



КРАКІВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ СПРИЯННЯ ЗДОРОВ'Ю У КРАКОВІ

Факультет Наук Про Здоров'я

ПЛАН ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

ЧАСТИНА I

Спеціальність: КОСМЕТОЛОГІЯ

Бакалаврат

ТИПИ ШКІРИ ТА ДОГЛЯД

Існує чотири основних типи шкіри: нормальна, суха, жирна і комбінована. Цей поділ залежить від розташування сальних залоз (пор) в шкірі, їх функції і, отже, дії. Сальні залози розташовані в шкірі в тісному зв'язку з волоссям, і найбільше їх скупчення спостерігається в таких областях: ніс, лоб, підборіддя, область грудини, на спині, невелика кількість знаходиться навколо червоних губ. Не всі залози мають однакову активність. Найбільш інтенсивне виділення відбувається в районі чола, носа і значно рідше на підборідді. Звичайно, не всі люди виробляють однакову кількість шкірного сала. Це залежить від віку, васкуляризації шкіри, впливу гормонів і зовнішньої температури. Під час статевого дозрівання та менопаузи секреція шкірного сала значно збільшується порівняно з іншими періодами життя. Мінералокортикоїди, глюкокортикоїди та андрогени посилюють секрецію шкірного сала. Холод і недостатнє кровопостачання посилюють секрецію сальних залоз. Будь-який тип шкіри, будь то нормальна, суха, жирна чи комбінована, може бути судинною шкірою, вона також може бути чутливою (або навіть гіперчутливою), жирна чи комбінована шкіра також може мати акне в певні періоди життя, і ще один тип шкіри - атрофічна, тобто передчасно старіюча шкіра (найчастіше це буває у людей з сухою, іноді нормальною шкірою). Крім того, шкіра може бути ушкодженою.

- **Нормальна шкіра** – рожева, гладка, пружна, підтягнута, добре живлена, пори дуже маленькі, майже непомітні, зі збалансованим виробленням шкірного сала, оксамитова на дотик і пружна, адекватно реагує на погодні умови (наприклад, вітер, сонце, мороз), а також на воду і мило. Добре живлена, природного рожевого кольору. Має невисокий рівень кислотності, помірну кількість жиру та вологи, на носі та підборідді час від часу можуть з'являтися чорні цятки (вугри).

Кровоносні судини і пігментні плями непомітні, немає проблем з лущенням шкіри, можуть з'явитися прищі в нижній частині обличчя під час менструації або овуляції - це нормальне явище, викликане гормональними змінами, проте забруднення швидко зникають. Шкіра не проблемна, не потребує спеціального косметичного догляду, і насправді зустрічається досить рідко; з часом починає висихати. Вона не блищить і при правильному догляді довго зберігає свій молодий вигляд. Таку шкіру мають діти

до початку статевого дозрівання і молоді люди. З доглядом за нею особливих проблем немає, але варто уникати виробів, які висушують шкіру. Потребує регулярного очищення та захисту від морозу.

- **Суха шкіра** – це тип шкіри, основною проблемою якого є недостатнє виділення шкірного сала, що спричиняє проблеми зі зв'язуванням вологи. Існує два типи сухої шкіри: шкіра з нестачею жиру (сальні залози функціонують слабше) і шкіра недостатньо зволожена (потові залози функціонують слабше); обидва типи шкіри виглядають грубо, блідо, пергаментно, таку шкіру мають майже 80% жінок. Вона є світлого кольору, тонка, не дуже еластична, гладка, на ній може з'являтися пігментація, можуть з'явитися розширені капіляри навколо щік, також шкіра може лущитися, реагує почервонінням на мило, воду та погодні умови, проблеми з прищами, вуграми та чорними цятками відсутні. Така шкіра дуже чутлива, погано реагує на погодні умови і вимагає особливого догляду. Суха шкіра швидко старіє, а при неправильному догляді стає старечою. Близько двадцяти років починають з'являтися перші зморшки навколо очей, рота і шиї, що вимагає вживати заходів з самого початку їх появи, адже вже в молодості шкіра стає тоншою, навіть пергаментною. Така шкіра вже вимагає ретельного догляду в молодому віці. Правильний догляд повинен полягати в забезпеченні шкіри керамідами, вітамінами, NMF, гіалуроновою кислотою і мукополісахаридами. Косметика для сухої шкіри повинна не тільки забезпечувати зволоження, але і мати здатність утримувати її в шкірі. Слід використовувати зволожуючу і зм'яцувальну косметику, особливо подбати про комплексне живлення. Якщо суха шкіра зневоднена, то слід використовувати зволожуючу маску (у вигляді гелю). Звертаючи особливу увагу на склад, найбільш бажаний для сухої шкіри, тобто протеїн, колаген, вітаміни групи B, амінокислоти, ланолін і водорості.
- **Жирна шкіра** має сіро-жовтий колір, погане кровопостачання, зазвичай досить товста, її поверхня блискуча і нерівна на дотик. На шкірі можна спостерігати розширені пори з чорними цятками, також відомими як вугри. Це невеликі рогово-сальні пробки, які утворюються у вивідних протоках сальних залоз. Якщо вони чорного кольору, це так звані відкриті комедони; бувають і закриті комедони.

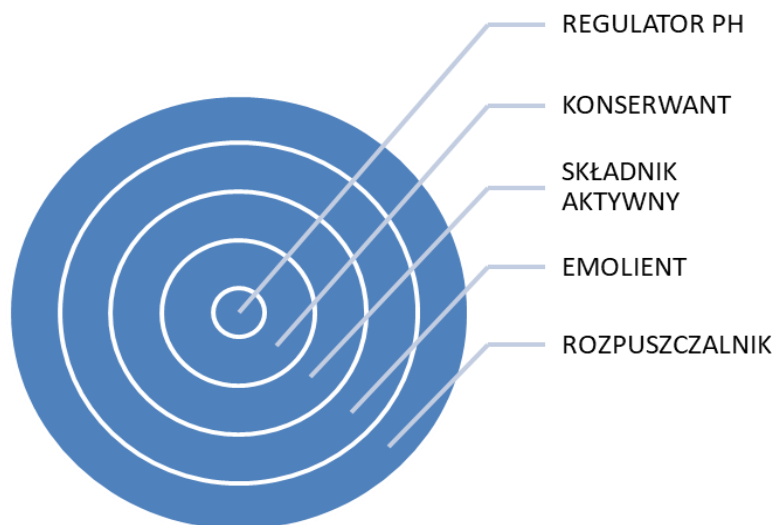
Комедони з'являються переважно на обличчі і є типовими для акне/вугрів. Найбільш жирна шкіра виділяється на лобі, носі та підборідді (якщо мова йде про обличчя), а також на декольте і спині. Саме тут знаходиться більшість сальних залоз. Шкіра має погане кровопостачання, вранці часто бліда, рідко зустрічаються розширені кровоносні судини. Добре реагує на погодні умови: холод, вітер і сонце, а також на воду і мило. Набагато важливішими є внутрішні чинники, такі як стрес, гормональні збої, нервові напруження і розлади травної системи. Період старіння починається відносно пізно. Ще одна перевага жирної шкіри полягає в тому, що вона не пересихає в старшому віці. Недоліками, однак, є досить часті ускладнення, включаючи акне, схильність до застійних утворень і непривабливий зовнішній вигляд. Шкіра не буває жирною в дитячому віці. Її симптоми з'являються лише після статевого дозрівання, приблизно у віці 12 років, що пов'язано з підвищеною гормональною стимуляцією статевих і сальних залоз. Однак це може трапитись також і у жінок старше 40 років. Догляд за такою шкірою є проблематичним, тому що не можна боротися з її жирністю, забувши забезпечити її відповідними зволожуючими, регенеруючими та захисними речовинами. Це особливо складно у випадку старіючої шкіри. Нормалізація роботи сальних залоз не може призвести до знежирення шкіри. В даному випадку йдеться про те, щоби видалити надлишкову кількість секрету, що виробляється сальними залозами – себум (шкірне сало). Сальні залози розташовані під шарами епідермісу і не відкриваються безпосередньо на поверхню шкіри. Вони з'єднані з каналами, які утворюють вихідні отвори волосяних фолікулів, куди надходить шкірне сало. Надмірна активність сальних залоз викликає жирність шкіри, тобто себорею. Серед причин впливаючих на це виділяють ендокринну дисфункцію - особливо гіперандрогенію та надмірну секрецію прогестерону у жінок. Існує також спадкова схильність до себореї. Вона є основою таких захворювань, як пітниця, себорея, себорейний дерматит, акне і розацеа. Найголовніше тут - правильно регулювати діяльність сальних залоз, не порушуючи природну бактеріальну флору. Ідея полягає в тому, щоби видалити зайвий жир, а не повністю виключити ліпідні речовини.

- **Комбінована шкіра** має ознаки двох типів шкіри: деякі частини сухі, інші жирні, колір обличчя може бути нерівномірним на лобі, носі та підборідді. Найчастіше жирною і блискучою частиною з великими відкритими порами і численними вуграми або прищами є середня зона: лоб, ніс, підборіддя (так звана Т-зона). Шкіра на щоках залишається матовою, сухою, схильною до передчасного утворення зморшок, часто з дрібними розширеними капілярами і навіть дрібними прищиками, іноді буває навпаки. На жаль, з віком шкіра потребує більше уваги та догляду, і вона завжди старіє, якого б типу вона не була, тому вчені розробляють нові способи та методи, щоб затримати цей процес.

АКТИВНІ ІНГРЕДІЄНТИ, ЩО ВИКОРИСТОВУЮТЬСЯ В КОСМЕТИЧНИХ ПРОДУКТАХ

Активні речовини зазвичай виконують основну функцію косметичного засобу. Вони випускаються в концентрованому вигляді, тому вміст у відсотках може становити всього 0,1-2%.

Поділ діючих речовин за їх функцією (основна чи допоміжна) в косметичному засобі (емульсії) з прикладами нижче:



Від середини до краю (згори вниз): Регулятор рН, Консервант, Активна Складова. Пом'якшувальний Засіб. Розчинник.

ПОМ'ЯКШУВАЛЬНИЙ ЗАСІБ (EMOLIENT) – масло ши, масло какао, масло авокадо, кокосова олія, олія авокадо, олія із солодкого мигдалю, бавовняна олія.

PH РЕГУЛЯТОР (REGULATOR PH) – аскорбінова кислота, мигдальна кислота, молочна кислота.

АКТИВНА СКЛАДОВА (SKŁADNIK AKTYWNY):

- антиоксидант - аскорбінова кислота, екстракти,
- гігроскопічна речовина – гліцерин,
- речовина з антибактеріальними властивостями - біосірка, мигдальна кислота, молочна кислота, екстракт м'яти перцевої,
- кератолітична речовина - мигдальна кислота, молочна кислота, саліцилова кислота, гліколева кислота, піровиноградна кислота, трихлороцтова кислота.

Опис властивостей активних інгредієнтів за типом шкіри:

- A. Жирна шкіра (ЖШ)
- B. Суха шкіра (СШ)
- C. Чутлива шкіра (ЧШ)
- D. Комбінована шкіра (КШ)

- **Масло Ши** (СШ, ЧШ, КШ) - має чудові властивості догляду за шкірою, пом'якшує, розгладжує, зволожує та живить. Його класифікують як природний сонцезахисний фільтр і антиоксидант, завдяки чому він захищає шкіру від зовнішніх факторів і уповільнює процес старіння. Він допомагає процесу загоєння шкіри - заспокоює дрібні садна або порізи. Чудово заспокоює подразнену шкіру. Він містить значну кількість фітостеролів, що дозволяє йому мати протизапальні властивості. Створює на шкірі делікатний захисний фільтр, захищаючи її від морозу та вітру.
- **Бавовняна олія** (СШ, ЧШ) – живить і заспокоює навіть дуже подразнену шкіру. Завдяки своїм пом'якшувальним властивостям підходить як зволожуючий засіб для сухої шкіри та для шкіри, що лущиться. Відновлює ліпідний бар'єр шкіри. Складається в основному з ненасичених жирних кислот - лінолевої та олеїнової,

загальний вміст яких може перевищувати 75%. Вона також містить суміш токоферолів, сильних антиоксидантних сполук.

- **Соняшникова олія** (СШ, ЧШ, КШ) - зміцнює природний захисний шар шкіри, регенерує, пом'якшує і розгладжує епідерміс. Має антирадикальні властивості та уповільнює процес старіння шкіри. Додає волоссю блиск, зміцнює та відновлює його. Соняшникова олія містить жирні кислоти Омега-6 і невелику кількість жирних кислот Омега-3. У складі також велика доза вітаміну Е, а також мідь і залізо.
- **Олія виноградних кісточок** (СШ, ЧШ, КШ) – робить волосся більш блискучим і здоровим. Рекомендується для догляду за зрілою, судинною шкірою та при дії УФ-випромінювання. Вона сприяє регенерації пошкодженої шкіри, стабілізує еластин і колаген, а також має антиоксидантні, протизапальні та зволожуючі властивості. Завдяки високому вмісту вітаміну Е покращує пружність та напругу шкіри.
- **Олія авокадо** (СШ, ЧШ, КШ) - джерело вітаміну А, альфа-токоферолу, вітамінів групи В. Крім того, вона містить бета-ситостероли і лютеїн, є джерелом цінних вітамінів: А, В, D, Е, Н, К, РР, а також містить сквален, марганець, калій, кремній і фосфор. Живить, має протиалергійні властивості, перешкоджає випаровуванню води зі шкіри, робить шкіру помітно більш гладкою та еластичною. Олія є природним сонцезахисним фільтром.
- **Олія Буріті** (СШ, ЧШ, КШ) – біосумісна олія, отримана з плодів амазонської пальми. Завдяки вмісту олеїнової кислоти та бета-каротину доглядає за пошкодженою, сухою та тьмяною шкірою. Будучи природним сонцезахисним фільтром, вона захищає шкіру від роздратування, викликаного ультрафіолетовим випромінюванням. Володіє антиоксидантними властивостями, омолоджує, пружить і покращує тон шкіри.
- **Олія солодкого мигдалю** (СШ, ЧШ, КШ) – зволожує та змащує, сприяючи відновленню ліпідного балансу шкіри. Живить і відновлює шкіру, підвищуючи її еластичність і м'якість. Повертає шкірі сяйво, заспокоює подразнення та уповільнює процес старіння шкіри.
- **Кокосова олія** (СШ, ЧШ, КШ) - завдяки високому вмісту лауринової кислоти чудово живить суху, пошкоджену та в'ялу шкіру. Регенерує, зволожує та надає

еластичності шкірі та ламкому волоссю. Захищає волосся від пошкоджень і посічених кінчиків.

- **Оливкова олія** (СШ, ЧШ, КШ) – багата олеїною кислотою та вітамінами А, Е, D і К, пом'якшує, змашує та розгладжує шкіру. Володіє відмінними зволожуючими властивостями, створюючи на шкірі плівку, яка захищає від надмірної втрати води та зовнішніх факторів. Заспокоює шкіру, відновлює ліпідний шар епідермісу та має антивікові властивості.
- **Білий/коричневий цукор** (ЖШ) – органічна хімічна сполука з групи вуглеводів, що виробляється з цукрових буряків або тростини. Він має форму кристалів, розчинних у воді. Частинки цукру відлущують мертву шкіру та розгладжують шкіру. Його можна знайти в скрабах для тіла, пастах для депіляції, скрабах для губ і засобах для волосся.
- **Вітамін Е** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) - називається «вітаміном молодості», розгладжує шкіру, зміцнює, жирить і зволожує, захищає від вільних радикалів і передчасного старіння шкіри. Форми вітаміну Е, що використовуються в косметичці: альфа-токоферол і альфа-токоферол ацетат (Tocopheryl acetate),
- **Біосірка** (ЖШ, КШ) – сірка використовується місцево для лікування акне. Завдяки своїм протигрибковим і антибактеріальним властивостям вона може допомогти зменшити надлишок шкірного сала, заспокоїти почервоніння, допомогти очистити пори та запобігти поширенню прищів і чорних цяток. Має очищувальний ефект, ідеально підходить для шкіри, схильної до вугрів.
- **Екстракт м'яти перцевої** (ЖШ, КШ) – отримують з трави *Mentha piperita*. Він багатий ефірними маслами, основним його компонентом є ментол. Також містить дубильні речовини, органічні кислоти і флавоноїди. Має антисептичні властивості. Чудово освіжає та дарує приємне відчуття освіження.
- **Екстракт кедр** (ЖШ, КШ) – має антисептичну, заспокійливу та в'язучу дію, зменшує свербіж та екзему. Завдяки антисептичним властивостям підходить для лікування акне та проблемної шкіри.

- **Екстракт шавлії лікарської** (ЖШ, КШ) – має тонізуючі, дезодоруючі, очищаючі, антиперспірантні властивості, а також є засобом проти лупи. Крім того, він має протиподразнювальні та в'яжучі властивості та регулює секрецію шкірного сала.
- **Екстракт огірка** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) – має освіжаючі, тонізуючі та ревіталізуючі властивості. Заспокоює шкіру та зволожує, регулюючи TEWL. Рівень рН огірка подібний до рівню рН шкіри. Містить вітаміни С, А, К і пантотенову кислоту, також мінерали, включаючи магній, фосфор і калій.
- **Екстракт оливи** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) – має потужні живильні та відновлюючі властивості для шкіри. Містить антиоксиданти, які захищають шкіру від шкідливого впливу вільних радикалів. Стимулює шкіру до регенерації і є багатофункціональним фітокомплексом, багатим на біополіфеноли та біофлавоноїди, який використовується в косметичі та космецевтиці. Екстракт листя оливи має антиоксидантні властивості завдяки поліфенолам - олеуропеїну, який має значну антиоксидантну активність, що захищає від вільних радикалів. Він зміцнює кровоносні судини і робить шкіру більш еластичною, стимулюючи вироблення фібробластів. Екстракт оливкового листя має антивікові та зміцнюючі властивості, усуває розтяжки та шрами, захищає чутливу та судинну шкіру, запобігає знебарвленню.
- **Екстракт шиітаке** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) - багатий вітамінами і мінералами, стимулює захист шкіри від зовнішніх факторів. Він заспокоює подразнення, розгладжує шкіру та має антивікові властивості. Найпоширенішим видом грибів, які ми можемо знайти в косметичі, є гриби шиітаке, також відомі як японські гриби шиітаке або їстівні гриби шиітаке. У природних умовах цей гриб зустрічається в Китаї, Японії та Індонезії. При споживанні гриби шиітаке є чудовим джерелом вітаміну В12, вітаміну В6, пантотенової кислоти, фолієвої кислоти, ніацину та холіну. Вони також характеризуються високим вмістом мінералів, включаючи цинк, марганець, селен і мідь. Вони цінуються в косметичі завдяки наявності койєвої кислоти, яка сприяє освітленню шкіри, усуває пігментні плями і рубці. Койєва кислота конкурує з природними ферментами, відповідальними за виробництво меланіну, блокуючи їх у результаті. Однак це оборотна реакція, тому ефект більш

яскравої та сяючої шкіри помітний лише при регулярному застосуванні крему з екстрактом гриба шиітаке. При систематичному застосуванні уповільнює процес старіння, допомагає зберегти молодість і сяйво шкіри.

- **Сік алое (Aloe Vera)** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) – має заспокійливі та розгладжувальні властивості на подразнену та чутливу шкіру. Регенерує шкіру, зволожує та має антивікові властивості. Все завдяки інгредієнтам, що містяться в рослині: вітамінам А, В2, С і Е та амінокислотам. Варто додати, що алое є також зволожувачем.
- **Екстракт льону** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) – захищає ліпідний шар шкіри, запобігаючи висиханню шкіри. Живить, пружить, розгладжує та освітлює шкіру, захищаючи її від несприятливого впливу зовнішніх чинників. У насінні льону міститься велика кількість олії (до 50% ліноленової кислоти і до 25% лінолевої кислоти), слизу і білків, а також мікроелементів і фітогормонів. Захисний слиз, який утворюється після мацерації насіння, багатий на цукристі сполуки з пом'якшувальними, захисними та екрануючими властивостями. У косметиці властивості насіння льону особливо цінуються завдяки їх сильним зволожуючим і заспокійливим властивостям. З іншого боку, лляна олія надзвичайно багата незамінними ненасиченими жирними кислотами.
- **Екстракт пивних дріжджів** (ЧШ) - складається з 40% протеїногенних амінокислот, пептидів і протеїну. Вони є джерелом легкозасвоюваного білка. Вони містять вітамін Н (біотин, також званий вітаміном В7), який надає волоссю еластичність. Цей вітамін перешкоджає посивінню і випаданню волосся. При його дефіциті на шкірі з'являються висипання і запалення. Дефіцит вітаміну Н часто проявляється підвищенням рівня холестерину і запальними змінами в кишечнику.
- **Екстракт журавлини** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) - є багатим джерелом антиоксидантів, вітамінів і мінералів, стимулює синтез колагену і еластину, захищає від вільних радикалів. Має регенеруючу дію на волосся, надає йому блиск. Забезпечує природними вітамінами та мікроелементами, зміцнює імунітет шкіри.
- **Екстракт насіння соняшнику** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) – забезпечує шкіру необхідними поживними речовинами. Помітно відновлює епідерміс, уповільнює процес старіння та забезпечує належний рівень зволоження.

- **Екстракт пшениці** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) - свіжий сік із молоді зеленої пшениці має дуже високу дієтичну та косметичну цінність, головним чином завдяки наявності численних вітамінів: групи В, С, Е, К, фолієвої кислоти, мінералів таких як кальцій, фосфор, цинк, калій, марганець та інші, а також амінокислот, ферментів, клітковини та фітогормонів з естрогенною активністю. Має зволожуючі та регенеруючі властивості.
- **Екстракт кориці** (ЖШ) – розігріває шкіру, зміцнює її, покращує натяг і еластичність шкіри.
- **Екстракт центелли азійської** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) – отриманий із зеленого листа рослини, з органічного вирощування. Він цінується насамперед за тритерпенові сапоніни та тритерпенові геніни, які він містить. Крім того, він містить флавоноїди, фітостероли (β -ситостерин, стигмастерин, кампестерин) і таніни (дубильні речовини). Стимулює вироблення колагену, знімає запалення, має антиоксидантні властивості. Він найбільш популярний у засобах для судинної, зрілої, чутливої та сухої шкіри.
- **Екстракт шавлії** (ЖШ, КШ) – надає в'язучу та зміцнюючу дію на стінки кровоносних судин. Містить, серед іншого: дубильні речовини, сапоніни, тритерпени, флавоноїди, органічні кислоти. Є сильним антисептиком, має в'язучі, протизапальні та бактерицидні властивості. Використовується в косметичці для жирної та схильної до вугрів шкіри. Він використовується в препаратах для волосся як інгредієнт проти лупи та проти випадіння волосся. Має антисептичну, антиоксидантну, очищуючу, протисеборейну та заспокійливу дію на вугрові висипання.
- **Екстракт шипшини** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) – має дуже високу концентрацію вітаміну С, який освітлює колір обличчя та знебарвлення. Характеризується властивостями пом'якшення, зволоження та розгладження. Екстракт має протизапальну і в'язучу дію, прискорює загоєння дрібних саден і подряпин епідермісу. Крім того, він захищає шкіру від шкідливого впливу вільних радикалів, зміцнює волокна колагену та еластину, підвищуючи пружність та еластичність шкіри та зменшуючи дрібні зморшки.

- **Екстракт маканді та чорного чаю** (ЖШ, КШ) – стимулює почуття та заряджає шкіру енергією.
- **Екстракт меду** (СШ, ЧШ, КШ) – ідеальний для чутливої шкіри, має заспокійливі та антибактеріальні властивості. Його часто використовують для лікування шкірних уражень і прищів.
- **Екстракт берези** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) – суміш бетуліну (>95%), бетулінової кислоти та лупеолу. Він також містить олеанолову кислоту, фенолкарбонові кислоти (хлорогенову, кавову) і конденсовані катехіни. Активні речовини екстракту березової кори захищають клітини і тканини від так званого окислювального стресу, що призводить до пошкодження клітинних компонентів. Дослідження показали, що бетулінова кислота пригнічує фермент еластазу (який розщеплює еластин) і ефективно захищає шкіру від втрати еластичності. Має зміцнюючі, освітлюючі та протизапальні властивості.
- **Екстракт чорної ріпи** (ЖШ) – багатий вітамінами та мінералами. Отримують з кореня рослини *Raphanus sativus*. Містить вітамін С, мінеральні солі та інші активні органічні сполуки. Живить і зміцнює волосся, зменшує жирність волосся. Ефективно усуває лупу і перешкоджає її утворенню. Позитивно впливає на зовнішній вигляд жирного волосся.
- **Екстракт волошки** (СШ, ЧШ) – завдяки своїм заспокійливим і протизапальним властивостям підходить для алергічної шкіри, яка потребує особливого догляду. Живить і зволожує шкіру. Ця незвичайна, хоча й дуже поширена польова рослина містить надзвичайно цінні антиоксиданти та флавоноїди: ціанін (завдяки наявності ціанідинових глікозидів ця квітка має синє забарвлення), гіркоти та мінеральні солі.
- **Екстракт маку** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) – живить, зволожує та відновлює шкіру, доглядає за чутливою та схильною до алергії шкірою. Також ідеально підходить для антицелюлітних і зміцнюючих засобів. Насіння маку містить жири (40-50%), білки (18-25%), вітаміни і мінеральні солі.
- **Екстракт кульбаби** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) – має антиоксидантні, зволожуючі, покращуючі загальний стан шкіри та регенеруючі властивості. Має протизапальні властивості та зменшує почервоніння. Шкіра стає гладкою і повертає здоровий

колір. Антиоксидантні властивості кульбаби обумовлені наявністю великої кількості поліфенольних сполук, які гальмують утворення вільних радикалів.

- **Екстракт кореня лопуха** - багатий вітамінами і мінералами, надає волоссю блиск і еластичність, запобігає випаданню. Він зміцнює волосся і особливо рекомендований для фарбованого волосся та волосся після тривалої хімічної обробки.
- **Екстракт листя кропиви (ЖШ)** – зміцнює волосся цибулини та має антисеборейні властивості завдяки багатству мінералів і вітамінів. Листя кропиви містять хлорофіл, ксантофіл, каротин, вітамін С, К, В2 і пантотенову кислоту. Також є численні дубильні речовини і флавоноїди, а також комплекс мінералів (кальцій, магній, залізо, фосфор, марганець, цинк і кремній).
- **Екстракт хвоща (ЖШ)** – зміцнює та відновлює пошкоджене волосся, запобігає його випаданню та ослабленню. Має регенеруючу дію завдяки мінералам і вітамінам, які містяться в ньому.
- **Екстракт гіркокаштану (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ)** – зменшує відчуття втоми та напруги в ногах. Має антибактеріальну, в'язучу та протисеборейну властивості. Зміцнює кровоносні судини. Найважливішим інгредієнтом екстрактів гіркокаштана є суміш тритерпенових сапонінів, яка називається есцин. Крім того, екстракти також містять, серед іншого: кверцетин, ескулін, епікатехін і проантоціанідини.
- **Екстракт айру** – зміцнює волосся та запобігає випадінню.
- **Екстракт хмелю** – запобігає ламкості волосся та відновлює пошкоджене волосся.
- **Екстракт бамбука (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ)** – інтенсивно зволожує та розгладжує шкіру та волосся. Має антиоксидантну дію, відновлює та надає пружність шкірі. Він підтримує синтез колагену та має антивікові властивості.
- **Екстракт чилі (ЖШ)** - стимулює мікроциркуляцію шкіри та стимулює виведення накопичених токсинів завдяки вмісту капсаїцину, який відповідає за гострий смак перцю. Прискорює спалювання жиру (за рахунок збільшення швидкості метаболізму) і покращує мікроциркуляцію крові.
- **Екстракт гуарани (ЖШ)** - робить в'ялу і позбавлену пружності шкіру більш пружною, стимулює лімфовідтікання, маючи також антицелюлітну дію.

- **Екстракт кори дуба** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) - завдяки дубильним речовинам, що містяться в ньому, має в'яжучі, очищувальні властивості та знімає свербіж.
- **Яечний екстракт** – відновлює шкіру та волосся, ефективно живить і надає блиск волоссю.
- **Екстракт ромашки** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) – екстракт квітки *Chamomilla recutita*, багатий заспокійливими речовинами. Містить хамазулен - речовину з надзвичайно заспокійливими та протизапальними властивостями та бісаболол, який, як вважають, має протиалергічні властивості. Стимулює процеси оновлення епідермісу і слизових оболонок. Зменшує почервоніння шкіри та заспокоює її.
- **Алантоїн** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) – прискорює регенерацію шкіри. Має інтенсивний зволожуючий ефект і запобігає надмірній втраті води. Заспокоює роздратування. Розгладжує і пом'якшує епідерміс.
- **Пантенол** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) – це провітамін В5, дуже легко проникає в шкіру, волосся та нігті. Він проникає в епідерміс, накопичується в дермі і перетворюється на вітамін В5, тобто пантотенову кислоту. D-пантенол має заспокійливу дію на роздратовану та почервонілу шкіру, а також корисний для обпаленої шкіри. Пом'якшує та зміцнює шкіру.
- **PEG-7 Гліцерил Коконат** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) - інгредієнт, який повторно змашує та пом'якшує шкіру, кондиціонує та захищає шкіру від надмірного висихання, забезпечуючи тривалий ефект м'якої та гладкої шкіри.
- **Протеїни шовку** (СШ, ЧШ, КШ) – зволожують, живлять шкіру, покращують еластичність шкіри та мають антивікові властивості. Крім того, вони кондиціонують волосся, полегшують розчісування та додають блиску. Шовк – це природний протеїн, що складається з еластичного білка під назвою фіброїн і серисцину, який належить до групи білків, які діють як цемент з унікальними, характерними зволожуючими властивостями.
- **Морські мінерали** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) - сприяють відновленню іонного балансу шкіри, знижують напругу шкіри, зволожують і зміцнюють гідроліпідний шар шкіри.

- **Гліцерин** (СШ, ЧШ, КШ) – зволожувач, має здатність зв'язувати воду в глибоких шарах шкіри, забезпечуючи належний рівень зволоження шкіри. Має чудові заспокійливі властивості та ефективно зволожує суху шкіру, схильну до лущення та надмірну суху. Розгладжує, підвищує еластичність, регулює процеси правильного оновлення епідермісу. Дія гліцерину є досить тривалою.
- **Гідролізат кератину** – надає волоссю здоровий вигляд, відновлює блиск і зволожує волосся. Кератин проникає в структуру волосся і вбудовується в пошкоджені ділянки оболонки волосся, надаючи йому еластичність і об'єм.
- **Гідролізат шовку** – створює захисну плівку на поверхні шкіри та волосся, яка зменшує шорсткість, розгладжує та зволожує шкіру та волосся. Зменшує електризацію волосся, покращує їх піддатливість до укладання і надає шовковистий блиск.
- **Гіалуронова кислота** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) – це хімічна сполука, яка природним чином міститься в організмі кожної людини. Основною функцією гіалуронової кислоти є, звичайно, підтримка структурного протеїну, тобто колагену та еластину, що робить шкіру більш напруженою, пружною, підтягнутою та еластичною.
- **Молочна кислота** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) – зволожує шкіру, робить її еластичною, пом'якшує та розгладжує. Підтримує захисні процеси та допомагає підтримувати належний рН інтимних зон.
- **Ундециленова кислота** (ЖШ, КШ) – має протигрибкові, антиперспірантні, антибактеріальні та в'язучі властивості.
- **Сечовина** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) – інтенсивно зволожує, розгладжує та пом'якшує шкіру. Він є зволожувачем і має гігроскопічні властивості. Це означає, що сечовина вбирає вологу, а також сильно зволожує. Це відбувається в результаті притягування молекул води, що надходять до шкіри, і утримання їх у її структурах.
- **Трегалоза** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) – невідновний дисахарид. Гідроактивний інгредієнт, сильно ультразволожує шкіру та запобігає її надмірному висиханню.

- **Біоеколія** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) - біоселективний олігосахарид, який обмежує розвиток небажаних колоній мікроорганізмів, стимулюючи при цьому відновлення природної бактеріальної флори.
- **Оксид цинку** (СШ, КШ, ЖШ) - є ультрафіолетовим фільтром UVA і UVB, має в'язучі та антисептичні властивості.
- **Алюмосилікат магнію** (ЖШ, КШ) – надає шкірі матовий пудровий вигляд, який зберігається протягом багатьох годин.
- **Саліцилова кислота** (ЖШ, КШ) – розчиняється в жирах, тому крім відлущуючих властивостей має здатність глибоко проникати в шкіру. Вона може досягати внутрішньої частини волосяних фолікулів, що важливо при лікуванні акне. Крім того, допомагає закрити пори, запобігає утворенню прищів і допомагає очистити шкіру від чорних крапок. Має протизапальні та відлущувальні властивості, запобігає утворенню прищів і чорних крапок.
- **Спирт** (ЖШ, КШ) – має антисептичну дію, дезінфікує та підсушує.
- **Каолін** (ЖШ, СШ, ЧШ, КШ) – як наповнювач в косметиці каолін рекомендований насамперед для жирної та комбінованої шкіри з надмірним виділенням шкірного сала. Чудово вбирає шкірне сало, а алюміній, що міститься в ньому, звужує пори. Звужує і очищає пори, м'яко відлущує, має заспокійливу дію, розгладжує і покращує тон шкіри.
- **Вулканічна глина** (ЖШ, КШ) – насичує киснем, ретельно очищає, матує та відновлює. Має тонізуючу дію і регулює роботу сальних залоз. Підходить для догляду за жирною шкірою.
- **Олія м'яти перцевої** (ЖШ, КШ) – має дуже сильну бактерицидну дію, навіть проти бактерій, стійких до антибіотиків. Вона регулює роботу сальних залоз, має себостатичні та антибактеріальні властивості.
- **Вазелін** (СШ, ЧШ, КШ) – запобігає висиханню шкіри, відновлює пошкоджений епідерміс, а також має зволожуючу та захисну дію.
- **Ланолін** (СШ, ЧШ, КШ) – має зволожуючі та пом'якшувальні властивості. Створює оклюзійну плівку на поверхні шкіри, що зменшує надмірне випаровування води.

- **Ментол** (ЖШ, КШ) – спирт з групи терпенів, який широко використовується в косметичній промисловості. Це основна діюча речовина, що міститься в ефірній олії, отриманій з м'яти перцевої. Ментол зустрічається у вигляді прозорих подовжених кристалів. Має охолоджуючі та освіжаючі властивості.
- **Яблучний оцет** (ЖШ) – традиційно використовується для догляду за волоссям у вигляді ополіскувачів, допомагає видалити залишки косметичних засобів, робить волосся блискучим, м'яким і легшим для розчісування. Завдяки вмісту альфа-гідрокси кислот виявляє кератолітичну дію на шкіру голови, надаючи ніжний пілінг і нормалізуючи роговий шар шкіри.

ЛІКУВАННЯ З ВИКОРИСТАННЯМ ВИСОКОЧАСТОТНИХ СТРУМІВ

ГАЛЬВАНІЗАЦІЯ

Гальванізація є найдавнішим методом використання постійного струму в медицині. Його корисні властивості протягом багатьох років використовуються в фізіотерапевтичних кабінетах. Позитивний вплив гальванізації на організм оцінила і косметологія. Цю процедуру пропонують багато салонів естетичної медицини та краси.

Гальванізація — це процедура, яке передбачає застосування постійного струму до шкіри, тобто такого, який не змінює свій напрямок чи інтенсивність з часом. При гальванізації використовується струм малої інтенсивності, який протікає по замкнутому контуру. Відповідно використовуються різні поточні дози струму:

- слабкий 0,01 – 0,1 мА,
- середній до 0,3 мА,
- сильний до 0,5 мА

Електроди постійного струму відповідають позитивному (анод) і негативному (катод) полюсам.

Катод «-» має подразнюючу дію, лужну дію, стимулює кровообіг, завдяки чому: глибоко очищає і пом'якшує шкіру, посилює відлущування, підвищує виділення шкірного сала за рахунок поліпшення кровообігу (корисно для сухої шкіри), покращує стан зневодненої шкіри шляхом залучення рідини.

Анод «+» має тонізуючу і заспокійливу дію, кислотну дію, зменшує кровообіг, завдяки чому: покращує контур обличчя, зменшує еритему, звужує розширені пори, оживляє втомлену шкіру.

Залежно від розташування електродів використовується поздовжня або поперечна гальванізація. Для проведення процедури необхідний пристрій, що виробляє постійний струм, дроти (що з'єднують електроди з джерелом живлення), електроди та прокладки. Електроди кладуть на вологу подушечку (як варіант можна обернути електрод подушечкою), не можна класти на шкіру! Прокладка має бути трохи більшою за електрод, щоб уникнути опіків і проходження додаткових іонів від електрода до шкіри. Сила струму залежить від розмірів і взаємного розташування електродів, провідності тканин. Активний електрод - це електрод, за допомогою якого призначений лікувальний ефект (іншими словами: рухомий). Другим електродом є так званий пасивний електрод, який замикає ланцюг струму. Дозу постійного струму визначають залежно від: поверхні активного електрода, виду захворювання, тривалості лікування, чутливості шкіри до електричного струму. Дуже важливо з особливою обережністю подавати струм на область голови і серця (чутливість органів).

Показання до гальванізації:

- розацеа,
- обмороження,
- невралгія,
- біль у м'язах,
- трофічні розлади,
- м'язова слабкість.

Протипоказання до гальванізації:

- пошкодження шкіри,
- висипання,
- порізи шкіри,

- гнійно-запальні процеси,
- кардіостимулятор,
- непереносимість гальванічного струму,
- акне,
- вагітність.

Хід процедури

- Перед початком процедури клієнт повинен зняти прикраси, очистити шкіру від макіяжу і знежирити її.
- Положення для лікування повинно бути зручним і безпечним для клієнта і викликати розслаблення тканин в області, що піддається обробці.
- На очі накладають сухі косметичні диски, а обличчя прикривають вологою марлею.
- Електроди необхідно захистити прокладками. Активний електрод обертають марлею, змочують і віджимають зайву воду.
- Пасивний електрод поміщають на вологу віскозну губку.
- Сам електрод прикладати до тіла не можна, оскільки це може призвести до опіків. Під час процедури іони рухаються всередині тіла - катіони до негативного електрода, а аніони - до позитивного електрода. Під час процедури клієнт не може змінювати положення. Необхідно постійно стежити за станом шкіри в зоні обробки.
- Після процедури електроди знімаються, і клієнт повинен почекати 15-30 хвилин. Під час гальванізації не відчувається біль. Лікування може супроводжуватися легким дискомфортом, який викликаний відчуттям поколювання і розтікання тепла.

Ефекти лікування

- Процедуру можна проводити як на обличчі, так і на тілі. Використовується для відновлення та зміцнення шкіри.
- Гальванізація зміцнює судини. Покращуючи метаболізм, оксигенацію та живлення тканин, прискорює процес їх регенерації.
- Він розширює лімфатичні судини, що підвищує проникність тканин для активних

речовин, що містяться в косметичних засобах. Крім того, активні інгредієнти можуть досягати глибших шарів шкіри.

- Має сильну протизапальну дію.
- Глибоко очищає шкіру, бореться з проблемою розширених пор і видаляє чорні точки.
- Має омолоджуючий ефект. Зменшує зморшки, стимулює вироблення колагену та сприяє лікуванню акне. Зменшує розтяжки та целюліт.

ІОНОФОРЕЗ

Іонофорез передбачає введення іонів препарату в тканини за допомогою постійного струму. Концентрація іонів у тканинах залежить від кількості введених іонів, розміру поверхні, через яку вони проникають, часу протікання струму та його сили. Іони мають різні властивості проникнення в місця введення, наприклад, іони кальцію залишаються в місці введення протягом тривалого часу, тоді як іони йоду швидко проникають у кровоносну систему.

Найбільш часто використовувані препарати для іонофорезу:

- кальцію хлорид - застосування: судинні неврози, розацеа, невралгії, обмороження, алергія,
- оксид калію – рубці та келоїди,
- аскорбінова кислота – вугрі та розацеа, в'ялість шкіри, обмороження, зміна кольору шкіри,
- харчова сода – себорея, вульгарні вугри,
- сульфат цинку – дріжджова інфекція нігтів,
- мідний купорос – мікоз рук і ніг,
- геріокаїн (прокаїн) - запалення периферичних нервів, радикуліт, постгерпетичний оперізуючий лишай, параліч лицевого нерва, в'яла і стареча шкіра.

Основні косметологічні показання до лікування іонофорезом:

- розширені капіляри,
- розацеа,
- вульгарні вугри,
- в'ялість шкіри,
- м'язова слабкість,
- шрами,
- алергії.

Протипоказання

Протипоказання до іонофорезу такі ж, як і до гальванізації, однак слід враховувати ймовірну алергію на засоби, що використовуються для іонофорезу. Не можна проводити процедуру після нанесення масок або кремів.

ДАРСОНВАЛІЗАЦІЯ

Дарсонвалізація (озонотерапія) – косметологічна процедура, що передбачає використання струмів високої частоти (300-500 кГц). Для її проведення потрібен апарат Дарсонваль (використовує високочастотні струми), який виробляє струм, що перетворюється в теплову енергію, і виробляє озон при контакті зі шкірою. При проходженні струму через електрод і його безпосередньому контакті зі шкірою пацієнта виникають електричні розряди, які спостерігаються як іскріння. Це безпосередньо генерує мінімальну кількість тепла в тканинах. В області насадки виробляється озон, який надає дезінфікуючу та бактерицидну дію на шкіру.

Дія електричних зарядів викликає розширення кровоносних судин шкіри, поліпшення живлення та обміну речовин у тканинах шкіри. Дарсонвалізація діє проти акне, передчасного старіння шкіри та випадіння волосся.

Дарсонвалізація зазвичай використовується як доповнення до інших методів лікування. Найчастіше використовується для так званого «заспокоєння шкіри» після інтенсивних очисних процедур або після проколів шкіри.

Процедура абсолютно безболісна, а також має розслаблюючу функцію. Струм

благотворно впливає на підшкірну клітковину і м'язи обличчя. Лікування абсолютно неінвазивне.

Ця процедура проводиться за допомогою струмів високої частоти, які впливають на вегетативні нервові закінчення нервової системи. Це проявляється зміненою функцією судин шкіри - тканини, що піддаються процедурі, значно розширюються.

Показання до процедури:

- заспокоєння будь-яких подразнень шкіри,
- вугрі,
- терапія проти старіння,
- втрата волосся,
- себорея шкіри голови,
- себорея шкіри спини,
- себорейна алопеція.

У салоні краси дарсонвалізація найчастіше використовується після процедури чищення для дезінфекції шкіри. Ця процедура проводиться за допомогою електродів, які мають різні форми, наприклад, грибоподібні (для більших ділянок шкіри), дугові, гребінчасті, іскрові, металеві (для електромасажу).

Протипоказання:

- вагітність,
- гіпертонія,
- набряк,
- захворювання серця,
- пошкодження і рани на шкірі,
- запалення,
- лихоманка,
- астма,
- металеві імпланти.

РУЧНЕ ОЧИЩЕННЯ

Ручне очищення шкіри, як випливає з назви, передбачає ручний процес видалення всіх недоліків шкіри. До них відносяться міліуми, чорні цятки, закриті та відкриті комедони. Це також метод рекомендований для зменшення зміни кольору та видалення старої мертвої шкіри.

Сумлінно проведений догляд часто дозволяє позбутися недоліків шкіри, які неможливо було усунути за допомогою інших косметичних процедур. Ручне очищення шкіри можна проводити на різних ділянках тіла, наприклад, на обличчі (найчастіше), на шиї, в області декольте або на спині. Тривалість процедури, в залежності від місця очищення на тіла, може становити від однієї до двох і більше годин. Його тривалість також залежить від додаткових, необов'язкових процедур, які можуть включати ручне очищення шкіри.

Показання до мануальної чистки:

- надмірна жирність шкіри,
- вугрі,
- акне,
- міліа,
- прищі різного походження.

Протипоказання до мануальної чистки:

- запалення шкіри,
- герпес на місці процедури,
- розацеа і флегмона,
- чутлива і судинна шкіра,
- вагітність і годування груддю.

Чорні цятки — це розмовний термін для вугрів, тобто уражень шкіри з характерним виглядом чорних або білих цяток. В основному вони спостерігаються у людей зі схильною до вугрів шкірою, але вони також можуть виникнути за відсутності будь-яких інших проблем зі шкірою. Чорні точки з'являються в місцях, де розташована більшість сальних залоз. У випадку з обличчям - це лоб, ніс, підборіддя і щоки. Також їх часто можна побачити

на спині та грудях.

Чорні цятки на носі діляться на:

закриті – білі, маленькі, добре помітні при розтягуванні шкіри;

відкриті – з них виділяються чорні мажучі виділення, вони можуть перетворюватися в гнійні прищі.

Чорний колір чорних цяток на носі є наслідком окислення виділеного з них жирного секрету (так звана сальна маса). Варто знати, що чорні цятки, на відміну від інших уражень шкіри, не супроводжуються запаленням. Тому дотик до них не викликає болю.

Чорні цятки на носі виникають внаслідок того, що шкірне сало залишається в гирлах сальних залоз через його надмірне вироблення або закриття цих гирл мозолистим епідермісом, невідповідною косметикою (як для догляду, так і для макіяжу) та іншими забрудненнями.

Фактори, що підвищують ризик появи чорних крапок на носі, включають:

- нехтування щоденним доглядом за шкірою обличчя,
- неправильний догляд за шкірою обличчя,
- використання занадто важкої косметики,
- використання косметики з етиловим спиртом,
- гормональні порушення,
- жирна або комбінована шкіра,
- неправильне харчування (вживання жирного, солодкого та продуктів переробки).

Вульгарні вугрі - це хронічне захворювання волосисто-сальної системи, що супроводжується себореєю. Вульгарні вугри характеризуються появою відкритих і закритих комедонів, папул, пустул, вузликів і гнійних кіст, розташованих в себорейних зонах (обличчя, спина).

Причини появи вугрів:

- Підвищена чутливість до дії чоловічих статевих гормонів - андрогенів. Жінки виробляють їх так само, як і чоловіки, але вони присутні в менших концентраціях, ніж у чоловіків. Однак висока концентрація статевих гормонів необов'язкова для того,

щоб стимулювати інтенсивнішу роботу сальних залоз, що призводить до збільшення вироблення жиру під назвою шкірне сало.

- Аномалії вивідних проток сальних залоз і надмірне зроговіння отворів волосяних фолікулів. Шкірні залози мають отвори в порах шкіри у вигляді отворів у верхній частині трубки або протоки. У нижній частині протоки знаходиться волосяний фолікул, група спеціалізованих клітин, відповідальних за формування волосся. Коли з'являються прищі, ці клітини мають тенденцію злипатися, а потім відмирають і відшаровуються. Вони викликають значне звуження проток, що утруднює відтік шкірного сала. Лінолева кислота - один із компонентів шкірного сала - визначає правильний розвиток сальних залоз. У хворих людей вміст цієї кислоти зменшується, створюючи чудове середовище для розвитку анаеробних бактерій (*Propionibacterium acnes*), відповідальних за утворення вугрів, які зазвичай виникають на шкірі. Вони починають розмножуватися, що призводить до інфікування і запалення.
- Запальна та імунна реакція. Запалення організму стимулює імунну систему до збільшення виробництва лейкоцитів, що полегшує боротьбу з бактеріями.

Види ураження шкіри при акне:

- незапальні - комедони (відкриті та закриті),
- запальні зміни волосисто-сальних фолікулів - папули, пустули, пухлини, нориці та гнійні кісти.

Чорні цятки

- Закриті (whiteheads) - це повністю закриті отвори волосяних фолікулів, закупорені шкірним салом, відмерлими клітинами шкіри та бактеріями. Відсутній контакт з повітрям, тому вони білі.
- Відкриті (blackheads) - у міру того, як отвори проток розширюються і жири, що містяться в шкірному салі, окислюються, через окислення шкірного сала з'являються відкриті темні комедони.

Запальні зміни волосяних і сальних фолікулів

- Папула — якщо вугр стає негерметичним і шкірне сало починає надходити в навколишні тканини, розвивається інфекція, яку можна побачити як червоний прищ. Його діаметр не перевищує 5 мм і не містить видимого гною, зникає безслідно. Видалення без слідів.
- Гноячок – типовий гнійний прищ. Вони з'являються, коли бактерії знаходяться на шкірі і в протоці, де вони починають розмножуватися.
- Вузлик - це висип, що підноситься над поверхнею шкіри, що є пов'язане зі змінами в дермі і зникає, залишаючи рубці. Це відбувається, коли великі комедони лопаються, вивільняючи велику кількість запальної речовини. Велика кількість запальної речовини викликає біль і набряк. Шишка розповсюджується вглиб шкіри.
- Кіста – це заповнений рідиною резервуар, що містить гній і бактерії. Секрет фолікула виходить за його стінку в дерму, насичується нейтрофілами і лімфоцитами, з часом в навколишньому середовищі розвивається фіброзна реакція і навіть утворюються справжні кісти - вогнища болючі і зникають з рубцюванням.

Причини тяжкості вугрового ураження:

- надмірні навантаження, піт,
- стрес,
- неправильне харчування (надмірна кількість солі, цукру, насичених жирних кислот),
- поїздки в країни з підвищеною вологістю повітря,
- перебування на сонці (викликає висихання шкіри, що призводить до більш серйозних уражень),
- менструація, особливо за кілька днів до початку,
- вагітність (гормональні зміни),
- протизаплідні таблетки (вплив гормонів),
- прийом ліків, таких як кортикостероїди та протиепілептичні препарати,
- надмірне використання косметики, яка забиває пори.

Міліуми, від лат. milia, виникають в результаті зроговіння волосяного фолікула. Тоді сальні залози закупорюються, і сальний секрет, тобто шкірне сало (себум), накопичується і не може вийти. В результаті зроговіння міліум твердіє (не видавлюється) і відділяється від навколишніх тканин. Міліуми мають форму невеликих кульок довжиною кілька міліметрів білого, жовтого або кремового кольору. Ці зміни не викликають болю чи свербіння, але для багатьох людей є значним косметичним дефектом. Причини виникнення міліумів досі до кінця не вивчені. Однак вважається, що гормональні порушення, бактеріальні та вірусні інфекції, а також генетичні захворювання можуть бути причиною розвитку міліумів.

Міліуми часто розташовуються на лобі, носі, навколо очей (в основному на повіках) і в районі скронь. Також вони можуть розташовуватися в області статевих органів. Вважається, що міліуми є типовими ураженнями немовлят через закупорку секрету в незрілих сальних залозах.

Батькам не варто хвилюватися у випадку міліумів у немовлят, оскільки через кілька тижнів ці ураження спонтанно лопаються, і грудки порожніють.

Через косметичний дефект дорослим може бути призначена відповідна процедура видалення міліуму за призначенням лікаря. Одним із методів видалення міліума є його прокол стерилізованою голкою під спеціальним кутом, що дозволяє видалити його вміст.

Правильний догляд за допомогою пілінгів на основі мигдальної кислоти, гліколевої кислоти та РНА, АНА або ВНА дозволить легко усунути небажані зміни. Завдяки відлущуючому ефекту ці кислоти можуть бути ефективними при лікуванні міліумів. Ці препарати слід використовувати не менше трьох місяців.

Також можуть бути корисні компреси з олії чайного дерева (олія чайного дерева, Natural Tea Tree Oil, PUREO натуральна ефірна олія чайного дерева), які накладаються на шкіру не менше 3 годин на день. Масло чайного дерева має відлущуючий ефект, який допоможе видалити міліуми.

Атерома – простіше кажучи, невелика кіста (епідермальна кіста, новоутворення на шкірі) зазвичай розташована біля волосяних фолікулів і залоз. Атерома має вигляд округлих підшкірних вузликів розміром від кількох міліметрів до кількох сантиметрів. Вони з'являються переважно на шиї, обличчі або шкірі голови. Атероми на обличчі виглядають особливо неестетично. Вони можуть бути твердими, згуртованими або круглими. В середині

знаходиться шкірне сало, а саме суміш кератину, шкірного сала і холестерину, а також ороговілий епідерміс і, в деяких випадках, фрагменти волосяних фолікулів. Згодом кіста жовтіє або біліє. Вони можуть виникати як одиничні ураження, так і множинні.

Найчастіше це доброякісні утворення, які видаляються в основному з косметичних причин. Атероми найчастіше спостерігаються у людей від 30 до 40 років, у людей в період статевого дозрівання, коли відбуваються величезні зміни в гормональному балансі і часто порушення в роботі сальних залоз. У чоловіків зустрічається вдвічі частіше, ніж у жінок. Атерома у дітей спостерігається досить рідко.

Атерома буває двох видів:

справжня атерома – має генетичну основу. Розвивається в результаті проникнення в шкіру клітин, які в кінцевому рахунку повинні бути на поверхні шкіри. Це генетичний дефект шкіри,

псевдоатерома - розвивається в результаті закупорки сальної залози в результаті недотримання особистої гігієни або травми шкіри. Його видно неозброєним оком, а при натисканні виходить жирна речовина з неприємним запахом.

ВАПОЗОН

- це косметичний прилад, що виробляє пару. Водяна пара направляється на шкіру, що дуже добре на неї впливає. Перш за все, процедура пом'якшує ороговілий шар шкіри, що робить її високоефективною в очищенні, навіть коли мова йде про чорні цятки. Пори шкіри регулюються - отвори волосяних фолікулів розблоковуються, що звільняє шари шкірного сала, які закупорюють шкіру. Крім того, посилено стимулюється робота сальних залоз, що також впливає на очищення шкіри.

Використовування вапозону насичує киснем і покращує дихання шкіри, завдяки чому шкіра природним чином швидше позбавляється від забруднень. Також покращується мікроциркуляція, завдяки чому швидше виводяться непотрібні продукти метаболізму. Ще однією великою перевагою є надзвичайно висока абсорбція поживних речовин глибокими частинами шкіри. Тому косметика засвоюється набагато краще.

Найчастіше пар вапозону використовують для очищення шкіри обличчя. Однак це не єдиний варіант! Цю процедуру можна успішно застосовувати на інших частинах тіла, які

потребують глибокого очищення - наприклад, декольте, шиї або спині. Вапозон також можна використовувати для терапії шкіри голови, а також під час процедур по догляду за волоссям.

ЛОЖКА УНО

Видалення дефектів шкіри механічним шляхом, шляхом здавлювання пальцями, негативно впливає на стан шкіри, є негігієнічним і пошкоджує її поверхневу структуру, що призводить до довгого загоювання ран і некрасивих рубців. У такому випадку на допомогу приходить Уно - двостороння ложка для видалення чорних крапок! З її допомогою можна безпечно та гігієнічно видалити чорні цятки та вугри.

Пристрій виготовлено з нержавіючої сталі, він має дві петлі, які полегшують усунення недоліків.

ЛАМПА СОЛЮКС (SOLLUX)

- це електрична терапевтична лампа. Вона випромінює інфрачервоне випромінювання, яке в основному використовується в фізіотерапевтичних кабінетах для проведення фототерапії та теплових процедур.

Випромінювання солюкс проникає глибоко в тканини, покращуючи кровопостачання, зменшуючи напругу м'язів і знімаючи біль.

Лампа оснащена скляними фільтрами (синім і червоним). Кожен фільтр має різну дію, тому терапевт підбирає відповідні параметри на основі аналізу симптомів пацієнта.

Червоний солюкс пропускає червоні та інфрачервоні світлові промені, які мають зігріваючу дію. Червона лампа солюкс знімає запалення і прискорює загоєння ран.

Лампа солюкс з синім фільтром забезпечує світло з безпечними властивостями. Вона також використовується для заспокоєння подразнень після відлущування та очищення.

Протипоказання до опромінення лампою Солюкс:

- синій фільтр:
 - недостатність кровообігу,

- активний туберкульоз легень,
- схильність до кровотеч,
- гарячкові стани,
- гостре запалення шкіри,
- стани загального виснаження організму,
- червоний фільтр:
 - розширені кровоносні судини,
 - розацеа,
 - гіпертиреоз,
 - схильність до крововиливів,
 - гіпертонія,
 - рак,
 - атеросклероз,
 - туберкульоз.
- Лампу Солюкс можна використовувати з:
 - пом'якшувальною маскою,
 - трав'яною маскою,
 - грязьовою маскою,
 - парафіновою маскою.

РУЧНА СХЕМА ОЧИЩЕННЯ

- Зняття макіяжу.
- Пілінг, наприклад:
 - скраб,
 - брашінг,
 - ензимний,
 - гоммаж,
 - peel off (відлущування),
 - кавітація.
- Підготовка до очищення:

- пом'якшувальна маска,
 - трав'яна маска,
 - грязьова маска,
 - парафінова маска,
 - вапозон,
 - лампа солюкс (червоний фільтр).
- Промивання шкіри «дезінфікуючим засобом», наприклад, перекисом водню, соком лопуха.
 - Дарсонвалізація.
 - Гальванізація або іонофорез.
 - Антибактеріальна, заспокійлива, звужувальна маска і т. д.. Маска (пудра, крем, альгінат і т. д.) має бути адаптована до типу шкіри.
 - Крем в кінці процедури для обличчя, шиї, зони декольте та навколо очей.

ПІЛІНГИ

- Скраб (механічний пілінг) - містить абразивні частинки в подрібненому вигляді, рекомендований особливо для місць, схильних до жирності, і для товстої шкіри. Абразивні частинки включають: пемзу, пісок, гранітну та мармурову пудру, кремнезем, шкаралупу горіхів, кісточки персика та мигдалю, сіль або синтетичні більш м'які частинки, наприклад, поліамідні кульки. Ці пілінги наносяться на зону обробки і круговими рухами відлущують епідерміс. Слід уникати зони очей і рота. Не можна використовувати ці пілінги на чутливій шкірі з судинами або при гнійних утвореннях. Існують дрібно- і крупнозернисті скраби.
- Брашінг (механічний пілінг) - механічна обробка, яка виконується за допомогою пристрою, оснащеного обертовими щітками, або щіткою для обличчя. Не рекомендується для проблемної або чутливої шкіри.
- Ензимні пілінги (хімічний пілінг) - випускається у вигляді масок або порошків, вони містять наступні ферменти, з показанням для всіх типів шкіри:

- протеїнази - послаблюють зв'язки, які підтримують когезію зовнішнього шару епідермісу,
- ліпази - видаляють серум з пор шкіри,
- папаїн і бромелайн - покращують ефективність проникнення активних компонентів в шкіру,
- еластаза і колагеназа - видаляють ороговілий епідерміс і, частково порушуючи структуру еластичних волокон шкіри, зменшують зморшки.
- Гоммаж (франц. Gommage (скраб), хімічний пілінг) - містить речовини, які розчиняють кератин, наприклад ферменти тваринного походження (пепсин, тирозин, трипсин) і ферменти рослинного походження: папайя, ананас, інжир, огірок, банан. Не рекомендується для проблемної та чутливої шкіри.

Підготовка до очищення

- **Пом'якшувальна маска** – показана для судинної шкіри, чутливої шкіри та всіх типів шкіри. Маска ідеально готує шкіру до очищення, без термічного ефекту. Формула забезпечує сильне пом'якшення і зволоження шкіри, відкриває і розширює сальні залози шкіри, завдяки чому вона стає пружною і процес очищення проходить набагато легше.
Застосування: нанесіть маску точно на місце очищення. Зробіть короткий масаж під паром (вапозоном). Через 10-20 хвилин стерти препарат зі шкіри вологими косметичними дисками. При судинній шкірі і сильних вугрових висипаннях рекомендується використовувати вапозон з обережністю - не можна сильно нагрівати шкіру. Замість зволожувача можна використовувати лампу Соллюкс з червоним фільтром або теплий компрес (покласти на обличчя фольгу, а потім теплий вологий рушник). Після видалення переходити до ручного очищення шкіри.
- **Трав'яна маска** – вибрати відповідну суміш залежно від типу шкіри, налити її в миску. Тим часом закип'ятити воду, залити окріп в миску, ретельно перемішати і накрити (щоб настоялося). Тим часом приготувати марлю, прилаштувати її до обличчя або спини, вирізати отвір для носа (або для очей, рота). Прикласти до очей

сухі подушечки (їх можна змочити, наприклад, рожевою водою або тоніком). Покласти марлю на обличчя і нанести безпосередньо трави (перевірити попередньо на внутрішній стороні долоні, чи не є вже гарячою). Спочатку слід нанести трави на найменш чутливі місця, наприклад, Т-зону для комбінованої шкіри. Спочатку нанести трави на половину обличчя, накласти, наприклад, серветку або паперовий рушник (целюлоза зберігає тепло), і те ж саме зробити з іншою частиною обличчя. В кінці покласти фольгу, яка буде утримувати тепло, або також можна покласти зверху рушник. Також можна безпосередньо на масці застосувати вапозон або лампу Sollux.

- **Грязьова маска** - зазвичай це мікронізована грязь з деякими добавками, наприклад, білою глиною. Володіє відмінними властивостями розпушування і пом'якшення перед чищенням. Рекомендується для жирної та схильної до акне шкіри. Грязь багата амінокислотами, ферментами та цукрами, має очищуючу та детоксикаційну дію на шкіру. Завдяки сорбційно-обмінному механізму виводить зі шкіри «токсини» і замінює їх активними сполуками, розчиненими у воді. Ідеально знімає стрес шкіри та захищає від подразнень. Процедура така ж, як і для трав'яної маски, тільки перед тим, як нанести її на марлю, слід додати в грязь невелику кількість окропу.
- **Парафінова маска** - розігріти парафін до рідкої консистенції, але температура не повинна перевищувати 45°C. Очищене і підготовлене обличчя слід рівномірно покрити ватно-марлевою серветкою. Під марлю нанести рівномірний шар маски, бажано пом'якшувальної, щоб не було видно шкіру. Прикрити очі ватними дисками. Наносити маску безпосередньо з підігрівача пензлем і розподілити її швидкими рухами, починаючи з чола, не забуваючи залишити ніздрі вільними. Повторити нанесення парафіну кілька разів (наприклад, 5 шарів). Накрити обличчя фольгою, а потім щільним рушником. Через 20 - 30 хвилин зняти маску і марлю.
- **Протипоказання:**
 - клаустрофобія,
 - алергія на парафін,
 - підліткові акне та розацеа,
 - пошкодження шкіри,

- катар верхніх дихальних шляхів,
- утруднення дихання,
- людям з захворюваннями щитовидної залози не накладати маску на шию.

МІНЕРАЛЬНІ МАСКИ

- **Земля Фуллера** - глибоко очищає, особливо застосовується для жирних ділянок шкіри,
- **Каолінова пудра** - абсорбує забруднення, надлишки себорейних виділень, освітлює колір обличчя. Використовується як компонент масок для жирної та проблемної шкіри, а також в кінці очисних процедур для всіх типів шкіри,
- **Каламін** - карбонат цинку, який використовується в складі масок для сухої, ніжної, чутливої та збудженої шкіри. Має пом'якшувальну та заспокійливу дію на шкіру, запобігає почервонінню шкіри.

Базові маски на основі глини:

- жирна, комбінована шкіра: каолін + земля Фуллера
- суха, нормальна шкіра: каолін + карбонат кальцію
- чутлива шкіра: каолін + карбонат кальцію + карбонат цинку (Каламін)
- **Аргілотерапія** (лікування глиною) – один із найдавніших методів лікування. Жителі Далекого Сходу обережно перемішують воду з джерела, щоб набрати разом з водою з дна трохи глини.

Цілюща дія глин обумовлена їх хімічним складом (вони багаті мінеральними речовинами: кремнієм, магнієм, алюмінієм, кальцієм, залізом, селеном, фосфором, цинком, молібденом і міддю) і колоїдною структурою. Багато видів глини створюють у своєму обсязі мікроскопічні бульбашки, до яких ведуть пори та системи каналів. Таким чином, 1 г каоліну має загальну поверхню 3 м².

Косметичні глини мають бактерицидну, демінералізуючу, детоксикаційну, рубцеву,

розсмоктуючу та стимулюючу дію на функції організму. Розрізняються такі види:

- **Біла глина (каолін)** - завдяки своїм протизапальним властивостям покращує кровообіг, стимулює секрецію ПТС і має в'язучий ефект. З неї виготовляють чудові очищаючі та в'язучі маски. Їх не слід використовувати занадто часто, щоб не перешкоджати преспірації (диханню) клітин шкіри. Біла глина має заспокійливу дію та заспокоює судинну систему, тому її рекомендують для догляду за сухою та дуже чутливою шкірою. Використовується також в присипках для немовлят і лежачих хворих, а також в пілінгах (у поєднанні з мигдалевою шкаралупою).
- **Червона глина** - різновид білої глини, багата оксидом заліза, використовується як червоний пігмент у пудрах, помадах, рум'янах і кольорових кремах. Вона містить велику кількість кремнію, алюмінію, заліза, кальцію і марганцю. Такий склад означає, що маска з червоної глини добре діє на жирну і комбіновану шкіру, а також на чутливу. Лікує та заспокоює розацеа, запобігає тріщинам кровоносних судин, ніжно звужує пори та вирівнює колір обличчя, який після кількох процедур стає свіжим, гладким та оксамитовим.
- **Жовта глина** - зі складом, подібним до червоної глини, але з винятково великою кількістю заліза, використовується для жирної та блідої шкіри, а також для чутливої та нормальної шкіри. Ніжно очищає шкіру, заповнюючи дефіцит мінералів у структурах шкіри.
- **Зелена глина** – тобто так званий ілліт, що має кремнеземно-алюмінієве походження. Містить 20 різних мінеральних солей (включаючи сполуки кремнію, магнію, кальцію, фосфору, натрію, калію, селену, молібдену, цинку, кобальту). Має очищаючу, дезінфікуючу, в'язучу та регенеруючу дію, розгладжує та заспокоює шкіру. Рекомендується для догляду за жирною шкірою, схильною до появи прищів, акне, себореєю шкірою, екземою або шкірою, що лущиться. Креми на основі зеленої глини заспокоюють запалення.
- **Рожева глина** – поєднання червоної та білої глин. Застосовується для ніжною та схильною до алергії шкіри, оскільки має унікальні заспокійливі властивості.

РАДИОХВИЛІ

Радіочастота - це електромагнітне випромінювання з частотою радіохвиль, що створюється змінним струмом і в широкому діапазоні частот, воно використовується в косметології для неінвазивного омолодження шкіри та лікування жирової тканини.

Основною біологічною дією є:

- прогрівання колагенових волокон до температури 54°C,
- стимуляція фібробластів і, таким чином, реконструкція та виробництво нового колагену та еластину,
- покращення оксигенації, живлення та мікроциркуляції, тобто розширення кровоносних судин і підвищення їх проникності.

Показання:

- терапія омолодження,
- профілактика ознак старіння,
- в'ялість шкіри,
- моделювання силуету,
- целюліт.

Ефект:

- зменшення зморшок,
- шкіра стає все більш напруженою і еластичною,
- живлення та підвищення клітинного метаболізму,
- поліпшення трофіки тканин.

Процедура триває від 20 до 60 хвилин залежно від поверхні.

План терапії:

- 4-6 сеансів лікування кожні 15-25 днів,

Підтримуюче лікування:

- 1 процедура кожні 3-6 місяців,

Процедура триває від 20 до 60 хвилин залежно від поверхні.

ЛІКУВАННЯ ЗА ДОПОМОГОЮ РАДІОХВИЛЬОВОГО АПАРАТУ НЕВЕ

КАРТКА КЛІЄНТА

Ім'я та прізвище:

Телефон:

Дата народження:

Під час консультації мене ознайомили з процедурою неінвазивного
(дата)

лікування за допомогою радіохвильового апарату Небе.

Наявність		Протипоказання
Так	Ні	рак (менше 5 років після одужання)
Так	Ні	вагітність і годування груддю
Так	Ні	епілепсія
Так	Ні	металеві імпланти в організмі
Так	Ні	бактеріальні, вірусні та грибові захворювання
Так	Ні	гіпертонія
Так	Ні	розацеа
Так	Ні	судинна шкіра
Так	Ні	венозна недостатність
Так	Ні	варикозне розширення вен (у разі лікування на даній ділянці тіла)
Так	Ні	порушення периферичного кровообігу
Так	Ні	сенсорні порушення
Так	Ні	кардіостимулятор
Так	Ні	активний туберкульоз
Так	Ні	катаракта
Так	Ні	діабет
Так	Ні	гіпертиреоз
Так	Ні	субфебрилітет
Так	Ні	нерегульовані гормональні порушення
Так	Ні	менструація (у разі обробки на животі, сідницях, боках і стегнах)

Наявність		Протипоказання до застосування біостимулюючого лазера
Так	Ні	змінена чутливість на світло
Так	Ні	лікування ретиноїдами (менше ніж рік після завершення лікування)
Так	Ні	прийом фотосенсибілізуючих препаратів
Так	Ні	прийом фотосенсибілізуючих трав, наприклад, екстракту звіробою, календули

Я заявляю, що я не приховав/ла жодних даних щодо стану мого здоров'я, під час розмови у мене була можливість поставити запитання.

Я заявляю, що під час консультації мені було надано всю необхідну інформацію, а на мої запитання було надано цілком зрозумілі відповіді.

Я заявляю, що на момент процедури я перебуваю в хорошому стані здоров'я і не перебуваю під впливом наркотиків або ліків.

Я даю згоду на процедуру та несу відповідальність за можливі ризики і умови, пов'язані із вищезазначеною процедурою.

.....

дата і підпис

особи, що виконує процедуру

.....

дата і підпис

особи, яка проходить процедуру

ОКСІБРАЗІЯ

Водно-киснева мікродермабразія - різновид механічного пілінгу, де відлущувальним засобом для епідермісу є потік диспергованих крапель фізіологічної солі, що наноситься під тиском стисненого повітря за допомогою спеціально сконструйованого аплікатора.

Показання:

- акне,
- шкіра, що потребує зміцнення,
- шкіра, що потребує зволоження та живлення,
- зморшки,

- шкіра, що потребує очищення,
- надмірне виділення шкірного сала,
- розтяжки,
- целюліт,
- шрами.

Ефект лікування:

- зволожує та насичує шкіру киснем,
- очищає і дезінфікує шкіру (неглибокий і глибокий пілінг),
- зміцнює стінки кровоносних судин,
- підтримує лікування розацеа,
- знімає симптоми акне (знищує анаеробні бактерії),
- заспокоює запалення шкіри,
- зменшує шрами після вугрів і зміни кольору,
- зменшує целюліт і розтяжки (гідродинамічний холодний масаж),
- ефективно зменшує себорею (стабілізує роботу сальних залоз),
- покращує тон шкіри,
- зменшує зморшки,
- відновлює шкіру.

МІКРОДЕРМАБРАЗІЯ

Мікродермабразія - це механічна обробка епідермісу. Це забезпечує повільне, контрольоване стирання поверхні шкіри, мікрошар за мікрошаром, до бажаного рівня під постійним візуальним контролем. Виконується за допомогою кристалів корунду або спеціальної алмазної головки. Порівняно з іншими процедурами, такими як хімічний пілінг, дермабразія або лазерна шліфовка, це процедура з мінімальними ускладненнями та не несе ризику зміни кольору та шрамів. Незважаючи на поверхневий ефект, гістологічні зміни, які спостерігаються в електронному мікроскопі, стосуються не тільки епідермісу, а й дерми. Спостерігається потовщення епідермісу і посилення синтезу колагену і еластину. Завдяки

цьому цей метод отримав широке застосування для омолодження шкіри, корекції зморшок і шрамів, усунення пігментних плям, очищення шкіри. Завдяки помірному видаленню верхніх шарів епідермісу в його базальному шарі активізуються нові повноцінні клітини, які мігрують вгору, заміщаючи пошкоджені клітини. Відшарування відбувається поступово, тому немає ризику надто глибокого чи нерівномірного відшарування чи рубців. Контрольована мікродермабразія — це сучасна методика, яка допомагає впоратися зі специфічними проблемами шкіри за допомогою м'якого пілінгу. Тут мова йде про контрольовану мікродермабразію, тому що інтенсивність процедури (глибина відлущування) підбирається індивідуально для пацієнта.

Відлущування рогового шару забезпечує набагато більше поглинання шкірою (ми позбавляємося бар'єру, який досі нам заважав). Завдяки цьому процедура є ідеальною підготовкою до лазерних процедур: фотоомолодження, видалення розширених, пошкоджених судин і змін кольору, мезотерапії, ультразвуку. Поглинання застосовуваних препаратів значно підвищується, що забезпечує дуже вражаючий ефект. Наступним ефектом мікродермабразії є виведення токсинів і детоксикація глибоких шарів шкіри в результаті використання елементів вакуумного масажу (головка всмоктує відлущену частину шкіри), це відбувається тому, що ми викликаємо сильну оксигенацію шкіри та покращуємо мікроциркуляцію. Безсумнівною перевагою даного лікування є те, що воно безболісне, просте, короткочасне і не викликає алергії, як у випадку з іншими методами пілінгу і після його проведення пацієнт не змушений відсторонюватись від повсякденних справ.

Пристрій для мікродермабразії в руках досвідченого косметолога є надзвичайно ефективним, і цей метод, який залишається під повним контролем особи, яка виконує процедуру, є надзвичайно безпечним.

Показання до мікродермабразії:

- вульгарні вугри (комедонові, папульозні),
- шрами від вугрів - себорея - сухість шкіри,
- вугрі, міліуми,
- фолікулярний кератоз,
- розширені пори,

- атрофічні і гіпертрофічні рубці,
- зміна кольору та втрата кольору,
- сонячне ушкодження шкіри (обличчя, руки, шия),
- грубий, ороговілий епідерміс,
- розтяжки,
- омолодження шкіри та усунення делікатних зморшок навколо очей, рота та шиї.

Підготовка шкіри до мікродемабразії

Для підготовки шкіри до мікродермабразії не потрібні спеціальні процедури, але за 5 днів до процедури слід уникати:

- хімічних кремів для депіляції,
- електролізу, парафінування,
- грубих губок/щіток для чищення обличчя,
- пілінгових гелей та кремів для обличчя.

Процес лікування мікродермабразією

Слід зняти з обличчя макіяж і протерти шкіру борною кислотою або спиртом (при сильній себореї). Під час процедури косметолог накладає на шкіру спеціальну головку і рухає нею по всій відлущеній поверхні. Ефект відлущування досягається за рахунок абразивної дії алмазу та всмоктування шкіри насосом. Процедура займає близько 20-30 хвилин. Під час однієї процедури можна проходити всю оброблену поверхню (наприклад, обличчя) від 5 до 15 разів. Процедури мікродермабразії безболісні. На самому початку відчувається смоктання, потім масаж і легке потирання шкіри. При індивідуальній підвищеній чутливості перед процедурою можна знеболити шкіру кремом EMLA.

Побічні ефекти після мікродермабразії:

- відчуття поколювання, печіння, свербіння - ці симптоми швидко зникають,
- стійка еритема (до 24-48 годин) - з кожним днем почервоніння шкіри стає все менш помітним і не заважає наносити макіяж або активно займатися повсякденними справами,
- гіперчутливість шкіри,

- петехії у людей, які приймають аспірин або нестероїдні протизапальні засоби (тривають 24-72 години).

Вплив мікродермабразії на шкіру:

- поліпшення якості шкіри (структури і кольору),
- підвищення еластичності,
- зменшення розширених пор,
- видалення чорних цяток,
- розгладження поверхневих зморшок,
- розгладження шкіри,
- видалення сонячних (або вікових) плям,
- зменшення себореї,
- свіжіша та молодша шкіра.

Процедури відразу після мікродермабразії

Косметологія дуже позитивно оцінює метод мікродермабразії, але чітко зазначає, що успіх процедур безпосередньо залежить від їх комплексного проведення, яке передбачає поєднання пілінгу з доглядом за допомогою правильно підібраних косметичних препаратів до і після пілінгу шкіри. Відлущування епідермісу лише за допомогою апарату для мікродермабразії не розкриє всіх переваг цього методу, а за відсутності належного догляду може навіть призвести до погіршення зовнішнього вигляду шкіри (наприклад, через зневоднення).

У деяких випадках можливе поєднання мікродермабразії з хімічним пілінгом. Відразу після процедури мікродермабразії ви можете застосувати поверхневий хімічний пілінг (низькі концентрації головним чином для зволоження шкіри АНА). Усі процедури по догляду за шкірою рекомендуються відразу після процедур мікродермабразії. Тип процедури підбирається залежно від типу шкіри та поточних проблем. Ефективність процедур за доглядом підвищується при проведенні їх відразу після мікродермабразії - активні речовини краще засвоюються шкірою. Мікродермабразію можна проводити в поєднанні з будь-якою процедурою, розглядаючи її як глибокий або попередній пілінг.

Догляд за шкірою в домашніх умовах:

- уникати прийняття сонячних ванн протягом перших 48 годин після процедури,
- уникати купання в хлорованій воді (басейни) протягом 48 годин після процедури,
- вживання 8-12 склянок мінеральної води в день (це додатково робить шкіру більш пружною),
- пацієнти зі зміною кольору повинні використовувати відбілюючі препарати в інтервалі між наступними процедурами, відбілюючі препарати слід наносити через 24 години після процедури мікродермабразії двічі на день,
- Протягом дня рекомендується використовувати сонцезахисні креми з фактором не менше 25.

Частота процедур мікродермабразії

Зазвичай потрібно провести від 2 до 10 процедур (в середньому 5) з інтервалом від 1 до 4 тижнів. Це залежить від показань і очікувань пацієнта. Після кожної мікродермабразії поліпшення стають все більш помітними. Для збереження та закріплення отриманих результатів рекомендується повторювати мікродермабразію кожні 4-6 тижнів. Процедури мікродермабразії можна проводити на всіх типах шкіри (від себорейної та схильної до вугрів до дуже чутливої та сухої, від білої до дуже засмаглої, від блідої до дуже судинної) та будь-якій частині тіла, наприклад, обличчя, шия, декольте, долоні або ноги.

Безпека процедури мікродермабразії

Алмазні головки, які безпосередньо контактують з поверхнею шкіри, щоразу стерилізуються або дезінфікуються спеціальними дезінфікуючими та миючими рідинами.

Переваги мікродермабразії:

- безпечна, контрольована,
- глибина стирання,
- стимуляція,
- вироблення колагену,
- процедура практично безболісна,
- можливість частого повторення,
- відсутність кровотечі або пошкодження шкіри,

- відсутність тривалого періоду загоєння,
- альтернатива для людей, які не переносять хімічний пілінг.

Протипоказання до мікродермабразії:

- вірусні інфекції: бородавки, герпес, контагіозний моллюск,
- бактеріальні інфекції: імпетиго, стафілококовий фікус,
- грибкові інфекції,
- гнійничкові вугри, флегмона,
- розацеа,
- шкіра повік,
- екскоріації, ерозії (пошкодження цілісності шкіри - рак шкіри та родимі плями),
- кавернозні гемангіоми,
- противугрова терапія Роаккутаном - рекомендована перерва не менше 3 місяців,
- схильність до келоїдів (рубців),
- оперативні втручання на обличчі (до 2 місяців).

Протипоказань немає при:

- вагітності,
- менструації,
- засмаглій шкірі,
- неглибоко васкуляризованій шкірі.

АЛМАЗНА МІКРОДЕРМАБРАЗІЯ

Алмазна мікродермабразія - це механічна обробка епідермісу. Це забезпечує повільне, контрольоване стирання поверхні шкіри, мікрошар за мікрошаром, до бажаного рівня під постійним візуальним контролем. Виконується за допомогою спеціальної головки.

Показання до мікродермабразії:

- вульгарні вугри (комедонові, папульозні),
- шрами від прищів - себорея - сухість шкіри,
- вугрі, міліуми,
- фолікулярний кератоз,

- розширені пори,
- атрофічні і гіпертрофічні рубці,
- зміна кольору та втрата кольору,
- сонячне ушкодження шкіри (обличчя, руки, шия),
- грубий, ороговілий епідерміс,
- розтяжки,
- омолодження шкіри та усунення делікатних зморшок навколо очей, рота та шиї,
- в'ялість шкіри.

МІКРОДЕРМАБРАЗІЯ КОРУНДОМ

Це механічне відлущування епідермісу за допомогою спеціального апарату. Абразивний матеріал - корунд-оксид алюмінію (нейтральний до тіла, найтвердіший мінерал, що зустрічається в природі після алмазу). Кристали корунду на високій швидкості вдаряються об поверхню шкіри і таким чином стирають мертві клітини шкіри та забруднення, які потім всмоктуються в окремий контейнер. Під впливом тиску і всмоктування поліпшується крово- і лімфообіг в шкірі. Після процедури засвоєння поживних речовин покращується, надаючи шкірі більш молодий і здоровий вигляд. Шкіра стає більш гладкою, еластичною і яскравою.

Показання:

- фотостаріння,
- старіння шкіри,
- зморшки,
- розширені пори,
- вугрі,
- гіперкератоз,
- зміна кольору вугрів і рубців,
- розтяжки,
- поліпшення засвоєння поживних речовин.

УЛЬТРАЗВУКОВА + ІНФРАЧЕРВОНА ЛІПОСАКЦІЯ

Ультразвукова ліпосакція - це процедура, спрямована на зменшення жирових відкладень і целюліту в зонах, схильних до цього типу дефектів, таких як живіт, стегна, талія, руки. Під час ультразвукової ліпосакції жирові клітини піддаються явищу, яке називається кавітацією, тобто бульбашки, що утворюються під впливом високого тиску, лопаються поблизу жирових клітин, вміст яких виділяється у вигляді емульсії та метаболізується природним шляхом. Крім того, інфрачервоне випромінювання покращує трофіку тканин, кровопостачання і живлення, що прискорює процес обміну речовин.

ПРОЦЕС УЛЬТРАЗВУКОВОЇ ЛІПОСАКЦІЇ ПРОХОДИТЬ У ДВА ЕТАПИ

- Вплив на целюліт, видалення жирової тканини. Ультразвук, який впливає на клітинну мембрану жирових клітин, викликає її пошкодження. Клітини починають скорочуватися. Ультразвукова вібрація призводить до розпаду жирових клітин, що автоматично зменшує їх кількість і призводить до видалення зайвої жирової тканини.
- Розщеплення жирової тканини, лімфодренаж, зміцнення еластичності шкіри. Інфрачервоне випромінювання викликає підвищення температури в тканинах, а отже, прискорення обміну речовин. Виділений жир і токсини виводяться з організму через потові залози, а також через лімфатичну та судинну системи. Вони досягають печінки, де жирові клітини обробляються так само, як жир з їжі.

Показання:

- зменшення жирової тканини,
- моделювання силуету,
- зміцнення шкіри,
- стимуляція кровообігу,
- живлення шкіри,
- підвищення еластичності шкіри,
- схуднення фігури,
- стимуляція метаболізму

Ефект:

- зменшення жирової тканини,
- схуднення та формування силуету,
- зменшення целюліту,
- розщеплення жирових клітин,
- покращення засвоєння активних речовин,
- покращення пружності шкіри,
- покращення кровообігу,
- живлення шкіри,
- поліпшення обмінних процесів,
- ефект омолодження і регенерації організму

**ЛІКУВАННЯ АПАРАТОМ
УЛЬТРАЗВУКОВА ЛІПОСАКЦІЯ НЕВЕ**

КАРТКА КЛІЄНТА

Ім'я та прізвище:

Телефон:

Дата народження:

Під час консультації мене ознайомили з процедурою неінвазивного
(дата)

лікування на апараті для ультразвукової ліпосакції Nebe.

Наявність		Протипоказання
Так	Ні	рак (менше 5 років після одужання)
Так	Ні	вагітність і годування груддю
Так	Ні	бактеріальні, вірусні та грибові захворювання
Так	Ні	порушення цілісності епідермісу в місці обробки
Так	Ні	менструація у випадку процедури на животі, боках і сідницях

Так	Ні	кардіостимулятор
Так	Ні	металеві імпланти в організмі
Так	Ні	остеопороз
Так	Ні	діабет
Так	Ні	епілепсія
Так	Ні	недостатність кровообігу
Так	Ні	неконтрольований артеріальний тиск
Так	Ні	хвороби печінки
Так	Ні	розсіяний склероз
Так	Ні	атеросклероз
Так	Ні	активний туберкульоз
Так	Ні	варикозна вена
Так	Ні	незавершений ріст кісток
Так	Ні	хвороби серця
Так	Ні	субфебрилітет
Так	Ні	прийом протизапальних засобів
Так	Ні	нервова гіперактивність

Я заявляю, що я не приховав/ла жодних даних щодо стану мого здоров'я, під час розмови у мене була можливість поставити запитання.

Я заявляю, що під час консультації мені було надано всю необхідну інформацію, а на мої запитання було надано цілком зрозумілі відповіді.

Я заявляю, що на момент процедури я перебуваю в хорошому стані здоров'я і не перебуваю під впливом наркотиків або ліків.

Я даю згоду на процедуру та несу відповідальність за можливі ризики і умови, пов'язані із вищезазначеною процедурою.

.....
дата і підпис

особи, що виконує процедуру

.....
дата і підпис

особи, яка проходить процедуру

ВАКУУМНИЙ ДЕРМОМАСАЖЕР

Вакуумний дермомасажер - це пристрій з голівкою для проведення дуже популярних процедур з використанням негативного тиску. Він поєднує в собі механічний масаж з негативним тиском, тобто присмоктані складки шкіри одночасно перекочуються рухомими кульками. Це призводить до ряду реакцій, які забезпечують омолодження, зміцнення, схуднення та антицелюлітний ефект.

Показання:

- целюліт,
- шкіра, що потребує зміцнення,
- моделювання силуету,
- шкіра, що потребує живлення,
- шрами,
- додаткові процедури ліпосакції,
- терапія проти старіння,
- біологічна регенерація після фізичних навантажень,
- ожиріння.
- підвищення еластичності, пружності та міцності шкіри,
- стимуляція ліполізу в підшкірній жировій клітковині,
- зменшення целюліту,
- стимуляція місцевої мікроциркуляції,
- прискорення розсмоктування набряку,
- відновлення правильного обміну речовин - виводить токсини з організму.

ЛІКУВАННЯ АПАРАТОМ ДЕРМОМАСАЖ НЕВЕ

КАРТКА КЛІЄНТА

Ім'я та прізвище:

Телефон:

Дата народження:

Під час консультації мене ознайомили з процедурою неінвазивного
(дата)

лікування за допомогою апарату Гебе Дермомасаж.

Наявність		Протипоказання
Так	Ні	рак (менше 5 років після одужання)
Так	Ні	вагітність і годування груддю
Так	Ні	субфебрилітет
Так	Ні	загальна слабкість організму
Так	Ні	бактеріальні, вірусні та грибкові захворювання
Так	Ні	порушення цілісності епідермісу в місці обробки
Так	Ні	запалення
Так	Ні	розацеа
Так	Ні	гнійні прищі
Так	Ні	лопнуті капіляри
Так	Ні	неконтрольований артеріальний тиск
Так	Ні	схильність до розвитку петехій

Я заявляю, що я не приховав/ла жодних даних щодо стану мого здоров'я, під час розмови у мене була можливість поставити запитання.

Я заявляю, що під час консультації мені було надано всю необхідну інформацію, а на мої запитання було надано цілком зрозумілі відповіді.

Я заявляю, що на момент процедури я перебуваю в хорошому стані здоров'я і не перебуваю під впливом наркотиків або ліків.

Я даю згоду на процедуру та несу відповідальність за можливі ризики і умови, пов'язані із вищезазначеною процедурою.

.....

дата і підпис

особи, що виконує процедуру

.....

дата і підпис

особи, яка проходить процедуру

БЕЗГОЛКОВА МЕЗОТЕРАПІЯ

Науково перевіреним методом, який полегшує проникнення активних речовин, що містяться в косметичці. Лікування передбачає введення активних речовин в шкіру в результаті електропорації (це відкриває «нові шляхи» для введення великих частинок активних речовин за допомогою коротких імпульсів струму високої напруги). Цей механізм використовує ТРАНСДЕРМАЛЬНУ ТЕРАПЕВТИЧНУ СИСТЕМУ (TTS), яка передбачає введення в шкіру певної лікарської речовини. У лікуванні використовується оптимальне поєднання сонотерапії (сонофорез) та імпульсного струму (іонофорез).

Безголова мезотерапія є альтернативою традиційній голковій мезотерапії. Фактором, який вводить коктейль в шкіру, є імпульс електричного струму. Лікарський препарат, нанесений на шкіру, вводять трансдермально за допомогою головки, підключеної до джерела живлення. Процедура мезотерапії лише трохи перевищує поріг чутливості шкіри і не пошкоджує її.

Безголова мезотерапія = ультразвук (фонофорез) + струм (іонофорез).

Діюча речовина вводиться за допомогою ультрафонофорезу (УД) та іонофорезу (електролікування).

На тканини також впливають фізичні фактори, зокрема:

- пов'язані з дією ультразвукової хвилі
- постійного струму або однополярної середньої частоти
- лікарська речовина

Комбінація іонофорезу та фонофорезу сприяє глибшому проникненню препарату та його

більш глибокій концентрації в ділянці.

Препарати

- Лікувальні коктейлі для безголкової мезотерапії містять в основному як основу гіалуронову кислоту + вітаміни + органічний кремнезем, зміцнюючі та ревіталізуючі речовини.
- Алопеція - препарати для шкіри голови містять мінерали, вітаміни і протизапальні речовини (при необхідності).
- Целюліт – кофеїн, фонзилан, мезокаїн
- Антивіковий - колаген "У джерел життя" від Hebe
- Знебарвлення – препарати з ефектом гіпопігментації
- Вульгарні вугри – речовини, що регулюють секрецію шкірного сала
- Телеангіектазії – рутин, кінський каштан, вітамін С, центелла азіатська, арніка
- Розацеа - гіалуронова кислота «Джерело оновлення» від Hebe, віт. РР
- Зайва вага - речовини з ефектом схуднення - L - карнітин, кофеїн, екстракт артишоку

Цілі лікування:

- Запобігання процесу старіння шкіри
 - зморшки
 - м'язова слабкість
 - витончення шкіри
 - підвищує стійкість шкіри
 - покращує кровообіг
 - живлення та стимуляція тканинного обміну
- Зупинка випадіння волосся
 - поліпшення живлення волосся
 - припинення випадання волосся
- Антицелюлітний
 - спалювання жирової тканини
 - розширення судин

- динамізація кровообігу
- вивільнення жирів з клітин
- стимуляція регенерації сполучної тканини
- схуднення оброблених частин тіла
- Зміна кольору
 - знебарвлювачі
 - уповільнення синтезу меланіну
 - інгібування тирозину
 - пригнічення утворення метаносом
- Вульгарні вугри
 - нормалізація виділення шкірного сала
 - поліпшення кровопостачання
 - зволоження шкіри
- Шрами
 - пом'якшувачі
- Розацеа

Тільки в якості профілактики (у фазі загострення при папульозних і пустульозних висипаннях більшість косметичних процедур протипоказані, з II стадії тільки за консультацією лікаря)

- усунення розширених судин
- заспокоєння еритеми
- відновлення гідроліпідного шару
- Надмірна вага
 - стимулює мікроциркуляцію
 - Розпад 3-гліцеридів
 - проти набряків
 - робить стрункіше
 - формує силует
- Шкіра обличчя
 - зволоження шкіри

- зміцнення
- стимуляція вироблення колагену та еластину
- стимуляція метаболізму клітин шкіри
- Оксигенація шкіри, отруєної нікотинном
- Шкіра, пошкоджена надмірним перебуванням на сонці та в солярії
- Шкіра зруйнована під дією шкідливих повітряних факторів
- Спайність

Показання:

- профілактика зморшок
- профілактика ознак старіння
- усунення целюліту
- розгладження розтяжок і рубців
- в'ялість шкіри
- зміцнення шкіри
- моделювання силуету
- стимулювання кровообігу

Протипоказання:

- рак
- вагітність і годування груддю
- запалення шкіри
- механічне пошкодження шкіри
- недостатність кровообігу
- лихоманка, слабкість і виснаження організму
- остеопороз
- герпес
- епілепсія
- алергія на інгредієнти використовуваних препаратів

- наявність тіл в зоні обробки

Методика догляду за обличчям

На шкіру наноситься лікувальний коктейль, з'єднувальний гель, після чого ланцюг електрода треба закрити стрічкою або простирадлом. Беремо круглу плоску головку, потім підлаштовуємо силу струму [mA] під відчуття клієнта і робимо кругові рухи над м'язами протягом 20 хвилин.

Після цього часу міняємо головку на маленьку і знову підлаштовуємо силу струму [mA] під відчуття клієнта і продовжуємо працювати над м'язами ще 10-20 хвилин

ЛІКУВАННЯ АПАРАТОМ

БЕЗГОЛКОВА МЕЗОТЕРАПІЯ НЕВЕ

КАРТКА КЛІЄНТА

Ім'я та прізвище:

Телефон:

Дата народження:

Під час консультації мене ознайомили з процедурою неінвазивного
(дата)

лікування на апараті для безголкової мезотерапії Nebe .

Зустрічається		Протипоказання
Так	Ні	рак (менше 5 років після одужання)
Так	Ні	вагітність і годування груддю
Так	Ні	бактеріальні, вірусні та грибкові захворювання
Так	Ні	алергія на інгредієнти використовуваного препарату
Так	Ні	порушення цілісності епідермісу в місці обробки
Так	Ні	епілепсія
Так	Ні	гнійні прищі
Так	Ні	кардіостимулятор
Так	Ні	підвищена чутливість до електрики
Так	Ні	остеопороз
Так	Ні	незавершений ріст кісток

Я заявляю, що я не приховав/ла жодних даних щодо стану мого здоров'я, під час розмови у мене була можливість поставити запитання.

Я заявляю, що під час консультації мені було надано всю необхідну інформацію, а на мої запитання було надано цілком зрозумілі відповіді.

Я заявляю, що на момент процедури я перебуваю в хорошому стані здоров'я і не перебуваю під впливом наркотиків або ліків.

Я даю згоду на процедуру та несу відповідальність за можливі ризики і умови, пов'язані із вищезазначеною процедурою.

.....

дата і підпис
особи, що виконує процедуру

.....

дата і підпис
особи, яка проходить процедуру