

**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

<b>Вид маски</b>	<b>Описание</b>
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 аптечной 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 пристра 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 собой 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, этот 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.**