

ОГА ПОУ «ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»
ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПО КОСМЕТОЛОГИИ
НА ТЕМУ
«СОСТАВЛЕНИЕ ПРОЦЕДУР ПО УХОДУ ЗА
КОЖЕЙ РУК И НОГ.»

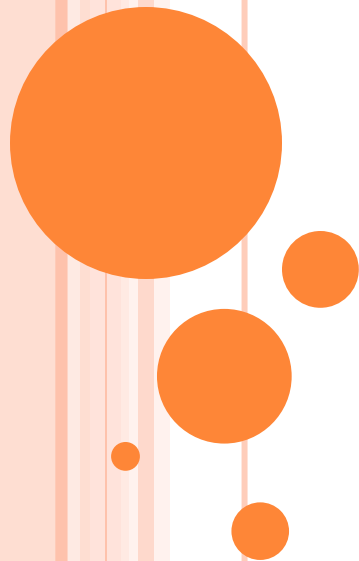
Выполнила: Михальская Александра

Группа: 20к

Проверила: Павлова Елена Геннадьевна

Великий Новгород

2017





Кожа рук и ног находится под постоянным воздействием внешних агрессивных сред. Именно поэтому уход за руками и ногами должен быть особенно тщательным.



УХОД ЗА РУКАМИ



Кожа рук и ногти выглядят так, как за ними ухаживают. Сухая кожа рук – свидетельство того, что она не питается, а находится под действием моющих и чистящих средств, воды, щелочи.





Питательный крем – обязательное средство для ухода за руками. Наносится он после мытья рук, а также на ночь. Для сухой кожи рук рекомендуются крема с оливковым маслом, маслом жожоба, глицерином. Раздраженная кожа и кожа, склонная к аллергии, может подпитываться кремами с экстрактами календулы и ромашки.





Особенностью кожи рук являются ее тонкость и отсутствие сальных желез на поверхности. Поэтому после принятия водных процедур возникает дискомфорт, шелушение и зуд. Для ухода за руками могут использоваться специальные хлопковые перчатки. При сильном шелушении кожи рук и огрубении кутикулы рекомендуется нанести толстый слой питательного крема, обработать ногти и кутикулу специальным смягчающим средством (каждый ноготь рекомендуется массировать на протяжении минуты) и одеть поверх всего перчатки из хлопка. Согревающий эффект перчаток способствует лучшему впитыванию средства в кожу и достижению эффективного результата. Процедуру лучше всего проводить на ночь.



УХОД ЗА КОЖЕЙ НОГ



Аналогичные процедуры подходят и для ухода за кожей ног. Кожа здесь гораздо грубее, чем кожа рук. Причиной тому - ходьба, нагрузка и обувь, которая зачастую доставляет дискомфорт. Меры по уходу за кожей ног должны быть более радикальными.





Ухаживать за кожей ног помогают пилинги, скрабы, щетки. Спa-процедуры с использованием перечисленных средств рекомендуется проводить хотя бы раз в неделю. Это можно делать дома, а можно обращаться в салон красоты. Щетка поможет избавиться кожу ног от огрубевших клеток. С ее помощью нужно тщательно, но очень аккуратно, обработать стопы и каждый палец. Щетку может заменить пилинг для ног. Наносится он круговыми массирующими движениями. После чистки нужно хорошенько увлажнить кожу.



Ногти и кутикула на ногах тоже нуждаются в постоянном уходе. Питание — основной этап процедуры. Для него могут использоваться специальные масла, смягчающие крема.



МАНИКЮР И ПЕДИКЮР – НЕОТЪЕМЛЕМЫЕ ПРОЦЕДУРЫ

УХОДА ЗА НОГТЯМИ РУК И НОГ



Для проведения педикюра и маникюра необходим особый набор инструментов. В этот набор входят:

1. Ножницы. Обычные не подойдут. Должны быть специальные, маникюрные. Необходимо обратить внимание на то, что ногти на ногах рекомендуется обрезать по прямой, не закругляя при этом края. В противном случае можно спровоцировать врастание ногтей.
2. Пилочка для маникюра. Лучше всего подойдет стеклянная или картонная с мельчайшими частичками напыления. Чем мельче напыление, тем лучше для ногтей. Крупное напыление может привести к расслаиванию ногтевой пластины.
3. Деревянная палочка, предназначенная для отодвигания ногтевой кутикулы. Металлическая палочка может привести к повреждению ногтей.
4. Пилочка для полирования ногтей. Она должна быть мягкой, не повреждающей ногтевую пластину;
5. Средство для удаления лакового покрытия.
6. Защитное базовое покрытие, предотвращающее проникновение красящих пигментов в ноготь





Для слоящихся и ломких ногтей перед маникюром рекомендуется проводить процедуру с солевыми ванночками. Для их приготовления рекомендуется использовать морскую соль. В готовый раствор можно также добавить отвар календулы, ромашки, капельку йода.



ПИЛИНГ РУК.



Как и в любом другом месте, кожа на руках также нуждается в регулярном пилинге. Вы можете наносить специальные косметические скрабы для рук или воспользоваться одним из этих советов:

- после мытья интенсивно растирайте кожу рук грубым полотенцем;
- смешайте 1 чайную ложку сахарного песка с 2 чайными ложками растительного масла, втирайте эту смесь в кожу рук в течение 1-2 минут, после чего смойте теплой водой с мягким мылом;
- возьмите 1 столовую ложку мелкой соли (морской или поваренной) и смешайте с 1 столовой ложкой растительного масла. В полученную смесь обмакните ватный тампон и вотрите средство в кожу рук;
- насыпьте немного соли на кожу рук и потрите ее, смачивая водой.

Пилинг необходимо проводить 1-2 раза в неделю. Так вы будете очищать поверхность кожи от омертвевших и ороговевших клеток. Крем после скрабирования лучше и глубже проникает в поры и эффективнее работает. Пилинг необходимо проводить 1-2 раза в неделю.

Так вы будете очищать поверхность кожи от омертвевших и ороговевших клеток. Крем после скрабирования лучше и глубже проникает в поры и эффективнее работает.

Рецепты для ванночек можно составлять самостоятельно по усмотрению и необходимости, а можно воспользоваться уже готовыми:

- На 2 литра теплой воды - 2 столовые ложки растительного масла. Или на 2 литра теплой воды - 1 чайную ложку нашатырного спирта и 1 столовую ложку глицерина. Процедуру проводить в течение 15-30 минут, 10-15 дней подряд. Через месяц можно повторить или провести курс других процедур по уходу за кожей рук;

- Ванночка с ромашкой, липой, зверобоем: 1 столовая ложка ромашки, 2 столовые ложки липового цвета, 1 столовая ложка зверобоя, 0,5 л воды. Травы смешайте, залейте кипятком, оставьте настаиваться в течение 20 минут, немного остудите. В миску налейте горячий отвар и погрузите в него руки на 15-20 минут, затем осушите мягкой салфеткой;

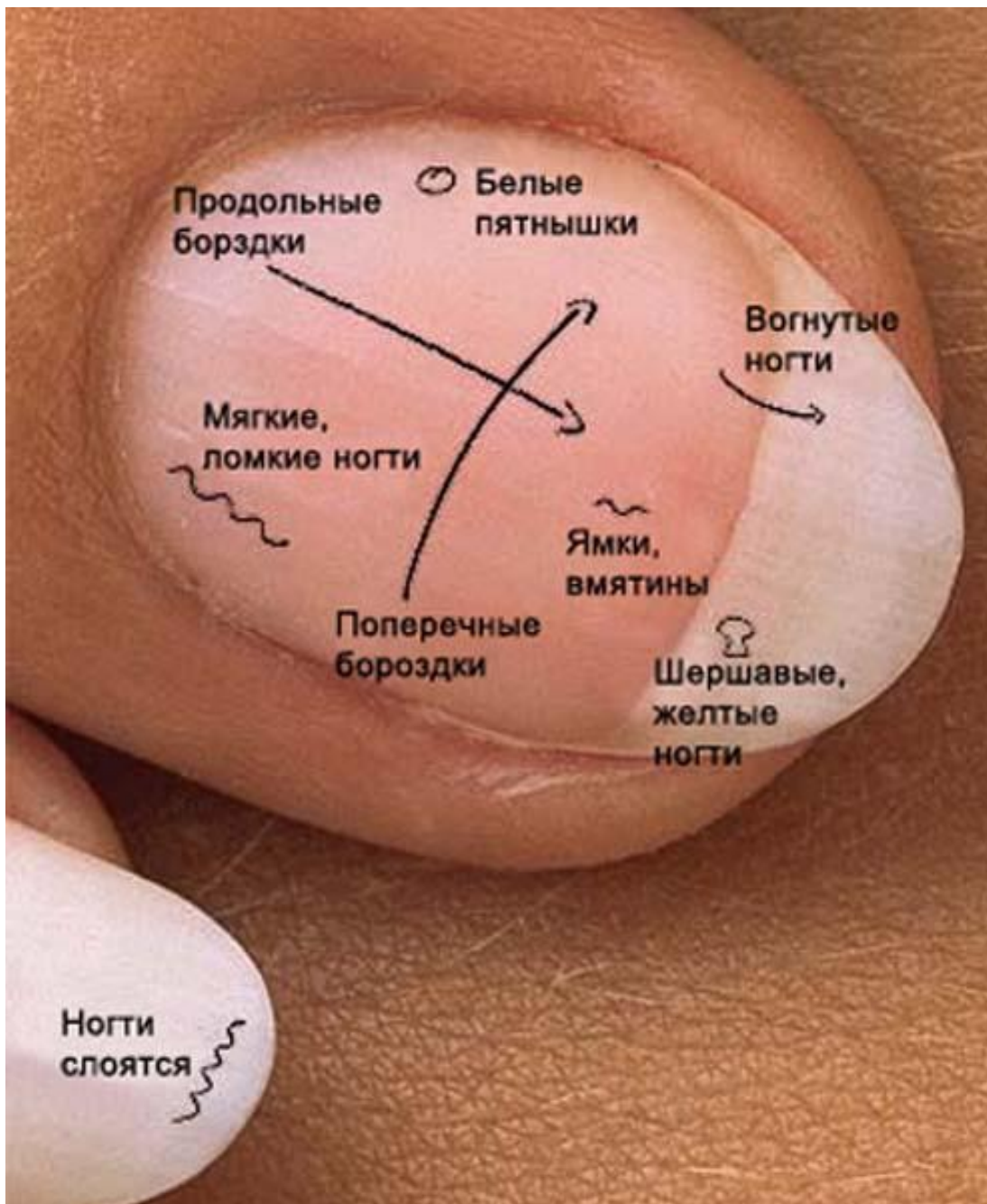
- При грубой, шершавой коже рук эффективны ванночки из сока квашеной капусты и молочной сыворотки. Затем следует смазать кожу питательным жирным кремом;

- Если на руках появились трещины и мозоли, применяйте ванночки из крахмала. 1 столовая ложка крахмала на 1 литр воды. Можно еще добавить кефир. Через 15 минут сполосните руки и смажьте питательным кремом. Такие ванночки очень эффективны также в случае трещин и мозолей на подошвах ног;

- Хорошо питает грубую и сухую кожу масляная ванночка: 1-3 раза в неделю на 10 минут кисти погружать в подогретое растительное масло. После промокнуть салфеткой или полотенцем, но не вытирать тщательно.

После проведения процедуры следует завернуть руки в теплое махровое полотенце минут на 15. Можете слегка помассировать полотенцем руки, а потом смазать их увлажняющим кремом.





И, конечно же, всегда помните о факторах, негативно воздействующих на кожу ваших рук, и старайтесь их избегать:

- нерегулярная гигиена рук;
- отсутствие ухода;
- жесткие диеты; пилинг кожа косметический
- пониженное содержание витаминов и микроэлементов в рационе;
- хлорированная вода;
- курение;
- привычки откусывать ногти и огрубевшую кутикулу.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

