

A. Goliszewska · M. Gromek · K. Padlewska
M. Smolińska · E. Sobolewska · D. Witkowska



KOSMETOLOGIA PIEŁĘGNACYJNA



Wydawnictwa Wyższej Szkoły Zawodowej
Kosmetyki i Pielęgnacji Zdrowia w Warszawie

Agata Goliszewska
Małgorzata Gromek
Kamila Padlewska
Monika Smolińska
Ewa Sobolewska
Dorota Witkowska

„Kosmetologia pielęgnacyjna”

Wydanie IV

ISBN: 978-83-89678-45-4

Wydawnictwa Wyższej Szkoły Zawodowej Kosmetyki i Pielęgnacji Zdrowia:

Przewodniczący Rady Wydawniczej: dr inż. Jacek Arct - prof. WSZKiPZ

Sekretarz redakcji: Barbara Szuberla

Skład i łamanie: Karolinà Leleń

Zdjęcie na okładce: © Andrejs Pidjass - Fotolia

Rysunki: Rafał Bąk

Wydawca:



Wydawnictwa Wyższej Szkoły Zawodowej
Kosmetyki i Pielęgnacji Zdrowia w Warszawie



Wydawnictwa Wyższej Szkoły Zawodowej

Kosmetyki i Pielęgnacji Zdrowia

ul. Podwale 13, 00-252 Warszawa

tel. +48 22 635 05 53

e-mail: redakcja@wszkpz.pl

www.cosmetologytoday.pl

WSZELKIE PRAWA ZASTRZEŻONE, © WSZKIPZ 2013



www.cosmetologytoday.pl

SPIS TREŚCI

Rozdział I: Charakterystyka różnych rodzajów cery	9
<i>Kamila Padlewska</i>	
1. Skóra sucha.....	10
2. Skóra tłusta.....	11
3. Skóra mieszana.....	13
4. Skóra dojrzała.....	13
5. Skóra skłonna do przebarwień.....	14
6. Skóra naczyniowa.....	15
7. Skóra wrażliwa i skłonna do alergii.....	17
Rozdział II: Zabiegi kosmetyczne	19
I. Praktyczna organizacja pracy w gabinecie kosmetycznym pod kątem wykonywanych zabiegów.....	20
<i>Monika Smolińska</i>	
II. Schemat podstawowego zabiegu kosmetycznego.....	22
<i>Dorota Witkowska</i>	
1. Wywiad kosmetyczny.....	22
2. Diagnostowanie stanu skóry.....	23
3. Wstępne oczyszczanie skóry.....	25
4. Metody złuszczenia naskórka.....	25
5. Masaż kosmetyczny.....	26
6. Mechaniczne oczyszczanie skóry.....	27
7. Dezynfekcja.....	29
8. Inne zabiegi aparaturowe.....	29
9. Maski pielęgnacyjne.....	29
10. Czynności końcowe.....	30
11. Porada kosmetyczna.....	30
III. Modyfikacje podstawowego zabiegu kosmetycznego w zależności od rodzaju skóry.....	34
<i>Monika Smolińska</i>	
1. Podstawowy zabieg oczyszczania skóry młodej.....	34
2. Zabieg oczyszczania ze szczególnym uwzględnieniem problemu naczyniowego.....	36

3. Zabieg oczyszczania dla różnych typów cery	38
4. Zabiegi pielęgnacyjne (np. nawilżające) dla różnych rodzajów cery	40
5. Zabiegi „bankietowe”	41
6. Zabiegi stabilizujące i złuszczone dla cery problematycznej	43
7. Zabiegi dla cery dojrzałej	45
IV. Pielęgnacja okolicy oczu	48
<i>Agata Goliszewska</i>	
1. Henna - farbowanie brwi i rzęs	48
2. Regulacja brwi	49
3. Zabiegi kosmetyczne	49
V. Modyfikacja podstawowego zabiegu kosmetycznego w zaburzeniach funkcjonowania skóry, chorobach ogólnoustrojowych oraz specyficznych stanach organizmu	54
<i>Dorota Witkowska</i>	
1. Trądzik pospolity	54
1.1. Przykładowy zabieg kosmetyczny - oczyszczanie i normalizacja	55
1.2. Przykładowy zabieg kosmetyczny - złuszczenie i rozjaśnianie przebarwień oraz blizn potrądzikowych	56
2. Trądzik różowaty, nerwica naczyńniowa	58
2.1. Zabieg kosmetyczny zmniejszający rumień przeznaczony dla cery objętej trądzikiem różowatym	58
3. Choroby alergiczne	60
3.1. Przykładowy zabieg dla skóry atopowej z nadmiernym rogowaceniem okołomieszkowym w obrębie policzków, teleangiektazjami i złuszczeniem	60
4. Cukrzyca	61
4.1. Przykładowy zabieg oczyszczania skóry dla osoby chorej na cukrzycę typu II	62
5. Choroby układu krwionośnego	63
6. Ciąża	64
7. Klimakterium	65
7.1. Przykładowy zabieg kosmetyczny dla 55 letniej kobiety w okresie klimakterium	66
VI. Wybrane zagadnienia dotyczące zabiegów na twarz	68
1. Peelingi	68
<i>Agata Goliszewska</i>	
1.1. Peelingi biologiczne	68
1.2. Peelingi mechaniczne	68
1.3. Peeling fizyczny	69
1.4. Peelingi chemiczne	70
2. Masaż kosmetyczny twarzy	72
<i>Agata Goliszewska</i>	

3. Maski kosmetyczne	76
<i>Kamila Padlewska</i>	
3.1. Podział masek ze względu na działanie.....	76
3.2. Podział masek ze względu na konsystencję	77
3.3. Podział masek ze względu na składniki	78
VII. Depilacja	79
<i>Agata Goliszewska</i>	
Rozdział III: Aparatura	81
I. Podstawy działania aparatury.....	82
<i>Kamila Padlewska</i>	
1. Mechanizm działania ultradźwięków	82
1.1. Sonoforeza	82
1.2. Kawitacja	82
2. Mechanizm działania różnego rodzaju światła	83
2.1. Rodzaje promieniowania świetlnego	83
2.2. Światło widzialne	84
2.3. Promieniowanie podczerwone.....	84
2.4. Promieniowanie nadfioletowe (ultrafioletowe)	85
3. Mechanizm działania laserów i aparatów do IPL.....	86
3.1. Lasery.....	86
3.2. Intensywne światło pulsacyjne (ang. Intense Pulsed Light - IPL).....	89
4. Mechanizm działania prądów	89
4.1. Galwanizacja	90
4.1.1. Zjawiska elektrochemiczne.....	90
4.1.2. Zjawiska elektrokinetyczne.....	91
4.1.3. Odczyn ze strony naczyń krwionośnych.....	91
4.1.4. Reakcja nerwów i mięśni	91
4.1.5. Rodzaje galwanizacji	91
4.2. Jontoforeza	92
4.3. Elektrostymulacja	93
4.4. Darsonwalizacja	95
4.5. Elektroepilacja	95
4.5.1. Epilacja igłowa.....	95
4.5.1.1. Epilacja elektrolityczna	95
4.5.1.2. Epilacja termolityczna.....	96
4.5.1.3. Metoda blend.....	96
4.5.1.4. Metoda sekwencyjna	96
4.5.2. Metoda pęsetowa	96
4.6. Zabiegi z prądem prowadzące do zniszczenia tkanek	96
4.6.1. Elektrokoagulacja	96
4.6.2. Elektrodesykacja	97
4.6.3. Elektrofulguracja.....	97
4.6.4. Elektroauteryzacja	97

II. Urządzenia kosmetyczne i zabiegi aparaturowe stosowane w zakresie profesjonalnej kosmetyologii pielęgnacyjnej.....	98
<i>Ewa Sobolewska</i>	
1. Wprowadzenie.....	98
2. Zagrożenia związane z pracą urządzeń kosmetycznych	99
3. Bezpieczeństwo i higiena pracy	99
4. Zabieg kosmetyologiczny	101
5. Cel zabiegu kosmetyologicznego.....	102
5.1. Postępowanie podczas zabiegu kosmetyologicznego a cel zabiegu	102
6. Wykorzystanie metod aparaturowych a cel zabiegu	102
6.1. Zwiększenie przenikania przeznaskórkowego – pogłębienie penetracji substancji czynnych z produktu kosmetycznego	102
6.2. Stymulacja tkanek.....	104
6.3. Usuwanie lub niszczenie patologii skórnych.....	104
6.4. Wzmocnienie efektu działania – łączenie metod aparaturowych	104
6.5. Inne metody aparaturowe.....	104
7. Podział metod aparaturowych	105
8. Charakterystyka metod aparaturowych i urządzeń stosowanych w zakresie profesjonalnej kosmetyologii pielęgnacyjnej	106
8.1. Metody zwiększające przenikanie przeznaskórkowe	106
8.1.1. Metody powodujące mechaniczne złuszczenie naskórka	107
8.1.1.1. Złuszczenie szczoteczkowe - brushing	107
8.1.1.2. Mikrodermabrazja.....	108
8.1.2. Sonoforeza kawitacyjna.....	112
8.1.3. Działanie pary wodnej - wapozon.....	114
8.1.4. Działanie ciepła egzogenne.....	114
8.2. Wspomaganie transportu substancji czynnych	117
8.2.1. Jontoforeza.....	117
8.2.2. Sonoforeza – wprowadzanie ultradźwiękowe.....	122
8.2.3. Elektroporacja.....	123
8.2.4. Masaże	124
8.2.4.1. Masaż ultradźwiękowy – mikromasaż	124
8.2.4.2. Masaż próżniowy.....	124
8.2.4.3. Masaż ciśnieniowy – presoterapia – rękawy ciśnieniowe.....	126
8.2.4.4. Masaż endodermalny	126
8.2.4.5. Masaż wodny.....	127
8.3. Metody aparaturowe stosowane w celu stymulacji tkanek	128
8.3.1. Elektrostymulacja mięśni.....	128
8.3.1.1. Prąd zmienny impulsowy małej częstotliwości	129
8.3.1.2. Mikroprądy.....	129
8.3.1.3. Prądy interferencyjne Nemecca	130
8.3.2. Diatermia krótkofalowa (radio frekwencja – RF, lifting radiowy)	132
8.3.3. Prądy d'Arsonvala	133
8.4. Naświetlanie promieniowaniem UV	135
8.5. Laser biostymulacyjny	137

8.6. Krioterapia – działanie ogólne	139
8.7. Metody aparaturowe stosowane w celu niszczenia określonych struktur skórnych	140
8.7.1. Laser i światło IPL	140
8.7.2. Metody z użyciem prądu.....	142
8.8. Rezonans ultradźwiękowy	143
8.9. Krioterapia	143
8.9.1. Kriolit.....	144
8.10. Łączenie metod aparaturowych w celu zwiększenia efektywności jednego zabiegu	144
8.10.1. Mezoterapia bezigłowa.....	144
8.10.2. Inne metody łączone	145
8.11. Inne metody aparaturowe stosowane w zakładach kosmetycznych	146
8.11.1. Koloroterapia	146
8.11.2. Opalanie natryskowe	147
8.11.3. Makijaż permanentny.....	147
8.11.4. Galwanoterapia, potocznie nazywana galwanizacją	148
8.11.5. Dezinkrustacja	149
8.11.6. Roll-cit.....	150
8.11.7. Bary tlenowe	151
9. Dostępność metod aparaturowych w ośrodkach kosmetycznych	152
Rozdział IV: Podstawy prawne prowadzenia gabinetu kosmetycznego	155
<i>Kamila Padlewska</i>	
1. Zakładanie działalności gospodarczej.....	156
2. Podstawy prawne działalności.....	156
3. Rozporządzenie w sprawie szczegółowych wymagań sanitarnych, jakim powinny odpowiadać zakłady fryzjerskie, kosmetyczne, tatuażu i odnowy biologicznej.....	157
4. Nadzór	158
5. Inne przepisy	158
Rozdział V: Gabinet kosmetyczny a ubezpieczenia	161
<i>Agata Goliszewska</i>	
1. Wstęp	162
2. Rodzaje ubezpieczeń	162
3. Podsumowanie	164
Rozdział VI: Zasady BHP	165
<i>Małgorzata Gromek</i>	
1. Ogólne zasady higieny i wymagania sanitarne – postępowanie w gabinetach kosmetycznych, masażu i fryzjerskich.....	166
2. Zasady przeprowadzania dezynfekcji.....	166
3. Zasady przeprowadzania sterylizacji.....	168
4. Prawidłowe postępowanie z odpadami	169

5. Postępowanie w przypadku bezpośredniego kontaktu personelu gabinetów kosmetycznych/masażu i fryzjerskich z materiałem potencjalnie zakaźnym.....	170
6. Sposób postępowania poekspozycyjnego.....	171
Literatura	173
Załączniki	175