ЧАСТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕДЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»

ЛЕКЦИЯ 3. ТЕМА 3. ВЫПОЛНЕНИЕ РАЗЛИЧНЫХ КОСМЕТИЧЕСКИХ МАСОК ДЛЯ ЛИЦА, ШЕИ И ЗОНЫ ДЕКОЛЬТЕ

1. Состав и свойства косметических средств и используемых материалов

Косметические маски представляют собой многокомпонентные системы, предназначенные для локального воздействия на кожные покровы с целью коррекции эстетических и функциональных параметров кожи. В состав масок включаются:

- **Базовые компоненты** (основа): обеспечивают консистенцию, равномерное распределение и стабильность формулы. К ним относятся гелеобразователи (карбомер, ксантановая камедь), эмульгаторы, растительные масла, воски.
- **Активные ингредиенты**: определяют целевое действие маски. Примеры: гиалуроновая кислота (увлажнение), ниацинамид (регуляция себума, противовоспалительный эффект), ретинол (стимуляция обновления эпидермиса), пептиды (лифтинг), растительные экстракты (антиоксидантная защита).
- **Вспомогательные вещества**: консерванты (феноксиэтанол, бензиловый спирт), отдушки, красители, регуляторы pH.

Свойства компонентов обусловливают механизм действия маски: окклюзионный (задерживание влаги), осмотический (притяжение воды в эпидермис), эксфолиирующий (удаление рогового слоя), вазоактивный (улучшение микроциркуляции). Минеральные компоненты (глина, вулканический пепел) обладают адсорбирующими и матирующими свойствами; альгинаты формируют плотную гелевую матрицу, усиливающую трансдермальную доставку активов.

2. Нормы расхода косметических средств и используемых материалов

Расход маски зависит от площади обрабатываемой поверхности и текстуры средства:

- **Лицо**: 5–7 мл (или 5–8 г) для кремовых, гелевых, глиняных масок.
- **Зона шеи**: 2–3 мл (2–3 г).
- **Зона декольте**: 3–4 мл (3–4 г).

Для альгинатных масок норма расхода определяется в сухом весе: 25–30 г порошка на одну процедуру для лица, шеи и декольте (с учётом разведения водой или активатором в пропорции 1:1,5–2). Маски-плёнки и кислородно-пузырьковые составы расходуются в объёме 3–5 мл на лицо; при нанесении на шею и декольте объём увеличивается пропорционально площади. Эксфолианты применяются в минимальном количестве (1–2 мл на лицо) с учётом абразивного действия.

Нормы расхода регламентируются инструкциями производителя и стандартами оказания косметических услуг; превышение дозировки не усиливает эффект, но повышает риск раздражения.

3. Общие признаки кожных заболеваний, особенности аллергических реакций кожи

При оценке состояния кожи перед нанесением маски необходимо учитывать следующие патологические проявления:

- **Воспалительные элементы**: папулы, пустулы, эритема — свидетельствуют о наличии активного процесса (акне, розацеа, контактный дерматит), при котором большинство масок противопоказаны.
- **Нарушение целостности эпидермиса**: трещины, эрозии, ссадины — риск инфицирования и усиления раздражения.
- **Гиперкератоз и шелушение**: могут быть показанием к эксфолиации, но требуют осторожного подбора состава.

• **Сосудистые изменения**: телеангиэктазии, купероз — ограничивают применение разогревающих, агрессивных и механических воздействий.

Аллергические реакции кожи проявляются гиперемией, отёком, зудом, образованием везикул. В косметологии выделяют немедленные (в течение 30–60 минут после нанесения) и отсроченные (через 24–72 часа) реакции. Ключевым методом профилактики является патч-тест: нанесение небольшого количества средства на внутреннюю поверхность предплечья или за ухо с оценкой реакции через 24 часа. При наличии в анамнезе склонности к аллергии рекомендуется использовать гипоаллергенные формулы без отдушек и эфирных масел.

4. Возрастные особенности кожи

Возрастные изменения определяют выбор типа маски:

• **20–30 лет**: преобладает нормальная или комбинированная кожа, основные задачи — профилактика, поддержание гидролипидного барьера, контроль себума. Эффективны увлажняющие, лёгкие гелевые и очищающие маски.

• **30–40 лет**: первые признаки снижения тонуса, обезвоженности, появления мимических морщин. Актуальны маски с пептидами, гиалуроновой кислотой, антиоксидантами.

• **40–50 лет и старше**: снижение синтеза коллагена и эластина, истончение дермы, выраженная сухость. Показаны питательные, коллагеновые, лифтинг-маски, средства с ретиноидами (при отсутствии противопоказаний).

У подростков (14–18 лет) часто наблюдается жирная кожа с тенденцией к акне; рекомендуются маски с себорегулирующими и противовоспалительными компонентами (цинк, салициловая кислота, экстракты чайного дерева).

5. Виды косметических масок

По типу кожи:

• **Нормальная**: универсальные увлажняющие и питательные маски без агрессивных компонентов.

• **Жирная**: матирующие, очищающие, себорегулирующие маски на основе глины, цинка, ниацинамида.

• **Сухая**: питательные, восстанавливающие, липидосодержащие маски с маслами, керамидами, гиалуроновой кислотой.

• **Чувствительная**: успокаивающие, барьер-восстанавливающие маски с пантенолом, бисабололом, центеллой азиатской.

• **Комбинированная**: зональное применение масок или универсальные формулы с балансирующим эффектом.

По форме выпуска:

• **Минеральные (глиняные)**: адсорбируют излишки себума, выравнивают рельеф.

• **Гелевые**: обеспечивают быстрое увлажнение, подходят для чувствительной кожи.

• **Кремовые**: питают, смягчают, восстанавливают защитный барьер.

• **Маски-плёнки**: механически удаляют поверхностные загрязнения и ороговевшие клетки.

• **Альгинатные**: создают окклюзионный эффект, усиливают проникновение активов, дают выраженный лифтинг.

• **Эксфолианты**: содержат абразивные частицы или кислоты для отшелушивания.

• **Кислородно-пузырьковые**: насыщают кожу кислородом, улучшают микроциркуляцию.

По типу действия и эффекту:

- **Увлажняющие**: с гиалуроновой кислотой, алоэ, глицерином.
- **Коллагеновые**: стимулируют синтез собственного коллагена, повышают упругость.
- **Очищающие**: с глиной, углём, энзимами.
- **Питательные**: с маслами, витаминами, керамидами.
- **Омолаживающие**: с пептидами, ретинолом, антиоксидантами.
- **Ночные**: с восстанавливающими и регенерирующими компонентами, предназначены для длительного воздействия.
- **Успокаивающие**: с пантенолом, аллантоином, экстрактами ромашки и календулы.

6. Показания и противопоказания

Показания:

- Сухость, обезвоженность, шелушение.
- Повышенная жирность, расширенные поры, комедоны.
- Тусклый цвет лица, неровный рельеф.
- Снижение тонуса и эластичности.
- Подготовка к другим косметическим процедурам.

Противопоказания:

- Острые воспалительные процессы (акне в стадии обострения, герпес, экзема).
- Нарушение целостности кожных покровов (раны, ожоги, свежие рубцы).
- Аллергические реакции на компоненты маски.
- Онкологические заболевания кожи.
- Период беременности и лактации (для масок с ретиноидами, кислотами высокой концентрации).
- Выраженный купероз и телеангиэктазии (для разогревающих и агрессивных масок).

7. Технология нанесения косметических масок: алгоритм действий

1. **Консультация и диагностика**: оценка типа кожи, анамнеза, выявление противопоказаний.
2. **Демакияж и очищение**: использование мягкого очищающего средства (гель, пенка, молочко) для удаления загрязнений и остатков косметики.
3. **Тонизация**: нанесение тоника для восстановления pH-баланса кожи.
4. **Подготовка зоны**: при необходимости — мягкое отшелушивание (энзимная пудра, мягкий скраб).
5. **Нанесение маски**: равномерное распределение средства по массажным линиям, избегая области вокруг глаз и губ. Для альгинатных масок — быстрое нанесение после смешивания порошка с активатором.
6. **Экспозиция**: соблюдение времени, указанного производителем (обычно 10–20 минут для гелевых и кремовых масок, 15–20 минут для масок-плёнок, 20–30 минут для альгинатных).
7. **Удаление маски**: смывание тёплой водой (для несмываемых масок — промокание салфеткой). Альгинатные маски снимаются единым пластом.
8. **Завершающий этап**: нанесение сыворотки и крема по типу кожи, при необходимости — солнцезащитного средства.

8. Правила оказания первой помощи

При возникновении нежелательной реакции (жжение, покраснение, отёк) необходимо:

1. Немедленно удалить маску с кожи.
2. Промыть кожу прохладной водой без использования моющих средств.
3. Нанести успокаивающее средство (крем с пантенолом, цинком, бисабололом).
4. При выраженной реакции (отёк, волдыри, нарастающий зуд) — обратиться к врачу (дерматологу, аллергологу).
5. Зафиксировать состав использованного средства для последующей идентификации аллергена.

В случае попадания компонентов маски в глаза — промыть большим количеством воды и обратиться за медицинской помощью.