специальную маску, которая размягчит верхние слои эпидермиса и будет способствовать наибольшему раскрытию кожных пор.

После этого кожные покровы обрабатывают специальным проводниковым гелем – такая подготовка необходима для того, чтобы улучшить степень проникновения ультразвуковой волны вглубь эпидермиса. Иногда поверх геля косметолог может наложить на лицо полиэтиленовую пищевую пленку – делается это для того, чтобы поры кожи как можно шире раскрылись перед сеансом чистки. Как правило, под пленкой лицо находится до 20 минут – этого вполне достаточно для того, чтобы размягчить камедоны, образовавшиеся внутри пор. В самых современных аппаратных системах предусмотрено нанесение геля специальным электродом. Во время этой манипуляции в эпидермисе образуются капельки пара – они лопаются, как только соприкасаются с воздухом, и выталкивают жировые загрязнения наружу.

После того как гель нанесен и он впитался в кожу, можно приступать к процессу чистки. Для процедуры используется специальная плоская широкая лопатка, которая плотно прижимается к лицу под углом 40-45 градусов. С помощью этой насадки проводят плавные движения против массажных линий контура лица, начиная от контура к середине. Во время проведения сеанса необходимо следить за тем, чтобы кожа постоянно была в увлажненном состоянии. Для этого ее орошают термальной водой либо наносят препараты, содержащие молочную или салициловую кислоту, благодаря которым улучшается отшелушивание и происходит дезинфицирование кожных покровов.

При воздействии ультразвуковым аппаратом на обрабатываемую зону необходимо исключить область глаз, губ и щитовидной железы. Все движения в процессе чистки делаются неспешно и плавно, а сама процедура может занимать от 10 до 20 минут.

После того как основной этап очищения завершен, косметолог может провести массаж тыльной стороной лопатки по линиям оттока лимфы. Для усиления эффективности эту манипуляцию выполняют с одновременным нанесением на кожу различных ампульных средств, которые улучшают питание эпидермального слоя. Такая манипуляция называется фонофорезом, а ультразвук способствует проникновению витаминных и ценных питающих компонентов косметического средства глубоко в кожу.

После завершения процедуры чистки на кожные покровы наносят успокаивающие средства – это может быть специальный гель или маска.

Снимают маску через 20 минут, а кожу после нее обрабатывают лосьоном и увлажняющим кремом.

Технология выполнения комбинированной чистки кожи лица и (или) шеи, зоны декольте

Все существующие разновидности чистки считаются по-своему эффективными, но не всегда гарантируют 100%-ный результат. Чтобы качественнее очищать и разглаживать кожный рельеф пациентов, косметологи придумали совмещать разные способы. Комбинированная (она же комплексная) чистка — это последовательность из двух процедур: мануальной (механической) и аппаратной (чаще всего — ультразвуковой). Эти методы усиливают эффективность друг друга, сводя к минимуму возможные болезненные ощущения во время сеанса.

Механический способ, как правило, используется для Т-зоны. Косметолог вручную очищает места, отличающиеся повышенной жирностью, обилием комедонов, прыщей. Специалист выдавливает проблемные элементы, работая пальцами или специальными приспособлениями: ложкой Унны (Уно), иглой Видаля. Кожу предварительно распаривают — это облегчает проведение процедуры.

Ультразвук больше подходит для сухих и комбинированных участков лица. Сначала кожу покрывают специальным раствором, а затем обрабатывают УЗИ-скрабером. Ультразвуковые волны улучшают процесс очищения дермы от сальных пробок, ороговевших клеток, стимулируют обмен веществ и кровообращение. Также они оказывают эффект микромассажа.

Любые манипуляции с кожей, особенно на лице, нужно доверять профессионалу. Убедитесь, что у врача есть лицензия на оказание подобного рода услуг. Проследите, чтобы специалист работал стерильными инструментами. Все эти моменты желательно обсудить еще до начала сеанса.

Протокол комплексной чистки включает в себя такие этапы:

1. Подготовка кожи — очищение, демакияж, тонизирование.
2. Применение скрабирующего средства для очистки пор.
3. Массаж лица. Помогает снять напряжение и расслабить мышцы, а также подготовить кожу к дальнейшим процедурам. Длительность — от 6 до 12 минут.

4. Распаривание кожи. Выполняется для разрыхления эпидермиса, сальных пробок. Облегчает устранение загрязнений. На этом этапе косметолог использует струи горячего воздуха или применяет специальную маску с разогревающим гелем, накрывая лицо пленкой для создания парникового эффекта (метод холодного гидрирования). Второй способ не травмирует, не пересушивает и не обезвоживает кожный покров. Холодное гидрирование подходит женщинам с сухой, чувствительной кожей, а также тем, кто страдает бронхиальной астмой или имеет близко расположенные к поверхности дермы

сосуды. Всем этим пациентам горячее распаривание во время чистки противопоказано!

5. Обезжиривание и дезинфекция кожи.

6. Механическая (ручная) чистка эпидермиса. Пальцами, обернутыми стерильными салфетками, или косметологическими приспособлениями врач выдавливает черные точки, очищает сальные протоки. Воспаленные прыщи специалист не трогает. Длительность этого этапа не должна превышать 10–20 минут. Чем короче, тем менее болезненно для пациента. К тому же через 20 минут распаренные поры закрываются, что затрудняет чистку.

7. Применение антисептика, дезинфектанта.

8. Обработка кожи специальным препаратом (чаще всего — гелем), улучшающим прохождение УЗИ-волн.

9. Ультразвуковая чистка лица прибором с насадкой-лопаточкой, которую держат под углом 35–45°. Один участок можно обрабатывать не более 4-х раз. При необходимости кожу регулярно обрабатывают увлажняющим, успокаивающим препаратом.

10. Дезинфекция кожного покрова. Возможно применение противовоспалительных, тонизирующих средств, а также маски, которая закрывает поры (выбирается по типу кожи).

11. Нанесение питательного или увлажняющего крема.

Внимание! Иногда косметологи меняют местами основные этапы, выполняя сначала ультразвуковую, а затем механическую чистку. В том числе это сокращает длительность сеанса.

Практические занятия: Выполнение гигиенических чисток лица, шеи и зоны декольте.

7.6. Рабочая программа

ПМ.06 Выполнение косметического массажа кожи лица, шеи и зоны декольте

МДК 06.01 Виды косметического массажа кожи лица, шеи и зоны декольте, показания и противопоказания

Массаж лица применяется для ухода за внешностью в качестве дополнения или замены косметических средств наружного применения. Массаж стимулирует кровоток, движение лимфы и обменные процессы, улучшает газообмен, придает коже упругость и эластичность, помогает справиться с морщинами. Сегодня есть много техник, которые дают возможность омолодить кожу, справиться с отеками и устранить другие недостатки.

Виды косметического массажа

Классическая техника является щадящей, применяется для улучшения внешнего вида эпидермиса и устранения неглубоких морщин, профилактики возрастных изменений и поддержания кожи в тонусе.

Выполняется по массажным линиям с соблюдением следующей последовательности:

- от подбородка к ушным раковинам;
- от уголков рта к ушным козелкам;
- от носа к вискам,
- от щек и скул круговыми движениями по направлению к вискам;
- от переносицы вверх к середине лба и в стороны, рисуя букву «Т»;
- от наружного уголка глаза к внутреннему на нижнем веке;
- от внутреннего уголка глаза к наружному на верхнем веке.

Начинать сеанс следует с поглаживаний, охватывая все массажные линии. Далее проводится растирание подушечками пальцев, не оказывая давления и избегая болевого синдрома. На этапе разминания прорабатываются поочередно все массажные линии спиралевидными движениями. Для расслабления кожи после тонизирования косметолог делает ритмичные поочередные похлопывания подушечками пальцев, создавая вибрацию.

Все приемы массирования проводятся 6-8 раз. Длительность одного сеанса колеблется от 10 до 20 минут.

Посещать специалиста рекомендуется 1-3 раза в течение недели. Количество процедур подбирается индивидуально, исходя из состояния кожи, и может достигать 20 сеансов.

Пластический вид массажа полезен для предупреждения возрастных изменений и борьбы с ними, поэтому назначается женщинам старше 30 лет.

Отличием этого вида является использование талька вместо масла, который препятствует чрезмерному скольжению пальцев по коже. Такой массаж рекомендуется делать через день, а общее количество сеансов может достигать 20.

Начинать процедуру следует с расслабления при помощи поглаживающих движений по массажным линиям, которые постепенно сменяются легким надавливанием. Далее проводится разминание путем проработки и глубокого воздействия на мышечные волокна.

После проработки лица важно провести массирование шеи от области второго подбородка к мочкам ушей и от линии нижней челюсти к ключице и области декольте. Для этого применяются техники поглаживания и разминания.

Щипковый. Для его проведения используется тальк. Захват кожи проводится между второй фалангой указательного и подушечками большого пальца. Все движения не должны вызывать боль и дискомфорт.

Щипками прорабатываются все массажные линии по 4 раза. Длительность процедуры 5-10 минут, частота сеансов – 2 раза в неделю с общим количеством процедур не более 15 раз.

Баночный. Вакуумный массаж предполагает использование специальных банок с присосками. Он помогает нормализовать приток крови и лимфы, улучшить овал лица и справиться с высыпаниями. Такой массаж рекомендуется проводить 1 раз в неделю курсом 2 месяца.

Начинать процедуру следует с ключичной области, где устанавливаются банки. От ключиц прорабатывается кожа в направлении к подбородку, откуда поступательными движениями массируется кожа к ушным козелкам и от уголков рта к мочкам ушей.

Для проработки век банки устанавливаются под нижним веком. Далее точечным способом массажист направляет их к вискам.

Лимфодренажный массаж позволяет справиться с отечностью, нездоровым цветом лица и кругами под глазами. Проводится массажистом с медицинским образованием по направлению движения лимфы.

Стимуляция линий по току лимфы проводится пульсирующими поглаживающими движениями с легкими надавливаниями и поколачиваниями.

Показания и противопоказания

Косметологический массаж лица, как правило, назначается женщинам после 40 лет для устранения признаков старения кожи, предупреждения возрастных изменений. А также терапии прыщей, акне, рубцов процедура может проводиться с 25 лет.

Показаниями к проведению косметологического массажа (для лица и шеи) являются:

- обвислая и сухая кожа;
- морщины;
- пигментация;
- избыточная выработка кожного сала;
- расширенные поры;
- возрастное преобразование овала лица;
- отечность;

нездоровый цвет эпидермиса;
дефекты кожи (шрамы, прыщи).

Косметическая процедура не рекомендуется при высыпаниях аллергической и инфекционной этиологии (герпес), который может усилить проявления болезни и ухудшить общее состояние больного. Также визит к косметологу следует отложить при наличии ран и ссадин на лице, дерматите.

Массаж не будет полезным людям с непереносимостью процедуры, а также при повышенном или пониженном внутричерепном давлении. Строгим противопоказанием является купероз (сосудистая сетка на лице), а также повышенная хрупкость капилляров.

Вредной процедура будет во время восстановления эпидермиса после ожогов, пилингов различной глубины воздействия и дермабразии (механической шлифовки верхнего слоя кожи).

Также не рекомендуется посещать косметолога в период острого течения ЛОР-патологий, ОРВИ, ОРЗ, которые сопровождаются повышением температуры тела, слабостью и ухудшением общего состояния.

Омолаживающая и оздоровительная процедура в салонах красоты не рекомендована при заболеваниях крови, которые сопровождаются нарушением ее свертываемости, онкологии, в период обострения хронических болезней.

МДК 06.02. Техника выполнения массажа кожи лица, шеи и зоны декольте

Техника выполнения пластического массажа кожи лица, шеи и зоны декольте

Перед проведением пластического массажа лица на кожу наносится стерильный тальк, который способствует усилению сцепления пальцев массажиста с кожной поверхностью и, тем самым, предотвращает неконтролируемое скольжение. Смазывающие средства не применяются. Техника пластического массажа лица несколько отличается от классического. Она требует направленности и особой четкости движений. Часть движений во время пластического массажа лица осуществляется на счет «четыре» или «восемь» с учетом направления кожных массажных линий по вписанным друг в друга кругам. Посредством таких движений ткани прижимают, но без их смещения, к подлежащим костям. В процессе выполнения при пластическом массаже лица давления на ткани учитывается направление и расположение кожных линий. Основой пластического массажа лица являются осуществляемые ладонными поверхностями кистей рук массажиста глубокие, объемные, энергичные (но не грубые) и ритмичные движения в виде продольных надавливаний и нажимов, сочетающихся с легкой вибрацией и без нее, и поперечных поверхностных надавливаний и нажимов без вибрации ладонями, расположенными параллельно друг к другу и перпендикулярно морщинкам. В процессе выполнения пластического массажа лица у пациента

не должно возникать болезненного ощущения. Пластический массаж лица проводится четырьмя основными приемами — поглаживанием, поверхностным разминанием, глубоким разминанием, поколачиванием, вибрацией.

Поглаживание. Осуществляется в соответствии с основными массажными линиями (вдоль них) и завершается фиксацией тканей в конце каждой из них. Движение длится со счетом до «четырех» и повторяется по 3 раза. Линии массажных движений: От срединной линии лба по направлению к виску. Вдоль круговых мышц глаз, начиная от корня носа и заканчивая височной впадиной. От уголка рта к козелку ушной раковины. От срединной подбородочной линии к точке выхода лицевого нерва, расположенной под мочкой уха. От точки под мочкой уха книзу по ходу края трапецевидной мышцы. От рукоятки грудины кверху по передней шейной поверхности с фиксацией в области сосцевидного отростка височной кости.

Поверхностное разминание. Во время пластического массажа лица проводится ладонной поверхностью первой и второй фаланг II-V пальцев. Непосредственно движения описываются спиралеобразными кругами, вписанными друг в друга. Вдоль каждой массажной линии массажист трижды производит по 6-8 таких кругов, каждый раз заканчивая фиксацией тканей. При этом все движения, необходимые для перехода, должны иметь характер пунктира — концевыми фалангами пальцев осуществляются мелкие нажимы до точки начала последующего движения. Линии движения при поверхностном разминании во время проведения пластического массажа лица: От средней линии подбородка в направлении мочки уха. От уголка рта к ушному козелку. От корня носа по нижнему краю круговых мышц глаз по направлению к височной впадине, где осуществляется фиксация. Затем от височной ямки давящими движениями по круговым мышцам глаз перемещаются в область носа, где производят 2-3 круговых движений. Давящие нажимы на наружный край круговых мышц глаз с переходом к середине лба через переносицу. От средней лобной линии в направлении височной области 6-8 кругами разминаются лобные мышцы с фиксацией в височной впадине, после чего по боковым щечным поверхностям давящими движениями спускаются в область нижнечелюстного угла и далее — пунктирным нажимом вдоль верхнего края нижней челюсти к срединной подбородочной линии. Разминаются мышцы от подчелюстной зоны к мочке уха. Движениями, заканчивающимися фиксацией, обрабатываются боковые поверхности шеи от нижнечелюстного угла книзу до ключиц, затем разминаются мышцы подключичной зоны до рукоятки грудины, после чего поднимаются по переднебоковой поверхности шеи обратно к углу нижней челюсти, заканчивая фиксацией. Ткани, расположенные под мочкой уха, фиксируют, пунктирным нажимом смещаются к среднему отделу подбородка, откуда начинается очередное движение.

Глубокое разминание. Осуществляется ладонной поверхностью всех пальцев и, отчасти, самой ладонью по линиям поверхностного разминания с завершением на подбородочной области.

Поколачивание или стаккато. Проводится кончиками всех ногтевых фаланг. Движения имеют вид вписанных друг в друга кругов по ходу тех же массажных линий. Направление — от подбородочной области кверху, по лицевой боковой поверхности на область шеи, груди и обратно к средней линии подбородка, после чего выпрямленными пальцами поколачивают уже не кругами, а кверху, одновременно опускаясь на рукоятку грудины.

Вибрация. Проводят всей ладонной поверхностью пальцев. Начало и направление вибрационных движений — середина грудины в стороны, середина ключиц к мочке уха с окончанием движений в височных областях. Окончание пластического массажа лица завершается поглаживанием. Продолжительность проведения сеансов пластического массажа лица составляет от 10 до 20 минут. Курс лечения при помощи пластического массажа лица — в среднем 15-20 сеансов, однако он может быть уменьшен или увеличен. В зависимости от выраженности косметических изменений лица, сеансы проводят с частотой от 1-2-х до 3-4-х раз в неделю. Чем больше возраст пациента, тем более длительный курс пластического массажа лица должен быть и тем меньше интервалы между процедурами. После окончания каждого сеанса пластического массажа лица проводится обработка кожных покровов лица и шеи с помощью тампона, смоченного лосьоном или травяным отваром, с последующим наложением на 20-30 минут маски из отвара или сбора лекарственных растений, подобранных по усмотрению врача-косметолога. После удаления маски на кожу накладывается прохладный компресс. Иногда сеансы пластического массажа лица можно сочетать (чередовать) с гигиеническим косметическим массажем, который проводится уже с применением не талька, а различных смазывающих средств.

Техника выполнения гигиенического массажа кожи лица, шеи и зоны декольте

Массаж состоит из ряда последовательных движений: поглаживание, растирание и разминание. Движения цикличны и повторяются по 3-5 раз. Для их выполнения следует учитывать тип кожи: обладателям грубой кожи массаж проводят более энергичными движениями, чем тем, чья кожа имеет повышенную чувствительность.

Массаж начинают от межбровного пространства, скользящими движениями опускаются до нижней челюсти, переходят на шею. Далее передвигаются к мочкам ушей. Область губ массируется над верхней и нижней губами и под подбородком. Поглаживания носа начинают, поставив пальцы на спинку носа и опускаясь вниз по его крыльям, через скуловую дугу к ушам. Продолжая массировать область около ушей, переходят на височную мышцу. Далее проводят поглаживания лба снизу вверх: от бровей к началу роста волос на голове. Завершают поглаживания движениями от нижней губы к подбородку. Благодаря поглаживаниям происходит активация лимфооттока.

Далее переходим к массажу точек: подбородок растирают круговыми движениями снизу вверх, далее - углы рта и боковые поверхности носа. Лоб растирается зигзагом слева направо. Щеки растирают круговыми движениями, двигаясь от ушей к углам рта. Заканчивают растирание от подбородка к ушным мочкам. Данный этап следует повторить 3-4 раза, после чего снова проводят поглаживания всех областей.

Направление движений при гигиеническом массаже: зигзагами, по кругу, по прямым линиям.

На финальном этапе проводят разминание, захватывая толстый слой кожи на щеке и двигаясь от середины лица к периферии. Кожную складку нельзя оттягивать, а наоборот следует прижимать к костям лицевого черепа. Завершая массаж, следует сделать легкие поколачивания кончиками пальцев по лбу, щекам и подбородку.

Если проводить массаж, выполняя все его правила, то можно добиться следующих эффектов:

Улучшение лимфодренажной функции, за счет чего уходят отеки, и лицо выглядит отдохнувшим.

Мышцы укрепляются, разглаживаются мелкие мимические морщинки.

Разгоняется кровь, к тканям поступает большое количество питательных веществ, улучшается метаболизм и активируются пластические процессы в коже.

Техника выполнения аппаратного массажа кожи лица, шеи и зоны декольте

Перед проведением массажа кожу необходимо очистить от косметики. Для этого лучше использовать специальные средства (молочко, скрабы, мицеллярную воду, тоник), а после — нанести на кожу жирный крем. Через 5-7 минут остатки крема убирают салфеткой. Если дополнительно не даны рекомендации по нанесению крема перед проработкой, кожу оставляют сухой.

Классическая проработка. Как правильно делать массаж лица электромассажером:

От подбородка движения направлены к мочке уха;

От центральной точки под нижней губой — к середине уха;

От основания крыльев носа к виску и обратно;

От уголков губ к центральной точке перед ушной раковиной;

От переносицы по линии бровей к вискам;

По переносице к линии роста волос;

От центральной линии лба к вискам;

По передней стороне шеи от основания подбородка к ключицам.

Все движения должны быть медленными, плавными и направленными вверх. Левую и правую сторону лица прорабатывают поочередно. Количество повторов каждого упражнения — от 7 до 12. Исключение составляет область шеи и декольте — массаж производится в течение 5-7 минут.

Нефритовая техника. Обычный валик или ролик — простой и хороший массажер для лица. Он пользуется популярностью среди механических

моделей, и для него разработана отдельная техника. Метод можно использовать для нефритовых, а также деревянных и любых других роликовых массажеров. Проработка происходит по массажным линиям и направлению движения лимфы.

Последовательность для проработки:

Переносица и глабеллы — от 8 до 15 движений;

Лоб — от 8 до 15 движений по всей поверхности.

Начинают с линии бровей;

Левая и правая щека в средней части — от 10 до 15 движений;

Скуловая и верхняя часть щеки — от 10 до 15 движений;

Крылья носа и переносица — от 7 до 10 движений;

Ноздри и носогубные складки — от 10 до 15 легких движений без нажима;

Подбородок — от 10 до 15 движений; От подбородка к мочкам ушей проводят 10-12 раз.

Техника выполнения спа-массажа кожи лица, шеи и зоны декольте

Снятие стресса и релаксация на пути к красоте являются одним из основных принципов идеи СПА.

Что такое СПА?

В основе СПА лежит использование целебной силы воды для ухода за внешностью и релаксации. Предложения кабинетов и СПА-центров чрезвычайно разнообразны, используются все более и более новаторские способы ухода, но суть их основывается на стабильных принципах, которые черпают вдохновение от природы. Одним из наиболее популярных методов, успешно применяемых для ухода за лицом, является талассотерапия, в которой используются водоросли, прибрежная грязь, морская соль и вода. Все эти составляющие богаты микро- и макроэлементами. Наиболее распространенными являются дары Мертвого моря из-за сильной концентрации минералов. Как водоросли, так и полезная грязь, а также соль и вода являются чрезвычайно важными элементами спа-процедур и предназначены для всех типов кожи и решения множества проблем, которые касаются кожи лица. Часто также используются глины различных типов, которые богаты минералами и полезными веществами.

Очищающие СПА-процедуры для лица.

Для очищения лица косметологи предлагают такие процедуры, как микродермабразия, кавитация, эксфолиация, пилинг с использованием фруктовых кислот или морской соли. Маски из глины, минеральной грязи или водорослей, применяемые для отшелушивания верхнего слоя кожи, являются очень эффективным дополнением к процедуре чистки. Пилинг лица Микродермабразия — это очищающая процедура, которая направлена на удаление мертвых клеток кожи и подготовку ее для дальнейшего лечения. Она позволяет в дальнейшем более эффективно проникать в кожу полезным веществам применяемых препаратов – масок, кремов, сывороток. Во время ее абразивно снимается верхний слой эпидермиса. Процедура абсолютно безболезненна. Абразивное воздействие осуществляется путем медленного

всасывания верхних слоев кожи через специальную головку. Микродермабразия особенно рекомендуется для кожи, склонной к акне, а также для уменьшения шрамов от угревой сыпи, смягчения грубой и ороговевшей зрелой кожи. Спектр применения этой процедуры очень широк.

Кавитационный пилинг лица — это глубокая чистка кожи с использованием ультразвука. Процедура безболезненная, неинвазивная и безопасная. Рекомендуется для людей с чувствительной кожей, в особенности тем, кому механическое отшелушивание противопоказано. Кавитационный пилинг позволяет очистить поры кожи лица от лишнего жира и загрязнений, дополнительно оказывает нежный массаж, который улучшает кровообращение и оксигенацию (снабжение клеток кислородом).

Омолаживающие процедуры для лица наиболее популярны в СПА-салонах. Время сложно обмануть, но возможно. Можно замедлить старение, правильно ухаживая за кожей и регулярно посещая косметолога. Мезонити, мезотерапия, карбокситерапия — все эти способы помогут избавиться от морщин, подтянуть овал лица, скрыть свой возраст.

Многие косметические процедуры часто заканчиваются расслабляющим массажем лица. Идеология СПА заключается в натуральной медицине, которая заставляет организм войти в состояние равновесия и гармонии. Одной из процедур, которая рекомендуется для релаксации, является акупрессура — массаж соответствующих точек на лице и теле. Этот метод дарит не только удовольствие, но и обладает широкими терапевтическими свойствами — отлично помогает при мигрени, насморке, боли в пазухах носа. Также позволяет быстро устранить темные круги и мешки под глазами, убрать следы усталости на лице. Акупрессура часто используется в случае эмоциональных проблем, возникающих, например, из-за слишком сильного или длительного стресса, чувства постоянной усталости. Правильный массаж расслабляет и ускоряет кровообращение, что, в свою очередь, приводит к оксигенации организма и выведению токсичных веществ из него.

Польза СПА-процедур для лица неоспорима. Кожа лица разглаживается, исчезают мелкие морщины, подтягивается контур лица, уменьшаются акне и воспаления. Она заметно обновляется, становится более увлажненной, эластичной и упругой. И это не единственный эффект сеансов в косметическом кабинете. Здесь можно расслабиться, снять стресс, забыть о своих проблемах, почувствовать себя обновленным.

Практические занятия: Выполнение косметического массажа.

7.7. Рабочая программа

ПМ.07 Выполнение косметических масок для лица, шеи и зоны декольте

МДК 07.01 Виды косметических масок для кожи лица, шеи и зоны декольте; показания, противопоказания

В настоящее время косметические маски очень популярны. Их применяют в уходе за кожей не только лица, но и всего тела. Но ими нужно уметь пользоваться. Только в этом случае они окажутся полезными. Основное их предназначение – интенсивное очищение дермы (усиленное потоотделение, отшелушивание рогового слоя), улучшение кровоснабжения, повышение тонуса, сужение пор, снятие раздражения.

Некоторые маски для лица в косметологии имеют противовоспалительное действие, а также производят стимулирующий эффект, оказывают увлажняющее, вяжущее, разогревающее влияние. Их подбирают в зависимости от индивидуальных качеств дермы.

Виды масок для лица в косметологии

Есть косметические маски для лица, которые:

требуется смывать водой;

необходимо снимать специально предназначенным для этого средством;

не требуют смывания.

В зависимости от формы выпуска маски для лица в косметологии делятся на:

- 1) кремы и гели;
- 2) текстильные;
- 3) пленочные;
- 4) силиконовые;
- 5) гипсовые;
- 6) парафиновые;
- 7) биоматрикссы;
- 8) те, что выпускаются на основе альгината;
- 9) те, что представляют собой листы коллагена;
- 10) предназначенные для моделирования и т. д.

Как выбирают маску для лица в косметологии по типу кожи

Известно, что средства по уходу за кожей выбирают в зависимости от ее типа.

Дерма может быть:

сухой;

жирной;

нормальной;

комбинированной.

Однако в настоящее время деление на эти категории уже неактуально. Производители современной косметики опираются на индивидуальные

особенности дермы. Поэтому сейчас можно приобрести средства по уходу за проблемной и чувствительной кожей. Они помогут и в борьбе с куперозом и пигментацией.

Необходимо иметь в виду, что со временем под влиянием различных факторов (возраст, климат, гормональный фон, стресс) кожа меняется.

Маски для лица в косметологии также делятся на группы по оказываемому ими действию:

Виды масок по оказываемому ими действию

| Вид маски | Описание |
|-----------------------|---|
| очищающие | Средства предназначены для очищения поверхности кожи от отмерших клеток и ороговевших частичек. Также они обеззараживают дерму, избавляя ее от акне. |
| увлажняющие | В косметологии они необходимы для обогащения кожи дополнительной влагой, витаминами, микроэлементами. Они делают ее упругой, разглаживают морщины. |
| питательные | После использования этих средств кожа насыщается полезными элементами, повышается ее упругость, разглаживаются морщины, исчезает отечность, активизируется обмен веществ. |
| омолаживающие | Такие средства в косметологии призваны осуществлять комплексный уход за кожей лица, сдерживают процесс образования морщин, обеспечивают разглаживание уже имеющихся. Дерма становится мягкой, нежной, эластичной. |
| отбеливающие | В косметологии они предназначены для кожи, которая склонна к появлению пигментных пятен, веснушек, высыпаний и покраснений. После их применения дерма приобретает естественный ровный цвет. |
| лифтинговые | Обеспечивают восполнение липидного баланса, замедляют процесс старения, позволяют сохранять отличное состояние кожи в течение многих лет. |
| противовоспалительные | Помогают устранить воспалительный процесс, очищают кожу и сужают поры. |

Показания и противопоказания масок для питания лица, шеи и зоны декольте

Как и каждая косметическая процедура, применение питательных масок имеет свои показания и противопоказания.

Противопоказанием для применения питательных масок для кожи является аллергическая реакция на какой-либо компонент, входящий в состав маски. Чаще всего, подобную реакцию вызывают такие продукты, как мед, лимон, апельсин, яйца. Поэтому тем, кто подвержен аллергии на какой-либо продукт, необходимо избегать применения масок, в составе которых данный аллерген находится.

Во всех остальных случаях питательные маски не просто можно, а даже нужно делать, ведь они помогают улучшить цвет лица и общее состояние кожи.

Ухаживаем за кожей вокруг глаз

Обязательно следует воспользоваться питательной маской в следующих случаях:

работа в сложных условиях (сильная жара, мороз или резкие смены температурных режимов, пыль) или с химически активными веществами в первую очередь отражается на коже лица. Она пересыхает, начинает трескаться, появляются очаги воспаления, нарушается цвет, теряется упругость.

состояния нервного напряжения, стрессы и депрессии пагубно влияют на организм в целом, и кожу лица в частности, она теряет привычный здоровый цвет, становится сухой, шероховатой.

в период зимнего авитаминоза, а также ранней весной, когда организм еще не получает необходимого количества природных витаминов и полезных питательных веществ. Волосы, ногти и кожа первыми начинают страдать от их нехватки, появляется ломкость, сухость.

МДК 07.02. Технология нанесения косметических масок

Независимо от состава, консистенции, показаний к применению существуют **общие для масок всех видов правила техники их накладывания.**

1. Маску следует накладывать на предварительно подготовленную кожу лица: кожа может быть просто очищенная, а можно дополнительно нанести на нее под маску активные сыворотки, концентраты, ампульные препараты, одну или несколько ароматических эссенций.

2. Необходимо лежать, волосы надо аккуратно спрятать под платочек или шапочку. Следует заметить, что любые мимические движения, разговоры во время сеанса нежелательны, потому что вместо разглаживания морщин маска может их зафиксировать.

3. На кожу век можно наносить только маски, специально для этого назначены. Если же специальной маски для век нет, рекомендуется положить на веки ватные диски, смоченные холодной водой, охлажденным отваром цветов василька полевого, ромашки лечебной или чаю.

4. Маски наносят на лицо специальными кисточками (плоскими, широкими), шпателем или ватным тампоном. Маску обычно наносят толще, чем крем, слоем. Кисти, шпатели и эпонжи после применения моют и обрабатывают в соответствии с правилами асептики и антисептики.

5. Время экспозиции - от 10 до 30 мин. в зависимости от вида маски.

6. Если возникает опасность растекания маски за пределы овала лица, применяют косметические салфетки.

В зависимости от видов масок существуют разные способы их снятия. Но за ни одного из них нельзя смещать кожу, движения имеют быть легкими, скользкими.

Подсушивающие маски. Обычно это порошкообразные маски, что перед применением смешиваются с водой или специальным раствором к кашицеобразному состоянию, а потом накладываются плоской кисточкой на кожу лица. Подсушивающие маски могут быть и пастообразными, расфасованными в тубы или банки с плотными крышками. Как правило, и сыпучие, и пастообразные маски оставляют на коже до полного высыхания.

Перед снятием такую маску сначала размачивают влажными эпонжами, а потом ковкими движениями удаляют (строго по массажным линиям).

Когда кожа особенно жирная, Подсушивающие маски не смывают, а стряхивают с поверхности кожи. Как правило, пациент делает это сам.

Специальная маска, которая сушит кожу, накладывается в таких случаях:

после чистки для закрытия пор;

при наличии себореи;

при наличии гнойничковых сыпей (в состав маски следует включать антибактериальные компоненты).

Подсушивающую маску никогда не накладывают на шею!

Увлажняющие маски. Эффект увлажнения достигается мягкими, пастообразными масками, масками на основе морских водорослей. При наложении моделирующих масок достигается как минимум двойной эффект: увлажнение и лифтинг. Увлажнительные маски наносятся на все лицо, зону шеи и декольте. Время экспозиции - 20 мин.

Остатки маски снимаются влажными спонжами. В состав увлажнительных масок могут входить до 10 составляющих. Как правило, основными компонентами увлажнительных масок является гиалуроновая кислота, коллаген растительного и животного происхождения, экстракты растений (алоэ, жожоба и др.).

Питательные маски. Современные питательные маски изготавливают на легкой жировой основе; преимущественно используются растительные масла. Минеральные масла практически не применяются в современной косметологии, а животные жиры используются все реже.

В состав питательных масок, как правило, входят антиоксиданты: бета-каротин, витамин А, витамин Е, ароматические эссенции. Эти маски имеют кремообразную консистенцию. Маска наносится на все лицо, шею и декольте. Время экспозиции - 20-30 мин. Остатки маски снимаются косметической салфеткой или влажными эпонжами.

Грязевые маски очень активно влияют на кожу, поскольку они богаты минеральными веществами, разными солями. Они активизируют, кровообращение, производят противовоспалительное влияние. Поэтому эти маски показаны пациентам с себореей, вульгарными угрями. Грязевые маски активно тонизируют кожу, потому некоторые из них очень эффективные в комплексе присмотра за вянущей кожей лица. Однако пациентам с чувствительной кожей, признаками купероза грязевые маски следует назначать с осторожностью. Кроме того, грязевые маски противопоказаны

пациентам со склонностью к усиленному росту волос на лице. Эти маски наносятся на кожу лица. Зона шеи и декольте, как правило, остается свободной. Время экспозиции - до 20 мин. Когда грязевая маска высыхает, ее смывают спонжами, предварительно размочив; если она остается в виде пасты, ее просто смывают спонжами.

Маски на основе морских водорослей всегда тонизируют, омолаживают кожу, насыщают ее витаминами, микроэлементами, аминокислотами. В зависимости от вида водорослей эти маски могут охладить и согреть. Эта маска может быть в виде порошка, и тогда перед применением ее необходимо разводить специальным раствором или водой; может быть в виде мягкой пасты. Наносится на все лицо, шею и зону декольте. Время экспозиции - до 20 мин. Снимается влажными спонжами.

Моделирующие маски. Основной эффект моделирующих масок - это увлажнение и лифтинг. Под них на кожу можно наносить разные сыворотки, концентраты, ампульные препараты с целью получения дополнительного эффекта: укрепление сосудов, регуляции тонуса сальных желез, регенерации, отбеливания.

Благодаря содержанию особенных компонентов маска застывает как толстая резиновая оболочка или как гипсовый слепок. Эта маска создает эффект окклюзии, которая способствует проникновению активных веществ в более глубокие слои кожи.

Моделирующие маски готовятся непосредственно перед их нанесением. Эти маски необходимо готовить и накладывать достаточно быстро, чтобы они заблаговременно не застыли. Маска накладывается на лицо и шею. Время экспозиции - 30 мин.

Именно при наложении масок этого вида следует дополнительно обезжиривать площадь наложения косметическими салфетками.

Эти маски противопоказаны, если клиент боится замкнутого пространства (клаустрофобия).

Парафиновые маски. Использование парафина в косметологии связано с его специфическими свойствами: плохой теплопроводимостью и выраженной теплоемкостью. Парафин постепенно отдает тепло тканям, что способствует улучшению микроциркуляции, усилению процессов обмена веществ в тканях и секреции потовых и сальных желез. При этом поры открываются, сальные пробки размягчаются, устаревший заживительный инфильтрат рассасывается, повышается тонус мышц и упругость кожи.

Благодаря способности парафина уменьшаться в объеме при охлаждении, будто сжиматься, плотно охватывая ткани, проявляются лимфодренажные, противоотечные свойства парафиновой маски, эффект лифтинга.

Парафин является твердую, немного жирное вещество белого цвета - смесь естественных углеводов с температурой плавления 40-60°C.

Показание для назначения парафиновых масок: сухая и увядшая кожа, постакне.

Противопоказание:

гнойнички, поражение кожи в стадии обострения;
купероз;
гипертрихоз;
множественные пигментные новообразования на коже лица;
сердечно-сосудистые заболевания;
бронхиальная астма;
клаустрофобия;
гипертоническая болезнь.

Техника проведения процедуры. Парафин разогревается в специальном нагревателе, который хранит заданную температуру; на паровой бане; в однокамерном воскоплаве. Помните, если к парафину попадет вода, вы можете сильно обжечь лицо клиента.

Необходимо находится в положении, лежа с немного поднятой головой. Волосы тщательным образом убраны под платочек или повязку, обнаженный участок шеи и декольте. Кожу очищают соответствующим в данном случае средством, потом обрабатывают кожу тоником и досуха (!) промокают косметической салфеткой. Веки закрывают косметическими дисками, пропитанными специальным раствором, отварами лекарственных трав или чаем. Перед нанесением на кожу обязательно проверяют температуру парафина на внутренней стороне предплечья руки косметика. После этой пробы расплавленный парафин наносят на кожу широкой кистью методом наслаения, начиная с участки декольте и поднимаясь вверх за массажными линиями.

Для нанесение первых двух слоев используют парафин комфортной для клиента температуры; следующие слои могут быть горячее. Общая толщина парафиновых слоев приблизительно представляет 0,5 см.

У особенно чувствительных к повышенной температуре женщин можно применять такой метод: после нанесения первых двух, сравнительно комфортных, слоев парафина загодя приготовленную марлевую салфетку накладывают на кожу лица, шеи и декольте, и после этого наносят горячий парафин. Когда нанесение парафина завершено, этаж его накладывают махровое полотенце.

Поскольку во время этой процедуры Вы дышите только носом, проследите за тем, чтобы он мог делать это свободно.

Через 20-25 мин. полотенце снимают и в течение следующих 10 мин. парафин окончательно застывает, охлаждается, сжимая ткани. Потом, нажимая на маску и раскачивая ее по бокам, постепенно поднимают парафин и снимают маску одним блоком. Лицо промокают косметической салфеткой, протирают тоником. Кожа становится розовой и будто дышит.

В это время очень эффективным является нанесение активных концентратов, сывороток, ампульных препаратов, которые отвечают конкретному типу кожи.

На курс лечение назначается до 12 сеансов с интервалом через день. Парафиновые маски можно сочетать с массажем, аппаратными методиками.

Если курс лечения проводится в холодное время года, планируйте процедуры таким образом, чтобы после процедуры Вы оставались дома в течение 20-30 мин., потому что резкий перепад температур может навредить его коже.

Маски-пленки. В последние годы арсенал косметика обогатился масками-пленками. Разные фирмы-производители поставляют их на рынок загодя упакованными, вырезанными по размеру лица с отверстиями для глаз и носа; в их состав входят коллаген морского происхождения и разные добавки.

Эти маски могут быть сухими, и тогда к ним прилагается активатор - жидкость, что наносится на маску для ее увлажнения; они могут быть влажными, тогда каждая маска герметично упакована и раскрывается непосредственно перед применением.

Под маску, как правило, наносятся активные сыворотки, концентраты, ампульные препараты. Маска накладывается на лицо снизу вверх, от подбородка, тщательным образом расправляется и прижимается к коже, чтобы под ней не осталось волдырьков воздуха. Время экспозиции такой маски - 15-20 мин., потом она снимается как пленка.

Противопоказаниями для такой маски является только наличие гнойничковых сыпей на коже. Маски этого вида очень популярны, нравятся женщинам, несложные в выполнении для косметолога и дают наглядный эффект увлажнения, тонизации кожи.

Практические занятия: Нанесение косметических масок.

7.8. Рабочая программа ПМ.08 Окраска бровей и ресниц, коррекция формы бровей

МДК 08.01 Колористические типы внешности, формы лица и формы бровей

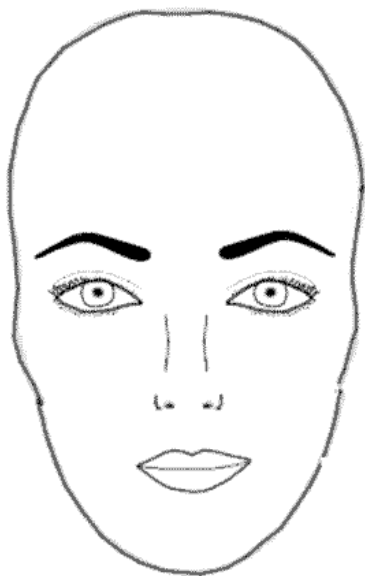
Форма бровей по типу лица: круглое, овальное лицо.

В форму бровей девушкам с круглым типом лица рекомендуется добавить небольшой изящный излом - уголок и заостренный хвостик. Это сделает мягкие плавные черты более выразительными, характерными. При этом у линии должно быть более широкое начало, а кончик тоненький. Чтобы визуально лицо вытянуть, сделать его приближенным к овалу, брови должны быть высоко приподняты. Но здесь важно не забывать про чувство меры.

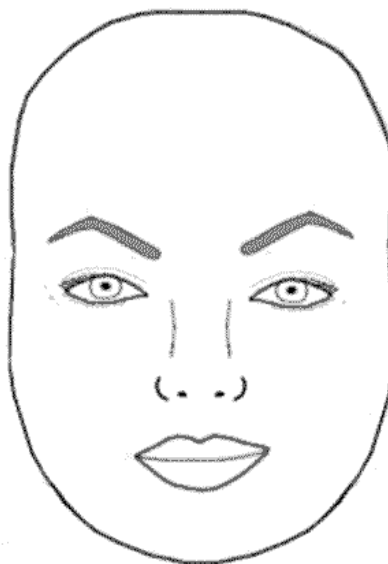
Для круглого лица противопоказаны округлые формы, которые повторяют очертание лица, это сделает его еще более круглым.

Наоборот, девушкам с овальной формой лица нужно избегать изломов, иначе выражение получится чрезмерно строгим. Для овального не рекомендуются брови в форме арки, так как они вытягивают визуально, а этого не требуется в данном случае. Хороший вариант – стремиться к выпрямленным линиям, при этом можно их слегка закруглить.

Обратите внимание на ширину. Слишком широкие, прямые брови сделают взгляд чрезмерно тяжелым, таких лучше избегать. Овальная форма лица считается идеальной. Поэтому у обладательниц ее главная задача – не откорректировать, а сохранить, усилить баланс и природную гармонию черт.



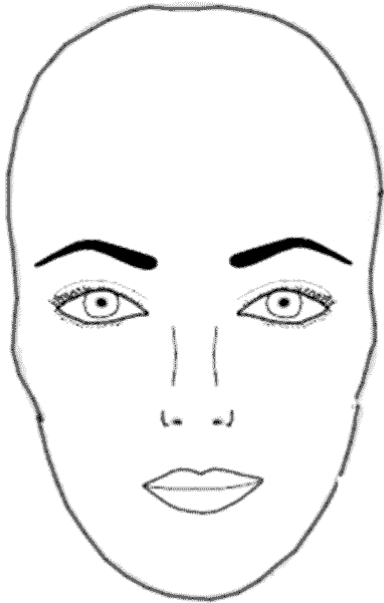
Овальная форма лица



Круглая форма лица

Коррекция вытянутого лица заключается в том, чтобы добавить ему визуальную ширину.

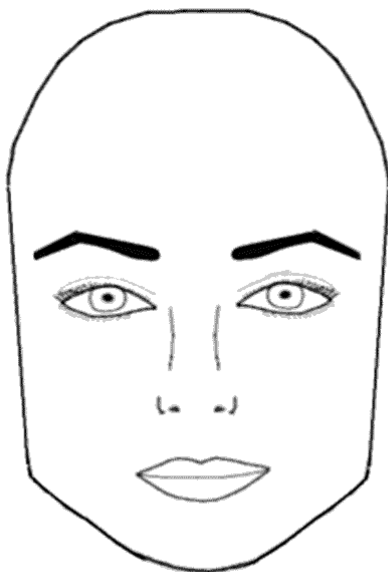
Поэтому выбирать нужно абсолютно прямые горизонтальные линии (как на картинке).



Вытянутая форма лица

Форма бровей для квадратного и прямоугольного лица

Квадратным лицом считается тогда, когда длина и ширина его практически одинаковые, чуть шире только в области щек.



Квадратная форма лица

Как скорректировать квадратное лицо? Задача в данной ситуации сделать визуально лицо более узким, при этом плавным, смягчить тяжелые линии скулы, челюсти. Поэтому предпочтительны округлые линии, избегать требуется изломов, заострений, уголков.

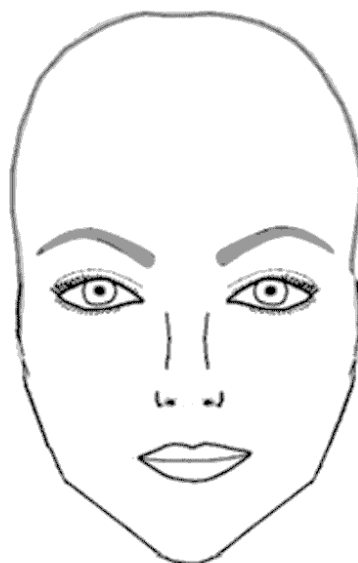
Противопоказаны и узкие брови, лучше всего выбрать их естественную природную ширину. Остановитесь на высоких бровях. Не бойтесь сделать их

слишком заметными, кончик же можно сделать несколько длиннее, чем это принято.

Аналогичных рекомендаций нужно придерживаться девушкам с прямоугольной формой лица. Не стоит лишь делать слишком высоким изгиб, чтобы не прибавить лицу длины. А вот бровям длина как раз нужна, это поможет достичь необходимого баланса.

Форма бровей для треугольного и ромбовидного лица

Чтобы сделать гармоничным треугольное лицо (иначе его еще называют сердечком), важно максимально облегчить лоб – самую тяжелую часть, а также смягчить острые углы в области подбородка, скул. В этом помогут дугообразные брови, хвостики должны быть слегка приподняты вверх, а изгиб плавный, равномерный. Иначе их еще называют бровями взлет. Категорически противопоказаны прямые линии.

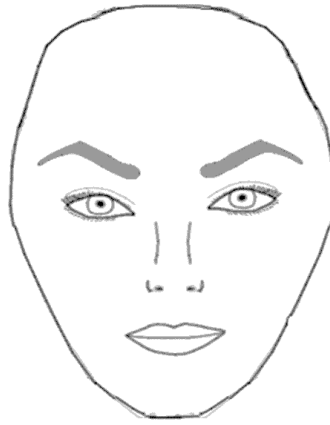


Треугольная форма лица

Для лица в **форме перевернутого треугольника** (груши) с полными щеками и широким тяжелым подбородком важно подобрать такие брови, которые максимально уравновесят, гармонизируют верхнюю и нижнюю часть. Важно, чтобы волоски были хорошо прокрашены, бровь имела четкие очертания и была при этом достаточно густой.

Линии необходимы широкие, достаточно длинные. Что касается изгиба, то девушкам с выразительными чертами лица будет достаточно небольшого изгиба, в противном случае можно предпочесть более резкий характерный излом.

Если у клиента ромбовидная форма лица с угловатыми чертами (иначе ее еще называют «алмаз»), сочетающая особенности и квадрата и треугольника, то скорректировать ее поможет мягкая округлая линия арочной формы.



Ромбовидная форма лица

Ширина может быть чуть больше натуральной.

Стоит избегать прямых бровей, а также любых резких изломов в их линии.

Подбираем форму пошагово

Мало подобрать правильную модель бровей, важно, чтобы она смотрелась гармонично именно на лице клиента. Для этого потребуются выполнить несложные измерения.

Возьмите обычный карандаш. С его помощью нужно будет сделать три отметки.

Сначала нужно карандашом соединить крыло носа с внутренним уголком глаза. Получится линия А, в вершине которой нужно поставить точку. Именно от нее должна начинаться ваша бровь. Если волоски растут до точки А, их нужно аккуратно выщипать.

Далее нужно найти точку В. Именно она должна быть самой высокой точкой брови. Чтобы ее найти, нужно карандашом соединить крыло носа с внешней границей радужки глаза. Отметьте точку В. До нее бровь должна плавно подниматься, а ширина быть приблизительно одинаковой.

После точки В линия начинает плавно спускаться вниз и сужаться. Все волоски, которые оказались за пределами указанной границы, нужно аккуратно выщипать пинцетом.

Теперь осталось найти точку С. Для этого соедините карандашом крыло носа и внешний уголок глаза. Отметьте точку С. Линия не должна заходить за эту отметку. Если пока это не так, все лишние волоски необходимо выщипать.

Проверьте и расстояние между бровями. В среднем между ними должно помещаться два пальца. Если глаза близко посажены, то расстояние будет чуть меньше.

Обратите внимание: косметологи советуют выщипывать волоски только по нижнему контуру, удалять с верхней границы не рекомендуется, так как вид в результате получается неэстетичный.

В завершение нужно подумать о толщине бровей. Слишком тонкие уже давно не в моде, в тренде натуральная густота, форма, повторяющая натуральную.

Толстые и широкие плохо сочетаются с небольшого размера глазами, а также с тонкими губами, изящными чертами лица, низким лбом.

Если же черты, наоборот, крупные, даже грубоватые, с ними плохо сочетаются узкие брови.

Обратите внимание и на направление уголка. Если он смотрит вниз, это придает лицу усталое выражение, его нужно обязательно скорректировать. Если вверх, то выражение становится удивленно-наивным. Идеальный вариант – когда тело брови и уголок располагаются на одном уровне.

МДК 08.02 Технология окраски бровей, ресниц

Окрашивание бровей

Окрашивание бровей краской – это процесс придания волоскам нужного оттенка с использованием специального красителя.

Процедура состоит не только из нанесения краски – выделяется 4 основных этапа:

Очищение – от качества очищения будет зависеть, как хорошо краска «схватится»;

Создание эскиза – схематичная прорисовка будущих бровей;

Коррекция;

Нанесение красящего состава.

Каждый из этапов имеет свои особенности – их мы рассмотрим ниже.

Общие правила окрашивания бровей:

проводи окрашивание в одноразовых перчатках. Так ты защитишь руки от воздействия краски, а также сделаешь процедуру гигиеничной для клиента; надевай маску. В силу специфики работы тебе приходится постоянно находиться рядом с лицом клиента. Маска сдержит какую-то часть бактерий и обезопасит клиентку от попадания мелких частичек слюны;

следуй инструкции к краске.

Ниже мы описали общие рекомендации по проведению окрашивания, но для разных красок этот план нужно будет корректировать – держать больше или меньше времени, менять пропорции; взаимодействуй с клиентом – узнай, какую форму и цвет она хотела бы видеть, какой делать ширину. Так ты обезопасишь себя от неудовлетворенности результатом.

Очищение

От того, насколько качественно ты очистишь кожу, зависит, как краска ляжет и впитается. Очистить необходимо кожу от мейкапа, загрязнений и мелких шелушений, а также брови от мелких частичек пыли. Для проведения очищения потребуется:

средство для удаления декоративной косметики – лосьон,

мицеллярная вода;

шампунь для бровей;

средство для обезжиривания;

щеточка-ершик.

Удалить декоративную косметику можно при помощи мицелярной воды или лосьона. Мицелярку можно использовать обычную или специальную для бровей. Главное, чтобы она не сушила проблемную кожу.

Шампунь нужен специальный. В отличие от обычного, он меньше пенится и легче удаляется.

Для обезжиривания можно использовать хлоргексидин на водной основе, специальный обезжириватель или обезжиривающий лосьон.

Порядок проведения очищения:

1) смочи ватный диск мицелярной водой или лосьоном и легкими, но уверенными движениями пройди по бровям. На этом этапе важно удалить большую часть декоративной косметики и мелких частичек пыли;

2) небольшое количество шампуня нанеси на брови и с помощью щеточки вспень его. Делай расчесывающие движения, чтобы уделить внимание каждому волоску;

3) удали шампунь ватным диском, смоченным водой;

4) последним этапом протри брови протри ватным диском, смоченным в обезжиривателе или лосьоне.

Создание эскиза

Чтобы наметить будущую бровь понадобится:

пудровый или белый карандаш для бровей;

прямая плоская кисть;

ватный диск, смоченный мицелярной водой.

Создание будущей брови начинается с разметки трех основных точек – основания, подъема и хвостика.

1. Поставь карандаш к крылу носа по направлению к началу брови через внутренний уголок глаза. Поставь точку – это будет начало;

2. Перемести карандаш по направлению к хвосту так, чтобы он гранью проходил через край радужки глаза. Обрати внимание, что клиент при этом должен смотреть строго прямо, а требуемая сторона радужки находится ближе к виску. Поставь точку – это подъем;

3. Перенеси карандаш ниже, чтобы одним краем он касался крыла носа и проходил через внутренний уголок глаза. Это будет конец.

Теперь нужно поставить опорные точки – их 5:

Первая определяет высоту брови. Поставь ее на максимальной высоте роста волос у переносицы;

В зависимости от желаемой ширины поставь нижнюю точку. Не опускай ее слишком сильно, так как брови будут казаться нависшими;

Третья точка – верхняя на подъеме. От нее зависит, насколько крутой будет арка. Верхняя точка арки не может быть ниже верхней точки основания;

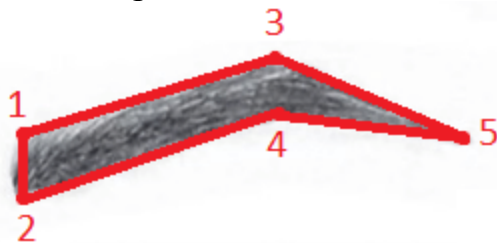
Четвертая – нижняя часть арки. Поставь точку таким образом, чтобы тело брови в месте подъема было немного уже, чем основание. Не перестарайся – брови должны сужаться к хвосту постепенно;

Пятая – конечная точка. Ее поставь на том же уровне, что и нижняя точка основания.

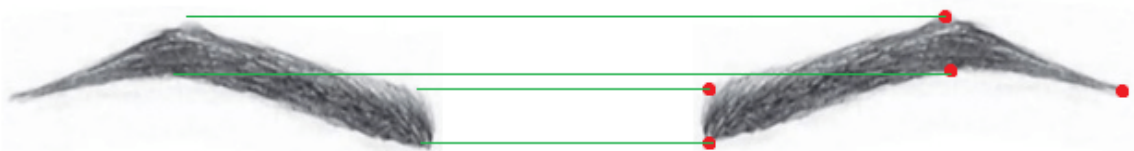


Теперь можно перейти к соединению точек:

1. Натяни кожу над бровью и заточенным пудровым или белым карандашом соедини нижние точки – основание, арку, хвост, а затем верхние;
2. Кисть смочи о ватный диск с мицелярной водой и аккуратно подчисти линию, чтобы она стала идеально ровной и тонкой. Держи кисточку под углом 45 градусов. Обрати внимание, что если ты будешь подчищать карандаш изнутри формы, то бровки будут шире, а если снаружи – уже. Кисть постоянно обтирай об ватный диск, чтобы удалить карандаш – так работа будет чище;
3. Повтори все тоже самое на второй брови.



Лайфхак: чтобы перенести точки симметрично и сохранить ширину основания, подъема и хвоста, используй карандаш – приложи его кончиком к уже поставленной точке перпендикулярно к переносице. Так брови получатся одной высоты.



Возможные трудности на этом этапе: заросшие брови не дают тонко подтереть карандаш. Нарисуй сначала толстые линии, потом проведи коррекцию и уже после этого приступай к исправлению толщины карандашной линии;

не рисует карандаш. Смочи грифель о ватный диск с мицелярной водой.

Коррекция

Коррекция бровей – удаление лишних волосков, проводится после того, как будущая форма намечена и клиента она устроила. Если поспешишь с удалением волос, то обратно их уже не пристроишь.

Коррекцию можно проводить:

пинцетом;

нитью для тридинга;

воском.

Выбирать нужно исходя из своих привычек и волоса клиента.

Воском хорошо удалять пушковые волоски с переносицы и зоны под бровью;

Пинцет эффективней для жестких волос или снижения густоты, тридинг универсален, но требует некоторой сноровки.

Рассмотрим классическую коррекцию пинцетом – ее делают чаще всего:

1. Поднеси пинцет к волосу, размещая смыкающуюся часть полого к коже. Пинцет должен как бы лежать;

2. Начиная дергать волосы в ту сторону, в которую они растут;

3. Удали все волоски, которые выходят за пределы разметки.

Если видишь на коже черные точки – это еще не проросшие волоски. Лучше их не трогать – достать пинцетом практически невозможно, проще подождать, пока они проклюнутся, и будет хотя бы 1 мм длины.

После коррекции еще дочисти карандаш до тонкой линии, если это требуется.

Нанесение краски

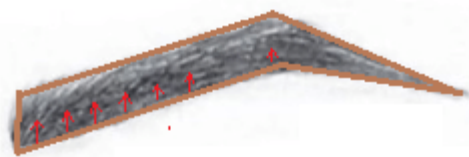
После всех подготовительных работ настал самый ответственный шаг – нанесение красителя.

Выбери краску, которая подойдет по оттенку твоей клиентке – ориентируйся на цвет волос, тон кожи и предпочтения девушки.

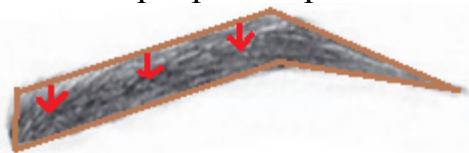
1. Выдави в емкость 1 см краски и добавь окислитель по инструкции. Если нужно смешать две краски, чтобы убрать подтон, то сначала смешивай красители друг с другом и только потом добавляй оксид;

2. Перемешай краску до однородности, чтобы не было комочков. Сделать это можно вручную кистью или специальным миксером;

3. Скошенной кистью набери немного красителя и снизу вверх, не задевая карандашный контур распредели краску тонким, практически прозрачным слоем до центра;



4. После того, как краска в нижней части нанесена, повторно набери краситель и прокрась верхнюю часть сверху вниз до центра;



5. После нанесения первого слоя смочи прямую кисть мицелярной водой и подкорректируй основание – скорректируй наклон или сделай прямую линию. Также можно подобрать контур, если краска где-то вышла за пределы линии;

6. Повтори нанесение на вторую бровь.

Рекомендуем делать шаги поочередно, а не ждать, пока все манипуляции с одной бровью закончатся и только потом приступить ко второй. Так ты сэкономишь время.

После того, как на вторую бровь нанесен первый слой:

1. Набери на кисточку краску и на ту бровь, которую делала первой, нанеси еще один слой. Это будет дублирующий слой, который закроет проплешины, если они где-то были, и сделает окрашивание равномерным;

2. Через минут после нанесения дублирующего слоя возьми щетку-ершик и вычеси часть краску с верхней части основания. Убери вычесанную краску с кожи с помощью ватной палочки. Этот шаг нужен, чтобы начало не было слишком ярким;



3. Через 3-5 минут после работы ершиком, окончательно смой краситель с основания. Для этого используй ватную палочку, смоченную водой. Удаляя краску, делай стягивающие движения в сторону подъема прямо по волоскам. Это позволит избежать резких переходов цвета;



4. Сразу после предыдущего шага можно нанести дублирующий слой на вторую бровь и также, выждав 1 минуту вычесать ершиком краску с основания;

5. Через 3-5 минут краситель с начала второй брови полностью сними ватной палочкой, а с первой удали краситель совсем. Делается это с помощью ватного диска, смоченного обычной водой.

Пока есть время и вторая бровь докрашивается, можешь провести коррекцию, если она необходима. На этом этапе можно убрать пушковые волосы с переносицы воском или подергать какие-то лишние волосы, выбивающиеся за контур. Если будешь проводить коррекцию воском, перед нанесением обязательно очисти кожу мицелярной водой или лосьоном, а после процедуры нанеси успокаивающий крем.

Примерно через 5 минут после того, как ты удалила краситель с первой брови, повтори процедуру для второй – смочи ватный диск водой и удали краску;

С помощью мыла или воска уложи волоски с использованием щетки-ершика.

Общее время выдержки краски составляет 10-20 минут с первого нанесения. Учитывай это, когда чередуешь работу на двух сторонах сразу.

Противопоказания

заболевания глаз в стадии обострения. Краска – это далеко не полезный состав, который источает пары аммиака и его производных. Это может усугубить состояние глаз;

повышенная чувствительность кожи и склонность к аллергиям. Относительное противопоказание – если придет такой клиент, проведи сначала тест на аллергию на локтевом сгибе. Тест рекомендуется проводить каждой новой посетительнице;

заболевания кожи – дерматит, псориаз, грибковая инфекция. Если любая из этих болезней проявляется на лице, от окрашивания рекомендуется временно отказаться;

открытые раны и ссадины, а также живые шрамы на месте окрашивания. Агрессивный состав краски доставит дискомфорт и скажется на скорости заживления.

Практические занятия: Выполнение окраски бровей. Коррекция формы бровей.

Окрашивание ресниц

Инструмент для процедуры

Окрашивание и светлых, и темных ресниц потребует некоторых инструментов:

ватная палочка или кисточка;

посуда для размешивания состава – из стекла, керамики или пластика.

Металлическая не используется;

резиновые перчатки – состав оставляет пятна на незащищенной коже;

жирный крем, ватные диски, салфетки и другие средства защиты.

Технология окрашивания

Перед процедурой проводится кожный тест: краску наносят на сгиб локтя и выжидают 15 минут. Если за это время кожа не покраснела и не отекала, аллергическая реакция отсутствует.

Технология проста, но требует аккуратности.

В емкость выдавливают примерно 1–2 мл краски и 5–10 капель перекиси водорода – 10%.

Состав перемешивают до получения однородной консистенции.

Окрашивание нижних ресниц требует защиты кожи. Под глаза накладывают слой жирного крема и укладывают смоченные водой ватные диски так, чтобы нижние ресницы не касались кожи.

Состав наносят на сомкнутые ресницы – и на нижние, на верхние одновременно. Глаза при этом должны быть плотно закрыты, но не зажмурены. Средство наносит довольно густым слоем.

Ресницы окрашивают дольше бровей, поэтому краску удерживают не менее 15 минут, если предполагается и покраска бровей, то их красят во вторую очередь.

Удаляют ватные диски и с помощью влажной салфетки и воды смывают лишнюю краску с ресниц. Если на коже все же остались следы, для их удаления используют специальные средства, а не мыло.

Практические занятия: Выполнение окраски ресниц.

7.9. Рабочая программа

ПМ.09 Эстетическая коррекция волосяного покрова лица, шеи и зоны декольте различными способами

МДК 09.01 Виды эстетической коррекции волосяного покрова лица, шеи и зоны декольте, показания и противопоказания

Современное понятие о красоте немислимо без гладкой и здоровой кожи. Удаление нежелательных волос на лице и теле – одна из наиболее востребованных и деликатных косметических процедур. Чтобы подобрать подходящий способ решения проблемы, необходимо рассмотреть различные виды эпиляции и их особенности.

Эпиляция: отличие от депиляции и преимущества

Название эпиляция объединяет тотальные методы избавления от лишней растительности посредством нарушения функций волосяного фолликула. В этом заключается отличие от депиляции, при которой снимают только волосяной стержень.

Сегодня популярны следующие виды удаления волос:

бритье;

химическая депиляция;

восковой метод;

шугаринг;

фотоэпиляция;

лазерная эпиляция;

электроэпиляция.

Примитивный и быстрый способ поверхностной обработки бритвой распространен и сегодня. Метод не доставляет болевых ощущений, но частое сбривание провоцирует ускоренный рост волосков, структура которых грубеет. Жесткая щетина видна уже через 12 часов после бритья.

Крем-депилятор решает проблему, но так же ненадолго. Химический состав проникает в поверхностные слои кожи, растворяя стержень волоса. Увлажняющие компоненты придают коже гладкость, которая сохраняется пару дней. Главными недостатками химической депиляции считают возможное развитие аллергических реакций на состав и недостаточную эффективность на жестких волосах.

Ваксинг и шугаринг – прогрессивные виды депиляции с использованием натуральных составов. Методы основаны на удалении стержня вместе с волосяной луковицей, поэтому часто, как и применение механического эпилятора, приравниваются к разновидностям эпиляции.

Все виды эпиляции, в отличие от депиляции, дают стойкий эффект, сохраняющийся довольно долго – в среднем до 6 лет, а иногда и навсегда. Такие процедуры выполняют с использованием специальных приборов. Волос разрушается вместе с точкой роста под воздействием ряда физических факторов.

Ни один из методов эпиляции не избавляет от нежелательной растительности за один сеанс. Приборы способны действовать на растущие волоски, не затрагивая фолликулы в стадии покоя. Поэтому для достижения желаемого продолжительного эффекта необходимо пройти курс из 8 – 10 регулярных сеансов.

Универсального способа удаления ненужной растительности не существует. В решении деликатного вопроса нужен индивидуальный подход с учетом особенностей волосяного покрова, кожи, состояния здоровья человека. Чтобы правильно подобрать оптимальный метод, необходимо рассмотреть виды эпиляции и их эффективность, соотнести предполагаемый результат и возможные риски.

Ваксинг

Ваксингом называют депиляцию с использованием состава на основе косметического воска. Это один из старейших методов борьбы с растительностью на теле, основанный на физических свойствах расплавленной восковой массы. После нанесения на кожу по росту растительности состав быстро затвердевает с прилипшими волосками. Срывают восковой слой в обратном росту волос направлении при помощи бандажа.

Достоинства:

техническая простота;

доступность;

мгновенный эффект.

Недостатки:

болезненность;

вероятность получения ожогов кожи горячим воском;

риск неправильного роста волосков.

Длина волос для ваксинга должна быть не меньше 4 – 5 мм. Эффект после сеанса сохраняется в течение 3 недель.

Шугаринг

Депиляция сахарной пастой называется шугаринг. Состав на углеводной основе обладает хорошей адгезией. Перед процедурой пасту подогревают до мягкого состояния и наносят на кожу в направлении, противоположном росту волос. Затем четким движением параллельно поверхности состав снимают вручную, шпателем или бандажной полоской по росту волосков. Шугаринг считают менее болезненным благодаря порядку нанесения и снятия пасты, обволакивающим свойствам мягкой карамели.

Достоинства:

подходит для удаления любых волос на всех типах кожи;

доступные цены на салонные процедуры;

возможность проведения в домашних условиях;

натуральный состав пасты.

Недостатки:

болезненность;

непродолжительный эффект (в среднем 20 – 25 дней);
необходимость в отрачивании волосков до 4 – 5 мм перед следующей обработкой.

Механический эпилятор

Эпилятором называется портативный прибор для механического удаления волоса с корнем. На вращающейся рабочей поверхности эпилятора находятся пинцеты или шелковые нити, которые захватывают и выдергивают волоски. Оптимальная длина выступающей части волоса для захвата составляет 5 – 7 мм. Современные приборы способны выдергивать едва отросшие стержни длиной от 0,5 мм.

Эпилятор, восковая и сахарная депиляция популярны благодаря доступности, возможности сделать процедуры дома самостоятельно. Но низкая эффективность и выраженные болевые ощущения, особенно при обработке чувствительных мест, послужили поводом для поиска более действенных и безболезненных методов борьбы с нежелательной растительностью.

Энзимная эпиляция

Существует биологический метод, основанный на способности натуральных ферментных комплексов воздействовать на фолликул, разрушать пептидные связи структурного белка растущих и даже спящих волос. Растительность, лишённая кератинового каркаса, не жизнеспособна и легко удаляется.

Гель или крем, содержащие энзимы (трипсин, химотрипсин, папаин), наносят на поверхность кожи. Обработанные участки оборачивают пленкой и прогревают при помощи термобандажей, электродов или ИК-излучения. Тепло необходимо для доставки ферментов в устье волоса фолликула.

Разрушенные волоски снимают сахарной пастой или теплым воском, что не доставляет выраженных болевых ощущений.

Достоинства:

минимальный дискомфорт от процедуры;

доступная цена;

благоприятное влияние на состояние кожных покровов.

Недостатки:

не подходит для эпиляции лицевой зоны;

не дает стабильный результат (эффект сохраняется от 1 до 4 месяцев в зависимости от индивидуальных особенностей);

требует проведения курса из 6 – 8 сеансов.

Жесткие волоски хуже поддаются действию ферментов, поэтому не всегда удается достичь хорошего эффекта.

Фотоэпиляция

Процедуру проводят специальным прибором, который называется фотоэпилятором. Разрушение структуры волоса вместе с фолликулом происходит под воздействием генерируемой световой энергии. Длину волны

настраивают индивидуально из общего диапазона от 530 нм до 1200 нм при возможном варьировании параметра.

Способностью к поглощению света наделен пигмент меланин, отвечающий за окраску волосяного покрова. Чем светлее оттенок, тем меньше содержание пигмента. Поэтому на темных волосах фотоэпиляторы работают лучше.

Пигмент меланин помимо волос содержится в дерме и отвечает за ее оттенок. Поэтому на смуглой и загорелой коже косметологи не рекомендуют делать фотоэпиляцию. Фотоэпилятор хуже справляется с прямой задачей, а риск местных побочных реакций возрастает.

Выделяют следующие виды эпиляций посредством световой энергии:

IPL – классический вариант широкополосной фотоэпиляции. Приборы способны обрабатывать сравнительно большие площади кожных покровов, в том числе склонных к повышенной чувствительности. Полный результат наблюдают через 6 – 8 сеансов.

LHE – воздействие посредством двух видов энергии – световой и тепловой. Дополнительное нагревание волоса позволяет обходиться лучами из наиболее безопасной части спектра. Светлые волоски поддаются действию прибора, но ограничение использования на коже темных оттенков остается.

Достоинства фотоэпиляции:

эффективность;

производительность;

отсутствие болевых ощущений;

универсальность (подходит для обработки различных зон, включая бикини и лицевую область).

Недостатки:

ограничение по цвету волос и кожи;

ценовые рамки курсовой обработки.

Лазерная эпиляция

Механизм действия лазера основан на принципах фотоэпиляции. Приборы генерируют световые лучи, которые поглощаются меланином. Энергия аккумулируется, разрушает пигмент и блокирует кровообращение фолликула. Волосы лишаются питания, каркасные свойства кератина утрачиваются.

Лазерное оборудование генерирует волны одинаковой длины. Функциональные возможности лазера зависят от глубины проникновения луча. Мощный неодимовый лазер прицельно проникает в слои кожи на глубину до 4 мм, что дает возможность удалять волоски всех оттенков с любого типа кожи. Рубиновый лазер с длиной волны 1 мм удалит только темные волосы на светлой коже. Сегодня чаще используют александритовый и диодный лазер.

Эффект от процедуры виден не сразу. Выпадение волос начинается на 7 – 10 день после обработки. Следующий сеанс проводят по мере активации незадействованных фолликулов через 30 – 45 дней.

Достоинства:

стойкий эффект (курс лазерных процедур решает проблему в среднем на 6 лет);

минимальный дискомфорт (ощущается едва уловимое покалывание);

подтвержденная безопасность (при отсутствии противопоказаний нежелательные реакции возникают крайне редко).

Недостатки:

необходимость поэтапной обработки из 6 – 8 сеансов;

стоимость курса лазера;

ограниченность некоторых приборов по степени воздействия на светлые волосы.

Электроэпиляция

Электроэпиляцию считают единственным видом эпиляции, способным избавить от ненужной растительности навсегда. Через тонкую иглу прицельно на фолликул подается электрический ток. В результате происходит коагуляция белковых компонентов и капилляра, питающего волосяной стержень. В большинстве случаев фолликул уничтожается необратимо.

Пинцетный метод электроэпиляции проводят без введения игл и электродов в волосяной мешочек. Волос захватывают пинцетом, через который проходит электрический разряд. Разрушение волоска таким способом занимает в среднем 2 минуты, поэтому технику применяют на чувствительных участках малой площади.

Достоинства метода:

практически исключает дальнейший рост волосяного покрова;

эффективен в отношении волосков разной структуры и строения.

Недостатки:

болезненность;

длительность процедуры (сеанс электроэпиляции может продолжаться часами);

ограниченность применения (метод не используют для обработки подмышечных впадин и паховой области).

Новейшие методы эпиляции

Современные разработки в области аппаратной эпиляции объединили имеющиеся достижения в косметологии.

АФТ-эпиляция

АФТ-эпиляция основана на генерировании импульсных световых потоков. Система встроенных светофильтров преобразует короткие волны и волны ультрафиолетового спектра в потоки безопасного около ИК-диапазона (800 – 1000 нм). Благодаря задействованию неактивной части спектра на выходе образуется усиленный и максимально эффективный импульс, что позволяет сократить количество сеансов.

ELOS-эпиляция

ELOS-эпиляция – симбиоз светового импульса и электромагнитной энергии. Новая технология создана на основе принципов фотоэпиляции и усилена дополнительным физическим воздействием. Метод эффективен для удаления всех типов волос, в том числе седых.

Qool-технологии

Qool-эпиляция – усовершенствованный метод избирательного лазерного воздействия. Лучи направляются прицельно на волосяной фолликул, не действуя на прилегающие кожные покровы. Это преимущество снимает ограничения применения лазера на смуглой коже.

Существенным отличием от стандартной лазерной эпиляции является способность аппарата разрушать волоски любого оттенка, включая светлые и седые.

Преимущества Qool-эпиляции:

безболезненность;

эффективность при любом типе волосяного покрова;

продолжительность эффекта (от 5 до 8 лет);

ограниченность контакта с кожными покровами (исключается выцветание участков кожи, появление пигментных пятен, раздражения);

возможность обработки различных зон.

Недостатки:

курсовая эпиляция из 8 – 10 сеансов;

высокая стоимость относительно альтернативных методов;

временные рамки процедуры (обработка занимает больше времени, чем в случае стандартной лазерной эпиляции).

Чтобы подобрать подходящий способ избавления от нежелательной растительности, нужно объективно оценить различные виды эпиляции и депиляции с учетом особенностей каждого. Любой метод имеет противопоказания и ограничения. Консультация грамотного специалиста исключит возможные риски и обеспечит хороший результат. Эффективная эпиляция сегодня – не роскошь, а стандартная гигиеническая процедура.

Противопоказания эстетической коррекции волосяного покрова лица, шеи и зоны декольте

свежий загар на покрове коже;

болезни кожного покрова в стадии обострения или хронические;

родинки или попиломы;

ОРВ;

Онкологические заболевания;

герпес;

склонность организма к формированию келоидных рубцов – разрастания тканей в процессе травмы;

наличие ожогов;

период беременности;

кормлению грудью;

присутствие аллергических реакций: сыпь, раздражения;
повреждения кожи: ссадинами и царапинами.
несовершеннолетние, не достигшие 18 летнего возраста.

МДК 09.02 Технология выполнения коррекции волосяного покрова лица, шеи и зоны декольте

Восковая коррекция волосяного покрова лица, шеи и зоны декольте

В косметологии уже давно применяются различные методы удаления ненужных волос на всех частях тела. Темные «усики», жесткие волосы на подбородке и слишком густые брови могут подпортить вид даже самой привлекательной женщине. Восковая эпиляция лица или биоэпиляция – доступный и очень эффективный метод удаления нежелательных волосков. Сама процедура несложная, поэтому может проводиться как в профессиональном салоне, так и в домашних условиях.

Достоинства процедуры

Она получила широкое распространение благодаря своим достоинствам:

Доступность. Восковая смесь, шпатели, бумажные и полотняные полоски можно приобрести в крупных магазинах косметики;

Простота и быстрота. Средняя длительность биоэпиляции — 10-15 минут;

Продолжительный эффект. Эпиляция воском лица позволяет удалять нежелательные волоски вместе с луковицей, что гарантирует сохранение эффекта до шести недель. После 4-5 процедур волосы становятся значительно тоньше и бесцветней.

Возможность за один раз удалить большое количество волос;

Универсальность. С помощью биоэпиляции можно удалить любые нежелательные волоски, будь они толстые и темные или же тонкие и светлые. А широкий выбор материалов, позволит подобрать восковую смесь для любого типа кожи.

Недостатки эпиляции воском

Многие женщины до сих пор прибегают к недостаточно эффективным способам борьбы с нежелательной растительностью. Потому что биоэпиляция, имеет и минусы:

Болезненность;

Невозможность удалить короткие волоски;

Врастание волос;

Длительное раздражение. Проблема чаще всего возникает у обладательниц чувствительной кожи, а также при неправильном уходе за зоной депиляции.

Аллергия на компоненты смеси;

Возможность травмирования кожного покрова: раздражение, синяки;

Большую часть вышеописанных проблем можно избежать, воспользовавшись услугами профессионала.

Виды воска

Восковую смесь для биоэпиляции следует выбирать исходя из собственного профессионализма, типа кожи, а также зоны депиляции. Воск бывает трех видов:

Холодный воск представляет собой бумажные или полотняные полоски, на которые равномерным слоем нанесен восковой состав. Иногда выпускается в тубах. Нагреть восковые полоски очень просто – достаточно растереть их между ладонями. Эти полоски хорошо подходят для восковой эпиляции бровей, а также для использования в путешествиях, когда невозможно создать условия для полноценной процедуры.

Теплый воск также подразумевает использование полотняных или бумажных полосок, однако требует более длительного нагрева. Обычно выпускается в кассетах с роликом и банках. Такая смесь нагревается до 45°C и наносится на кожу, после чего быстро остывает. Теплый воск не оказывает никакого вредного термического воздействия на эпидермис и капилляры. Идеально подходит для проведения процедуры дома.

Горячий воск является самым эффективным средством борьбы с нежелательной растительностью, поэтому он чаще остальных используется профессиональными мастерами. Он плавится при температуре 55-60°C, а затем наносится на кожу. После застывания образует пластичную пленку, которая полностью удаляется одним рывком. В домашних условиях горячий воск следует применять с особой осторожностью, чтобы не допустить ожогов.

Предварительная подготовка зоны

Чтобы эпиляция воском на лице прошла максимально эффективно и безболезненно, зону депиляции следует правильно подготовить. Обладательницам чувствительной кожи, следует строго соблюдать все рекомендации по уходу за зоной депиляции.

Подготовительный уход включает в себя:

За 1-2 дня до депиляции необходимо обработать лицо скрабом. Он очистит лицо от омертвевших клеток и повысит эффективность процедуры. Обращайте внимание на то, чтобы волоски были не короче 3 мм, а при холодной эпиляции не меньше 5 мм;

За 2-4 дня до назначенной процедуры не загорайте и не посещайте солярий. Обладательницам чувствительной кожи рекомендуется за пол часа до депиляции обработать зону анестетиком. Эпиляция бровей воском, как правило, не требует обезболивания.

Во избежание неприятных последствий рекомендуется провести тест на аллергию. Непосредственно перед процессом хорошо распарьте кожу. Это нужно для того, чтобы поры расширились и воск лучше проникал к волосяным луковицам. После распаривания, промокните лицо полотенцем. Обезжирьте зону с помощью специального лосьона. Припудрите тальком, пудрой или детской присыпкой.

Описание процедуры эпиляции

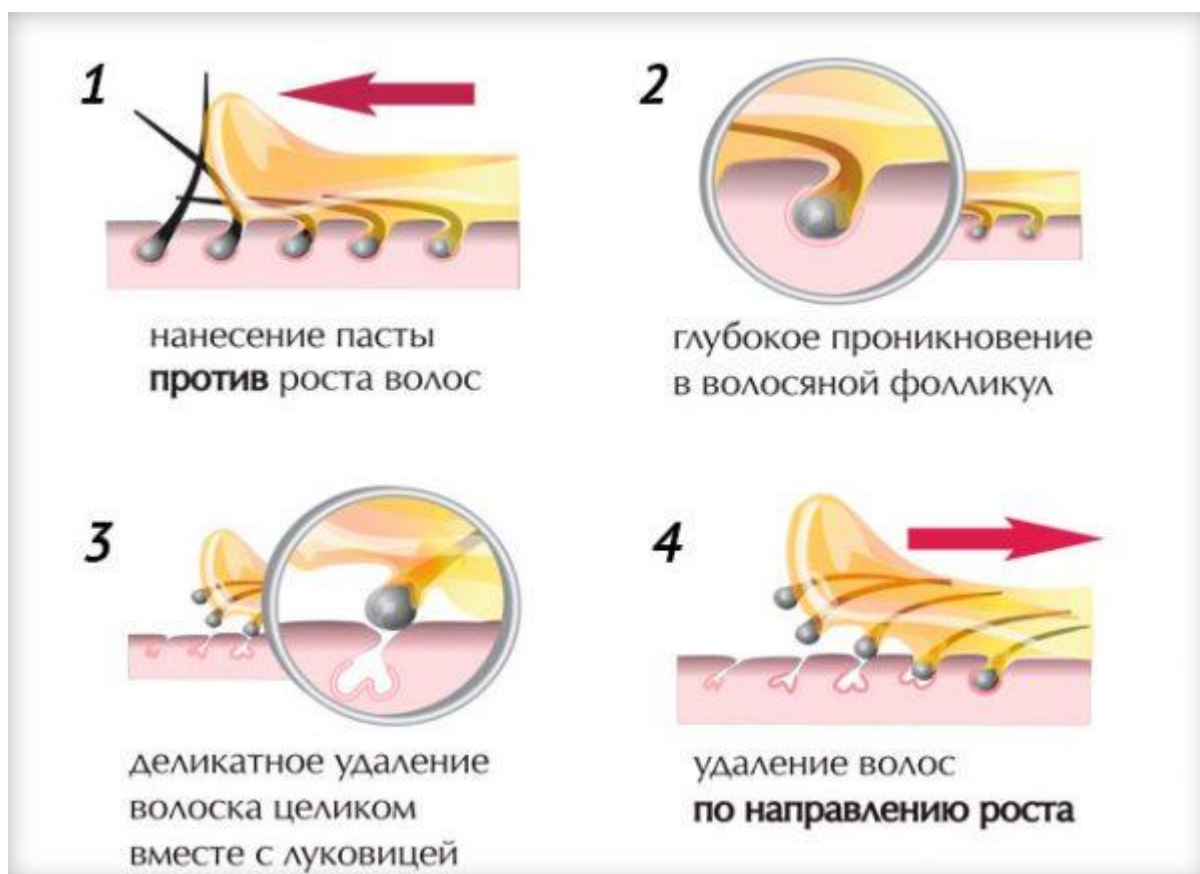
Эпиляция лица с помощью холодных полосок состоит из нескольких этапов:

Разрежьте восковые полоски таким образом, чтобы их было удобно использовать. По хорошему их размер должен быть чуть больше площади депиляции;

Разогрейте их между ладонями в течение 40-60 секунд;

Аккуратно наклейте полоску на кожу по направлению того, как растут волосы;

Тщательно прижать и разгладить.



Удалите ленту резким рывком против роста волос;

При необходимости повторите процесс, используя ту же ленту.

Восковая эпиляция на лице с использованием теплого или холодного воска в тубе, включает в себя:

Подготовку восковой смеси. Нагревать ее следует строго по инструкции. Чтобы правильно подобрать температуру смеси и исключить вероятность ожогов, перед началом восковой депиляции или эпиляции нанесите ее на тыльную сторону запястья;

Нанесите восковую смесь с помощью шпателя по росту волос. Плотно прижмите ее лентой;

Удалите ленту резким рывком против роста волос;

При необходимости повторите процедуру.

Горячая эпиляция воском на лице проходит в несколько этапов:

Подготовка восковой смеси. Желательно использовать воскоплав;

Горячий воск следует наносить шпателем строго по росту волос. При нанесении старайтесь как можно сильнее вдавить его в кожу. Это позволит смеси проникнуть глубже в эпидермис и надежно зафиксировать волосяные луковицы;

Подденьте нанесенную смесь шпателем, чтобы образовался «кончик», за который будет удобно ее удалять. Или прижмите массу бумажной полоской;

Дайте воску остыть в течение 10-20 секунд;

Удалите смесь резким рывком против роста волос. Если восковая смесь плохо снимается, значит она не застыла. Повторите попытку через 5-10 секунд;

Если в зоне эпиляции остались волоски, повторите процедуру.

Уход за кожей после процедуры

Правильный уход за кожей после эпиляции важен, так как он способствует восстановлению поврежденного эпидермиса. После биоэпиляции:

Удалите остатки восковой смеси. Это можно сделать следующими способами:

Водой с мылом;

Специальным лосьоном после эпиляции;

Растительным или косметическим маслом: миндальное, ши, оливковое, кокосовое и другие;

Жирным (желательно детским) кремом для рук или тела.

Весь постэпиляционный уход должен сопровождаться легкими прикосновениями. Трусские движения руками или щеткой могут нанести вред эпидермису и спровоцировать раздражение:

Умойте лицо холодной водой;

Протрите слегка полотенцем;

Нанесите молочко (лосьон) после депиляции или любой увлажняющий крем. Не используйте лосьоны, содержащие спирт.

Если раздражение длится дольше двух суток, следует обратиться к врачу.

Противопоказания

Как и любая косметическая процедура, эпиляция воском имеет свои ограничения. Эпиляция воском и противопоказания:

Наличие ран, царапин, прыщей и других повреждений кожного покрова;

Наличие кожных заболеваний: акне, расширенные поры, различные виды сыпи, грибок и прочее;

Нарушение свертываемости крови;

Сахарный диабет;

Повышенная температура тела;

Низкий болевой порог;

Индивидуальная непереносимость ингредиентов восковой смеси.

Практические занятия: Выполнение восковой коррекции волосяного покрова лица, шеи и зоны декольте.

Механическая коррекция волосяного покрова лица, шеи и зоны декольте

Механический эпилятор для лица – это простое приспособление, состоящее из прочной проволоки, смотанной по спирали, и для удобства применения оснащенный ручками. Принцип его действия заключается в захвате металлическими витками даже очень коротких волос на лице и вырывание их с корнем. В настоящее время существуют две основные формы такого эпилятора. Первый вариант представляет собой прямой пружинный элемент, на обоих концах которого располагаются небольшие ручки, а второй состоит из пружины-насадки, располагающейся между рукоятками, устроенными по принципу ножниц. Выбор того или иного варианта исполнения зависит от удобства применения, которое можно ощутить только после самостоятельного использования приспособления.

Для удаления волос с лица необходимо, чтобы пружина эпилятора была согнута в виде перевернутой буквы «U». Скольжение металлических витков механического эпилятора по коже должно осуществляться против роста волос. После попадания их между витками спирали нужно просто повернуть приспособление, и все волосы на данном участке лица будут удалены. Если этого не произошло, то захват и выдергивание волос можно проделать еще несколько раз до достижения требуемого результата.

Если эпилятору сложно захватить волоски на лице из-за рельефной поверхности, то при выполнении процедуры можно надуть щеки или натянуть кожу на подбородке, то есть выполнить те действия, которые приведут к выравниванию труднодоступных мест. Качество результата будет повышаться с каждой последующей процедурой.

Особенности и преимущества эпилятора:

- небольшой размер, что позволяет иметь его всегда под рукой и использовать по мере необходимости. Таким эпилятором можно убрать волосы со всей поверхности лица, в том числе и удалить растительность над верхней губой, а также в области бровей;

- не требует при применении источника тока или батареек, благодаря чему его использование возможно повсеместно, в том числе и в помещениях с повышенным уровнем влажности;

- вырывание волосков с корнем позволяет забыть о нежелательной растительности на протяжении двух-четырех недель, а нарушение структуры приводит к постепенному смягчению и истончению волосков;

- простота ухода: достаточно промыть пружину под водой и как следует просушить. При необходимости эпилятор можно обработать дезинфицирующим средством для более безопасного применения;

- совместная работа сразу большого количества витков спирали, дает возможность сделать процедуру максимально быстрой.

Но как и другие виды эпиляторов, механическая пружина, предназначенная для использования на лице, обладает и рядом недостатков, к основному числу которых относятся:

значительные болевые ощущения при выполнении процедуры по удалению волос;

возможность появления раздражения на коже, а также вращание волос.

Если в процессе эпиляции женщина испытывает слишком сильные болевые ощущения, то перед процедурой можно использовать различные виды местных анестезирующих составов. Они на непродолжительное время вызовут онемение кожи, что в значительной степени уменьшит испытываемую боль. Эпиляторы, которые предназначены именно для лица, представлены на потребительском рынке в небольшом ассортименте, принцип их работы схож, что существенным образом ограничивает выбор, но при этом и вопроса, какой из них лучше выбрать, не возникнет.

К основным этапам обработки кожи посредством механического эпилятора для лица относятся:

очистка кожи: необходимо умыться и воспользоваться скрабом для удаления ороговевших частичек кожи. Лучшим моментом для удаления волос является период после душа или ванны. Именно в этот момент кожа максимально распарена, поры на лице открыты, а значит, и удаление волосков будет происходить насколько возможно безболезненно. При этом непосредственно перед процедурой необходимо, чтобы кожа была сухой;

удаление волос на лице должно выполняться при движении пружины против роста без сильного нажатия. Прохождение по одному и тому же месту должно выполняться несколько раз, но не более четырех, что неминуемо приведет к возникновению раздражения;

успокоение кожи: после завершения процедуры необходимо протереть обработанную область безспиртовым тоником, перекисью водорода или отваром ромашки;

увлажнение кожи при помощи крема.

Лучшим временем суток для проведения эпиляции является вечер, перед сном. Кожа после эпиляции неминуемо покраснеет, и на ней, возможно, появится раздражение. Если нанести на кожу состав с заживляющим эффектом, то за ночь она успеет восстановиться, и лицо приобретет красивый и ухоженный вид.

Шугаринг

Шугарингом называют разновидность депиляции с использованием специальных составов на углеводной основе, называемых пастами. Их изготавливают из глюкозы и фруктозы с небольшим количеством воды и лимонным соком. Большая часть массы — сахар.

Сахарная масса обладает хорошими адгезивными свойствами, благодаря чему и применяется с целью удаления волос с корнем. Паста имеет вязкую, тягучую консистенцию. Состав наносится на поверхность кожи и снимается вместе с прилипшими волосками.

Сладкие смеси для шугаринга обладают способностью проникать в основание волоска и обволакивать фолликул, что облегчает удаление

волосяного покрова. Процедура проходит с минимальными болевыми ощущениями в сравнении с другими видами эпиляции.

Сахарная эпиляция применяется для обработки лица благодаря следующим характеристикам:

Малая травматичность. Проведение процедуры с помощью сахарного состава не вызывает повреждений дермы. Снимается только верхний ороговевший слой эпидермиса. Кожа лица обновляется, становится гладкой.

Низкая вероятность развития аллергических реакций. В смеси, изготовленной по классической рецептуре, нет посторонних ингредиентов, а основные компоненты редко вызывают гиперреакции. Такие средства нужно выбирать для обработки лица.

Высокая эффективность. Шугаринг лица позволяет избавиться от волос любого типа, включая самые тонкие. Гладкость кожи сохраняется около 3 недель, что является преимуществом по отношению к применению бритвы, пинцета и депиляционных кремов. При систематических сеансах, волосы впоследствии растут редкие и мягкие.

Универсальность. Метод с использованием сахарной массы эффективен для удаления растительности различной структуры и подходит для любого типа кожи, в том числе чувствительной.

Доступность. Процедура доступна по цене при обращении к специалистам.

Методика успешно применяется у женщин. Шугаринг зоны лица у мужчин считают достойным способом решения проблемы, особенно при наличии противопоказаний к альтернативным вариантам эпиляции.

Шугаринг лицевой зоны: особенности применения у женщин и мужчин

К сахарной депиляции женщины прибегают чаще. При наличии растительности на лице безопасных и эффективных методов не много. Бритье не позволяет избавиться от волос в этой зоне, а только провоцирует избыточный рост и утолщение их структуры.

У мужчин делают шугаринг бровей и бороды, а также носа. Технология осложняется грубой структурой мужских волос. Жесткая растительность в совокупности с толстыми кожными покровами затрудняет процесс.

Возможные ограничения

При соблюдении правил проведения обработки практически исключаются выраженные раздражения и проблемы вросших волос.

Процедура противопоказана при следующих состояниях:

сахарный диабет;

повреждения кожи;

дерматологические инфекции и воспаления;

фурункулез;

новообразования на месте обработки;

склонность к кровотечениям.

Недостатком метода считают требование по длине волос, которая должна быть не менее 4 мм. Удалить короткие волоски бывает трудно.

Чтобы избежать неприятных последствий, нужно правильно делать шугаринг на лице, придерживаться рекомендаций, правильно готовить кожу.

Как подготовить кожу к шугарингу

Подготовительный этап имеет немалое значение. Соблюдение простых правил до и после процедуры уменьшит дискомфорт, предотвратит развитие побочных реакций. За сутки до эпиляции кожу лица очищают при помощи скраба. Непосредственно перед сеансом нужно снять макияж. Кожа должна быть чистой и сухой. До нанесения пасты поверхность обезжиривают, обрабатывают антисептиком (раствором хлоргексидина биглюконата, мирамистином), припудривают тальком или присыпкой.

За двое суток до шугаринга зоны лица запрещается принимать солнечные ванны и посещать солярий.

При выполнении рекомендаций заметные раздражения на коже появляются в редких случаях. Чтобы материалы не провоцировали кожные реакции, нужно подбирать пасту с учетом перечня ингредиентов в составе и густоты массы, подходящей для выбранной технологии.

Пасты для сахарной депиляции лица

Адгезивные сахарные составы для обработки лица отличаются по густоте и составу. Выбор основывается на методе шугаринга, обрабатываемой области, свойствах волосяного покрова, умениях мастера.

Для удаления волос на лице используют пасты средней и плотной консистенции. При необходимости смешивают разные виды сахарных основ.

Удаление волос сахарными массами проводят с использованием разных техник. Выбор методики основывается на локализации проблемной области, структуры волосяного покрова, навыков мастера.

Техника выполнения шугаринга лицевой зоны

Удалять волосы на лице сахарной пастой можно разными способами, в основе которых лежат общие принципы нанесения и снятия липкой массы вместе с волосками.

Пасту медленно наносят против направления роста волос, а снимают быстрым движением по росту волос параллельно обрабатываемой поверхности.

Техника распределения пасты, наличие дополнительных приспособлений и время воздействия зависят от конкретной методики.

Мануальный шугаринг

Мануальный (ручной) способ удаления волос на лице требует подготовки кожи согласно общим правилам и применения пасты средней или плотной консистенции. Манипуляции производятся при помощи рук. Технику применяют для шугаринга бороды у лиц мужского пола, подбородка и щек у женщин.

Плотную пасту используют в теплом помещении и теплых ладонях мастера. Состав средней густоты подойдет для применения в прохладной

комнате и холодных руках. Масса должна быть податливой, не прилипать к рукам и не течь, чтобы можно было беспрепятственно нанести состав.

Ручной способ подразумевает следующие действия:

подогревают пасту до температуры 38 – 40 градусов, используя воскоплав, микроволновую печь или водяную баню;

берут небольшое количество массы и разминают в руках, формируя шарик;

распределяют карамель пальцами неспешными движениями против роста волос;

удаляют «залип» уверенным движением по росту волос.

Порцию пасты используют не один раз. Этим же кусочком обрабатывают следующий участок. При снижении адгезии берут новый кусочек.

Аппликационный способ

Шугаринг бороды у мужчин выполняют также методом нанесения аппликаций, который является разновидностью мануальной техники. Уход за мужской кожей требует особенного подхода. Паста для эпиляции должна глубоко проникать в кожу, обволакивать основание волоса, чтобы удаление происходило менее болезненно.

Технология отличается от основного метода нанесением от 2 до 6 кусочков пасты на участки кожи, которые поочередно распределяют и оставляют на пару минут. За это время карамель проникает к волосяному фолликулу, расположенному у мужчин глубже, чем у женщин. Удаляют аппликации по схеме мануального способа в той последовательности, в которой наносили. Аппликационная техника у мужчин позволяет получить от депиляции хороший эффект.

Бандажный способ

Бандажная техника подразумевает использование для снятия пасты с прилипшими волосками специальных бандажей. Бандажи представляют собой тканевые, бумажные или полимерные полоски, которые накладывают поверх сахарной массы и срывают вместе с липкой основой, удаляя волоски с корнем.

Сахарную основу выбирают жидкой или средней консистенции в зависимости от температуры в помещении. Распределяют основу лопаткой-шпателем.

Процедура проводится в следующем порядке:

подготовка кожи лица по общим правилам;

подогрев пасты до 38 – 40 градусов;

нанесение сахарной массы на обрабатываемый участок при помощи шпателя против направления роста волос;

наложение бандажки поверх карамельного слоя;

разглаживание полоски с легким нажимом;

снятие бандажки вместе с «залипом» резким, уверенным движением вдоль поверхности кожи против роста волос.

При помощи бандажей удобно придавать желаемую форму бровям, удалять усы. Бандажный способ рекомендован для начинающих, как простой и понятный метод сахарной депиляции.

Шпательная техника

Шпательная методика исключает прямой контакт. Пасту средней плотности наносят на поверхность кожи шпателем. Этим же приспособлением удаляют состав вместе с волосками.

Практическое занятие: Выполнение шугаринга.

РАЗДЕЛ 8. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

8.1. Формы аттестации.

Виды аттестации и формы контроля

Промежуточная аттестация.

Реализация программы профессионального обучения сопровождается проведением промежуточной аттестации обучающихся. Формы, периодичность и порядок проведения промежуточной аттестации определяются учебным планом.

Практические задания позволяют оценить умения обучающихся.

Оценивание выполнения практического задания производится преподавателем визуальным способом по пятибалльной системе.

Итоговая аттестация.

Профессиональное обучение завершается итоговой аттестацией в форме квалификационного экзамена. Квалификационный экзамен проводится для определения соответствия полученных знаний, умений и навыков программе профессионального обучения.

Квалификационный экзамен включает в себя:

проверку теоретических знаний
экзамен;

практическую квалификационную работу.

Критерии оценки теоретического экзамена:

На «отлично» оценивается ответ, если обучающийся свободно, с глубоким знанием материала, правильно, последовательно и полно выберет тактику действий, и ответит на дополнительные вопросы.

Оценка «хорошо» выставляется, если обучающийся достаточно убедительно, с несущественными ошибками в теоретической подготовке и достаточно освоенными умениями по существу правильно ответил на вопрос с дополнительными комментариями педагога или допустил небольшие погрешности в ответе.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если обучающийся недостаточно уверенно, с существенными ошибками в теоретической подготовке и слабо освоенными умениями ответил на вопросы. Только с помощью наводящих вопросов преподавателя, не уверенно отвечал на дополнительно заданные вопросы.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если обучающийся только имеет очень слабое представление о предмете и недостаточно, или вообще не освоил вопрос. Допустил существенные ошибки в ответе на большинство вопросов, неверно отвечал на дополнительно заданные ему вопросы. При оценке «неудовлетворительно» обучающемуся предоставляется возможность пересдать экзамен.

Выполнение практической квалификационной работы (ПКР) является одним из видов аттестационных испытаний итоговой аттестации выпускников, завершающих профессиональное обучение.

Цель выпускной практической квалификационной работы:
показать уровень сформированности профессиональных и общих компетенций;

показать уровень умений, знаний и практического опыта в рамках одного или нескольких профессиональных модулей;

Практическая квалификационная работа по профессии должна соответствовать требованиям к уровню профессиональной подготовки выпускника, предусмотренному квалификационной характеристикой.

Порядок выполнения практической квалификационной работы.

Практические квалификационные работы проводятся в учебных кабинетах.

Итоги практической квалификационной работы оформляются протоколом, где указывается качество работ.

При оценке практической квалификационной работы учитываются:

организация рабочего места;

качество выполненных работ;

подготовка к работе (сырья, оборудования);

соблюдение технологического процесса;

соблюдение правил по безопасности труда;

соблюдение санитарии и личной гигиены;

правильность выполнения приёмов;

умение пользоваться оборудованием, инструментами, приспособлениями;

умение пользоваться технической документацией;

соблюдение профессиональной этики.

8.2 Контрольно-оценочные материалы.

ПМ. 01 Вопросы к дифференцированному зачету.

1. Оборудование рабочего места косметика.
2. Травматизм и профзаболевания. Правила безопасности труда.
3. Оказания первой помощи при несчастных случаях.
4. Электробезопасность.
5. Пожарная безопасность.

ПМ. 02 Вопросы к дифференцированному зачету.

1. Понятие «профессиональная этика».
2. Профессиональные моральные нормы.
3. Моральные требования, предъявляемые к работникам сферы услуг.
4. Внешний облик человека.
5. Интерьер рабочего помещения.
6. Деловое общение - понятие, основная задача.
7. Формы общения.
8. Виды общения.
9. Общение как взаимодействие.
10. Общение как коммуникация.

ПМ.03 Вопросы к дифференцированному зачету.

1. Общие сведения о коже.
2. Строение кожи.
3. Строение эпидермиса.
4. Физиологические функции кожи.
5. Придатки кожи.
6. Причины кожных заболеваний.
7. Патогистологические изменения кожи.
8. Аллергические реакции кожи.
9. Возрастные особенности кожи.

ПМ.04 Вопросы к дифференцированному зачету.

1. Виды косметологических кабинетов и стандарт их оснащения.
2. Правила эксплуатации и хранения оборудования и инструментов.
3. Дезинфекция инструментов.
4. Предстерилизационная очистка инструментов.
5. Стерилизация инструментов.
6. Косметологические кисти.
7. Иглы для инъекций.
8. Состав и свойства косметических средств и используемых материалов.
9. Активные компоненты косметических средств.
10. Консерванты в составе косметики.
11. Отдушки и красители в составе косметики.
12. Нормы расхода косметических средств и используемых материалов.
13. Расчет стоимости оказанной услуги.

ПМ.05 Вопросы к дифференцированному зачету.

1. Виды чисток лица: общая характеристика.
2. Показания для выполнения гигиенических чисток лица, шеи и зоны декольте.
3. Противопоказания для выполнения гигиенических чисток лица, шеи и зоны декольте.
4. Технология выполнения атрауматической чистки кожи лица и (или) шеи, зоны декольте.
5. Технология выполнения вакуумной чистки кожи лица и (или) шеи, зоны декольте.
6. Технология выполнения механической чистки кожи лица и (или) шеи, зоны декольте.
7. Технология выполнения ультразвуковой чистки кожи лица и (или) шеи, зоны декольте.
8. Технология выполнения комбинированной чистки кожи лица и (или) шеи, зоны декольте.

ПМ.06 Вопросы к дифференцированному зачету.

1. Виды косметического массажа: общая характеристика.
2. Классическая техника выполнения массажа.
3. Пластический вид массажа.

4. Щипковый массаж.
5. Баночный массаж.
6. Лимфодренажный массаж.
7. Показания и противопоказания для выполнения косметического массажа.
8. Техника выполнения пластического массажа кожи лица, шеи и зоны декольте.
9. Техника выполнения гигиенического массажа кожи лица, шеи и зоны декольте.
10. Техника выполнения аппаратного массажа кожи лица, шеи и зоны декольте.
11. Техника выполнения спа-массажа кожи лица, шеи и зоны декольте.

ПМ.07 Вопросы к дифференцированному зачету.

1. Виды косметических масок для кожи лица, шеи и зоны декольте.
2. Очищающие маски для лица.
3. Увлажняющие маски для лица.
4. Питательные маски для лица.
5. Омолаживающие маски для лица.
6. Отбеливающие маски для лица.
7. Лифтинговые маски для лица.
8. Противовоспалительные маски для лица.
9. Показания, противопоказания масок для питания лица, шеи и зоны декольте.
10. Общие для масок всех видов правила техники их накладывания.

ПМ.08 Вопросы к дифференцированному зачету.

1. Форма бровей по типу лица.
2. Этапы окрашивания бровей.
3. Очищение бровей перед их окрашиванием.
4. Создание эскиза перед их окрашиванием.
5. Коррекция формы бровей при помощи косметического пинцета.
6. Коррекция формы бровей нитью для тридинга.
7. Коррекция формы бровей воском.
8. Нанесение краски на брови.
9. Противопоказания для окраски бровей.
10. Инструменты, необходимые для окрашивания ресниц.
11. Технология окрашивания ресниц.

ПМ.09 Вопросы к дифференцированному зачету.

1. Виды эстетической коррекции волосяного покрова лица, шеи и зоны декольте.
2. Ваксинг.
3. Механический эпилятор.
4. Энзимная эпиляция.
5. Фотоэпиляция.
6. Лазерная эпиляция.

7. Электроэпиляция.
8. Противопоказания эстетической коррекции волосяного покрова лица, шеи и зоны декольте.
9. Технология выполнения восковой коррекции волосяного покрова лица, шеи и зоны декольте.
10. Технология выполнения механической коррекции волосяного покрова лица, шеи и зоны декольте.
11. Технология выполнения шугаринга.
12. Этапы шугаринга.

РАЗДЕЛ 9. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ

9.1. Требования к материально-техническому оснащению программы.

Помещение представляет собой учебную аудиторию для проведения занятий всех видов, предусмотренных программой профессионального обучения, в том числе групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещение для самостоятельной работы, мастерская, оснащенная оборудованием, техническими средствами обучения.

Материально-техническое оснащение

Оснащение учебного кабинета:

- 1) посадочные места по количеству обучающихся;
- 2) автоматизированное рабочее место преподавателя;
- 3) комплект учебно-наглядных пособий;
- 4) наглядные пособия;
- 5) технические средства обучения: компьютер.

Оснащение мастерской:

- 1) кресло-кушетка;
- 2) кресло косметика;
- 3) тележка для хранения расходных материалов;
- 4) ультразвуковой скрабер (микромассажёр);
- 5) дарсонваль;
- 6) лампа-лупа;
- 7) аппарат гальванизации;
- 8) косметологический комбайн.

Оснащение баз практик

Реализация программы профессионального обучения предполагает обязательную учебную практику (производственное обучение). Учебная практика реализуется в мастерской и требует наличия оборудования, инструментов, расходных материалов, обеспечивающих выполнение всех видов работ.

Технологическое оснащение рабочих мест учебной практики должно соответствовать содержанию профессиональной деятельности и дать возможность обучающемуся овладеть знаниями, умениями и навыками по всем видам деятельности, предусмотренных программой, с использованием современных технологий, материалов и оборудования.

9.2. Требования к кадровым условиям реализации программы

Реализация программы профессионального обучения обеспечивается педагогическими работниками, а также лицами, привлекаемыми к реализации программы профессионального обучения на условиях гражданско-правового договора, в том числе из числа руководителей и работников организаций, направление деятельности которых соответствует области профессиональной деятельности.

Педагогические работники, привлекаемые к реализации программы профессионального обучения, должны получать профессиональное образование по программам дополнительного профессионального образования, в том числе в форме стажировки в организациях, направление деятельности которых соответствует области профессиональной деятельности не реже 1 раза в 3 года с учетом расширения спектра знаний, умений и навыков.

Профессиональное (производственное) обучение проводит мастер производственного обучения. На должность мастера производственного обучения принимаются лица, имеющие высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в областях, соответствующих профилям обучения и дополнительное профессиональное образование по направлению подготовки «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

РАЗДЕЛ 10. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Дрибноход Ю.Ю. Введение в косметологию: пособие для косметичек-массажисток. -СПб.:Питер, 2000.
2. С.Н. Ахтямов, Ю.С. Бутов. «Практическая косметология» (Строение, функции кожи, старение кожи) Из.-во М.: «Медицина»-2003.
3. Л.Г. Миронова. Медицинская косметология. М.: КРОНПРЕСС, 2000- 256 с. – серия «Будьте здоровы».
4. Т. Фицпатрик «Дерматология. Атлас справочник», перевод с английского, М.: «Практика»-1999.
5. С.А.Масюкова, С.Н. Ахтямов, «Практическая косметология» (Угри, акне). Из.-во М.: «Медицина»-2003.
6. Виленчик Б.Т. Кожные и венерические болезни. Учебное пособие- Мн.: Амалфея, 1999.
7. О.Е Аилов, С.Н. Ахтямов, «Практическая косметология» (Акнеформные дерматозы) Из.-во М.: «Медицина»-2003.
- 8.«Кожные болезни»/гл. ред. Кубанова А.А. - М.: ГЭОТАРМ Медицина, 1998.
9. Дрибноход Ю.Ю., Таушан Т.Г. Психологическая косметика. С-Пб.:Дарваль, 1993.
10. «Безопасность и гигиена труда. Гигиена и медицина труда»- Библиографическая информация.
11. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 24.12.2020 № 44 «Об утверждении санитарных правил СП 2.1.3678-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к эксплуатации помещений, зданий, сооружений, оборудования и транспорта, а также условиям деятельности хозяйствующих субъектов, осуществляющих продажу товаров, выполнение работ или оказание услуг».
12. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
13. Обучающие фильмами по программе профессионального обучения по профессии «Косметик».