ЧПОУ "СККИТ"

Предоставление косметических услуг по уходу за кожей лица, шеи и зоны декольте

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Пять практических модулей: от очищения кожи к эстетическим техникам

01

Гигиеническая чистка лица, шеи и декольте

Способы очищения кожи: механическая, вакуумная, ультразвуковая и комбинированная чистка, протокол процедуры и уход после.

02

Косметический массаж лица, шеи и декольте

Классические и современные техники: лимфодренаж, скульптурно-мануальный и буккальный массаж, показания и противопоказания.

03

Косметические маски для лица, шеи и декольте

Виды масок по действию и составу, техника нанесения и снятия, подбор по типу кожи и сочетание с другими процедурами.

04

Окраска бровей и ресниц, коррекция формы

Окрашивание краской и хной, архитектура и коррекция формы бровей, окраска ресниц, уход и домашние рекомендации

05

Эстетическая коррекция волосяного покрова

Способы удаления волос на лице, шее и зоне декольте: восковая депиляция, шугаринг, эпиляция, безопасность и уход после



ЛЕКЦИЯ 1 · БАЗА

Строение кожи лица, шеи и декольте

1. **Эпидермис**
   Наружный слой: барьер и защита; от него зависит выбор чистки и пилинга

2. **Дерма**
   Коллаген, эластин, сосуды; здесь работают массаж и маски

3. **Гиподерма**
   Подкожная жировая клетчатка: питание, форма и тургор

Тип кожи (нормальная, сухая, жирная, комбинированная, чувствительная) определяет протокол процедуры

Способы чистки лица, шеи и декольте: выбор по типу кожи и зоне

Способ чистки	Тип кожи	Зона применения	Глубина воздействия	Показания
Механическая (мануальная)	Жирная, комбинированная	Лицо	Глубокая	Расширенные поры, комедоны
Вакуумная	Жирная, нормальная	Лицо, шея	Средняя	Застойные явления, тусклая кожа
Ультразвуковая	Все типы, чувствительная	Лицо, шея, декольте	Поверхностная	Профилактика, деликатное очищение
Комбинированная	Комбинированная, жирная	Лицо, шея	Глубокая	Стойкие комедоны, неровный рельеф
Атравматичная	Сухая, чувствительная, возрастная	Лицо, шея, декольте	Средняя	Купероз, тонкая кожа
Энзимная	Все типы, чувствительная	Лицо, шея, декольте	Поверхностная	Отшелушивание без травмы

Шея и декольте тоньше: там выбирают атравматичные и энзимные методики.

ПРОТОКОЛ ПРОЦЕДУРЫ

Комбинированная чистка лица: четыре ключевых этапа

1

Подготовка и диагностика кожи

Дезинфекция кабинета и инструментов, обработка рук. Определение типа кожи, зон воспалений и комедонов, подбор средств.

2

Демакияж и очищение

Снятие макияжа и загрязнений, умывание гелем или пенкой, тоник — подготовка кожи к основной чистке.

3

Размягчение и чистка

Распаривание или размягчение рогового слоя, затем механическое, вакуумное или ультразвуковое удаление комедонов.

4

Маска, финальный уход, рекомендации

Успокаивающая маска и сужение пор, крем по типу кожи, SPF, домашний уход и запись на следующий визит.

Виды косметического массажа: техника, задача, зона, курс

Техника	Классический	Лимфодренажный	Скульптурно-мануальный	Буккальный
Основная задача	Тонус, питание тканей, расслабление	Снятие отёков, вывод лишней жидкости	Лифтинг, чёткость овала	Глубокая проработка мышц изнутри
Зона	Лицо, шея, декольте	Лицо, шея, декольте	Лицо, шея, овал	Лицо, щёки, овал
Направление движений	По массажным линиям, поверхностно	По лимфотоку к лимфоузлам	По мышечным волокнам, глубоко	Через слизистую рта, глубоко
Сила воздействия	Средняя	Лёгкая, поверхностная	Средняя и глубокая	Глубокая
Курс процедур	10–15	10–15	8–10	8–10
Противопоказания	Гнойнички, травмы кожи	Тромбоз, лимфаденит	Купероз, импланты	Заболевания полости рта, импланты

ТЕХНИКА МАССАЖА

Лимфодренаж и буккальный массаж: линии и последовательность движений

Шаг 1 — ПОДГОТОВКА

- ~~Демакияж и очищение~~
- ~~нанесение массажного средства~~
- ~~оценка лимфоузлов и противопоказаний~~

Шаг 2 — ЛИМФОДРЕНАЖ

- **От центра лица к периферии: лоб — виски, нос — уши, подбородок — углы челюсти**
- **по боковым поверхностям шеи к ключицам**

Шаг 3 — БУККАЛЬНО

- **Работа изнутри полости рта по слизистой щёк и губ**
- **фиксация тканей снаружи**
- **зоны риска — сосудистые пучки и лимфоузлы**

Шаг 4 — ФИНАЛ

- **Повторный лимфодренаж, успокаивающая маска, завершающий уход**
- **рекомендации клиенту**

Задача кожи → маска → активные ингредиенты

Задача кожи	Маска	Активные ингредиенты	Зона нанесения
Повышенная жирность, расширенные поры	Очищающая (глиняная)	Каолин, бентонит, сера, цинк	Лицо (Т-зона)
Обезвоженность, тусклость	Увлажняющая	Гиалуроновая кислота, глицерин, пантенол	Лицо, шея, декольте
Сухость, снижение тургора	Питательная	Масла, сквалан, церамиды, витамин Е	Лицо, шея, декольте
Тусклый цвет, усталость	Тонизирующая	Экстракты женьшеня, зелёного чая, кофеин	Лицо, шея
Возрастные изменения, фотостарение	Антиоксидантная	Витамин С, ресвератрол, экстракт винограда	Лицо, шея, декольте
Отёчность, необходимость лифтинга	Альгинатная	Альгинат, диоксид кремния, пептиды	Лицо, шея, декольте
Загрязнённые поры, неровный рельеф	Плёночная	Поливиниловый спирт, экстракты трав	Лицо (Т-зона)
Гиперкератоз, пигментация	Отшелушивающая (кислотная/энзимная)	AHA, BHA, папаин, бромелаин	Лицо

Маску подбирают по типу кожи и зоне: на декольте — только увлажняющие, питательные и антиоксидантные составы

ПРОЦЕСС

Техника нанесения маски на лицо, шею и декольте

1

Очищение и тонизирование

Снять макияж, провести демакияж и тонизировать кожу — маска наносится только на подготовленную, чистую кожу.

2

Нанесение по массажным линиям

Движение от центра к периферии: лоб — от середины к вискам, щёки — от носа к ушам, подбородок — к мочкам ушей.

3

Шея и декольте

Продолжить нанесение вниз: шея — снизу вверх, декольте — от центра к подмышечным впадинам. Не игнорировать эти зоны.

4

Экспозиция, снятие и финальный крем

Выдержать 10–20 минут, снять тёплой водой или салфеткой, завершить тонизированием и кремом по типу кожи.

ЛЕКЦИЯ 4 · ТЕХНИКА ОКРАШИВАНИЯ

Окраска бровей и ресниц: средства и этапы процедуры

Краска

Стойкий пигмент, экспозиция 10–15 мин на бровях; требует теста на аллергию за 24–48 ч.

Хна

Натуральный краситель, экспозиция 15–25 мин; мягче, держится до 2–3 недель.

Гель-краска

Быстрое окрашивание бровей и ресниц, экспозиция 5–10 мин; удобна для коррекции формы.

Протеиновое окрашивание ресниц

Щадящий состав с протеинами, экспозиция 10–15 мин; укрепляет и тонирует ресницы.

Подготовка кожи

Очищение, обезжиривание, защита кожи вокруг бровей; обязательный тест на аллергию.

Нанесение и снятие

Нанести по росту волос, выдержать время экспозиции, снять влажным тампоном, нанести уход.









ЛЕКЦИЯ 4 · КОРРЕКЦИЯ БРОВЕЙ

Архитектура брови: разметка и способы коррекции

1. **Начало брови**
   Вертикаль через внутренний угол глаза и крыло носа — задаёт посадку взгляда

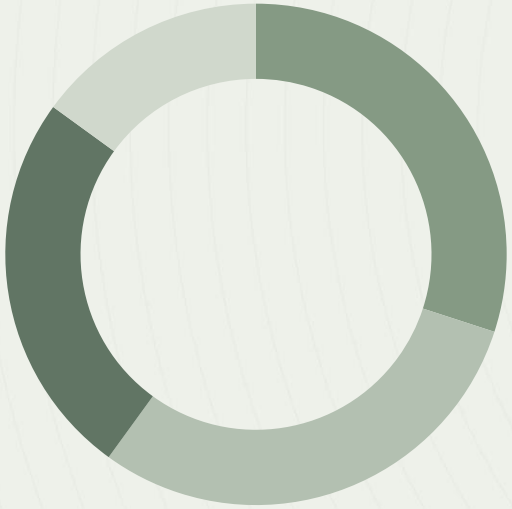
2. **Излом (высшая точка)**
   Линия от крыла носа через центр зрачка — определяет подъём формы

3. **Хвостик**
   Линия от крыла носа через внешний угол глаза — задаёт длину дуги

4. **Форма по типу лица**
   Овальное — плавная дуга, круглое — излом, квадратное — мягкая линия, вытянутое — горизонталь

5. **Способы коррекции**
   Пинцет, воск, триммер, нить; окрашивание и ламинирование — для густоты

Способы эстетической коррекции волосяного покрова



Восковая депиляция	30%
Шугаринг	30%
Лазерная и фотоэпиляция	25%
Электро- и элос-эпиляция	15%

ПРОЦЕСС

Подготовка, проведение и уход после коррекции волосяного покрова

1

Консультация и тест на аллергию

Сбор анамнеза, выявление противопоказаний и зон повышенной чувствительности; обязательный тест на аллергию перед процедурой.

2

Подготовка кожи и волос

Очищение и антисептическая обработка зоны; волосы должны отрасти до длины 4–5 мм — так воск захватывает их у корня.

3

Удаление волос

Эстетическая коррекция волосяного покрова лица, шеи и зоны декольте выбранным способом с соблюдением техники и направления роста волос.

4

Успокаивающий уход и рекомендации

Успокаивающие средства после процедуры; на 24–48 часов — без солнца, бани, сауны и скрабов.

САНИТАРНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

Безопасность и санитарные требования в кабинете

Чек-лист подготовки кабинета перед процедурой и правила работы с кожей с повреждениями и воспалениями.

- **Дезинфекция инструментов и рабочего места после каждого клиента**
- **Одноразовые расходники: салфетки, шпатели, кисти, перчатки**
- **Обработка рук: мытьё, антисептик, одноразовые перчатки**
- **Утилизация отходов по классам опасности**
- **Осмотр кожи: не работать с повреждениями и воспалениями**

СЛЕДУЮЩИЙ ШАГ

Диагностика → процедура → протокол → домашний уход