

Wioleta Jankowiak ■ Kamila Schaschner

ZABIEGI PIEŁĘGNACYJNE DŁONI I STÓP



Wydawnictwo
Lekarskie
PZWL

mgr Wioleta Jankowiak
mgr Kamila Schaschner

ZABIEGI PIELEGNACYJNE DŁONI I STÓP



Wydawnictwo
Lekarskie

PZWL

Spis treści

- 1. Przepisy BHP dotyczące gabinetu kosmetycznego 1**
 - 1.1. Bezpieczeństwo pracy w gabinecie kosmetycznym 1
 - 1.2. Regulacje prawne dotyczące pracy w gabinecie kosmetycznym 4
 - 1.3. Higiena i ergonomia pracy 9
 - 1.4. Wyposażenie i organizacja miejsca pracy w gabinecie kosmetycznym 14

- 2. Pielęgnacja kończyny górnej 21**
 - 2.1. Defekty i zmiany chorobowe dotyczące kończyny górnej 21
 - 2.2. Budowa paznokcia 33
 - 2.3. Manikiur – rodzaje 34
 - 2.3.1. Manikiur biologiczny 34
 - 2.3.2. Manikiur tradycyjny 36
 - 2.3.3. Manikiur francuski 38
 - 2.3.4. Spa manikiur 39
 - 2.3.5. Manikiur japoński 39
 - 2.4. Narzędzia i akcesoria stosowane w zabiegach manikiuru 39

- 3. Zabiegi pielęgnacyjne na dłonie 41**
 - 3.1. Preparaty kosmetyczne stosowane w pielęgnacji i upiększaniu dłoni 41
 - 3.2. Zabiegi kosmetyczne z zakresu zdobienia i stylizacji płytki paznokcia 62

- 4. Pielęgnacja kończyny dolnej 67**
 - 4.1. Defekty i zmiany chorobowe dotyczące kończyny dolnej 67
 - 4.2. Budowa stopy 73
 - 4.3. Działania higieniczno-profilaktyczne dotyczące pielęgnacji
kończyny dolnej 74
 - 4.4. Pedikiur kosmetyczny 76
 - 4.5. Narzędzia i akcesoria stosowane w zabiegach pedikiuru
kosmetycznego 80

- 5. Zabiegi higieniczno-profilaktyczne dotyczące kończyny dolnej 83**
 - 5.1. Zabiegi profilaktyczne kończyny dolnej 83
 - 5.2. Higieniczny dobór obuwia i bielizny 88
 - 5.3. Preparaty kosmetyczne stosowane w pielęgnacji stóp 88

- 6. Masaż kończyny dolnej 93**

- 7. Masaż kończyny górnej 111**

- 8. Depilacja ciała 119**
 - 8.1. Składniki aktywne stosowane w depilatorach 120
 - 8.2. Zabiegi depilacji woskiem 120
 - 8.2.1. Rodzaje zabiegów depilacji woskiem 120
 - 8.2.2. Przeciwwskazania do zabiegów woskiem 121
 - 8.2.3. Techniki wykonania zabiegu 122
 - 8.3. Inne metody depilacji 125
 - 8.3.1. Epilacja elektryczna 126
 - 8.3.2. Epilacja elektrolityczna 128
 - 8.3.3. Epilacja laserowa 129
 - 8.4. Depilatory a uczulenia 132

- Piśmiennictwo 133**

- Skorowidz 137**