





# ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΠΡΟΣΩΠΟΥ II



ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΟΛΟΓΙΚΟ ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΕΛΛ. ΑΝΕΣΕΥΜΑΤΩΝ  
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ  
ΓΕΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΕΡΕΥΝΑ ΔΥΣΛΕΞΙΑΣ  
ΤΟΜΟΣ ΑΝΕΥΡΕΣΕΩΣ - ΕΚΦΡΑΣΕΩΣ  
ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΟΛΟΓΙΑ

## ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΠΡΟΣΩΠΟΥ II

Β' ΚΑΘΚΟΥ

ΓΑΡΓΑΝΟΥΡΑΚΗ Ε. - ΓΩΤΖΙΚΑ Τ. - ΡΕΠΠΑΣ Κ.  
20000 0001



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ  
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ  
ΤΕΧΝΙΚΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΡΙΑ  
ΤΟΜΕΑΣ: ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ - ΚΟΜΜΩΤΙΚΗΣ  
Ειδικότητα: ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ

# ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΠΡΟΣΩΠΟΥ II

Β΄ Κύκλος

ΓΑΡΓΑΝΟΥΡΑΚΗ Ε. - ΠΑΤΖΙΚΑ Τ. - ΡΕΠΠΑΣ Κ.

ΑΘΗΝΑ 2001





**ΣΥΓΓΡΑΦΙΚΗ ΟΜΑΔΑ:**

ΓΑΡΓΑΝΟΥΡΑΚΗ ΕΡΓΙΝΗ

Αισθητικός

ΠΑΤΖΙΚΑ ΤΙΜΟΘΕΑ

Αισθητικός

ΡΕΠΠΑΣ ΚΥΡΙΑΚΟΣ

Αισθητικός

**ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΣ ΟΜΑΔΩΝ**

**ΣΤΑ ΠΛΑΙΣΙΑ ΤΟΥ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟΥ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟΥ:**

ΜΑΡΙΝΟΥ ΒΕΛΕΤΖΑ ΑΓΓΕΛΙΚΗ

Πάρεδρος του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου

**ΟΜΑΔΑ ΚΡΙΣΗΣ:**

ΑΛΙΜΠΕΡΤΗ ΔΕΣΠΟΙΝΑ

Αισθητικός

ΚΟΚΟΛΑ ΠΕΛΑΓΙΑ

Αισθητικός

ΛΑΜΠΡΟΠΟΥΛΟΥ ΑΡΓΥΡΩ

Αισθητικός, Φαρμακοποιός MCs

**ΓΛΩΣΣΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ:**

ΒΛΑΧΙΩΤΗ ΜΑΡΙΑ

Φιλολόγος

**ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ:**

ΡΙΖΟΥ ΝΙΚΗ

Αισθητικός

ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ

Υπεύθυνος του τομέα Αισθητικής - Κομμωτικής

Μαρίνου - Βελεντζά Αγγελική



## Περιεχόμενα

ΠΡΟΛΟΓΟΣ .....	23
----------------	----

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ 1η <i>Προετοιμασία χώρου αισθητικής προσώπου</i>	25
---	----

Κεφάλαιο 1.1 <i>Περιβάλλον εργασίας</i> .....	27
> Οργάνωση και διαμόρφωση εργαστηρίου αισθητικής προσώπου .....	28
> Η επαγγελματική εικόνα του/της αισθητικού .....	31
> Συμπεριφορά του/της αισθητικού - Ανθρώπινες Σχέσεις και Αρετές	32
Ανακεφαλαίωση .....	35
Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	36

Κεφάλαιο 1.2 <i>Υγιεινή και καθαριότητα</i> .....	39
> Όροι Υγιεινής .....	41
> Βακτηριολογία .....	42
> Πιθανές πηγές μόλυνσης σε ένα ινστιτούτο .....	43
> Μέθοδοι Αποστείρωσης & Απολύμανσης: .....	44
> Κανόνες και διαδικασίες Υγιεινής στο Εργαστήριο Αισθητικής .....	47
Ανακεφαλαίωση .....	48

Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	49
Κεφάλαιο 1.3 Εξοπλισμός - Μηχανήματα .....	51
Ανακεφαλαίωση .....	58
Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	59
Κεφάλαιο 1.4 Καλλυντικά .....	61
> Συσκευασίες καλλυντικών προϊόντων .....	65
> Φύλαξη, χρήση καλλυντικών προϊόντων .....	68
Ανακεφαλαίωση .....	68
Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	70
Κεφάλαιο 1.5 Αναλώσιμα .....	73
> Είδη επαγγελματικής ενδυμασίας αισθητικού - ρουχισμός πελάτη/ τισσας .....	73
> Απαραίτητα αναλώσιμα υλικά αισθητικής προσώπου .....	74
> Αναλώσιμα υλικά προσωρινής αποτρίχωσης: .....	76
Ανακεφαλαίωση .....	78
Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	79
Εργαστηριακές Ασκήσεις .....	80

## ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ 2η Προετοιμασία για την περιποίηση προσώπου

83

Κεφάλαιο 2.1 Προετοιμασία των μηχανημάτων & των υλικών .....	85
> Προφυλάξεις κατά τη χρήση των ηλεκτρικών μηχανημάτων .....	85
> Κανόνες Ασφάλειας κατά την χρήση Ηλεκτρικών Συσκευών .....	87
> Διαδικασίες προετοιμασίας .....	88
Ανακεφαλαίωση .....	89
Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	90

Κεφάλαιο 2.2 Προετοιμασία του πελάτη .....	91
> Υποδοχή επισκέπτη στο εργαστήριο αισθητικής .....	91
> Διαδικασία προετοιμασίας του πελάτη για την περιποίηση του προσώπου .....	93
Ανακεφαλαίωση .....	94
Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	95

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ 3η Χρήση μηχανημάτων σε περιποιήσεις προσώπου .....	97
---	----

Κεφάλαιο 3.1 Εισαγωγή .....	99
> Στοιχεία φυσικής του ηλεκτρισμού .....	99
> Κινητικά σημεία μυών .....	102

> Κατηγορίες μηχανημάτων .....	104
Ανακεφαλαίωση .....	104
Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	106
Εργαστηριακές Ασκήσεις .....	108
 Κεφάλαιο 3.2 <i>Μηχανήματα φαραδικού ρεύματος</i> .....	111
> Αρχή λειτουργίας .....	111
> Χειρισμός μηχανημάτων .....	114
> Τοποθέτηση ηλεκτροδίων .....	115
> Αντενδείξεις .....	116
Ανακεφαλαίωση .....	118
Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	119
Εργαστηριακές Ασκήσεις .....	120
 Κεφάλαιο 3.3 <i>Μηχανήματα ιονισμού</i> .....	125
> Αρχή λειτουργίας .....	125
> Προϊόντα ιονισμού .....	126
> Χειρισμός μηχανημάτων .....	127
> Αντενδείξεις .....	128
Ανακεφαλαίωση .....	129
Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	130
Εργαστηριακές Ασκήσεις .....	131

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ 4η <i>Ενυδάτωση προσώπου</i> .....	139
Κεφάλαιο 4.1 <i>Εισαγωγή</i> .....	141
> Στοιχεία ανατομίας και φυσιολογίας της επιδερμίδας .....	141
> Υγρασία επιδερμίδας .....	142
Ανακεφαλαίωση .....	144
Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	145
Κεφάλαιο 4.2 <i>Όξινος μανδύας</i> .....	147
> Σύσταση .....	147
> Ρόλος .....	148
> Καλλυντικά και όξινος μανδύας .....	148
Ανακεφαλαίωση .....	150
Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	151
Κεφάλαιο 4.3 <i>Ενδιάμεση ουσία</i> .....	153
> Σύσταση .....	154
> Ρόλος .....	155
> Επίδραση από καλλυντικά .....	155
Ανακεφαλαίωση .....	156
Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	158
Κεφάλαιο 4.4 <i>Αιτίες αφυδάτωσης</i> .....	159

> Περιβάλλον .....	159
> Χημικές ουσίες .....	160
> Ασθένειες - διατροφή .....	160
Ανακεφαλαίωση .....	162
Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	163

<i>Κεφάλαιο 4.5 Προϊόντα ενυδάτωσης .....</i>	<i>165</i>
> Κρέμες .....	165
> Μάσκες .....	166
> Πήλινγκς .....	168
> Άλλες καλλυντικογενείς μορφές .....	170
Ανακεφαλαίωση .....	171
Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	172

<i>Κεφάλαιο 4.6 Μέθοδοι περιποίησης .....</i>	<i>173</i>
> Περιποιήσεις με καλλυντικά προϊόντα .....	173
> Περιποιήσεις με μηχανήματα .....	175
Ανακεφαλαίωση .....	179
Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	180
Εργαστηριακές Ασκήσεις .....	181

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ 5η <i>Προσωρινή αποτρίχωση προσώπου .....</i>	<i>205</i>
--	------------



Κεφάλαιο 5.1 <i>Γενικές αρχές</i> .....	207
> Δομή - ανατομία της τρίχας .....	208
Ανακεφαλαίωση .....	213
Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	214
Εργαστηριακές Ασκήσεις .....	216
 Κεφάλαιο 5.2 <i>Στάδια ανάπτυξης της τρίχας</i> .....	217
> Εισαγωγή .....	217
> Αναγενές στάδιο (πολύ μεγάλη διάρκεια) .....	218
> Καταγενές στάδιο (διάρκεια 2-3 εβδομάδων) .....	218
> Τελογενές στάδιο (διάρκεια 1-4 μήνες) .....	219
Ανακεφαλαίωση .....	220
Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	221
 Κεφάλαιο 5.3 <i>Αιτιολογία αυξημένης τριχοφυΐας</i> .....	223
> Εισαγωγή .....	223
> Κατάταξη .....	225
Ανακεφαλαίωση .....	226
Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	227
 Κεφάλαιο 5.4 <i>Μέθοδοι προσωρινής αποτρίχωσης</i> .....	229
> Εισαγωγή .....	229
> Χαλάονα .....	229

> Ζεστό κερί .....	230
> Κρύο κερί με λωρίδες .....	230
> Άλλες μέθοδοι προσωρινής αποτρίχωσης .....	231
Ανακεφαλαίωση .....	232
Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	233
Εργαστηριακές Ασκήσεις .....	236

## Κεφάλαιο 5.5 Ενδείξεις & αντενδείξεις της προσωρινής αποτρίχωσης προσώπου 245

> Ενδείξεις .....	245
> Κανόνες υγιεινής. ....	246
> Καταστάσεις του δέρματος στις οποίες πρέπει να αποφεύγεται η προσωρινή αποτρίχωση. ....	246
> Γενικές οδηγίες προς την /τον αισθητικό που εφαρμόζει προσωρινή αποτρίχωση. ....	248
Ανακεφαλαίωση .....	249
Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	250
Εργαστηριακές Ασκήσεις .....	252
ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΓΙΑ ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΑΠΟΤΡΙΧΩΣΗ .....	254

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ 6η Λεμφική παροχέτευση .....	255
---	-----

Κεφάλαιο 6.1 <i>Τι είναι η λέμφος</i> .....	257
> Εισαγωγή .....	257
Ανακεφαλαίωση .....	260
Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	261
 Κεφάλαιο 6.2 <i>Λεμφική κυκλοφορία στο πρόσωπο</i> .....	263
> Εισαγωγή .....	263
Ανακεφαλαίωση .....	265
Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	266
 Κεφάλαιο 6.3 <i>Οφέλη της λεμφικής παροχέτευσης</i> .....	269
Ανακεφαλαίωση .....	271
Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	272
 Κεφάλαιο 6.4 <i>Τεχνική της λεμφικής παροχέτευσης</i> .....	273
> Εισαγωγή .....	273
> Αρχές λεμφικής παροχέτευσης .....	273
> Χειρισμοί .....	274
Ανακεφαλαίωση .....	276
Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες .....	277
Εργαστηριακές Ασκήσεις .....	279

Κεφάλαιο 6.5 Ταξινόμηση κινήσεων λεμφικής παροχέτευσης προσώπου

283

Ανακεφαλαίωση ..... 285

Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες ..... 286

Κεφάλαιο 6.6 Λεμφογαγγλία σε σχέση με την λεμφική παροχέτευση . 287

> Εισαγωγή ..... 287

> Η χρησιμότητα των λεμφογαγγλίων ..... 288

Ανακεφαλαίωση ..... 290

Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες ..... 291

Εργαστηριακές Ασκήσεις ..... 292

Κεφάλαιο 6.7 Αντενδείξεις λεμφικής παροχέτευσης ..... 295

Ανακεφαλαίωση ..... 297

Ερωτήσεις - Εργασίες - Δραστηριότητες ..... 298

ΓΛΩΣΣΑΡΙ ..... 301

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ ..... 309





# ΠΡΟΛΟΓΟΣ

## ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΠΡΟΣΩΠΟΥ II

*Αυτό το βιβλίο ασχολείται με περιποιήσεις αισθητικής για το πρόσωπο.*

*Σκοπός του μαθήματος αυτού είναι μετά την ολοκλήρωση της διδασκαλίας του, οι μαθητές/τριες να μπορούν να πραγματοποιούν περιποίηση ενυδάτωσης, προσωρινή αποτρίχωση προσώπου, λεμφική μάλαξη προσώπου.*

*Έχουν ληφθεί υπόψιν οι προηγούμενες γνώσεις και εμπειρίες των μαθητών και μέσα από περιγραφικές προσεγγίσεις, παραδείγματα, σχήματα, εικόνες και απλή κατανοητή γλώσσα, έγινε μία προσπάθεια για σωστή και αποτελεσματική μετάδοση των γνώσεων.*

*Η συγγραφική ομάδα*





ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

1η

Προετοιμασία χώρου αισθητικής προσώπου





## Κεφάλαιο 1.1

### Περιβάλλον εργασίας

Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να εξοικειωθούν με το περιβάλλον εργασίας και να γνωρίσουν τις αρχές διαμόρφωσης του χώρου της αισθητικής.

**Αυτό που θα πρέπει πάντα να έχει υπόψη του ο/η αισθητικός είναι ότι το περιβάλλον εργασίας ασκεί επιρροή στη συμπεριφορά και στη διάθεση της πελατείας αλλά και των εργαζομένων στο χώρο αυτό.**

Στόχος λοιπόν είναι η δημιουργία ενός ιδανικού περιβάλλοντος μέσα στο οποίο πελάτες, αλλά και εργαζόμενοι θα αισθάνονται άνετα και ευχάριστα. Ο χώρος του Ινστιτούτου, η διαμόρφωσή του, η όλη ατμόσφαιρα που θα επικρατεί, θα πρέπει να εκπέμπει ευχάριστα μηνύματα.

Πρώτα θα πρέπει να ξεπεραστεί το δύσκολο στάδιο της εύρεσης του χώρου εγκατάστασης του ινστιτούτου. Η συνοικία που θα βρίσκεται το εργαστήριο παίζει σπουδαίο ρόλο. Για παράδειγμα, αποφεύγεται η επιλογή ενός μικρού σπιτιού που βρίσκεται στριμωγμένο ανάμεσα σε πολυκατοικίες, γιατί αυτόματα δίνει την αίσθηση της καταπίεσης στους πελάτες. Αντιθέτως σαν ιδανική τοποθεσία ενός ινστιτούτου θεωρείται η γωνία δύο δρόμων, που προσφέρει καλύτερη ορατότητα και μεγαλύτερο πέρασμα.



Εικόνα 1.1 Περιβάλλον εργασίας

Γενικά μέσα από τις επιλογές του ο/η αισθητικός φροντίζει να βρίσκεται σε ένα περιβάλλον γαλήνιο και εξισορροπημένο. Έμφαση πρέπει να δοθεί και στην εξωτερική εμφάνιση του ινστιτούτου. Εφόσον η κατάλληλη τοποθεσία έχει βρεθεί, το επόμενο στάδιο είναι η μετατροπή ενός απρόσωπου χώρου σε μια επαγγελματική στέγη.

#### > Οργάνωση και διαμόρφωση εργαστηρίου αισθητικής προσώπου

Ακολουθώντας πάντα τις απαραίτητες προδιαγραφές του νόμου, και με τη βοήθεια ειδικών, γίνονται οι κατάλληλες μετατροπές, σε μια προσπάθεια προσεγμένης διαμόρφωσης του χώρου. Είναι μια διαδικασία που μπορεί να αποβεί αρκετά δαπανηρή, αλλά είναι απαραίτητη και απαιτεί προσεκτικές επιλογές και καλό γούστο.

Πρέπει να αναφερθεί, ότι ένα εργαστήριο αισθητικής, είναι υποχρεωτικό να διαθέτει τους παρακάτω χώρους:



- Αίθουσα αναμονής
- Χώρους περιποίησης προσώπου/σώματος
- Χώρο λουτρού με νιπτήρα , ντους και αποχωρητήριο
- Θα πρέπει να υπάρχει ξεχωριστό WC για άντρες και ξεχωριστό για γυναίκες

Η διαρρύθμιση θα πρέπει να είναι τέτοια ώστε ειδικά σε χώρους, όπως η αίθουσα αναμονής, οι διάδρομοι και οι καμπίνες περιποίησης να διακινούνται και να διαμένουν με ευκολία πελάτες και εργαζόμενοι.

Στο πλαίσιο της χωροταξίας είναι σημαντικό να προβλεφθεί κάποιος χώρος που θα είναι το ιδιαίτερο γραφείο του/της αισθητικού, ένας ξεχωριστός χώρος όπου ο/η αισθητικός θα δέχεται τον πελάτη, προκειμένου να τον ακούσει και να συζητήσει μαζί του μακριά από τρίτους το ιδιαίτερο πρόβλημά του, που τον οδήγησε στο εργαστήριο. Στο χώρο αυτό συμπληρώνεται και το ιστορικό του κάθε πελάτη.

Επίσης, ένας χώρος αποθήκευσης των προϊόντων είναι απαραίτητος, όπως και χώρος για το προσωπικό του εργαστηρίου. Για ένα κατάλληλο περιβάλλον εργασίας, ο/η αισθητικός θα πρέπει να ασχοληθεί με τους παρακάτω παράγοντες:

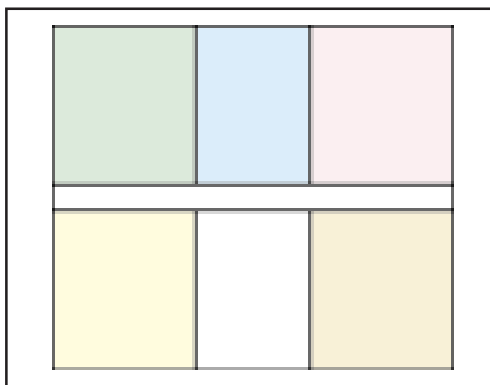
**Φωτισμός.** Ο φωτισμός σε ένα ινστιτούτο είναι πολύ σημαντικός. Χρειάζεται ο φυσικός φωτισμός να είναι επαρκής, αλλά να υπάρχει και ο κατάλληλος τεχνητός φωτισμός, που θα κανονίζεται με ρυθμιστές έντασης ανάλογα με τις περιποιήσεις που γίνονται.

Ο φωτισμός πάντα είναι ανάλογος με το χώρο. Δεν πρέπει να είναι υπερβολικός και έντονος γιατί κουράζει και αυτούς που δέχονται τις περιποιήσεις αλλά και τους/τις αισθητικούς. Άπλετο φως χρειάζεται στις καμπίνες περιποιήσεων για την διευκόλυνση της δουλειάς του/της αισθητικού, ενώ οι πλάγιοι και απαλοί φωτισμοί προτιμούνται στους υπόλοιπους χώρους.



**Εικόνα 1.2** Φωτισμός στο χώρο εργασίας

**Χρώματα.** Τα χρώματα παίζουν βασικό ρόλο στη δημιουργία μιας ζεστής και ξεκούραστης ατμόσφαιρας. Προτιμούνται οι απαλοί τόνοι του πράσινου, του μπλε ή και του ροζ. Αυτό που χρειάζεται προσοχή είναι οι εναλλαγές των χρωμάτων και οι διαβαθμίσεις τους, οι οποίες πρέπει να είναι ευχάριστες. Θα πρέπει η χρήση του χρώματος να γίνεται με σύνεση και ιδίως στις καμπίνες περιποίησης προσώπου, η επιλογή παστέλ τόνων, λευκού κρεμ, λευκού ροζέ, είναι η καλύτερη.



**Εικόνα 1.3** Χρωματισμοί

**Θέρμανση.** Η θέρμανση του εργαστηρίου, πρέπει να είναι κανονική και επαρκής.

**Αερισμός.** Οι εγκαταστάσεις αερισμού είναι απαραίτητες, για λόγους υγιεινής. Ο αέρας πρέπει υποχρεωτικά να ανανεώνεται στις αίθουσες περιποιήσεων, και σε άλλους χώρους ανοικτούς για το κοινό.

**Μουσική.** Η απαλή μουσική βοηθάει τον πελάτη να χαλαρώσει και να ηρεμήσει και τον κάνει πιο δεκτικό στις περιποιήσεις. Η επιλογή της μουσικής αποσκοπεί

στη δημιουργία μιας αρμονικής ατμόσφαιρας κατά τη διάρκεια των περιποιήσεων.

Υπάρχουν ειδικές μουσικές συλλογές που απευθύνονται στα ινστιτούτα αισθητικής. Ο/η αισθητικός επιλέγει την κατάλληλη μουσική, η οποία θα είναι ανάλογη του τύπου:



- του χώρου
- των πελατών
- των περιποιήσεων

Η χρησιμοποίηση του ραδιοφώνου θεωρείται ακατάλληλη.

**Διακόσμηση.** Οι καθρέπτες μπορούν να αποτελέσουν βασικά στοιχεία διακόσμησης του χώρου και χρησιμοποιούνται συνήθως για να μεγαλώσουν ένα χώρο ή για να καλύψουν τα μειονεκτήματά του, όπως για παράδειγμα στην περίπτωση που η είσοδος του εργαστηρίου είναι ένας στενός διάδρομος. Χρειάζεται να γίνει η επιλογή του σωστού μεγέθους και η τοποθέτησή τους στο σωστό ύψος.



Εικόνα 1.4 Οι καθρέπτες στο χώρο αισθητικής



Εικόνα 1.5 Εσωτερικός χώρος

Η τοποθέτηση αντικειμένων στο χώρο του εργαστηρίου θα πρέπει να συμβάλει στην δημιουργία μιας αρμονικής ατμόσφαιρας, οπότε δεν πρέπει να φορτώνετε ο χώρος με περιττά ή άχρηστα αντικείμενα. Για παράδειγμα, οι πίνακες τοπίων δίνουν μια αίσθηση γαλήνης και ηρεμίας στο χώρο. Γενικά, συνιστάται η αποφυγή εκκεντρικής επίπλωσης γιατί απωθεί πολλούς ανθρώπους.

### **Επενδύσεις τοίχων και δαπέδων.**

Με την κατάλληλη χρησιμοποίηση χρωματισμών και σχεδίων δημιουργείται η ατμόσφαιρα που βοηθάει στην ψυχική και σωματική χαλάρωση των πελατών. Τα σχέδια και τα χρώματα είναι σε ζεστούς τόνους.



**Εικόνα 1.6** Ελαιογραφία τοίχου

### **Άνεση στις αίθουσες περιποιήσεων.**

Η άνεση παρέχεται με τον κατάλληλο εξοπλισμό του χώρου. Για παράδειγμα, συνιστάται η επιλογή μιας άνετης και πρακτικής πολυθρόνας, μιας και ο πελάτης θα παραμείνει ξαπλωμένος σ' αυτήν καθ' όλη τη διάρκεια της περιποίησης. Για τον/την αισθητικό συνιστάται η επιλογή του σκαμπό με πλάτη, για την αποφυγή της κούρασης και του πόνου στην πλάτη και στο σβέρο.

## **> Η επαγγελματική εικόνα του/της αισθητικού**

Η καλλιέργεια μιας σωστής επαγγελματικής εικόνας από μέρους του/της αισθητικού είναι απαραίτητη και ολοκληρώνει ένα φιλικό και ευχάριστο περιβάλλον μέσα στο οποίο οι πελάτες επιδιώκουν να βρískονται.

Η ομιλία, το ντύσιμο, οι τρόποι του/της αισθητικού θα πρέπει να αποπνέουν επαγγελματισμό.

Η εργασία του/της αισθητικού είναι μια προσωπική εργασία και απαιτεί στενή επαφή με κόσμο, γι' αυτό, το πρώτο πράγμα που χρειάζεται προσοχή είναι η καθαριότητα.



**Εικόνα 1.7** Εικόνα αισθητικού

Ο/η αισθητικός, προκειμένου να έχει μία επαγγελματική εικόνα στο χώρο εργασίας του, θα πρέπει να προσέξει τα παρακάτω:

**Το δέρμα του/της** να αποτελεί παράδειγμα προς μίμηση για τους πελάτες.

**Τα μαλλιά του/της** είναι σημαντικό να διατηρούνται πάντα καθαρά κι αν είναι μακριά να δένονται πίσω.

**Την στοματική υγιεινή**, που διατηρείται με το τακτικό βούρτσισμα των δοντιών μετά από τα γεύματα και τον ύπνο. Προτείνεται η χρησιμοποίηση ειδικών διαλυμάτων που εξαφανίζουν τις δυσάρεστες οσμές της αναπνοής.



**Την καθαριότητα των χεριών** καθώς είναι ό,τι πιο σημαντικό. Τα νύχια πρέπει να είναι κοντά με στρογγυλεμένες άκρες, ώστε να μην πληγώνουν τους πελάτες κατά την διάρκεια των αισθητικών περιποιήσεων. Είναι προτιμότερο, τα νύχια της αισθητικού να είναι άβαφα, αλλά εάν βάφονται να μην είναι ποτέ προχειροβαμμένα. Το πρόβλημα που ίσως προκύψει με τα βαμμένα νύχια είναι, ότι κατά την διάρκεια περιποιήσεων, κάποια συστατικά καλλυντικών που χρησιμοποιούνται μπορούν να διαλύσουν το μανό, με αποτέλεσμα να τριφτεί πάνω στο δέρμα του πελάτη και να δημιουργήσει αλλεργικές αντιδράσεις.



**Το προσεγμένο μακιγιάζ** είναι απαραίτητο στοιχείο μιας επαγγελματικής εικόνας της αισθητικού.

**Η ποδιά εργασίας** του/της αισθητικού: είναι εντελώς απαραίτητη και πρέπει να διατηρείται πάντα καθαρή.

### > Συμπεριφορά του/της αισθητικού - Ανθρώπινες Σχέσεις και Αρετές

Μέσα στα πλαίσια του περιβάλλοντος εργασίας ενός εργαστηρίου αισθητικής είναι αναγκαίο να δοθεί προσοχή στις ανθρώπινες σχέσεις που θα χαρακτηρίζουν το περιβάλλον αυτό.

**Ο Αριστοτέλης, στην Αρχή της Αμοιβαίας Συμπεριφοράς είχε πει: «Πρέπει να συμπεριφερόμαστε στους ανθρώπους όπως θα θέλαμε να μας συμπεριφέρονται αυτοί».**

Εφαρμόζουμε αυτή την αρχή στις καθημερινές μας σχέσεις με τους άλλους;

**Στο χώρο εργασίας του ο/η αισθητικός χρειάζεται να είναι:  
Ευχάριστος - Περιποιητικός - Ενθουσιώδης  
και όχι Σκυθρωπός και Απαισιόδοξος**



Ο θετικός τρόπος σκέψης οδηγεί σε μια πιο παραγωγική και πιο δημιουργική εργασία. Ο/η αισθητικός είναι σημαντικό να δείχνει με την συμπεριφορά του πως ενδιαφέρεται για τους πελάτες του και πως τους τιμά σαν άτομα και μ' αυτόν τον τρόπο θα βελτιώσει τις ανθρώπινες σχέσεις του.

Η επαγγελματική εμφάνιση, ο επαγγελματικός τρόπος και συμπεριφορά είναι τα σημαντικά προσόντα που οδηγούν στην επιτυχία. Ο/η αισθητικός επιδιώκει να καλλιεργήσει τις παρακάτω αρετές, οι οποίες θα βελτιώσουν την προσωπική και επαγγελματική του επιτυχία:

**Ευγένεια και λεπτοί τρόποι.** Η ευγένεια εκφράζεται κυρίως με τη φωνή κατά τη συνομιλία με τον πελάτη, με τον τρόπο που χαιρετάμε τον πελάτη, με τον σεβασμό και την κατανόηση που δείχνουμε στο τι αισθάνεται.

**Εκφραστικότητα - Αμεσότητα - Φιλικότητα  
Ειλικρίνεια - Διπλωματία - Ενθουσιασμός  
είναι αρετές που βοηθούν κατά πολύ στην επαγγελματική  
επιτυχία του/της αισθητικού.**

Λεπτότητα στην επικοινωνία με τον πελάτη σημαίνει να αποφεύγουμε να κάνουμε ή να λέμε κάτι που προσβάλλει. Αυτό είναι πολύ σημαντικό. Ο/η αισθητικός δεν πρέπει να κρίνει τις επιλογές της πελατείας του αλλά να προτείνει. Και αυτό να γίνεται πάντα με λεπτότητα.

Κατά την διάρκεια συζήτησης αισθητικού-πελάτη, θα πρέπει να αποφεύγονται τα παρακάτω:

- Η συζήτηση προσωπικών προβλημάτων του/της αισθητικού
- Ο αρνητικός σχολιασμός συναδέλφων.
- Το μονοπώλιο της συζήτησης από μέρους του/της αισθητικού.
- Οι αδιάκριτες ερωτήσεις.
- Η επιχειρηματολογία.

Η συζήτηση γίνεται πιο εύκολη, εάν ο/η αισθητικός χρησιμοποιεί απλή κατανοητή γλώσσα. Η απλή γλώσσα και ο φιλικός τόνος φωνής προσφέρουν αποτελεσματική επικοινωνία.

Επίσης, είναι πολύ καλό ο/η αισθητικός να έχει την αίσθηση του χιούμορ. Σπάει τον πάγο με τον πελάτη, διευκολύνει πολύ μια συζήτηση και δημιουργεί ένα πολύ ευχάριστο περιβάλλον, αρκεί βέβαια και ο πελάτης να έχει την αίσθηση

του χιούμορ!

Φροντίζει να εκπληρώνει τις υποχρεώσεις του, να μεταχειρίζεται δίκαια και τίμια όλους τους πελάτες.

Το επάγγελμα του/της αισθητικού έχει και κοινωνική αποστολή. Μέσω της εργασίας του βελτιώνει όχι μόνο την εμφάνιση αλλά και την διάθεση ατόμων.

Οι πελάτισσες έχουν μια ιδιαίτερη σχέση με τους/τις αισθητικούς τους. Είναι τα άτομα που θα τους κάνουν να νιώσουν καλύτερα με τον εαυτό τους, και πιο ελκυστικούς.

Πολλές φορές νιώθουν την ανάγκη να μιλήσουν για τα προσωπικά τους προβλήματα και ο/η αισθητικός είναι το μόνο άτομο που θέλουν να απευθυνθούν.

Αν συμβεί κάτι τέτοιο επιβάλλεται τέτοιου είδους συζητήσεις να παραμείνουν εμπιστευτικές και να μην συζητηθούν ποτέ με τρίτους. Ακούστε την πελάτισσά σας, σεβαστείτε τον πόνο της αλλά είναι σημαντικό να αποφύγετε να δώσετε συμβουλές προσωπικού περιεχομένου, γιατί αυτό μπορεί να δημιουργήσει προβλήματα στην πάροδο του χρόνου.



**Να υπενθυμίζετε συνεχώς στις πελάτισσές σας ότι έχουν την ανάγκη και τους αξίζει να νιώσουν υγιείς, ξεκούραστες και ανανεωμένες και ότι θα πρέπει να φροντίσουν πρώτα τον εαυτό τους, προτού αρχίσουν να φροντίζουν τους άλλους.**

## Ανακεφαλαίωση

Το κατάλληλο περιβάλλον εργασίας, που ο/η αισθητικός θα δημιουργήσει, είναι ο πιο σημαντικός παράγοντας της επαγγελματικής επιτυχίας του γιατί ασκεί επιρροή στη διάθεση και τη συμπεριφορά της πελατείας του.

Οι πελάτες αναζητούν ένα χώρο ευχάριστο, άνετο, φιλικό και ζεστά διαμορφωμένο. Αυτό γίνεται με τη χρήση των κατάλληλων χρωμάτων, φωτισμού και διακόσμησης όπως έχει αναφερθεί σ' αυτή την ενότητα.

Ωστόσο η προσοχή του/της αισθητικού δεν επικεντρώνεται τόσο στην διαμόρφωση ενός χώρου για την δημιουργία ενός ιδανικού περιβάλλοντος αλλά στις ανθρώπινες σχέσεις που θα χαρακτηρίσουν το περιβάλλον αυτό.

## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > A. Ερωτήσεις ανάπτυξης

1. Γιατί είναι σημαντικό το περιβάλλον εργασίας στο εργαστήριο αισθητικής;
2. Ποια χρώματα προτιμούνται στα Ινστιτούτα αισθητικής και γιατί;
3. Τι πρέπει να προσέξει ο/η αισθητικός, ώστε να έχει μια σωστή επαγγελματική εικόνα;
4. Ποιος πρέπει να είναι ο τρόπος συμπεριφοράς του/της αισθητικού;
5. Τι πρέπει να αποφεύγεται σε μια συζήτηση με τον πελάτη;
6. Πως παρέχεται η άνεση στους χώρους περιποίησης;

### > B. Ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών

Επιλέξτε τη σωστή απάντηση. Μία μόνο είναι η σωστή.

1. Ο/η αισθητικός συζητάει με τον πελάτη το ιδιαίτερο πρόβλημα που τον οδήγησε στο να τον/την επισκεφτεί:  
Α. Στο χώρο αναμονής  
Β. Στο διάδρομο του εργαστηρίου  
Γ. Στο ιδιαίτερο γραφείο του  
Δ. Μέσα σε κάποια αίθουσα περιποίησης
2. Ο φωτισμός ενός εργαστηρίου αισθητικής:  
Α. Προσαρμόζεται ανάλογα με τους χώρους του  
Β. Είναι μόνο φυσικός  
Γ. Είναι τυχαίος  
Δ. Είναι μόνο τεχνητός
3. Σχετικά με τη μουσική του χώρου:  
Α. Επιλέγεται η μουσική της αρεσκείας του προσωπικού  
Β. Επιλέγεται ανάλογα με τον τύπο του χώρου, των πελατών, των περιποιήσεων  
Γ. Πρέπει να είναι σε υψηλή ένταση  
Δ. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί το ραδιόφωνο

4. Η ιδανική τοποθεσία ενός Ινστιτούτου αισθητικής θεωρείται:
- A. Το τέλος ενός δρόμου
  - B. Η γωνία δύο δρόμων
  - Γ. Το τέλος ενός ανηφορικού δρόμου
  - Δ. Το τέλος ενός κατηφορικού δρόμου

> **Γ. Ερωτήσεις Συμπλήρωσης Κενού**

1. Η ιδανική τοποθεσία ενός Ινστιτούτου αισθητικής θεωρείται \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
2. Η ατμόσφαιρα που θα επικρατεί στο χώρο αισθητικής πρέπει να είναι  
\_\_\_\_\_
3. Η απαλή μουσική του χώρου βοηθάει \_\_\_\_\_

> **Δ. Εργασίες - Δραστηριότητες**

Οι μαθητές/τριες χωρίζονται σε ομάδες και επισκέπτονται ινστιτούτα αισθητικής. Παρατηρούν τα χρώματα, το φωτισμό, την διακόσμησή τους, συγκρίνουν τους χώρους και καταγράφουν τις παρατηρήσεις τους.



## Κεφάλαιο 1.2

### Υγιεινή και καθαριότητα

Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να γνωρίσουν τη σημασία της υγιεινής στο εργασιακό περιβάλλον της αισθητικής και μεθόδους για να το επιτύχουν.

Όσο βασική κι αν είναι η ύπαρξη ενός ευχάριστου και άνετου περιβάλλοντος σε ένα εργαστήριο αισθητικής άλλο τόσο βασική είναι και η αυστηρή τήρηση της Υγιεινής και Καθαριότητας στο χώρο αυτό.

Η Υγιεινή είναι μια επιστήμη που έρχεται σε μεγάλη επαφή, μέσω των κανόνων της με την Αισθητική. Η εξασφάλιση και διατήρηση της υγιεινής στους χώρους που γίνονται οι αισθητικές περιποιήσεις είναι κάτι ουσιαστικό και απαραίτητο για να αποκλεισθεί κάθε πιθανή μόλυνση ή μετάδοση ασθενειών.



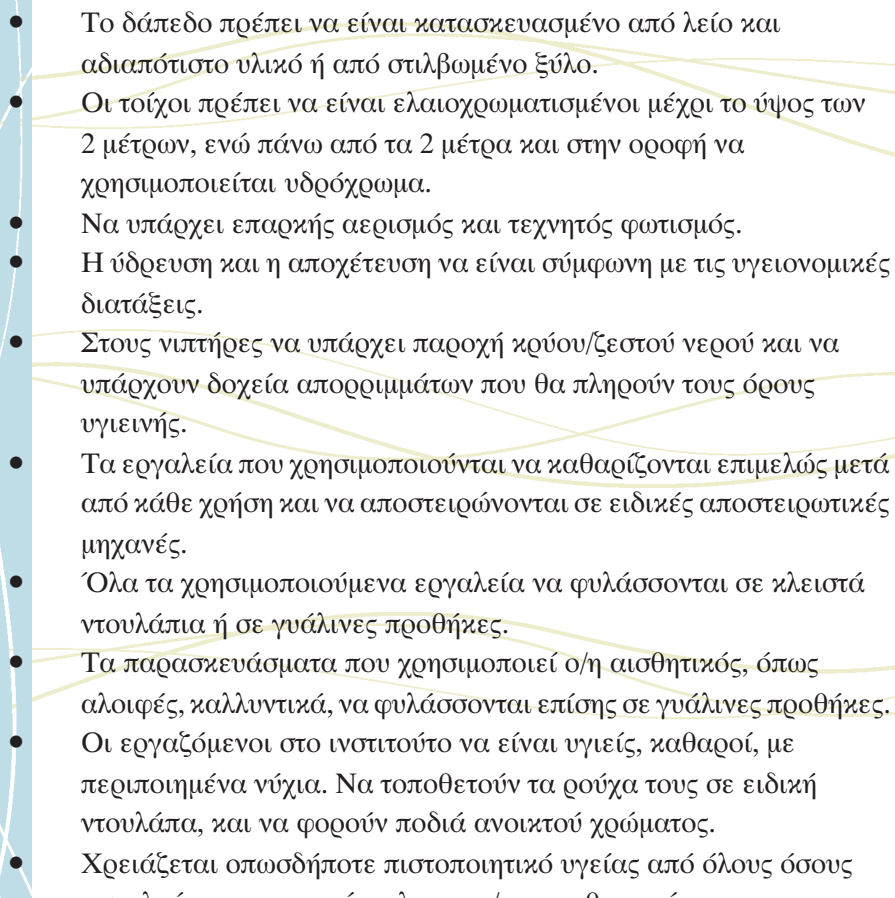
Όσον αφορά στην ατομική υγιεινή ο/η αισθητικός πρέπει να έχει δεδομένη την αγάπη για καθαριότητα, ώστε να ανταποκρίνεται στις ανάγκες καθαριότητας όχι μόνο του σώματος αλλά και του περιβάλλοντος.

Η καθαριότητα είναι υγεία, πολιτισμός και δείκτης καλής ανατροφής του ατόμου.

**ΤΟ ΠΛΥΣΙΜΟ ΤΩΝ ΧΕΡΙΩΝ ΕΙΝΑΙ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΟ  
ΜΕΤΡΟ ΥΓΙΕΙΝΗΣ**

#### > Προϋποθέσεις Υγιεινής και υποχρεώσεις των εργαζομένων

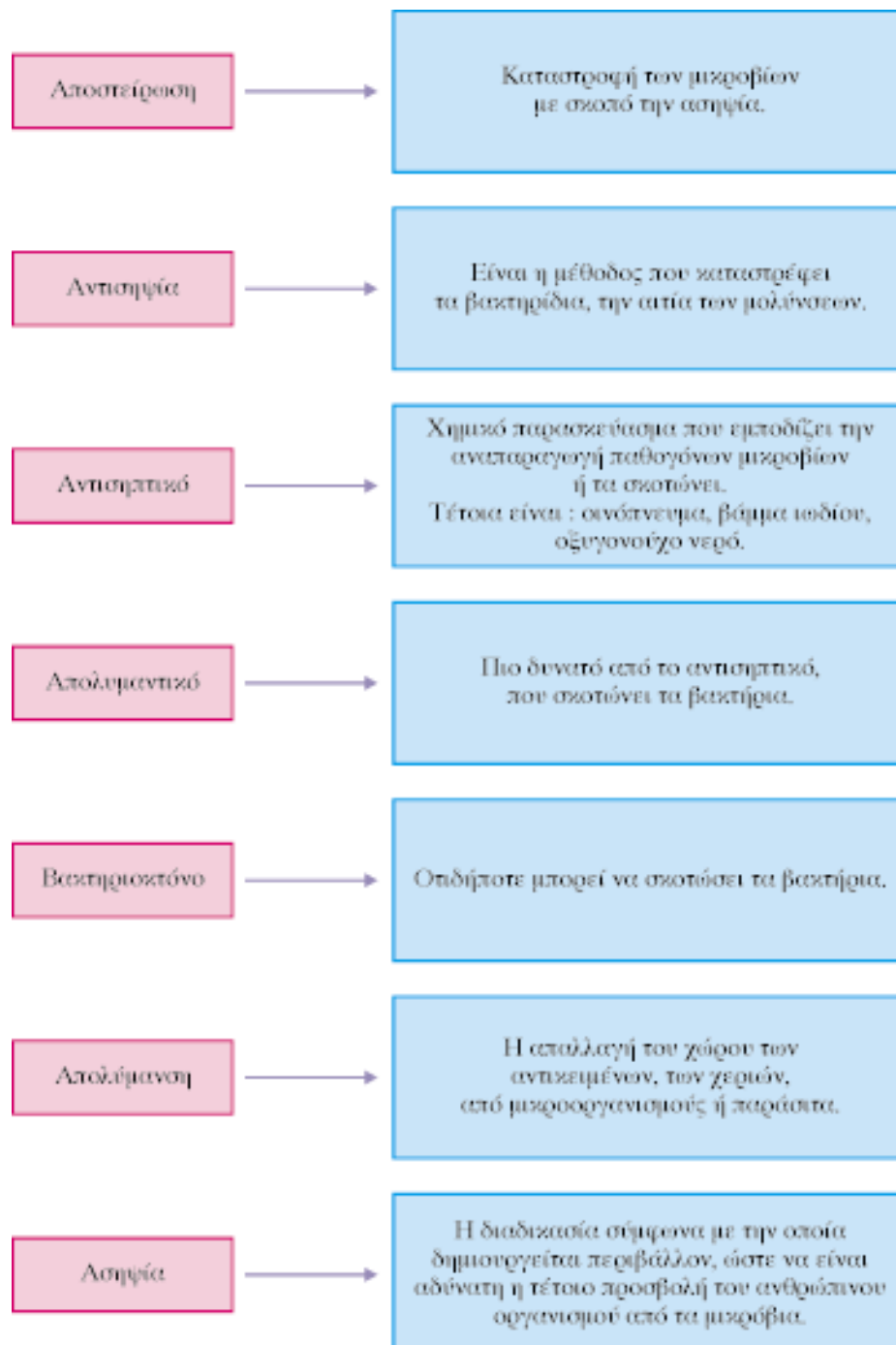
Σύμφωνα με τις σχετικές διατάξεις του Νόμου, αναφέρονται οι προϋποθέσεις Υγιεινής που πρέπει να πληρούν οι χώροι και τα χρησιμοποιούμενα εργαλεία ή μηχανήματα και τις υποχρεώσεις που διέπουν τους εργαζόμενους στα εργαστήρια αισθητικής:

- 
- Το δάπεδο πρέπει να είναι κατασκευασμένο από λείο και αδιαπότιστο υλικό ή από στιλβωμένο ξύλο.
  - Οι τοίχοι πρέπει να είναι ελαιοχρωματισμένοι μέχρι το ύψος των 2 μέτρων, ενώ πάνω από τα 2 μέτρα και στην οροφή να χρησιμοποιείται υδρόχρωμα.
  - Να υπάρχει επαρκής αερισμός και τεχνητός φωτισμός.
  - Η ύδρευση και η αποχέτευση να είναι σύμφωνη με τις υγειονομικές διατάξεις.
  - Στους νιπτήρες να υπάρχει παροχή κρύου/ζεστού νερού και να υπάρχουν δοχεία απορριμμάτων που θα πληρούν τους όρους υγιεινής.
  - Τα εργαλεία που χρησιμοποιούνται να καθαρίζονται επιμελώς μετά από κάθε χρήση και να αποστειρώνονται σε ειδικές αποστειρωτικές μηχανές.
  - Όλα τα χρησιμοποιούμενα εργαλεία να φυλάσσονται σε κλειστά ντουλάπια ή σε γυάλινες προθήκες.
  - Τα παρασκευάσματα που χρησιμοποιεί ο/η αισθητικός, όπως αλοιφές, καλλυντικά, να φυλάσσονται επίσης σε γυάλινες προθήκες.
  - Οι εργαζόμενοι στο ινστιτούτο να είναι υγιείς, καθαροί, με περιποιημένα νύχια. Να τοποθετούν τα ρούχα τους σε ειδική ντουλάπα, και να φορούν ποδιά ανοικτού χρώματος.
  - Χρειάζεται οπωσδήποτε πιστοποιητικό υγείας από όλους όσους ασχολούνται με το επάγγελμα του/της αισθητικού.

**Στο εργαστήριο της αισθητικής ή στο χώρο του εργαστηρίου του σχολείου, τα εργαλεία και τα εξαρτήματα που χρησιμοποιούνται, θα πρέπει να είναι καθαρά και αποστειρωμένα όλες τις ώρες.**



> Όροι Υγιεινής



Για να προστατέψουμε την δική μας υγεία αλλά και των πελατών είναι αναγκαία η κατανόηση του :



- Πότε και πως χρησιμοποιούνται σωστά οι μέθοδοι αποστείρωσης
- Πότε και πως γίνονται οι διαδικασίες υγιεινής και γιατί είναι τόσο απαραίτητες



Εικόνα 1.8 Θάλαμος υπεριωδών ακτίνων

### > Βακτηριολογία

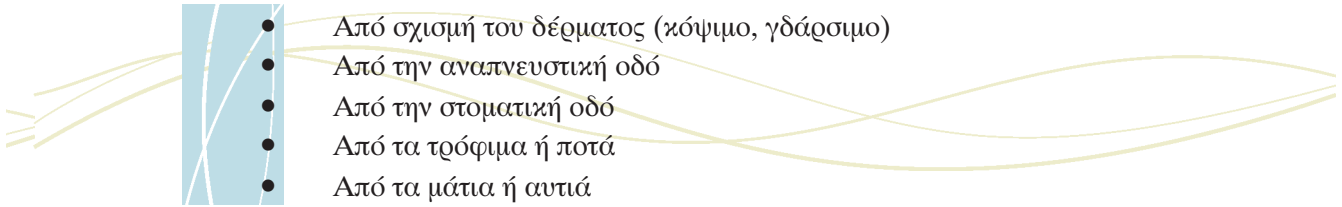
Η βακτηριολογία ασχολείται με την μελέτη των μικροοργανισμών που λέγονται βακτήρια. Τα βακτήρια, ονομάζονται και μικρόβια, είναι μονοκύτταροι μικροοργανισμοί, ορατοί μόνο με το μικροσκόπιο. Είναι πλήρεις και αυτόνομοι οργανισμοί. Υπάρχουν πάρα πολλά είδη βακτηρίων και μπορούν να ζήσουν σχεδόν παντού.

Αυτά που ενδιαφέρουν την αισθητική είναι τα παθογόνα και τα μη παθογόνα βακτήρια:

Τα περισσότερα βακτήρια είναι μη παθογόνα, που σημαίνει ότι δεν μπορούν να κάνουν ζημιές και να βοηθήσουν στη γονιμότητα του εδάφους. Τέτοια βακτήρια είναι τα σαπρόφυτα.

Τα παθογόνα βακτήρια προκαλούν ασθένειες και ο/η αισθητικός προσπαθεί να τα αντιμετωπίσει εφαρμόζοντας τους κανόνες υγιεινής και τις μεθόδους αποστείρωσης & απολύμανσης.

Πύλες εισόδου των βακτηρίων στον οργανισμό μας



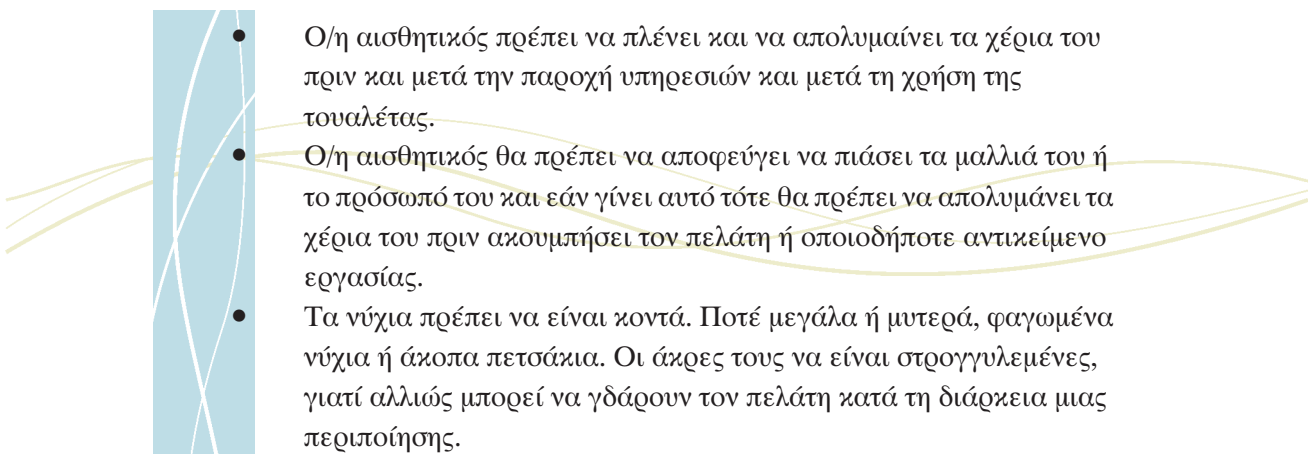
**> Πιθανές πηγές μόλυνσης σε ένα ινστιτούτο**

Οι πιθανές πηγές μόλυνσης σε ένα ινστιτούτο είναι:



Ο/η αισθητικός δεν μπορεί να κάνει έλεγχο της υγιεινής της πελατείας του, γι' αυτό σκοπός του είναι ο έλεγχος των άλλων πηγών. Για παράδειγμα, όσον αφορά στα καλλυντικά προϊόντα, μπορεί να γίνονται κάποιοι βακτηριολογικοί έλεγχοι κατά την έξοδό τους από το εργοστάσιο, που να εγγυούνται ότι τα προϊόντα αυτά δεν αποτελούν πηγή μόλυνσης, αλλά αυτό ισχύει μόνο εάν ο / η αισθητικός τα αποθηκεύει σωστά.

Το προσωπικό θα πρέπει να τηρεί τους κανόνες υγιεινής πιστά. Συγκεκριμένα:





- Τα χέρια είναι καλύτερο να στεγνώνονται με χαρτί μιας χρήσης και να αποφεύγονται οι πετσέτες.
- Τα μαλλιά να είναι καθαρά και εάν είναι μακριά να πιάνονται πίσω, κατά τη διάρκεια των αισθητικών περιποιήσεων, έτσι ώστε να μην πέφτουν πάνω στους πελάτες ή σε επιφάνειες και αντικείμενα εργασίας.
- Όσον αφορά τα εργαλεία και τα αντικείμενα της δουλειάς, όπως τα πινέλα, οι σπάτουλες, τα σφουγγάρια, θα πρέπει να απολυμαίνονται σχολαστικά.

Ο χώρος, και ειδικά οι εγκαταστάσεις του, παίζουν πρωτεύοντα ρόλο στα θέματα υγιεινής.

### > Μέθοδοι Αποστείρωσης & Απολύμανσης:

Κατανέμονται σε δύο κατηγορίες:

Στα φυσικά μέσα :



Με τη θερμότητα αποστειρώνονται εργαλεία, σκεύη και γενικά όλα τα αντικείμενα που δεν καταστρέφονται με αυτή.

**Θερμότητα υγρή.** Είναι ο βρασμός και ο ατμός υπό πίεση. Τα αντικείμενα καλύπτονται με νερό και κλείνεται το δοχείο βρασμού. Είναι μέθοδος ανάγκης, δεν καταστρέφονται οι σπόροι, αλλά μόνο τα μικρόβια. Γυάλινα και μεταλλικά αντικείμενα μπορούν να αποστειρωθούν με αυτόν τον τρόπο.

**Θερμότητα ξηρή.** Είναι κλίβανοι που έχουν ξηρό αέρα υψηλής θερμοκρασίας. Έχουν θερμομέτρο, και αυτόματο χρονοδιακόπτη. Συνήθως η θερμοκρασία χρησιμοποιείται στους 160° C για 2 ώρες ή στους 180° C για 1 ώρα. Γενικά ισχύει ότι, όσο πιο υψηλή είναι η θερμοκρασία τόσο λιγότερος χρόνος χρειάζεται για την καταστροφή των διαφόρων μικροβίων.



**Εικόνα 1.9** Κλίβανος ξηρής θερμότητας

Η αποστείρωση με υγρή ή ξηρή θερμότητα εξαρτάται από τους παρακάτω παράγοντες :



- Από τους βαθμούς θερμοκρασίας
- Από τον χρόνο έκθεσης των αντικειμένων στην θερμοκρασία

**Ατμοκλίβανος.** Στον ατμοκλίβανο αποστειρώνεται κάθε αντικείμενο που αντέχει στους  $120^{\circ}\text{C}$  -  $130^{\circ}\text{C}$ . Η θερμοκρασία του ατμού ξεπερνάει τους  $100^{\circ}\text{C}$ , όταν βρίσκεται υπό πίεση και έτσι σκοτώνονται και οι σπόροι των μικροβίων. Στον ατμοκλίβανο μπορούν να αποστειρωθούν είδη ρουχισμού, εργαλεία κ.α. Απαραίτητο είναι να υπάρχει δείκτης που αλλάζει χρώμα όταν πετύχει η αποστείρωση. Ο ατμοκλίβανος είναι ο ατμός ύδατος υπό πίεση. Ενώ θεωρείται η καλύτερη μέθοδος αποστείρωσης, δεν χρησιμοποιείται στα εργαστήρια Αισθητικής.

**Υπεριώδης ακτινοβολία.** Χρησιμοποιείται ευρέως σαν μέθοδος αποστείρωσης στα εργαστήρια Αισθητικής. Αποστειρώνονται με αυτή τη μέθοδο εργαλεία ή σκεύη και τα πλαστικά αντικείμενα, που δεν αντέχουν στον ξηρό ή στον υγρό κλίβανο. Καταστρέφονται με αυτή τη μέθοδο τα μικρόβια αλλά όχι και οι σπόροι τους. Αντικείμενα με μεγάλο πάχος δεν αποστειρώνονται σωστά.

Στην αισθητική, στις μέρες μας, οι μέθοδοι αποστείρωσης που χρησιμοποιούνται ευρέως είναι: ο κλίβανος ξηρής θερμότητας και η υπεριώδης ακτινοβολία.

**Η διαδικασία απολύμανσης που ακολουθεί ο/η αισθητικός είναι:**  
το πλύσιμο των εργαλείων με σαπούνι και νερό, αφού στεγνώσουν σε σκιερό μέρος, ακολουθεί η τοποθέτησή τους στον κλίβανο αποστείρωσης ή στην υπεριώδη ακτινοβολία.

**Χημικά μέσα:** Αυτά περιλαμβάνουν τα αντισηπτικά και τα απολυμαντικά. Ανάλογα με τη συγκέντρωσή τους, πετυχαίνουμε μερική ή ολική αποστείρωση. Χρησιμοποιούνται για την απολύμανση του χώρου του εργαστηρίου ή για τον καθαρισμό των επιφανειών του δέρματος.

Τα απολυμαντικά πρέπει να χρησιμοποιούνται με προσοχή και όχι πάνω στο δέρμα.

Τα αντισηπτικά είναι ηπιότερα από τα απολυμαντικά αλλά είναι ασφαλέστερα στη χρήση τους πάνω στο δέρμα. Ευρέως χρησιμοποιούμενα αντισηπτικά είναι η αλκοόλη (διάλυμα 60%), το βορικό οξύ. Σαν απολυμαντικά χρησιμοποιούνται το υποχλωριώδες νάτριο (χλωρίνη), τα τεταρτογενή παράγωγα της αμμωνίας, η φορμαλίνη.

Η απολύμανση δαπέδων, επίπλων, τοίχων, περιλαμβάνει το πλύσιμο με ζεστό νερό και σαπούνι και μετά τη χρησιμοποίηση απολυμαντικού συνήθως της ομάδας των φαινολών (φαινόλη).

Η δράση των περισσότερων χημικών απολυμαντικών ουσιών εξαρτάται:



- Από την πυκνότητα του χημικού στοιχείου: Όσο μεγαλύτερη είναι η πυκνότητα του χημικού στοιχείου, τόσο καλύτερη είναι η καταστροφή των μικροβίων.
- Από το είδος των μικροβίων: Δεν καταστρέφονται όλα τα μικρόβια το ίδιο εύκολα. Μερικά μικρόβια είναι πιο ανθεκτικά από κάποια άλλα στους χημικούς παράγοντες.
- Από τον αριθμό των μικροβίων: Όσο μεγαλύτερος είναι ο αριθμός των μικροοργανισμών, τόσο μεγαλύτερος χρόνος απαιτείται για να δράσουν οι χημικές ουσίες.
- Από το χρόνο επίδρασης της χημικής ουσίας: Όσο μεγαλύτερη είναι η διάρκεια επίδρασης της χημικής ουσίας τόσο καλύτερα αποτελέσματα έχουμε, γιατί δεν σκοτώνονται στον ίδιο χρόνο όλοι οι μικροοργανισμοί.

**Απολύμανση τοίχων, δαπέδων και επίπλων.** Μια καλή απολύμανση περιλαμβάνει πλύσιμο των τοίχων, των δαπέδων και των επίπλων με ζεστό νερό και σαπούνι. Μετά γίνεται χρήση απολυμαντικού της ομάδας των φαινολών (φαινόλη) γιατί τα απολυμαντικά αυτά αφήνουν σαν υπόλειμμα μια λεπτή στοιβάδα που εξακολουθεί να δρα απολυμαντικά και μετά την αποξήρανση του.

Η επιλογή του κατάλληλου μέσου αποστείρωσης έχει μεγάλη σημασία γιατί πετυχαίνουμε:



- σωστή και γρήγορη αποστείρωση
- αποφυγή κατάστροφής των αντικειμένων και των υλικών που αποστειρώνονται
- αποκλεισμό της μετάδοσης νοσημάτων

Η σωστή και τέλεια αποστείρωση και απολύμανση ολοκληρώνεται με τη λήψη των κατάλληλων μέτρων συντήρησης των αντικειμένων και των υλικών που αποστειρώθηκαν.

Εάν τα αποστειρωμένα υλικά δεν πρόκειται να χρησιμοποιηθούν αμέσως, πρέπει να τοποθετούνται σε ειδικούς χώρους, ώστε να διατηρούνται απαλλαγμένα από μικρόβια έως την επόμενη τους χρήση.

#### > Κανόνες και διαδικασίες Υγιεινής στο Εργαστήριο Αισθητικής



- Οι τοίχοι, τα πατώματα, να διατηρούνται καθαρά.
- Να απομακρύνονται αμέσως σκόνες και σκουπίδια από τα πατώματα.
- Αντικείμενα που έπεσαν στο δάπεδο πρέπει πρώτα να αποστειρωθούν και μετά να χρησιμοποιηθούν.
- Όλα τα χρησιμοποιούμενα εργαλεία – αντικείμενα πρέπει να απολυμαίνονται πριν τοποθετηθούν στα σημεία φύλαξής τους, τα οποία θα είναι στεγανά κλειστά βουτιάκια, απαλλαγμένα από σκόνη. Μπορούν επίσης να φυλαχτούν μέσα σε θάλαμο αποστείρωσης.
- Απαραίτητη είναι η απολύμανση όλων των χρησιμοποιούμενων εργαλείων μετά από κάθε πελάτη.
- Το εργαστήριο αισθητικής προκειμένου να διατηρείται καθαρό με υγιεινές συνθήκες πρέπει να έχει καλή θερμοκρασία, αερισμό και φωτισμό.
- Καθαρές πετσέτες, είδη ρουχισμού, κορδέλες, πρέπει να χρησιμοποιούνται για κάθε πελάτη.
- Τα καλλυντικά προϊόντα (κρέμες, πούδρες κ.α.) πρέπει να διατηρούνται σε καθαρά, κλειστά βουτιάκια. Να χρησιμοποιούνται με σπάτουλες για την μετακίνησή τους από το δοχείο συσκευασίας τους.
- Τα λερωμένα αντικείμενα, να μετακινούνται αμέσως από το χώρο εργασίας και να τοποθετούνται σε ειδικά, κλειστά δοχεία μακριά από τα καθαρά αντικείμενα.

## Ανακεφαλαίωση

Η υγιεινή και η καθαριότητα είναι ό,τι πιο σημαντικό και αναγκαίο στο χώρο της αισθητικής. Τα κύρια μέσα αποστείρωσης είναι η θερμότητα και η ακτινοβολία. Η χρήση τους γίνεται για τον αποκλεισμό πιθανών μολύνσεων ή μετάδοσης ασθενειών.

Η υπεριώδης ακτινοβολία και ο κλίβανος ξηρής θερμότητας χρησιμοποιούνται ευρέως από τους αισθητικούς σήμερα.



## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > A. Ερωτήσεις ανάπτυξης

1. Γιατί η τήρηση της υγιεινής είναι σημαντική στην αισθητική;
2. Πως αποστειρώνονται τα χρησιμοποιούμενα εργαλεία και που φυλάσσονται;
3. Ποιες είναι οι πιθανές πηγές μόλυνσης σε ένα Ινστιτούτο;
4. Ποιες είναι οι μέθοδοι αποστείρωσης - απολύμανσης;
5. Τι ξέρετε για την αποστείρωση με υπεριώδη ακτινοβολία;
6. Τι είναι αντισηπτικό, και τι απολυμαντικό;
7. Από ποιους παράγοντες εξαρτάται η δράση των περισσότερων χημικών απολυμαντικών ουσιών;
8. Ποιες είναι οι οδηγίες για τέλεια αποστείρωση και απολύμανση;

### > B. Ερωτήσεις αντιστοίχισης

Αντιστοιχήστε τα περιεχόμενα του πίνακα 1 σε αυτά του πίνακα 2.

ΠΙΝΑΚΑΣ 1	ΠΙΝΑΚΑΣ 2
1. Απολύμανση	A. Οτιδήποτε σκοτώνει τα βακτήρια.
2. Αντισηπτικά	B. Η διαδικασία κατά την οποία απαλλάσσονται ο χώρος, και τα αντικείμενα από μικροοργανισμούς,
3. Απολυμαντικά	Γ. Σκοτώνουν βακτήρια σε επιφάνειες
4. Βακτηριοκτόνο	Δ. Οινόπνευμα, βάμμα ιωδίου, οξυγονούχο νερό

> Γ. Ερωτήσεις συμπλήρωσης κενού

1. Η βακτηριολογία ασχολείται \_\_\_\_\_
2. Τα βακτήρια χωρίζονται σε \_\_\_\_\_
3. Η αποστείρωση με υγρή - ξηρή θερμότητα εξαρτάται από \_\_\_\_\_

> Δ. Ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών

Επιλέξτε τη σωστή απάντηση. Μία μόνο είναι η σωστή.

1. Η υγρή θερμότητα, αποστειρώνει:  
Α. Πλαστικά και γυάλινα αντικείμενα  
Β. Πλαστικά  
Γ. Γυάλινα και μεταλλικά  
Δ. Μεταλλικά μόνο
2. Τα εργαλεία αισθητικής, αποστειρώνονται ως εξής:  
Α. Πλένονται με σαπούνι και νερό και τοποθετούνται στους χώρους φύλαξης.  
Β. Πλένονται με σαπούνι και νερό και αφού στεγνώσουν σε δροσερό, σκιερό μέρος, τοποθετούνται στον κλίβανο αποστείρωσης ή στην υπεριώδη ακτινοβολία  
Γ. Χρησιμοποιείται ισχυρό απολυμαντικό.  
Δ. Τοποθετούνται κατευθείαν στην υπεριώδη ακτινοβολία.

## Κεφάλαιο 1.3

### *Εξοπλισμός - Μηχανήματα*

Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να γνωρίσουν τα εξαρτήματα των μηχανημάτων που θα χρησιμοποιήσουν και πώς να τα συντηρούν αλλά και να τηρούν τους κανόνες ασφαλείας κατά τη χρήση τους.

Σ' αυτή την ενότητα θα γίνει η παρουσίαση των μηχανημάτων και των βασικών εξαρτημάτων που χρησιμοποιεί ο/η αισθητικός στην καμπίνα περιποίησης προσώπου για την διεκπεραίωση περιποιήσεων ενυδάτωσης, προσωρινής αποτρίχωσης και παθητικής μυογυμναστικής.

**Πολυθρόνα:** Αποτελεί τον βασικότερο εξοπλισμό αναμφισβήτητα στην καμπίνα περιποιήσεων. Σε αυτήν παραμένει η πελάτισσα ξαπλωμένη καθ' όλη



Εικόνα 1.10 Απλή ανακλινόμενη πολυθρόνα

τη διάρκεια της περιποίησης. Υπάρχουν: οι απλές ανακλινόμενες (εικόνα 1.10) πολυθρόνες και έχουν την δυνατότητα πολλαπλών κλίσεων. Πολλές απ' αυτές διαθέτουν ανεξάρτητη ρύθμιση του προσκέφαλου. Οι ηλεκτρικές πολυθρόνες (εικόνα 1.11). Οι τελευταίες χρησιμοποιούνται με ηλεκτρικό χειριστήριο, το οποίο ρυθμίζει το ύψος της πολυθρόνας από το δάπεδο και την κλίση της πλάτης. Συνήθως, διαθέτουν και κινητά προσκέφαλα, ενώ έχουν δυνατότητες ρύθμισης της θέσης των κάτω άκρων. Η πολυθρόνα θα πρέπει να είναι ανατομική και να "σπάει" στα σημεία που χρειάζεται (στο κεφάλι και / ή στα πόδια), ώστε να διευκολύνεται η εργασία του/της αισθητικού, και να αισθάνεται άνετα ο πελάτης.

Στην πολυθρόνα, πριν καθίσει ο πελάτης, τοποθετείται το κάλυμμα προστασίας, το οποίο μπορεί να είναι μια χνουδωτή πετσέτα μιας ή πολλαπλών χρήσεων ή χαρτοσέντονο.



Εικόνα 1.11 Ηλεκτρική πολυθρόνα



Εικόνα 1.12 Σκαμπό

**Σκαμπό:** Ακριβώς πίσω από την πολυθρόνα, τοποθετείται το σκαμπό, το οποίο έχει ρόδες για ευκολότερη μετακίνηση και μπορεί να είναι με ή χωρίς πλάτη. Το σκαμπό μπορεί να προσαρμόζεται στο κατάλληλο ύψος, ώστε οι περιποιήσεις να είναι ευκολότερες. Στο σκαμπό μπαίνει επίσης κάλυμμα.



**Εικόνα 1.13** Μεγεθυντικός φακός

**Μεγεθυντικός φακός:** Επιτρέπει στην αισθητικό να δει σε μεγέθυνση το δέρμα του πελάτη, να εξετάσει καλύτερα τα χαρακτηριστικά του και εφόσον κάνει την ανάλυση δέρματος να επιλέξει την κατάλληλη περιποίηση γι' αυτό. Με την μεγεθυντική λάμπα διευκολύνεται η διάνοιξη και η αφαίρεση του σμήγματος, που γίνεται στον βαθύ καθαρισμό (εικόνα 1.13).



**Εικόνα 1.14** Συσκευή θερμού ψεκασμού

**Συσκευή Θερμού Ψεκασμού:** Είναι το σπουδαιότερο ίσως μηχάνημα που χρησιμοποιείται στο χώρο της Αισθητικής. Χρησιμοποιείται σε βαθύ καθαρισμό, ενυδατώσεις, σε βιολογικά πήλινγκς και άλλα. Αποτελείται από το δοχείο για το νερό, την αντίσταση και το στόμιο απ' όπου βγαίνει ο ατμός (εικόνα 1.14). Το δοχείο είναι κατασκευασμένο από γυαλί ή μέταλλο. Η αντίσταση που υπάρχει μέσα στο δοχείο ζεσταίνει το νερό και χρειάζονται τουλάχιστον 10 λεπτά για να

αρχίσει να βράζει το νερό και να βγαίνει σε μορφή ατμού. Γι' αυτό, θα πρέπει να ανοίγεται από τον/την αισθητικό έγκαιρα, αμέσως μόλις αρχίζει το ντεμακιγιάζ προσώπου, για να είναι έτοιμο τη στιγμή που θα χρειαστεί.

Υπάρχει ένδειξη κατώτερης και ανώτερης στάθμης του νερού στο δοχείο. Νερό μπορεί να πεταχτεί εάν ο λαστιχένιος σωλήνας του ατμού, που βρίσκεται μεταξύ του δοχείου και της κεφαλής του ατμού, χαλαρώσει.

Εάν το επίπεδο του νερού στο δοχείο του ατμού κατέβει πολύ χαμηλά και το δοχείο είναι γυάλινο κινδυνεύει να σπάσει, οπότε χρειάζεται συχνός έλεγχος στα μοντέλα εκείνα, τα οποία δεν κλείνουν αυτόματα σε τέτοιες περιπτώσεις.

Η απόσταση στην οποία τοποθετείται ο ατμός σε σχέση με το πρόσωπο του πελάτη είναι 35 - 50 εκατοστά, αλλά η απόσταση προσαρμόζεται αναλόγως, σύμφωνα με τον τύπο του δέρματος. Κατά την εφαρμογή του ατμού, οι περιοχές με ευρυαγγείες, τα μάτια και περιοχές με δερματοπάθειες καλύπτονται από βαμβάκι με λοσιόν.

Με τον θερμό ψεκασμό:



- Επιτυγχάνεται η καλύτερη αιματική κυκλοφορία του δέρματος
- Απαλλάσσεται η επιδερμίδα από τα νεκρά κύτταρα και τις βλαβερές ουσίες
- Διευρύνονται οι πόροι του δέρματος γεγονός που διευκολύνει τον / την αισθητικό στην αφαίρεση σμήγματος και έτσι καθαρίζονται οι πόροι του δέρματος.

Οι περισσότερες συσκευές θερμού ψεκασμού παράγουν με ηλεκτρική εκκένωση όζον. Το όζον είναι αέριο και παράγεται από τον ιονισμό του εκπεμπόμενου αέρα. Οι ιδιότητες του όζοντος είναι αντιβακτηριακές, απολυμαντικές.



Εικόνα 1.15 Συσκευή υψισύχνων ρευμάτων

#### Συσκευή υψισύχνων ρευμάτων:

Αναφέρεται ως ένα πολύ βασικό και χρήσιμο μηχάνημα στο χώρο αισθητικής προσώπου. Τα υψίσυχνα ρεύματα, έχουν μικροβιοκτόνο και αντισηπτική δράση. Η εφαρμογή τους είναι είτε άμεση είτε έμμεση και γίνεται με τη χρήση των αντίστοιχων γυάλινων ηλεκτροδίων, τα οποία

έχουν διάφορα σχήματα (ηλεκτρόδιο μανιτάρι, λαιμού, ακμής, ηλεκτρόδιο κύλινδρος) .

Κατά την άμεση εφαρμογή ο/η αισθητικός εφαρμόζει τα ηλεκτρόδια πάνω στο δέρμα του πελάτη , ενώ ο πελάτης δεν κρατάει κάποιο ηλεκτρόδιο στο χέρι του . Κυκλικές ανοδικές κινήσεις γίνονται στο πρόσωπο και στο λαιμό. Με τη μέθοδο αυτή τα υψίσυχνα αποστειρώνουν το δέρμα.

Κατά την έμμεση εφαρμογή, το ρεύμα περνάει δια μέσου της επιδερμίδας, και δημιουργεί ένα διεγερτικό αντισυμφορητικό αποτέλεσμα. Επιπλέον γίνεται μασάζ από τον/την αισθητικό ενώ ο πελάτης κρατά το έμμεσο ηλεκτρόδιο.

Σαν προϊόν, παράγεται το όζον, το οποίο προσφέρει επιπλέον μικροβιοκτόνο και απολυμαντική δράση.

Αν κρατήσουμε το ηλεκτρόδιο σε απόσταση 0,5 εκατοστά από το δέρμα δημιουργείται σπινθήρας που καυτηριάζει μολυσμένες περιοχές, όπου απαιτείται.

Όλα τα μεταλλικά αντικείμενα αφαιρούνται από αισθητικό και πελάτη πριν την εφαρμογή των υψισύχνων.

**Μηχάνημα Ιονισμού ή συσκευή γαλβανικού ρεύματος:** Το μηχάνημα ιονισμού, δουλεύει με γαλβανικό ρεύμα (συνεχές ρεύμα) και χρησιμοποιείται από τον/την αισθητικό:



- Για την διεύθυνση υδατοδιαλυτών προϊόντων στο δέρμα με τη μορφή ιόντων.
- Για τη σαπωνοποίηση του σμήγματος μέσω της ηλεκτρόλυσης.



**Εικόνα 1.16** Ιονισμός

Το μηχάνημα του γαλβανισμού, έχει αμπερόμετρο με ενδείξεις σε μιλιαμπέρ (mA) και δείχνει την ένταση του ρεύματος. Στα περισσότερα μηχανήματα υπάρχει διακόπτης αλλαγής πολικότητας. Ο διακόπτης, ανάλογα με την ένδειξη της

αμπούλας που χρησιμοποιείται, είναι γυρισμένος στο (+) ή στο (-).

Τα εξαρτήματα του μηχανήματος ιονισμού είναι: το ηλεκτρόδιο τσιμπιδάκι, το οποίο καλύπτουμε με βαμβάκι εμποτισμένο με το κατάλληλο προϊόν, το εξάρτημα χειρός, οι κύλινδροι (rollers) για ενυδάτωση και οι μπίλιες ιονισμού.



**Εικόνα 1.17** Λάμπα του Wood

**Λάμπα του Γουντ:** Η λάμπα του Γουντ πήρε την ονομασία της, από ένα φυσικό που την ανακάλυψε, το Ρόμπερτ Γουίλιαμ Γουντ. Ο/η αισθητικός χρησιμοποιεί τη λάμπα Γουντ για την εξέταση του δέρματος - ανάλυση δερματικών παθήσεων - και για καθορισμό του τύπου δέρματος. Αυτό γίνεται γιατί σε κάθε κατάσταση του δέρματος δείχνει και διαφορετικό χρώμα. Π.χ. σε αφυδατωμένο δέρμα, η ένδειξη που δίνει η λάμπα Γουντ είναι ένα ανοικτό βιολετί χρώμα.



**Εικόνα 1.18** Κεριέρα

**Συσκευή για προσωρινή αποτρίχωση (κεριέρα):** Υπάρχουν κεριέρες σε διάφορες μορφές. Κεριέρες με ρολέτες (εικόνα 1.18) που μπορεί να έχουν χώρο για 2 ή 3 ρολέτες και κεριέρες απλές. Στις απλές κεριέρες αφού ζεσταθεί και λιώσει το κερί μέσα στο δοχείο της συσκευής απλώνεται στο μέρος του σώματος που θέλουμε να αποτρίχώσουμε με την βοήθεια σπάτουλας. Οι κεριέρες διαθέτουν ρυθμιζόμενο θερμοστάτη και διατηρούν τη θερμοκρασία των κεριών σταθερή κατά την λειτουργία τους. Συνοδεύονται πάντα από τα ειδικά χαρτιά αποτρίχωσης, που χρησιμοποιούνται μετά το άπλωμα του κεριού στο δέρμα με τη ρολέτα ή με τη σπάτουλα.





**Εικόνα 1.19** Μηχάνημα φαραδικού ρεύματος

**Συσκευή φαραδικού ρεύματος:** Χρησιμοποιείται για την μυϊκή ενδυνάμωση μέσω της παθητικής μυογυμναστικής. Ο/η αισθητικός έχει ειδικευτεί πάνω στην εφαρμογή αυτής της συσκευής, γιατί χρειάζεται ιδιαίτερη προσοχή κατά την τοποθέτηση των ηλεκτροδίων στο πρόσωπο του πελάτη. Τα ηλεκτρόδια που χρησιμοποιούνται συνήθως σ' αυτά τα μηχανήματα είναι μιας χρήσεως.

**Συσκευή γαλβανοφαραδικού:** Είναι μηχανήμα συνδυασμού 2 ρευμάτων που παρέχει τα πλεονεκτήματα και των 2 ρευμάτων, δηλαδή και μυϊκό ερεθισμό (φαραδικό) και υπεραιμία (γαλβανικό).

## Ανακεφαλαίωση

Το μηχάνημα του ιονισμού χρησιμοποιείται στις περιπτώσεις ενυδάτωσης, για τη διείσδυση ενζύμων στη βιολογική αποτρίχωση κ.α., ενώ το μηχάνημα φαραδικού ρεύματος για μυϊκή ενδυνάμωση.

Υπάρχουν συσκευές με συνδυασμό ρευμάτων, όπως η συσκευή του γαλβανοφαραδικού που επιτυγχάνει μυϊκό ερεθισμό και υπεραιμία.

## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > Α. Ερωτήσεις ανάπτυξης

1. Ποια η χρήση του μεγενθυτικού φακού;
2. Ποια τα αποτελέσματα του θερμού ψεκασμού;
3. Ποια είναι η δράση των υψισύγχων κατά την άμεση εφαρμογή τους;
4. Περιγράψτε πως γίνεται η έμμεση εφαρμογή υψισύγχων.
5. Με τι ρεύμα δουλεύει το μηχάνημα ιονισμού;
6. Ποια είναι τα εξαρτήματα του μηχανήματος ιονισμού;
7. Τι κάνει η συσκευή του φαραδικού ρεύματος;

### > Β. Ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών

Επιλέξτε τη σωστή απάντηση. Μία μόνο είναι η σωστή.

1. Εάν βάλουμε στο δοχείο του ατμού παραπάνω νερό απ' όσο πρέπει  
Α. Σταματάει να δουλεύει το μηχάνημα  
Β. Αρχίζει να πετάει νερό  
Γ. Θα σπάσει το δοχείο του νερού  
Δ. Δεν παρουσιάζεται κανένα πρόβλημα
2. Με το θερμό ψεκασμό:  
Α. Ενυδατώνεται το δέρμα  
Β. Επιτυγχάνεται καλύτερη αιματική κυκλοφορία του δέρματος  
Γ. Απολεπίζεται η επιδερμίδα  
Δ. Απολυμαίνεται το δέρμα

### > Γ. Ερωτήσεις Συμπλήρωσης Κενού

1. Η πολυθρόνα περιποίησης θα πρέπει να είναι \_\_\_\_\_
2. Με την μεγεθυντική λάμπα διευκολύνεται \_\_\_\_\_
3. Το \_\_\_\_\_ έχει μεγεθυντικό καθρέπτη, που επιτρέπει στον πελάτη ταυτόχρονα με τον/την αισθητικό, να βλέπει το είδωλό του.

> Δ. Ερωτήσεις αντιστοίχισης

Αντιστοιχήστε τα περιεχόμενα του πίνακα 1 σε αυτά του πίνακα 2.

ΠΙΝΑΚΑΣ 1	ΠΙΝΑΚΑΣ 2
1. Υψίσονχνα ρεύματα	Α. Μυϊκή ενδυνάμωση μέσω παθητικής μυογυμναστικής.
2. Λάμπα wood	Β. Ρεύμα υψηλής συχνότητας. Έχουν μικροβιοκτόνο - αντισηπτική δράση.
3. Φαραδικό	Γ. Χρησιμοποιείται για την εξέταση του δέρματος.
4. Ιονισμός	Δ. Διείσδυση υδατοδιαλυτών προϊόντων στο δέρμα με τη μορφή ιόντων.

ΠΙΝΑΚΑΣ 1	ΠΙΝΑΚΑΣ 2
1. Το αλουμίνιο σαν υλικό συσκευασίας καλλυντικών	Α. Διάχυση ουσιών του προϊόντος προς το περιβάλλον. Διάχυση αερίων από το περιβάλλον, προς το προϊόν.
2. Διαπερατότητα πλαστικού σαν υλικό συσκευασίας καλλυντικών	Β. Προσρόφηση ουσιών του προϊόντος πάνω στην επιφάνεια του πλαστικού.
3. Το γυαλί	Γ. Διαβρώνεται εύκολα. Πολύ όξινα και πολύ αλκαλικά προϊόντα, δεν συσκευάζονται σε αυτό το υλικό.
4. Προσροφητικότητα πλαστικού σαν υλικό συσκευασίας καλλυντικών	Δ. Θεωρείται το πιο κατάλληλο υλικό συσκευασίας καλλυντικών / προϊόντων.

## Κεφάλαιο 1.4

### Καλλυντικά

Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να γνωρίσουν τα καλλυντικά προϊόντα που θα χρησιμοποιήσουν σε περιποιήσεις ενυδάτωσης και αποτρίχωσης καθώς και τις δράσεις τους.

Σκοπός των καλλυντικών προϊόντων είναι η διατήρηση της καλής κατάστασης του δέρματος, ο καθαρισμός, η προστασία. Η σωστή επιλογή των προϊόντων και η σωστή χρησιμοποίησή τους από τον/την αισθητικό, εξασφαλίζει την αποτελεσματική δράση τους.

Τα καλλυντικά προϊόντα υπάρχουν σε διάφορα είδη και μορφές. Υπάρχουν:



- Προϊόντα καθαρισμού: γαλακτώματα, λοσιόν, κρέμες καθαρισμού, σαπούνια.
- Προϊόντα για ειδικές δερματικές περιποιήσεις: κατά της σημηγατόρροιας, της αφυδάτωσης, των ρυτίδων.
- Προϊόντα προστασίας: υδατικές κρέμες, αμπούλες, μάσκες κ.α.

Τα προϊόντα καθαρισμού είναι:

**Γαλακτώματα:** Είναι τα προϊόντα που χρησιμοποιούνται για τον καθαρισμό του δέρματος από:



- ουσίες που επικάθονται πάνω στο δέρμα όπως σκόνες, καυσαέρια
- ουσίες που εκκρίνονται από το δέρμα όπως σμήγμα, ιδρώτας
- το μακιγιάζ

Αποτελούνται από μια ελαιώδη (λιπαρή) και μια υδατική φάση. Υπάρχουν γαλακτώματα για όλους τους τύπους δέρματος.

**Κρέμες καθαρισμού:** Περιέχουν νερό, έλαια και κερί. Χρησιμοποιούνται συνήθως για την αφαίρεση μακιγιάζ θεάτρου, κινηματογράφου, τηλεόρασης. Οι αισθητικοί σαν καθαριστικό μέσο, στο εργαστήριο τους, χρησιμοποιούν τα γαλακτώματα.

**Λοσιόν:** Η σύσταση της λοσιόν είναι τέτοια, ώστε να μπορεί να ρέει, σε κανονική θερμοκρασία. Τονώνουν, φρεσκάρουν το δέρμα μετά τον καθαρισμό και απομακρύνουν τα υπολείμματα των προϊόντων καθαρισμού.

Οι λοσιόν ανάλογα με τα συστατικά που περιέχουν διακρίνονται σε:

**Λοσιόν καθαριστικές:** Αυτές περιέχουν μικρές ποσότητες οινόπνευματος, αντισηπτικές ουσίες, αρωματικές και αρκετές λιπαρές ουσίες.

**Λοσιόν στυπτικές:** Περιέχουν ουσίες που συσφίγγουν τους πόρους και έτσι τους κάνουν λιγότερο φανερούς. Προορίζονται για λιπαρά δέρματα με μεγάλους πόρους.

**Λοσιόν θειούχες:** Περιέχουν οινόπνευμα, καμφορά, θείο, το οποίο σαν συστατικό είναι σμηγματορρυθμιστικό. Χρησιμοποιούνται σε περιπτώσεις με προβλήματα ακμής.

**Λοσιόν μαλακτικές:** Περιέχουν νερό, λιπαρές ουσίες, γλυκερίνη και άλλα συστατικά. Μαλακώνουν το δέρμα.

**Λοσιόν τονωτικές:** Ονομάζονται αλλιώς και δροσιστικά δέρματος, γιατί προκαλούν μια αίσθηση δροσιάς στο πρόσωπο. Διεγείρουν τα κύτταρα του δέρματος, κλείνουν τους πόρους.

Στις λοσιόν που προορίζονται για ξηρά - ευαίσθητα δέρματα, η ποσότητα οινόπνευματος αντικαθίσταται με νερό ή ανθόνερο ή φυτικά έλαια. Πολλές φορές περιέχουν και άρωμα, το οποίο όμως μπορεί να δημιουργήσει αλλεργικές αντιδράσεις σε κάποια άτομα.

**Σαπούνια:** Αποτελούνται κυρίως από ζωικά λίπη και έλαια.

Όταν το σαπούνι χρησιμοποιείται, θα πρέπει να δοθεί προσοχή, ώστε να ξεπλένεται πολύ καλά. Καλό θα ήταν να αποφεύγεται η χρήση του και να αντικαθίσταται με άλλα καθαριστικά προϊόντα.

Δεν ενδείκνυται τέλος η χρησιμοποίηση του σαπουνιού σε ευαίσθητα δέρματα γιατί δημιουργεί περιοχές ξηρότητας.

Τα καλλυντικά προϊόντα ειδικών περιποιήσεων και οι ιδιότητες τους εξαρτώνται κυρίως από τις ουσίες που περιέχουν. Πιο αναλυτικά οι ουσίες αυτές είναι:

**Αντισηπτικές:** Στην αισθητική, οι αντισηπτικές ουσίες που χρησιμοποιούνται είναι το βορικό οξύ, το εξαχλωροφαίνιο ή προπυλενογλυκόλη.

Οι αντισηπτικές ουσίες έχουν σαν σκοπό την καταπολέμηση των μικροβίων και προσφέρουν βακτηριοκτόνο ή βακτηριοστατική δράση. Ορισμένα καλλυντικά περιέχουν αντισηπτικές ουσίες, οι οποίες χρησιμεύουν σαν συντηρητικά στοιχεία των καλλυντικών.

**Στυπτικές:** Οι στυπτικές ουσίες σφίγγουν τους πόρους του δέρματος ή επιβραδύνουν την εφίδρωση. Απευθύνονται σε λιπαρά και πορώδη δέρματα. Οι χρησιμοποιούμενες στυπτικές ουσίες είναι: τανίνη, οξείδιο του ψευδαργύρου.

**Κερατολυτικές:** Οι ουσίες αυτές διαλύουν την κερατίνη στοιβάδα του δέρματος. Χρησιμοποιούνται τέτοια προϊόντα σε δέρματα λιπαρά, ώριμα, σε μελαχρωματικές ανωμαλίες (π.χ. πανάδες).

Κερατολυτική δράση έχει το σαλικυλικό οξύ, το γαλακτικό οξύ, το φαινικό οξύ, διάφορα πρωτεολυτικά ένζυμα, όπως παπαίνη, θρυψίνη.

**Μαλακτικές:** Οι ουσίες αυτές καθιστούν μαλακή, απαλή και ανθεκτική την επιδερμίδα και απευθύνονται κυρίως σε ξηρά και ευαίσθητα δέρματα. Μαλακτικές ουσίες είναι : τα λίπη, τα έλαια, η λανολίνη κ.α.

Η μαλακτική ενέργεια είναι απαραίτητη κατά την εφαρμογή μάλαξης.



**Επουλωτικές:** Επουλωτική δράση έχουν οι ουσίες που επουλώνουν τραυματισμούς του δέρματος. Τέτοιες είναι : το παντοθενικό οξύ, η βιταμίνη Α κ.α.

**Τονωτικές:** Η δράση τους μοιάζει με αυτή των στυπτικών αλλά πιο ελαφριά. Τα τονωτικά προϊόντα εφαρμόζονται σχεδόν σε όλα τα δέρματα.

Τονωτική δράση έχουν: το ροδόνερο, η αμαμελίδα κ.α.



**Προσροφητικές:** Με την δράση αυτών των ουσιών απομακρύνονται από το

δέρμα διάφορες ανεπιθύμητες ουσίες (λίπος, ιδρώτας κ.α.). Γι' αυτό το σκοπό χρησιμοποιούνται συνήθως ειδικές μάσκες, όπως το διοξειδίο του πυριτίου.

**Θρεπτικές - αντιρυτιδικές:** Έχουν σαν σκοπό την αναγέννηση των κυττάρων του δέρματος, την ενίσχυση της θρέψης του δέρματος, την καταπολέμηση των ρυτίδων. Τέτοιες ουσίες είναι : οι βιταμίνες, οι ορμόνες, ο βασιλικός πολτός, οι οροί, ζωικά ή φυτικά εκχυλίσματα (εκχυλίσματα πλακούντος, εμβρύων κ.α.).



**Αποτριχωτικές:** Αφορούν την προσωρινή καταστροφή και πώση των τριχών. Τέτοιες ουσίες είναι : διάφορες ενώσεις του θείου, το θειογλυκολικό οξύ, το ασβέστιο.

**Καθαριστικές:** Αφορούν τον καθαρισμό του δέρματος. Οι ουσίες αυτές έχουν διεσποτική ικανότητα όπως τα κοινά σαπούνια, τα συνθετικά απορρυπαντικά κ.α.



**Ενυδατικές:** Σκοπός των ενυδατικών ουσιών είναι η καταπολέμηση της αφυδάτωσης του δέρματος. Τέτοιες ουσίες είναι το παραφινέλαιο, η λανολίνη κ.α.



**Αντιφλεγμονώδεις και καταπραϋντικές:** Σκοπός της ενέργειας αυτών των ουσιών είναι να καταστείλουν τον ερεθισμό μιας φλεγμονής. Συνήθως τα παράγωγα της κορτιζόνης χρησιμοποιούνται για αυτό το σκοπό και τέτοιες ουσίες απευθύνονται κυρίως σε ακνεϊκά δέρματα.

**Διεισδυτικές:** Οι ουσίες αυτές βοηθούν στην διείσδυση και απορρόφηση των δραστικών συστατικών ενός καλλυντικού. Τέτοιες ουσίες είναι οι λιπαρές αλκοόλες, η μυριστική αλκοόλη κ.α.

Στον πίνακα που ακολουθεί αναλύονται οι ιδιότητες των καλλυντικών προϊόντων ανάλογα με τα συστατικά που περιέχουν.



## ΛΛΥΝΤΙΚΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ ΠΟΥ ΠΕΡΙΕΧΟΥΝ:



### > Συσκευασίες καλλυντικών προϊόντων

Τα υλικά που χρησιμοποιούνται για την συσκευασία των καλλυντικών προϊόντων είναι : γυαλί, πλαστικό, μέταλλο. Επίσης, τα καλλυντικά συσκευάζονται και σε δοχεία με πίεση (αεροζόλ). Σκοπός της συσκευασίας των καλλυντικών προϊόντων είναι να προστατέψει το προϊόν, που σημαίνει να το διατηρήσει σε καλή κατάσταση για μεγάλο χρονικό διάστημα, να το κάνει ευκολόχρηστο. Το δοχείο συσκευασίας, θα πρέπει να προστατέψει το προϊόν από:



- την είσοδο μικροοργανισμών, οξυγόνου κ.α.
- την απώλεια μέρους της ποσότητάς του
- την εξάτμιση του αρώματος και άλλων των πτητικών ουσιών

Τα υλικά συσκευασίας που χρησιμοποιούνται, παρουσιάζουν ορισμένα πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα.

**Το γυαλί σαν μέσο χρησιμοποίησης των καλλυντικών προϊόντων.** Το γυαλί θεωρείται το πιο κατάλληλο υλικό συσκευασίας. Είναι αδιαπέραστο από όλα τα κοινά υγρά και αέρια. Διαπερατότητα μπορεί να παρουσιάσει μόνο μέσα από το πώμα (από το περιβάλλον στο προϊόν και αντίστροφα) και όχι μέσα από τα τοιχώματα του γυάλινου δοχείου συσκευασίας.

Το γυαλί είναι ανθεκτικό στη διάβρωση, που σημαίνει ότι δεν προσβάλλεται εύκολα από τις ουσίες που χρησιμοποιούνται στα καλλυντικά προϊόντα. Έχει τέλεια διαύγεια και είναι ιδιαίτερα χρήσιμο στη συσκευασία έγχρωμων προϊόντων, γαλακτωμάτων, ζελεδων κ.α.

Μπορεί να διαμορφωθεί σε όλα τα σχήματα και σχέδια. Τα μειονεκτήματά του όμως είναι : το μεγάλο του βάρος, η ακαμψία του, και ότι είναι εύθραυστο και δεν προστατεύει ένα ευαίσθητο στο φως προϊόν (εκτός αν είναι αδιαφανές).

**Τα πλαστικά σαν μέσο συσκευασίας καλλυντικών προϊόντων.** Τα πλαστικά, σε σχέση με το γυαλί, έχουν το μειονέκτημα ότι δεν είναι τόσο αδιαπέραστα και τόσο διαυγή. Όμως είναι πιο ελαφριά και ανθεκτικά από το γυαλί, είναι εύκαμπτα και λιγότερο εύθραυστα.

Τα πλαστικά που χρησιμοποιούνται συνήθως για την κατασκευή δοχείων συσκευασίας καλλυντικών προϊόντων είναι: Οι πολυολεφίνες, το πολυβινυλοχλωρίδιο (PVC) και το πολυστυρόλιο.

#### **Προβλήματα που παρουσιάζονται κατά την χρησιμοποίηση των πλαστικών σαν υλικά συσκευασίας**

**Διαπερατότητα.** Είναι η διάχυση ουσιών του προϊόντος προς το περιβάλλον, η διάχυση αερίων από το περιβάλλον προς το προϊόν. Και τα δύο είδη διάχυσης, γίνονται μέσα από τα τοιχώματα του πλαστικού δοχείου συσκευασίας. Το αποτέλεσμα είναι η αλλοίωση του προϊόντος. Το νερό, τα λάδια και οι πτητικές αρωματικές ύλες είναι οι ουσίες που μπορούν να διαχυθούν από το προϊόν προς το περιβάλλον. Το διοξείδιο του άνθρακα, το νερό σε μορφή υδρατμών και το οξυγόνο είναι τα αέρια που μπορούν να διαχυθούν από το περιβάλλον προς το προϊόν.

**Προσροφητικότητα.** Είναι η προσρόφηση ορισμένων ουσιών του προϊόντος πάνω στην επιφάνειά του, που σημαίνει ότι η συγκέντρωση των ουσιών αυτών στο προϊόν μειώνεται με αποτέλεσμα να μειώνεται και η σταθερότητα του προϊόντος αλλά και ο χρόνος ζωής του.

Οι ουσίες που συνήθως προσροφούνται στην επιφάνεια των πλαστικών είναι τα συντηρητικά των προϊόντων.

Τα εσωτερικά τοιχώματα των δοχείων συσκευασίας επικαλύπτονται με ειδικές ουσίες και έτσι καταπολεμάται η διαπερατότητα και προσροφητικότητα που παρουσιάζουν τα πλαστικά.

**Τα μέταλλα σαν μέσο συσκευασίας καλλυντικών προϊόντων.** Τα μέταλλα που χρησιμοποιούνται συνήθως είναι ο μόλυβδος, ο κασσίτερος, το αργίλιο.

Το αργίλιο (αλουμίνιο) θεωρείται το πιο κατάλληλο υλικό συσκευασίας για την κατασκευή των μεταλλικών σωληναρίων. Είναι τελείως αδιαπέραστο από το νερό, τα λάδια, τους διάφορους διαλύτες. Είναι ελαφρύ, δεν σπάει και διαμορφώνεται εύκολα. Το αλουμίνιο δεν επιτρέπει την αναρρόφηση αέρα στο εσωτερικό των σωληναρίων, πράγμα που σημαίνει ότι το περιεχόμενο προϊόν, δεν μολύνεται από τους μικροοργανισμούς που υπάρχουν στον αέρα.

Τα μειονεκτήματά του είναι ότι διαβρώνεται εύκολα επειδή είναι δραστικό μέταλλο και αποφεύγεται η χρήση του για την συσκευασία πολύ αλκαλικών και πολύ όξινων καλλυντικών προϊόντων.

Η εσωτερική επίστρωση των τοιχωμάτων των σωληναρίων με λάκες και κερί παρεμποδίζει και τα δύο είδη διάβρωσης.

Μεγάλη σημασία δίνεται στο πώμα (καπάκι) που θα περιλαμβάνει η συσκευασία των καλλυντικών προϊόντων, το οποίο θα πρέπει να είναι ικανό να προστατέψει το προϊόν από τη διαρροή υγρών και τη διάχυση αερίων και ατμών.

Για πιο γρήγορη και ευκολότερη χρησιμοποίηση των καλλυντικών προϊόντων υπάρχουν οι συσκευασίες με πίεση (αεροζόλ).

Αποτελούνται από : το δοχείο συσκευασίας , την βαλβίδα, περιλαμβάνει και τον βυθιζόμενο σωλήνα, ο οποίος μεταφέρει το προϊόν από τον πυθμένα του δοχείου στη βαλβίδα και το προωθητικό. Το προωθητικό, με την υπερπίεση που δημιουργεί, μεταφέρει το προϊόν με τη βοήθεια του βυθιζόμενου σωλήνα και της βαλβίδας από το δοχείο συσκευασίας στο περιβάλλον.

Λόγω της μεγάλης πίεσης που υπάρχει στα μεταλλικά δοχεία αεροζόλ, γίνεται πιο γρήγορα και πιο εύκολα η διάβρωση.

Το εσωτερικό λακάρισμα των τοιχωμάτων των δοχείων συσκευασίας αποτελεί την καλύτερη αντιμετώπιση της διάβρωσης.

## > Φύλαξη, χρήση καλλυντικών προϊόντων

Όσον αφορά τη φύλαξη των καλλυντικών προϊόντων και τη χρήση τους, βασικό μέλημα είναι η τήρηση αυστηρών κανόνων υγιεινής.



- Πρέπει να φυλάσσονται σε σκιερό δροσερό μέρος, απαλλαγμένο από σκόνες και βρωμιά.
- Για την αποφυγή οξείδωσης των καλλυντικών προϊόντων, ο χρήστης πρέπει μόλις πάρει την ποσότητα του προϊόντος που χρειάζεται να κλείνει αμέσως το καπάκι της συσκευασίας του.
- Όλα τα προϊόντα παραμένουν κλειστά, όταν δεν χρησιμοποιούνται (για την αποφυγή μολύνσεων).
- Ο/η αισθητικός πρέπει να χρησιμοποιεί πάντα αποστειρωμένες σπάτουλες για να πάρει το προϊόν από το δοχείο συσκευασίας του και ποτέ να μην χρησιμοποιεί τα χέρια του, γι' αυτή τη δουλειά.
- Η ίδια σπάτουλα δεν χρησιμοποιείται σε άλλο καλλυντικό προϊόν, εκτός εάν απολυμανθεί.
- Τα χέρια του/της αισθητικού πρέπει να είναι καθαρά.
- Προϊόν το οποίο έχει βγει έξω από το δοχείο συσκευασίας του, δεν επιστρέφεται ποτέ πίσω.

Έτσι λοιπόν, ο/η αισθητικός, για να πάρει ένα καλλυντικό προϊόν από το βαζάκι του και να το χρησιμοποιήσει στον πελάτη ακολουθεί την εξής διαδικασία:



- Με καθαρά χέρια ανοίγει το καπάκι του προϊόντος, παίρνει με τη βοήθεια μιας σπάτουλας την ποσότητα του προϊόντος που χρειάζεται και κλείνει το καπάκι καλά.
- Τοποθετεί το προϊόν στη ραχιαία επιφάνεια της παλάμης του (και όχι κατευθείαν με τη σπάτουλα στο δέρμα της πελάτισσας) και
- Εν συνεχεία απλώνει το προϊόν με τα ακροδάκτυλα του άλλου χεριού του, στο δέρμα της πελάτισσας.

## Ανακεφαλαίωση

Τα καλλυντικά προϊόντα που έχουν σκοπό την διατήρηση της καλής κατάστασης του δέρματος, τον καθαρισμό και την προστασία του, υπάρχουν σε διάφορα είδη και μορφές.

Ανάλογα με τις ουσίες που περιέχουν, παρουσιάζουν και τις ανάλογες ιδιότητες.

Η σωστή επιλογή των προϊόντων από τον/την αισθητικό και η σωστή χρησιμοποίησή τους, εξασφαλίζει την αποτελεσματική τους δράση.

Κατά την φύλαξη και την χρήση τους επιβάλλεται να τηρούνται οι κανόνες υγιεινής.

## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > A. Ερωτήσεις ανάπτυξης

1. Ποιος ο σκοπός των καλλυντικών προϊόντων;
2. Σε τι μορφή μπορεί να βρίσκονται τα καλλυντικά προϊόντα ;
3. Ποια υλικά χρησιμοποιούνται για τη συσκευασία των καλλυντικών προϊόντων;
4. Τι εννοούμε όταν λέμε το γυαλί σαν μέσο συσκευασίας είναι ανθεκτικό στη διάβρωση;
5. Αναφέρετε αντισηπτικές ουσίες που χρησιμοποιούνται στην αισθητική.
6. Τι εννοούμε όταν λέμε ότι μια ουσία έχει προσροφητική δράση;
7. Που φυλάσσονται τα καλλυντικά προϊόντα;
8. Πως ο/η αισθητικός προμηθεύεται το καλλυντικό προϊόν από το βαζάκι του;
9. Σε ποια δέρματα απευθύνονται τα στυπτικά προϊόντα;

### > B. Ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών

Επιλέξτε τη σωστή απάντηση. Μία μόνο είναι η σωστή.

1. Προϊόντα κερατολυτικά χρησιμοποιούνται:  
Α. Σε ξηρά δέρματα  
Β. Σε αφυδατωμένα δέρματα  
Γ. Σε δέρματα ευαίσθητα  
Δ. Σε λιπαρά δέρματα
2. Αντισηπτική ουσία είναι:  
Α. Η παπαίνη  
Β. Το βορικό οξύ  
Γ. Η λανολίνη  
Δ. Η τανίνη

> **Γ. Ερωτήσεις συμπλήρωσης κενού**

1. Η αποτελεσματική δράση των προϊόντων, εξαρτάται από \_\_\_\_\_
2. Για την αποφυγή οξείδωσης των καλλυντικών προϊόντων, ο χρήστης θα πρέπει \_\_\_\_\_
3. Σκοπός των ενυδατικών ουσιών που χρησιμοποιούνται στα καλλυντικά προϊόντα, είναι \_\_\_\_\_
4. Το πώμα της συσκευασίας του καλλυντικού, θα πρέπει να προστατέψει το προϊόν από \_\_\_\_\_

> **Δ. Ερωτήσεις αντιστοίχισης**

Αντιστοιχίστε τα περιεχόμενα του πίνακα 1 σε αυτά του πίνακα 2.

ΠΙΝΑΚΑΣ 1	ΠΙΝΑΚΑΣ 2
1. Στυπτικά προϊόντα	A. Καταπολεμούν την αφυδάτωση του δέρματος
2. Καθαριστικά προϊόντα	B. Αφορούν την προσωρινή αποτρίχωση, και πώση τριχών.
3. Αντιφλεγμονώδη προϊόντα	Γ. Σφίγγουν τους πόρους του δέρματος
4. Αποτριχωτικά προϊόντα	Δ. Έχουν διεισδυτική δράση και αφορούν τον καθαρισμό του δέρματος
5. Αντιρυτιδικά προϊόντα	Ε. Αναγεννούν τα κύτταρα του δέρματος, ενισχύουν τη θρέψη του, καταπολεμούν τις ρυτίδες
6. Ενυδατικά προϊόντα	ΣΤ. Καταστέλλουν τον ερεθισμό μιας φλεγμονής

> **Ε. Εργασίες Δραστηριότητες**

1. Κοιτάξτε τις ετικέτες των καλλυντικών προϊόντων του εργαστηρίου σας. Ποιά συστατικά τους αναγνωρίζετε και τι δράση προσδίδουν στο προϊόν;

2. Οι μαθητές/τριες χωρίζονται ανά 2 άτομα. Ο ένας μαθητής θα είναι ο/η αισθητικός και ο άλλος ο πελάτης. Ο/η αισθητικός να εφαρμόσει ένα καλλυντικό προϊόν, το οποίο θα είναι συσκευασμένο σε βαζάκι, στο δέρμα του χεριού του πελάτη ώστε να μελετηθεί η υφή του.





## Κεφάλαιο 1.5

### Αναλώσιμα

Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να γνωρίσουν τα αναλώσιμα που χρησιμοποιούνται στην αισθητική προσώπου και τις χρήσεις τους.

Στο χώρο περιποίησης του προσώπου, υπάρχουν εκτός από τα μηχανήματα που έχουν αναφερθεί σε προηγούμενο κεφάλαιο και τα διάφορα εξαρτήματα και αναλώσιμα υλικά, απαραίτητα για την αισθητική, και πολύ χρήσιμα για την διεκπεραίωση κάθε είδους περιποίησης.

Όλα τα αναλώσιμα προϊόντα θα πρέπει να φυλάσσονται σε ειδικά ντουλάπια και να διατηρούνται καθαρά και τακτοποιημένα.

#### > Είδη επαγγελματικής ενδυμασίας αισθητικού - ρουχισμός πελάτη/τισσας

Στο εμπόριο υπάρχουν:

**Ρόμπα αισθητικού ή ποδιά** (σε διάφορα σχέδια και σε μοντέρνα ή κλασσική γραμμή). Είναι απαραίτητο να φοριέται από τον/την αισθητικό στον χώρο εργασίας του, να είναι πάντα καθαρή σε λευκό χρώμα. Σημαντικό είναι να μην στενεύουν τον/την αισθητικό, αλλά να είναι αρκετά φαρδιές και να προσφέρουν ελευθερία κινήσεων.

Η χρησιμοποίηση της ρόμπας από τον/την αισθητικό συμβάλει κατά πολύ στην επαγγελματική του εικόνα, δίνει την αίσθηση της καθαριότητας.

Για την ενδυμασία της πελάτισσας, υπάρχουν ειδικές σειρές ένδυσης στο εμπόριο, που συνήθως είναι μιας χρήσεως φόρεμα με μανίκι ή στράπλες και για τον πελάτη πουκάμισο, συνήθως κιμονό.



**Εικόνα 1.20** Αισθητικός με μπλούζα αισθητικής

Η ενδυμασία του/της πελάτη/τισσας, προστατεύει τα ρούχα του κατά τη διάρκεια της περιποίησης.

**Κορδέλα για τα μαλλιά / σκουφάκι.** Απαραίτητη είναι η χρήση τους για να μη βραχούν ή λερωθούν τα μαλλιά του πελάτη με τα διάφορα καλλυντικά προϊόντα που εφαρμόζονται στο πρόσωπό του.

Οι κορδέλες μπορεί να είναι μονοκόμματα (ελαστικές) ή να ανοιγοκλείνουν με στριπ. Υπάρχουν σε διάφορα μεγέθη. Τα σκουφάκια χρησιμοποιούνται πολύ σε περιπτώσεις που η πελάτισσα έχει μακριά μαλλιά.

**Καλύμματα προστασίας εξαρτημάτων αισθητικής.** Για λόγους υγιεινής υπάρχουν καλύμματα από πετσετέ ύφασμα σε ποικιλία χρωμάτων, για την πολυθρόνα και το σκαμπό του/της αισθητικού. Αυτά θα πρέπει να αλλάζονται τακτικά, να διατηρούνται οπωσδήποτε καθαρά.



**Εικόνα 1.21** Πολυθρόνα αισθητικής με πετσετέ κάλυμα

#### > Απαραίτητα αναλώσιμα υλικά αισθητικής προσώπου

**Βαμβάκι:** Υπάρχουν σε επαγγελματικές συσκευασίες συνήθως του κιλού ή σε τεμάχια. Σε ροδέλα, όπου ο/η αισθητικός κόβει την ποσότητα που θέλει κάθε φορά ή σε έτοιμα κομμένα κομμάτια (μπουκίτσες). Το βαμβάκι χρησιμοποιείται για την αφαίρεση καλλυντικών προϊόντων από το πρόσωπο. Επίσης πολλές φορές χρησιμοποιείται εμποτισμένο με λοσιόν στα μάτια της πελάτισσας (κομπρέσες).

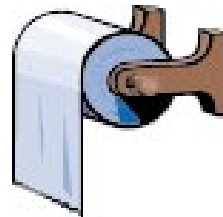


**Βαμβακοφόροι στηλεοί (μπατονέτες):** Χρησιμοποιούνται κυρίως στο ντεμακιγιάζ ματιών.

**Χαρτί :** Σε συσκευασίες ρολό, διαφόρων διαστάσεων.

**Χαρτοσέντονο:** Σε ρολό, χρησιμοποιείται στις πολυθρόνες. Υπάρχει ειδική

βάση κάτω και πίσω από την πολυθρόνα περιποιήσεων στην οποία τοποθετείται το ρολό και τραβώντας το μπροστά περνάει πάνω από το προσκέφαλο της πολυθρόνας και κατεβαίνει στο επίπεδο που θέλει ο/η αισθητικός. Είναι μιας χρήσης. Το χρησιμοποιημένο κομμάτι του χαρτοσέντονου (το οποίο κόβεται εύκολα στις ειδικές εγχοπές που υπάρχουν κατά μήκος του ρολού), πρέπει να απομακρύνεται αμέσως από την πολυθρόνα και να τραβιέται μπροστά το αμέσως επόμενο καθαρό κομμάτι.



**Σφουγγάρια:** Χρησιμοποιούνται για το ξέπλυμα μασκών κυρίως αλλά και άλλων καλλυντικών προϊόντων από το πρόσωπο.

**Πινέλα:** Σε διάφορα σχήματα και χρώματα. Υπάρχουν διαφόρων ειδών πινέλα με συνθετική ή φυσική τρίχα. Τα καλύτερα είναι αυτά με φυσική τρίχα, που επιτρέπουν τον καλύτερο έλεγχο της ποσότητας του προϊόντος που παίρνουμε, δεν χαλάνε εύκολα, έχουν μεγαλύτερη διάρκεια ζωής και συγκρατούν περισσότερο προϊόν. Με τα πινέλα εφαρμόζονται οι μάσκες προσώπου γι' αυτό τα πινέλα πρέπει να είναι μαλακά.



**Γάντια:** Τα φοράει ο/η αισθητικός, για αποφυγή μολύνσεων. Υπάρχουν γάντια ιατρικά πλαστικά και διάφανα νάιλον μιας χρήσεως (σε διάφορα μεγέθη). Ο/η αισθητικός συνήθως χρησιμοποιεί τα μιας χρήσεως.

**Μπολάκια:** κατασκευάζονται από inox (ίνοξ), γυαλί ή πλαστικό. Βρίσκονται σε διάφορα μεγέθη, χρησιμοποιούνται είτε για να βάλουμε νερό ή για το ξέπλυμα προϊόντων από το δέρμα ή για την ανάμιξη μασκών και γενικά για την τοποθέτηση προϊόντων αισθητικής.

**Γάζες:** Γάζες ατομικές, γάζες σε ρολό. Αποστειρωμένες, χρησιμοποιούνται κυρίως μαζί με μάσκες, όπως: στην εφαρμογή θερμομάσκας, κέρινης μάσκας (παραφίνης) και σε μάσκες προσώπου από φύκια ή φρούτα, γιατί συγκρατεί τη μάσκα στο πρόσωπο αλλά συγχρόνως επιτρέπει στα συστατικά να περάσουν μέσα στο δέρμα.

**Εξαρτήματα μηχανημάτων:** Καλό θα είναι να υπάρχουν στο χώρο του εργαστηρίου σε περίπτωση που χρειαστεί να αντικατασταθούν τα ήδη υπάρχοντα όταν φθαρούν ή πάθουν ζημιά. Τέτοια είναι :



- μπίλιες (των μηχανημάτων ιονισμού)
- καλώδια (για τα πατς)
- πατς (διαφόρων μεγεθών)
- γυάλινα ηλεκτρόδια υψισύγχων κ.α.



**Εικόνα 1.23** Εξαρτήματα μηχανημάτων

**Σπάτουλες:** Μιας χρήσεως (ξύλινες) ή μεταλλικές με ξύλινη βάση σπάτουλες, πάντα αποστειρωμένες χρησιμοποιούνται για να πάρουμε τα καλλυντικά προϊόντα από τα βάζα τους και για το άπλωμα μασκών.

**> Αναλώσιμα υλικά προσωρινής αποτρίχωσης:**



- Σπάτουλες ξύλινες, πλαστικές.
- Ταινίες αποτρίχωσης.
- Χαλάουνα (η οποία δουλεύεται με το χέρι ).
- Κρύο κερί (που ζεσταίνεται σε μπεν μαρί ή σε ειδική συσκευή).
- Ειδική κρέμα για τον ερεθισμό μετά την αποτρίχωση.
- Ειδικό λάδι αποτρίχωσης που αφαιρεί τα τυχόν υπολείμματα του κεριού.
- Ζεστό κερί.
- Αμπούλες αποτρίχωσης-συνήθως περιέχουν πρωτεολυτικά ένζυμα (παπαΐνη), για την αναστολή τριχοφυΐας.
- Κεριά σε ρολέτες.
- Ειδικά ανταλλακτικά καπάκια που προσαρμόζονται στη βάση της συσκευασίας της ρολέτας, για περισσότερη οικονομία.

Τα παραπάνω αποτελούν βασικές κατηγορίες αναλώσιμων ειδών αισθητικής και είναι τα εντελώς απαραίτητα και τα περισσότερο χρησιμοποιούμενα αναλώσιμα προϊόντα για τις αισθητικές περιποιήσεις προσώπου. Οι γνωστοί κανόνες υγιεινής και καθαριότητας εφαρμόζονται σε όλα τα αναλώσιμα είδη, εφόσον δεν είναι μιας χρήσεως.

## Ανακεφαλαίωση

Τα αναλώσιμα προϊόντα είναι απαραίτητα για τον/την αισθητικό στην διεκπεραίωση κάθε είδους περιποίησης. Υπάρχουν είδη επαγγελματικής ενδυμασίας αισθητικού και ειδικές ενδυμασίες που προορίζονται για τους πελάτες/τισσες, αναλώσιμα που αφορούν τον εξοπλισμό του εργαστηρίου και τα εξαρτήματα μηχανημάτων (γυάλινα ηλεκτρόδια, πατς κ.α.). Οι κανόνες υγιεινής και καθαριότητας πρέπει να ακολουθούνται πιστά. Τα αναλώσιμα φυλάσσονται σε ειδικά ντουλάπια που παραμένουν κλειστά και βρίσκονται στο χώρο του εργαστηρίου.

## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > A. Ερωτήσεις ανάπτυξης

1. Γιατί ο/η αισθητικός φοράει την ειδική ποδιά εργασίας του;
2. Που χρησιμοποιείται το βαμβάκι;
3. Ποια χρήση μπορεί να έχουν οι γάζες;
4. Τι ξέρετε για το χαρτοσέντονο;

### > B. Ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών

1. Η ποδιά εργασίας του/της αισθητικού:  
Α. Δεν χρησιμοποιείται  
Β. Φοριέται επιλεκτικά  
Γ. Πρέπει να χρησιμοποιείται πάντα  
Δ. Καλό θα ήταν να υπάρχει
2. Οι γάζες χρησιμοποιούνται:  
Α. Με τις μαλακές μάσκες  
Β. Με τη θερμομάσκα  
Γ. Με το πήλινγκ  
Δ. Κατά τη διάρκεια του ντεμακιγιάζ

## Εργαστηριακές Ασκήσεις

### ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΗ ΑΣΚΗΣΗ 1η

**ΤΙΤΛΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Εξοικείωση με το χώρο του εργαστηρίου.

**ΣΚΟΠΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Να παρατηρήσουν οι μαθητές/τριες το εργαστήριο τους και να εξοικειωθούν με τα αντικείμενα που υπάρχουν σ' αυτό και τους κανόνες που ισχύουν.

#### > ΕΙΣΑΓΩΓΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

Η υγιεινή και καθαριότητα είναι ό,τι πιο σημαντικό και αναγκαίο στο χώρο της αισθητικής. Τα μέσα αποστείρωσης και απολύμανσης είναι η θερμότητα και η ακτινοβολία. Η χρήση τους γίνεται για τον αποκλεισμό πιθανών μολύνσεων ή μετάδοσης ασθενειών.

Η υπεριώδης ακτινοβολία και ο κλίβανος ξηρής θερμότητας, χρησιμοποιούνται ευρέως από τους αισθητικούς σήμερα.

Το μηχάνημα του ιονισμού χρησιμοποιείται στις περιπτώσεις ενυδάτωσης και για τη διείσδυση ενζύμων στη βιολογική αποτρίχωση ενώ το μηχάνημα φαραδικού ρεύματος για μυϊκή ενδυνάμωση. Υπάρχουν συσκευές με συνδυασμό ρευμάτων, όπως η συσκευή του γαλβανοφαραδικού που επιτυγχάνει μυϊκό ερεθισμό και υπεραιμία.

Τα καλλυντικά προϊόντα που έχουν σκοπό την διατήρηση της καλής κατάστασης του δέρματος, τον καθαρισμό, την προστασία, υπάρχουν σε διάφορα είδη και μορφές.

Ανάλογα με τις ουσίες που περιέχουν, παρουσιάζουν και τις ανάλογες ιδιότητες. Η σωστή επιλογή των προϊόντων από τον/την αισθητικό και η σωστή χρησιμοποίησή τους, εξασφαλίζει την αποτελεσματική τους δράση. Κατά την φύλαξη και την χρήση τους επιβάλλεται να τηρούνται οι κανόνες υγιεινής.



> **ΣΤΑΔΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

- A. Περιεργαστείτε τον εξοπλισμό αποστείρωσης που διαθέτει το εργαστήριο σας.
- B. Βρείτε τα απολυμαντικά και αντισηπτικά προϊόντα που υπάρχουν στο εργαστήριο σας.
- Γ. Χωριστείτε σε ομάδες των τριών ατόμων αρχίστε την διαδικασία απολύμανσης των εργαλείων του εργαστηρίου σας.
- Δ. Κάντε έλεγχο υγιεινής και καθαριότητας στο εργαστήριό σας.  
Χωριστείτε σε δυο ομάδες:
  - Η πρώτη ομάδα θα ασχοληθεί με την υγιεινή του χώρου
  - Η δεύτερη με την αποστείρωση των εργαλείων

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

2η

Προετοιμασία για την περιποίηση προσώπου



## Κεφάλαιο 2.1

### Προετοιμασία των μηχανημάτων & των υλικών

Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να κατανοήσουν την εργονομία και την τήρηση των κανόνων υγιεινής και ασφάλειας.

#### > Προφυλάξεις κατά τη χρήση των ηλεκτρικών μηχανημάτων

Κατά την προετοιμασία των μηχανημάτων αισθητικής, είναι βασικό να ληφθούν κάποιες προφυλάξεις για την ασφάλεια του χρήστη, αλλά και του πελάτη. Οι προφυλάξεις αυτές εφαρμόζονται:

- Στον εξοπλισμό αυτόν καθαυτό.
- Στην χρήση του εξοπλισμού.
- Στις εγκαταστάσεις που χρησιμοποιούνται

Όσον αφορά τον εξοπλισμό, απαραίτητη είναι:

- Η γνώση των προδιαγραφών μιας συσκευής
- Η ενημέρωση πάνω στις πιθανές επιπλοκές και
- Φυσικά, η σωστή λειτουργία / χρήση μιας συσκευής

Έτσι, αποφεύγονται τα ανθρώπινα λάθη κατά την διάρκεια λειτουργίας των μηχανημάτων που θέτουν σε κίνδυνο χρήστη και πελάτη.

Στον εξοπλισμό, μπορούν να παρουσιαστούν βλάβες, όπως διακοπή του προστατευτικού αγωγού γείωσης ή διαρροή κάποιου εσώκλειστου αερίου κ.α.

Ο/η αισθητικός παίρνει μέτρα πρόληψης, για να προστατευτεί από κινδύνους:

**Μηχανικούς.** Οι συσκευές μπορεί να έχουν κατασκευαστεί με τέτοιο τρόπο έτσι ώστε να αντέχουν ενάντια σε φυσικούς ή χημικούς παράγοντες (στρες). Όμως εάν δεν γίνεται η σωστή χρήση τους μπορεί να προκληθούν ορισμένοι κίνδυνοι όπως η είσοδος στερεών σωματιδίων, υγρών, λίπους, σκόνης κ.α. μηχανικά στρες,

όπως χτυπήματα, πιέσεις, φύσημα αέρα, διαβρώσεις και θερμικές ζημιές. Ο/η αισθητικός, θα πρέπει να έχει στο χώρο του ασφάλειες, βαλβίδες πίεσης, σαν επιπλέον προστατευτικά μέτρα.

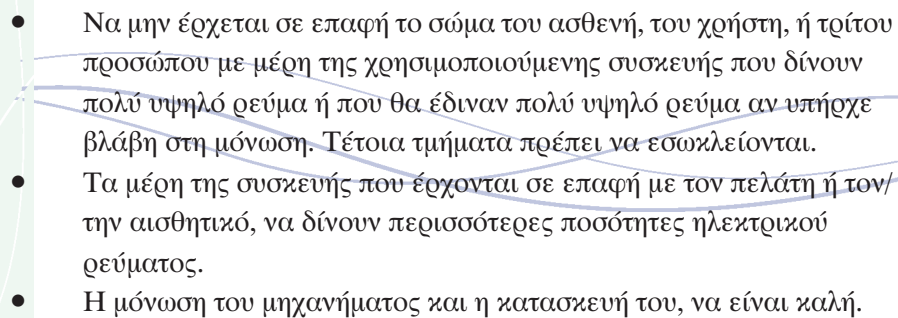
**Εκρήξεων - Υπερθέρμανσης** (για παράδειγμα, από υγρά καθαρισμού, τα οποία μπορούν να δημιουργήσουν εκρηκτικό μίγμα με τον αέρα).

Για να αποφευχθεί μια τέτοια κατάσταση, θα πρέπει ο χώρος να αερίζεται κανονικά και να διατηρείται η θερμοκρασία και η υγρασία στα σωστά επίπεδα.

Για τα διάφορα εξαρτήματα / υλικά που χρησιμοποιούνται με τα μηχανήματα δεν πρέπει κατά τη χρήση των μηχανημάτων να ξεπερνιούνται τα όρια θερμοκρασίας που ορίζονται από τις ανάλογες προδιαγραφές χρήσης του μηχανήματος. Εάν ξεπεραστούν τα όρια αυτά, θα υπερθερμανθούν τα υλικά με κίνδυνο να πάρουν φωτιά.

**Υπερβολικής Ακτινοβολίας.** Ο/η αισθητικός κάνει χρήση συσκευών που παράγουν ακτινοβολία (όπως υπεριώδης). Οι συσκευές αυτές θα πρέπει να χρησιμοποιούνται με μέτρο και να μην ξεπερνιούνται τα όρια έκθεσης του πελάτη σε συσκευές ακτινοβολίας γιατί διαφορετικά βλάπτουν αντί να ωφελούν με τη χρήση τους.

**Ηλεκτροπληξίας.** Για την αποφυγή κινδύνων ηλεκτροπληξίας θα πρέπει:

- 
- Να μην έρχεται σε επαφή το σώμα του ασθενή, του χρήστη, ή τρίτου προσώπου με μέρη της χρησιμοποιούμενης συσκευής που δίνουν πολύ υψηλό ρεύμα ή που θα έδιναν πολύ υψηλό ρεύμα αν υπήρχε βλάβη στη μόνωση. Τέτοια τμήματα πρέπει να εσωκλείονται.
  - Τα μέρη της συσκευής που έρχονται σε επαφή με τον πελάτη ή τον/την αισθητικό, να δίνουν περισσότερες ποσότητες ηλεκτρικού ρεύματος.
  - Η μόνωση του μηχανήματος και η κατασκευή του, να είναι καλή.

### > Κανόνες Ασφάλειας κατά την χρήση Ηλεκτρικών Συσκευών

- Ο χρήστης ηλεκτρικών μηχανημάτων δεν πρέπει να αφαιρείται κατά την ώρα εργασίας του αλλά να σκέφτεται καλά πριν κάνει κάτι.
- Να γίνεται συχνός έλεγχος της εγκατάστασης των συσκευών.
- Ο χρήστης να θυμάται πάντα ότι απαγορεύεται να πιάνει κυκλώματα και με τα δύο του χέρια γιατί όταν διέρχεται το ρεύμα από το ένα χέρι στο άλλο διασχίζει την καρδιά, οπότε ο κίνδυνος πρόκλησης σοκ, είναι μεγάλος.
- Ο χρήστης να μην δουλεύει ποτέ σε υγρό πάτωμα , ενώ έρχεται σε επαφή με ηλεκτρικά κυκλώματα και ποτέ να μην χειρίζεται ηλεκτρικές συσκευές με βρεγμένα χέρια.
- Ποτέ να μην διακόπτεται η γείωση μιας συσκευής.
- Ο χρήστης να επισκευάζει ή να αντικαθιστά καλώδια που έχουν γειωθεί.
- Αλλαγές και επιδιορθώσεις ηλεκτρικών συσκευών να γίνονται μόνο από εξειδικευμένους ηλεκτρολόγους.
- Ο χρήστης να μην πιάνει ποτέ ταυτόχρονα μια γείωση (σύνδεση γης π.χ. σωλήνας νερού) και μια ηλεκτρική συσκευή. Υπάρχει μεγάλος κίνδυνος, να τον διαπεράσει υψηλό ρεύμα.

Ακολουθώντας τους παραπάνω κανόνες ασφαλείας ο/η αισθητικός είναι σίγουρος ότι κατά την διάρκεια της εργασίας του δεν κινδυνεύει η ζωή η δική του ή του/της πελάτη/τισσας.

### > Διαδικασίες προετοιμασίας

Ο/η αισθητικός χρειάζεται κάποιο χρόνο πριν την άφιξη του πελάτη για να προετοιμάσει το χώρο και τα υλικά που θα χρησιμοποιήσει. Οι διαδικασίες αυτές γίνονται με βάση την υγιεινή και την ασφάλεια. Οι διαδικασίες προετοιμασίας περιλαμβάνουν τα παρακάτω:

- Εφαρμόζονται οι μέθοδοι καθαρισμού και απολύμανσης εργαλείων και εξοπλισμών που έχουν αναφερθεί σε προηγούμενη ενότητα. Συγκεκριμένα, ελέγχεται αν ο χώρος, η πολυθρόνα, το σκαμπό, το τραπέζακι είναι καθαρά.
- Εφόσον έχουν καθαριστεί οι επιφάνειες που θα τοποθετηθούν τα εργαλεία, υλικά, γίνεται η μεταφορά τους από το χώρο φύλαξής τους (θάλαμοι αποστείρωσης ή τα κλειστά ντουλάπια αποθήκευσης) στο χώρο χρήσης τους (το τραπέζακι του/της αισθητικού).
- Υπενθυμίζεται ότι όλα τα εργαλεία – εξαρτήματα μηχανημάτων θα είναι αποστειρωμένα.
- Εάν γίνει μεταφορά του μηχανήματος που θα χρησιμοποιήσει ο/η αισθητικός θα πρέπει να γίνει με ιδιαίτερη προσοχή, ώστε να μην προκληθεί μηχανική βλάβη.
- Το μηχάνημα μαζί με τα εξαρτήματά του τοποθετείται σε άλλη επιφάνεια ξεχωριστά από τα καλλυντικά προϊόντα (για να μην χυθούν από λάθος προϊόντα πάνω στο μηχάνημα).
- Τα βαμβάκια – γάζες τοποθετούνται μέσα σε καθαρά δοχεία. Ένα μπόλாகι με νερό χλιαρό είναι απαραίτητο να υπάρχει στο τραπέζακι για το ξέπλυμα μασκών.
- Όλα τα προϊόντα τακτοποιούνται πάνω στο τραπέζακι, με κάποια σειρά προτεραιότητας, ώστε να διευκολύνεται ο/η αισθητικός κατά την εργασία του.
- Το τροχήλατο τραπέζακι, τοποθετείται πολύ κοντά στον/την αισθητικό, συνήθως δίπλα από την πολυθρόνα περιποίησης.
- Προτού ο/η αισθητικός βάλει το μηχάνημα στην πρίζα, ελέγχει αν όλοι οι διακόπτες του μηχανήματος είναι κλειστοί. Μετά ανοίγεται το μηχάνημα και ελέγχεται εάν λειτουργούν σωστά όλες οι ενδείξεις.
- Ο/η αισθητικός προσέχει για τυχόν φθαρμένα καλώδια ή χαλασμένα ηλεκτρόδια του μηχανήματος και γενικά γίνεται έλεγχος για την καλή κατάσταση του μηχανήματος.
- Στην πολυθρόνα περιποίησης τοποθετείται το καθαρό κάλυμμα της πολυθρόνας (αν υπάρχει) και τραβιέται μπροστά το καθαρό κομμάτι του χαρτοσέντονου.
- Έτοιμα προς χρήση βρίσκονται : η ενδυμασία (ποδιά του πελάτη), το κλινოსκέπασμα.

## Ανακεφαλαίωση

Εφόσον ο/η αισθητικός χρησιμοποιεί μηχανήματα που δουλεύουν με ηλεκτρικό ρεύμα, θα πρέπει να παίρνει ορισμένες προφυλάξεις για να εξασφαλίσει την ασφαλή χρήση τους. Έτσι καθώς προετοιμάζει το χώρο του για την άφιξη του πελάτη φροντίζει να υπάρχουν οι απαραίτητες προδιαγραφές ασφαλείας για τον/την αισθητικό και τον/την πελάτη/τισσα.

Η διαδικασία προετοιμασίας περιλαμβάνει τον καθαρισμό (αποστείρωση εργαλείων και εξοπλισμού) και ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στην οργάνωση και εργονομία του χώρου.

## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > Α. Ερωτήσεις ανάπτυξης

1. Ποια είναι τα μέτρα προφύλαξης για την αποφυγή κινδύνων ηλεκτροπληξίας;
2. Πως αποφεύγονται τα ανθρώπινα λάθη κατά τη διάρκεια λειτουργίας των μηχανημάτων;

### > Β. Ερωτήσεις Συμπλήρωσης κενού

1. Τα μέρη της συσκευής που έρχονται σε επαφή με τον \_\_\_\_\_ ή τον \_\_\_\_\_ πρέπει να δίνουν \_\_\_\_\_ ηλεκτρικού ρεύματος.
2. Για την αποφυγή ηλεκτροπληξίας, η \_\_\_\_\_ και η \_\_\_\_\_ του μηχανήματος, πρέπει να είναι καλή.
3. Όσον αφορά τον εξοπλισμό, απαραίτητη είναι η \_\_\_\_\_ μιας συσκευής, η ενημέρωση πάνω στις \_\_\_\_\_ και η \_\_\_\_\_ μιας συσκευής.



## Κεφάλαιο 2.2

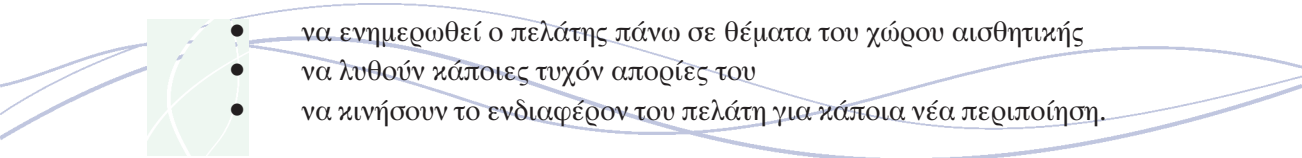
### Προετοιμασία του πελάτη

Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να εξοικειωθούν με τον τρόπο υποδοχής των πελατών και τη διαδικασία προετοιμασίας τους για περιποίηση προσώπου.

Κατά την άφιξη του/της πελάτη/τισσας στο εργαστήριο αισθητικής, είναι σημαντικό να έχει μια ζεστή και φιλική υποδοχή από τον/την αισθητικό (ή κάποιο άτομο του προσωπικού του εργαστηρίου).

Στο χώρο καλωσορίζεται, με ένα πλατύ χαμόγελο και μια θερμή χειραψία. Μέχρι να έρθει η ώρα του ραντεβού του/της περιμένει στο χώρο αναμονής. Ένα χώρο που θα πρέπει να είναι χαλαρωτικός, ήσυχος, αναπνευστικός.

Ο χώρος αυτός, είναι εξοπλισμένος από περιοδικά ποικίλου περιεχομένου, αλλά κυρίως από επιστημονικά περιοδικά αισθητικής, τα οποία χρησιμεύουν για:

- 
- να ενημερωθεί ο πελάτης πάνω σε θέματα του χώρου αισθητικής
  - να λυθούν κάποιες τυχόν απορίες του
  - να κινήσουν το ενδιαφέρον του πελάτη για κάποια νέα περιποίηση.

Ακόμη, μπορεί να υπάρχει και κάποιο άλμπουμ των πρακτικών του εργαστηρίου (από εκδηλώσεις, επιδείξεις καινούργιων περιποιήσεων - μηχανημάτων). Στον πελάτη που περιμένει, συνήθως προσφέρονται αναψυκτικά ή καφέ.

#### > Υποδοχή επισκέπτη στο εργαστήριο αισθητικής

Εάν για πρώτη φορά έρχεται ένας επισκέπτης στο εργαστήριο αισθητικής ίσως να αισθάνεται λίγο αμήχανα, οπότε είναι στο χέρι του/της αισθητικού να σπάσει τον πάγο και να τον κάνει να αισθανθεί άνετα μέσα στο χώρο. Γίνεται η ξενάγησή του στο χώρο και οδηγείται στο ιδιαίτερο γραφείο του/της αισθητικού.

Σ' αυτό το χώρο πρέπει να υπάρχουν, σε ένα σημείο εμφανές, τα πτυχία του/της αισθητικού.

Έτσι, ο επισκέπτης, νιώθει ότι απευθύνεται σε ένα καταρτισμένο άτομο και αισθάνεται σιγουριά και ασφάλεια. Εκεί θα συζητήσει το πρόβλημά του με τον/την αισθητικό και θα αναλυθεί ο τρόπος με τον οποίο θα μπορέσει να περιοριστεί.

Παράλληλα, γίνεται λήψη του ιστορικού του επισκέπτη στο οποίο θα πρέπει να υπάρχουν οι εξής πληροφορίες:

- Τα προσωπικά στοιχεία του πελάτη (όνομα, διεύθυνση, τηλέφωνο).
- Πληροφορίες για την κατάσταση της υγείας του.
- Εάν την συγκεκριμένη περίοδο, δέχεται κάποιου είδους θεραπεία (όπως συμβαίνει σε περιπτώσεις ακμής).
- Τύπος δέρματος – κατάσταση δέρματος (ξηρό, αφυδατωμένο, με ευρυαγγείες, κ.α.). Φυσικά, ακολουθεί η ανάλυση δέρματος από τον/την αισθητικό στο χώρο εργαστηρίου, για πιο σίγουρες παρατηρήσεις.

Ο επισκέπτης οδηγείται στο χώρο περιποίησης προσώπου. Εκεί θα γίνει η ανάλυση του δέρματός του, αφού πρώτα προηγηθεί το ντεμακιγιάζ με τη χρήση μεγενθυτικού φακού. Επίσης, για τον ίδιο σκοπό, μπορούν να χρησιμοποιηθούν η λάμπα του Wood, το δερματοσκόπιο. Όταν τελειώσει αυτή η διαδικασία, ο/η αισθητικός είναι έτοιμος να προτείνει το κατάλληλο πρόγραμμα περιποίησης. Είναι σημαντικό να κατανοήσει ο επισκέπτης γιατί η συγκεκριμένη περιποίηση που διάλεξε ο/η αισθητικός γι' αυτόν είναι κατάλληλη για την περίπτωση του, και τι αποτέλεσμα θα έχει.



**Εικόνα 2.1** Ιδιαίτερο γραφείο αισθητικού

### > Διαδικασία προετοιμασίας του πελάτη για την περιποίηση του προσώπου

Καταρχάς ο/η πελάτης/τισσα βγάζει το παλτό του/της, το οποίο αφήνει μαζί με την τσάντα του στον καλόγηρο που υπάρχει στο χώρο ή σε ειδικά διαμορφωμένο χώρο με ντουλάπα και ερμάρια.

Στην γυναίκα δίνεται ειδική ένδυση πελάτη. Το ιδανικό σχέδιο είναι σε στράπλες φόρεμα, το οποίο αφήνει ελεύθερο το ντεκολτέ (βολεύει πολύ στο μασάζ).

Στον άνδρα δίνεται η αντίστοιχη ένδυση πελάτη. Γραβάτα και πουκάμισο αφαιρούνται.

Ο πελάτης ξαπλώνει στην πολυθρόνα στην οποία έχει προηγουμένως τοποθετηθεί καθαρή πετσέτα ή χαρτοσέντονο.

Η πολυθρόνα προσαρμόζεται σε ένα επίπεδο όπου θα μπορεί να δουλέψει άνετα ο/η αισθητικός και θα είναι άνετο για τον πελάτη

Ο/η αισθητικός φοράει το σκουφάκι ή την κορδέλα στον πελάτη. Εάν είναι χειμώνας σκεπάζει τον πελάτη καλά με κλινοσκεπάσμα, από το ντεκολτέ και κάτω.

Αφαιρούνται από το λαιμό αλυσίδες, κοσμήματα για να μην λερωθούν και για να μην παρεμποδίζουν το έργο του/της αισθητικού. Τα χρυσαφικά πρέπει να αφαιρούνται κατά την εφαρμογή μηχανημάτων (είναι καλύτερο να φυλάσσονται τα κοσμήματα αμέσως στην τσάντα του/της πελάτη/τισσας).

Ο/η αισθητικός προχωράει στην εφαρμογή ντεμακιγιάζ κατά τη διάρκεια της περιποίησης, υπάρχει επικοινωνία μεταξύ αισθητικού και πελάτη/τισσα .

Ο/η αισθητικός εξηγεί στον πελάτη τι κάνει και γιατί. Εάν πρόκειται για την πρώτη συνεδρία του πελάτη με μηχανήμα, ο/η αισθητικός προετοιμάζει τον πελάτη, περιγράφοντάς του την αίσθηση που θα νιώσει.



Εικόνα 2.2 Προετοιμασία πελάτη

## Ανακεφαλαίωση

Ο πελάτης καλωσορίζεται στο χώρο του εργαστηρίου με ένα πλατύ χαμόγελο και μια θερμή χειραψία. Για να γίνει η επιλογή της κατάλληλης περιποίησης, θα πρέπει να έχει προηγηθεί:

- Η συζήτηση με τον πελάτη στο ιδιαίτερο γραφείο
- Η λήψη του ιστορικού
- Η ανάλυση του δέρματος
- Ακολουθεί η προετοιμασία του πελάτη στο χώρο περιποίησης του προσώπου.

## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > A. Ερωτήσεις ανάπτυξης

1. Που χρησιμεύουν τα περιοδικά αισθητικής τα οποία υπάρχουν στον χώρο αναμονής του εργαστηρίου;
2. Ποια είναι η διαδικασία ανάλυσης δέρματος;
3. Τι πληροφορίες πρέπει να υπάρχουν στην καρτέλα ιστορικού του πελάτη;

### > B. Ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών

Επιλέξτε τη σωστή απάντηση. Μία μόνο είναι η σωστή.

1. Εάν χρειαστεί η εφαρμογή ατμού σε μια περιποίηση, η διαδικασία προετοιμασίας του γίνεται:  
Α. Αμέσως μετά το ντεμακιγιάζ του πελάτη  
Β. Τη στιγμή την οποία θα χρειαστεί  
Γ. Ο διακόπτης ανοίγεται αμέσως μόλις αρχίσει το ντεμακιγιάζ  
Δ. Αμέσως μετά την εφαρμογή πήλινγκ
2. Το μηχάνημα, που χρησιμεύει στην ανάλυση δέρματος είναι:  
Α. Το γαλβανικό  
Β. Η λάμπα του wood  
Γ. Το μηχάνημα ιονισμού  
Δ. Το φαραδικό

### > Γ. Ερωτήσεις συμπλήρωσης κενού

1. Εάν ο πελάτης έχει βηματοδότη, τότε δεν μπορεί να δεχτεί περιποιήσεις \_\_\_\_\_
2. Στο ιδιαίτερο γραφείο του/της αισθητικού, η συζήτηση με τον πελάτη εστιάζεται \_\_\_\_\_
3. Ο/η αισθητικός είναι έτοιμος να προτείνει το κατάλληλο πρόγραμμα περιποίησης όταν \_\_\_\_\_
4. Στον χώρο αναμονής, μπορεί να προσφέρονται \_\_\_\_\_

### > Γ. Εργασίες δραστηριότητες

1. Οι μαθητές/τριες χωρίζονται σε ομάδες των 2 ατόμων. Ο ένας θα είναι ο/η αισθητικός και ο άλλος ο πελάτης. Ο/η αισθητικός υποδέχεται τον πελάτη στο εργαστήριο. Καλωσορίζει τον πελάτη και προσπαθεί να τηρήσει τις αρχές που αφορούν στη σωστή συμπεριφορά.

2. Οι μαθητές/τριες προετοιμάζουν τον χώρο του εργαστηρίου και οργανώνουν τον εξοπλισμό και τα εργαλεία που χρειάζονται για την εφαρμογή ενυδάτωσης προσώπου με μηχανήμα.

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

3<sup>η</sup>

Χρήση μηχανημάτων σε περιποιήσεις προσώπου







## Κεφάλαιο 3.1

### Εισαγωγή

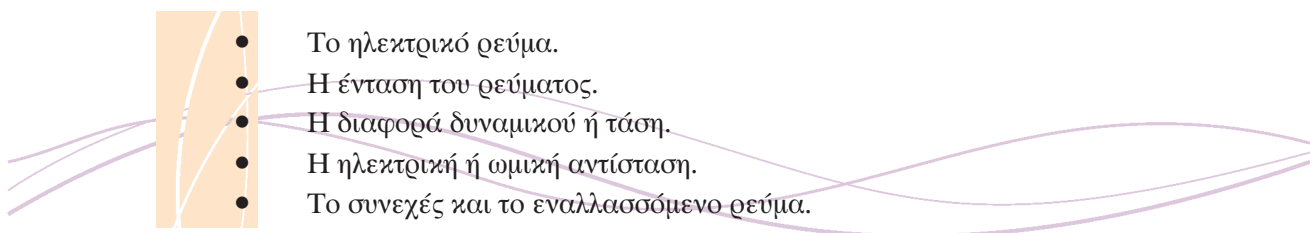
Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να λάβουν εισαγωγικές πληροφορίες για τα είδη των ρευμάτων που χρησιμοποιούνται στην αισθητική προσώπου καθώς επίσης να είναι σε θέση να γνωρίζουν την ακριβή θέση των μυών του προσώπου και των κινητικών τους σημείων.

Τα τελευταία χρόνια, η χρήση μηχανημάτων για περιποιήσεις προσώπου στην αισθητική παρουσιάζει έντονη αύξηση. Τα αποτελέσματά τους σε συνδυασμό με τον εντυπωσιασμό που προκαλούν στον πελάτη τα έχει κάνει απαραίτητα σε κάθε ινστιτούτο. Δημιουργείται όμως και ένα καινούργιο πεδίο γνώσης και πρακτικής εφαρμογής που πρέπει να γίνει γνωστό σε κάθε αισθητικό.

#### > Στοιχεία φυσικής του ηλεκτρισμού

Προκειμένου να γίνει κατανοητή η χρήση και η εφαρμογή των ηλεκτρικών ρευμάτων στις περιποιήσεις αισθητικής, είναι αναγκαίο να γίνει μία συνοπτική παρουσίαση των νόμων της φυσικής που έχουν να κάνουν με το ηλεκτρικό ρεύμα.

Οι βασικές έννοιες που θα χρησιμοποιηθούν στη συνέχεια είναι:



Η στοιχειώδης μονάδα ηλεκτρικού φορτίου είναι το ηλεκτρόνιο ( $e$ ). Το ηλεκτρόνιο είναι αρνητικά φορτισμένο και αποτελεί συστατικό της ύλης και κατ'επέκταση των αγωγών. Το φαινόμενο της ροής (κίνησης) των ηλεκτρονίων κατά μήκος ενός αγωγού ονομάζεται ηλεκτρικό ρεύμα.

Ως ένταση  $I$  του ρεύματος ορίζεται ο λόγος των ηλεκτρικών φορτίων  $Q$  που περνάνε από μία διατομή ενός αγωγού ανά μονάδα χρόνου  $t$ . Η μονάδα μέτρησης της έντασης του ρεύματος είναι το Ampere (A), του ηλεκτρικού φορτίου το Coulomb (Cb) και του χρόνου τα sec. Η ένταση του ηλεκτρικού ρεύματος δείχνει την ποσότητα των φορτίων που διέρχονται σε δεδομένο χρόνο από έναν αγωγό. Όσο πιο μεγάλη είναι η ποσότητα αυτή τόσο πιο μεγάλη είναι η ένταση του ηλεκτρικού ρεύματος.

$$I=Q/t$$

Το μέγεθος της ηλεκτρικής αντίστασης ενός αγωγού δείχνει πόση δυσκολία αντιμετωπίζουν τα φορτία κατά την κίνηση τους. Μεγαλύτερη αντίσταση σημαίνει μεγαλύτερη δυσκολία στην κίνηση των φορτίων. Τα μεγέθη της διαφορά δυναμικού  $V$  και της αντίστασης  $R$  συνδέονται μέσω του νόμου του Ohm, σύμφωνα με τον οποίο η αντίσταση ενός αγωγού είναι ανάλογη της διαφοράς δυναμικού και αντιστρόφως ανάλογη της έντασης του ρεύματος. Η μονάδα μέτρησης της ηλεκτρικής αντίστασης είναι το Ohm ( $\Omega$ ).

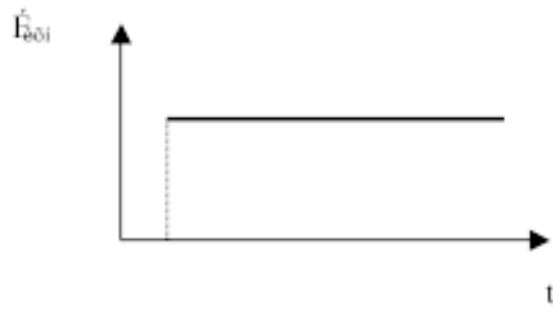
$$R=V/I$$

Υπάρχουν δύο είδη ηλεκτρικών ρευμάτων, το συνεχές και το εναλλασσόμενο. Όταν η κίνηση των φορτίων γίνεται συνεχώς προς την ίδια κατεύθυνση π.χ. από το θετικό προς τον αρνητικό πόλο μίας μπαταρίας, τότε ονομάζεται συνεχές. Αν τα φορτία κινούνται αλλάζοντας περιοδικά την κατεύθυνσή τους τότε το ρεύμα καλείται εναλλασσόμενο.

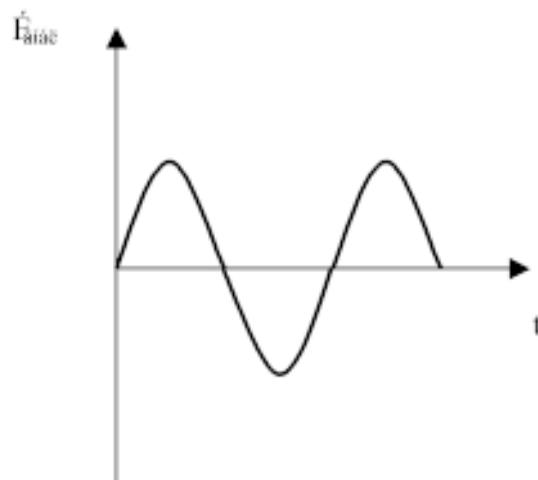
Τα παραπάνω φαίνονται καθαρά στα διαγράμματα έντασης προς χρόνο που ακολουθούν.



### ΔΙΑΓΡΑΜΜΑΤΑ ΕΝΤΑΣΗΣ - ΧΡΟΝΟΥ



Εικόνα 3.1 Συνεχές ρεύμα



Εικόνα 3.2 Εναλλασσόμενο ρεύμα

### > Κινητικά σημεία μυών

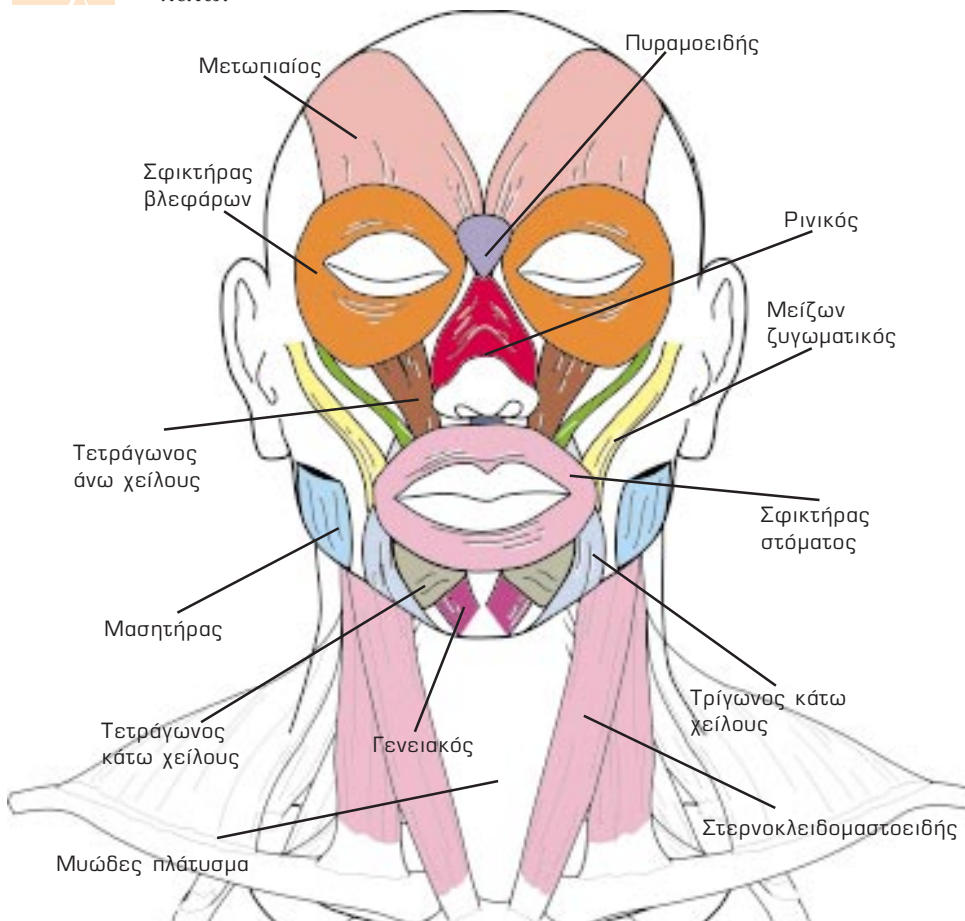
Οι κυριότεροι μύες του προσώπου φαίνονται στην εικόνα 3.3 και είναι οι:

- **Ο μετωπιαίος** που καταφύεται στο δέρμα των φρυδιών και προκαλεί την έκφραση της έκπληξης
- **Ο πυραμοειδής** που βρίσκεται ανάμεσα στους δύο μετωπιαίους και προκαλεί τη συνοφρύωση και το τράβηγμα του δέρματος της μύτης προς τα επάνω.
- **Ο σφιγκτήρας** των βλεφάρων ο οποίος κλείνει τα βλέφαρα και αποχετεύει τα δάκρυα.
- **Ο ρινικός** που καταφύεται στο δέρμα της μύτης.
- **Ο τετράγωνος** του άνω χείλους δίνει έκφραση περιφρόνησης
- **Ο μείζων ζυγωματικός** προκαλεί την ανόρθωση του δέρματος στο χαμόγελο
- **Ο τρίγωνος του κάτω χείλους** τραβά το κάτω χείλος προς τα κάτω προκαλώντας έκφραση λύπης
- **Ο τετράγωνος του κάτω χείλους** τραβά προς τα πλάγια δίνοντας την έκφραση της ειρωνείας
- **Ο γενειακός** δίδει έκφραση απορίας
- **Ο γελαστήριος** προκαλεί το σαρδόνιο γέλιο
- **Ο βυκανίτης** είναι υπεύθυνος για το φύσημα
- **Ο μασητήρας**, ο οποίος εκφύεται από το ζυγωματικό
- **Ο κροταφικός**, οποίος εκφύεται από το κροταφικό οστό.

Στις περιποιήσεις προσώπου συμμετέχουν και κάποιοι από τους μύες του τραχήλου, οι κυριότεροι των οποίων είναι:

- **Ο στερνοκλειδομαστοειδής**, ο οποίος εκφύεται από το στήρνο και την άκρη της κλείδας και καταφύεται στη μαστοειδή απόφυση του ινιακού οστού του κρανίου. Έτσι σύσπαση του ενός κάμπτει την κεφαλή προς το σύστοιχο ώμο, ενώ δίνει και στροφή της κεφαλής προς την αντίθετη μεριά, ενώ ταυτόχρονη σύσπαση των δύο προκαλούν έκταση της κεφαλής.

- **Το μυώδες πλάτυσμα** εκφύεται από τις πάνω πλευρές και καταφύεται στην κάτω γνάθο και το δέρμα του κάτω χείλους. Σύσπασή του ζαρώνει το δέρμα στο λαιμό, τραβά την γνάθο και το χείλος προς τα κάτω.



Εικόνα 3.3 Οι μύες του προσώπου

> Κατηγορίες μηχανημάτων

Στην αισθητική χρησιμοποιείται πληθώρα μηχανημάτων για περιποιήσεις προσώπου. Τα πλέον χρησιμοποιούμενα είναι το μηχάνημα του ιονισμού και του φαραδικού ρεύματος (μυοπαθητική γυμναστική). Στις επόμενες ενότητες θα γίνει περιγραφή της χρήσης και της λειτουργίας αυτών των μηχανημάτων.



Εικόνα 3.4 Μηχάνημα φαραδικού ρεύματος



Εικόνα 3.5 Μηχάνημα ιονισμού

## Ανακεφαλαίωση

Το ηλεκτρικό ρεύμα μπορεί να προσδιοριστεί ως η κίνηση των ηλεκτρονίων σε ένα αγωγό. Η ένταση του ηλεκτρικού ρεύματος δείχνει την πυκνότητα των ηλεκτρικών φορτίων που διέρχονται από την διατομή ενός αγωγού στη μονάδα του χρόνου και μετράται σε Ampere.

Οι κυριότεροι μύες του προσώπου είναι:

- Ο μετωπιαίος
- Ο πυραμοειδής
- Ο σφιγκτήρας των βλεφάρων
- Ο ρινικός.
- Ο τετράγωνος
- Ο μείζων ζυγωματικός
- Ο τρίγωνος του κάτω χείλους
- Ο τετράγωνος του κάτω χείλους
- Ο γενειακός
- Ο γελαστήριος
- Ο βυκανίτης
- Ο μασητήρας.
- Ο κροταφικός
- Ο στερνοκλειδομαστοειδής
- Το μυώδες πλάτυσμα

Τα κινητικά σημεία των μυών αυτών είναι τα σημεία στα οποία τα νεύρα που νευρώνουν τους μύες βρίσκονται πιο κοντά στην επιφάνεια και η γνώση τους κρίνεται απαραίτητη.

## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > A. Ερωτήσεις ανάπτυξης

1. Δώστε τον ορισμό της έντασης του ηλεκτρικού ρεύματος.
2. Τι είναι ωμική αντίσταση και ποιος είναι ο νόμος του Ohm;
3. Ποιοι είναι οι κυριότεροι μυς του προσώπου και τι προκαλεί η σύσπασή τους;
4. Τι ορίζεται ως κινητικό σημείο μυός και τι προκαλείται με τον ερεθισμό του;

### > B. Ερωτήσεις σωστού λάθους

Συμπληρώστε με Σ για το σωστό και Λ για το λάθος τις παρακάτω προτάσεις:

- ☐ 1. Ο γενειακός δίδει έκφραση απορίας.
- ☐ 2. Μονάδα μέτρησης της αντίστασης είναι το Ampere.
- ☐ 3. Το κινητικό σημείο του μετωπιαίου δεν βρίσκεται πάνω στο μυ.
- ☐ 4. Ο τρίγωνος του κάτω χείλους τραβά το κάτω χείλος προς τα κάτω προκαλώντας έκφραση λύπης.
- ☐ 5. Ο τετράγωνος του κάτω χείλους τραβά προς τα πλάγια δίνοντας την έκφραση της ειρωνείας.

### > Γ. Ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών

Επιλέξτε τη σωστή απάντηση. Μία μόνο είναι η σωστή.

1. Ο μετωπιαίος μυς κατά τη σύσπασή του προκαλεί έκφραση:  
Α. Έκπληξης  
Β. Συνοφρύωσης  
Γ. Περιφρόνησης  
Δ. Λύπης
2. Ο πυραμοειδής μυς κατά τη σύσπασή του προκαλεί έκφραση:  
Α. Έκπληξης  
Β. Συνοφρύωσης  
Γ. Απορίας  
Δ. Λύπης



3. Ο τρίγωνος του κάτω χείλους κατά τη σύσπασή του προκαλεί έκφραση:
- A. Ειρωνείας
  - B. Συνοφρύωσης
  - Γ. Απορίας
  - Δ. Λύπης
4. Ο στερνοκλειδομαστοειδής μυς δεν προσφύεται σε ένα από τα παρακάτω οστά:
- A. Κλείδα
  - B. Στέρνο
  - Γ. Ινιακό
  - Δ. Κροταφικό
5. Η μονάδα μέτρησης της έντασης του ηλεκτρικού ρεύματος είναι το:
- A. Ampere
  - B. Volt
  - Γ. Coulomb
  - Δ. Ohm

## Εργαστηριακές Ασκήσεις

### ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΗ ΑΣΚΗΣΗ 1η

**ΤΙΤΛΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Εντοπισμός μυών και κινητικών τους σημείων.

**ΣΚΟΠΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Να γνωρίσουν οι μαθητές/τριες την ανατομική θέση των μυών του προσώπου επάνω στο πρόσωπό τους και να εντοπίσουν το κινητικό τους σημείο.

**> ΥΛΙΚΑ ΚΑΙ ΣΥΣΚΕΥΕΣ:**

Δερματογράφοι διαφόρων χρωμάτων.

**> ΣΤΑΔΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

A. Ο διδάσκων επιλέγει ένα / μία μαθητή/τρια ως μοντέλο και πραγματοποιεί επίδειξη σύμφωνα με τα παρακάτω στάδια:

1. Ζωγραφίζει με διαφορετικό χρώμα τους κυριότερους μύες του προσώπου.
2. Με μαύρο δερματογράφο σημειώνει μία τελεία στο κινητικό σημείο του κάθε μυ.

B. Στη συνέχεια η τάξη χωρίζεται σε ομάδες των δύο ατόμων και προχωρά σε εκτέλεση της ίδιας άσκησης ακολουθώντας τα ίδια βήματα.

Γ. Λύνονται τυχόν απορίες και τακτοποιείται το εργαστήριο.

## Φύλλο Αξιολόγησης

1. Σε ποια στάδια της άσκησης συναντήσατε δυσκολίες; Προτείνετε μεθόδους που θα σας βοηθήσουν να ξεπεράσετε τις δυσκολίες αυτές

[illegible]

B. ....

.....

.....

.....

.....

.....

Γ. ....



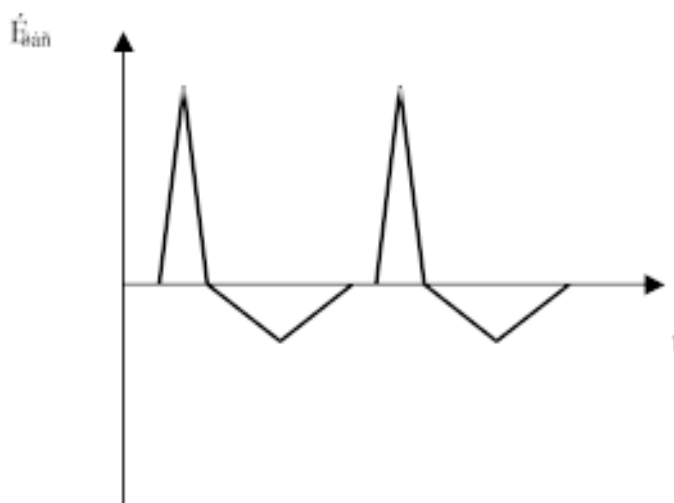
## Κεφάλαιο 3.2

### Μηχανήματα φαραδικού ρεύματος

Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να γνωρίσουν τα μηχανήματα φαραδικού ρεύματος και να είναι σε θέση να πραγματοποιούν εφαρμογή αυτών των μηχανημάτων.

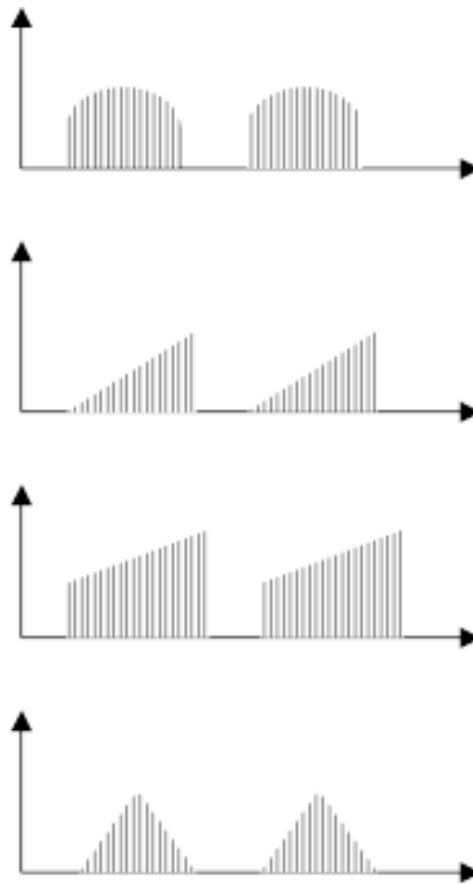
#### > Αρχή λειτουργίας

Το φαραδικό ρεύμα είναι ένα τροποποιημένο εναλλασσόμενο ρεύμα που αρχικά είχε τη μορφή που φαίνεται στην εικόνα 3.6.



Εικόνα 3.6 Φαραδικό ρεύμα

Στη συνέχεια βέβαια το ρεύμα αυτό τροποποιήθηκε και σήμερα με τον όρο φαραδικό εννοούμε ένα ρεύμα που στις περισσότερες των περιπτώσεων είναι παλμικό διακοπτόμενο. Μερικές κυματομορφές φαίνονται στην εικόνα 3.6.



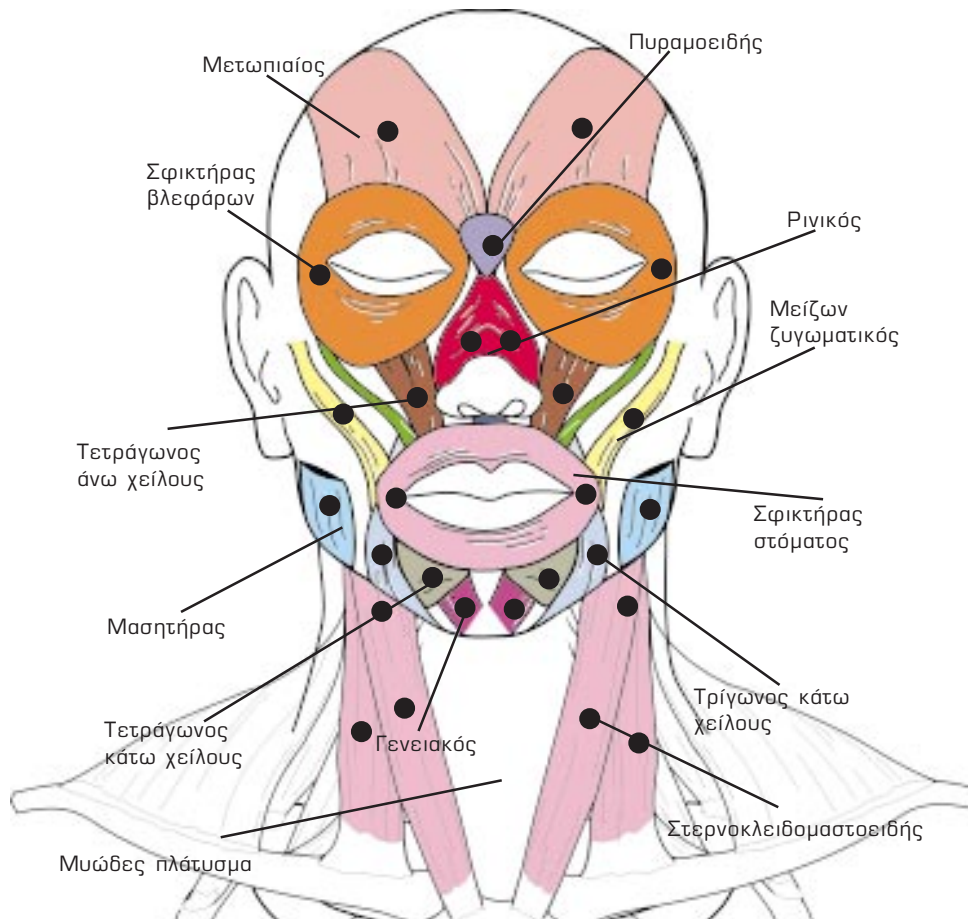
**Εικόνα 3.7** Κυματομορφές φαραδικού ρεύματος.  
Κάθε γραμμή αντιστοιχεί σε μια ώση.

Όταν εφαρμόζεται στο πρόσωπο ένα τέτοιο ρεύμα, το αίσθημα που δημιουργείται μοιάζει σαν ελαφρά τσιμπήματα από βελόνες. Αν η τοποθέτηση των ηλεκτροδίων έχει γίνει σωστά (στα κινητικά σημεία των μυών) έχουμε ερεθισμό των κινητικών νευρών και σύσπαση των αντίστοιχων μυών. Αυτό προκαλεί παθητική εκγύμναση των μυών προκαλώντας τα παρακάτω αποτελέσματα:



- Αιμάτωση της περιοχής
- Σύσφιξη των μυών
- Αίσθηση μηχανικού τεντώματος του προσώπου
- Μείωση του διαδερμικού φραγμού

Η αιμάτωση της περιοχής αυξάνεται τόσο λόγω του ερεθισμού των αισθητικών νεύρων (τσιμπήματα), όσο και λόγω της μεγάλης αιμάτωσης που προκαλείται από τη σύσπαση των μυών του προσώπου.



**Εικόνα 3.8** Κινητικά σημεία μυών προσώπου

Η κινητοποίηση των μυών προκαλεί ουσιαστικά την εκγύμνασή τους. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα την αύξηση του όγκου των μυών και την ενδυνάμωσή τους, που μεταφράζεται σε σφριγηλή και ανανεωμένη όψη στο δέρμα. Επιπλέον η τάση των μυών του προσώπου αυξάνεται. Επειδή οι περισσότεροι μύες του προσώπου εκφύονται ή καταφύονται στο δέρμα, το οπτικό αποτέλεσμα είναι η εμφάνιση τεντωμένου δέρματος.

Η αύξηση της αιμάτωσης στην περιοχή αυξάνει άμεσα την ενυδάτωση της επιδερμίδας. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα τη μείωση της αντίστασης εισόδου στο

δέρμα, που συναντούν οι διάφορες ουσίες (διαδερμικός φραγμός).

Όπως εύκολα μπορεί να καταλάβει κανείς τα μηχανήματα φαραδικού ρεύματος βρίσκουν καλή εφαρμογή για περιποιήσεις ώριμων δερμάτων και περιποιήσεις σύσφιξης και ενυδάτωσης όλων των άλλων τύπων.

Η γνώση της ανατομίας των μυών του προσώπου είναι απαραίτητη προϋπόθεση για την εφαρμογή φαραδικού ρεύματος.

Το καλύτερο αποτέλεσμα από την εφαρμογή το έχουμε όταν η εφαρμογή των ηλεκτροδίων γίνει επάνω **στα κινητικά σημεία των μυών**. Με άλλα λόγια είναι το σημείο εκείνο όπου παρατηρείται η μεγαλύτερη και η πιο επιφανειακή συγκέντρωση των νευρών που νευρώνουν το μυ. Όπως εύκολα διαπιστώνει κανείς, ο ερεθισμός του κινητικού σημείου προκαλεί σύσπαση μονάχα του μυ στον οποίο ανήκει. Τα κινητικά σημεία των μυών του προσώπου φαίνονται στην Εικ.3.8

**ΩΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟ ΣΗΜΕΙΟ ΟΡΙΖΕΤΑΙ ΤΟ ΣΗΜΕΙΟ ΠΑΝΩ ΣΤΟ ΔΕΡΜΑ ΣΤΟ ΟΠΟΙΟ ΤΟ ΚΥΡΙΟ ΝΕΥΡΙΚΟ ΣΤΕΛΕΧΟΣ ΕΙΣΕΡΧΕΤΑΙ ΜΕΣΑ ΣΤΟ ΜΥ**

#### > Χειρισμός μηχανημάτων

Τα περισσότερα μηχανήματα έχουν έτοιμες κυματομορφές τις οποίες αποδίδουν μέσω ενός διακόπτη. Συνήθως δε, έχουν προσδιορίσει τα αποτελέσματα της κάθε κυματομορφής και προσδιορίζουν στο φυλλάδιο χρήσης των μηχανημάτων ποιο είδος αποτελεσμάτων ή περιποίησης αντιστοιχεί σε κάθε θέση του διακόπτη. Ένας άλλος πολύ σημαντικός διακόπτης είναι αυτός της



Εικόνα 3.9\_Χειρισμός μηχανημάτων



ρύθμισης της έντασης του ρεύματος. Όσο πιο υψηλή είναι η ένταση που επιλέγουμε, τόσο πιο ισχυρή είναι η σύσπαση που προκαλείται και το αίσθημα του τσιμπήματος.

Πολλά μηχανήματα είναι εφοδιασμένα με χρονοδιακόπτη, ώστε να προεπιλέγεται ο χρόνος της συνεδρίας και να σταματάει αυτόματα η λειτουργία του μηχανήματος μετά το πέρας του χρόνου. Συνήθως στο σημείο αυτό υπάρχει και ηχητική ειδοποίηση για το πέρας της συνεδρίας. Τα ηλεκτροδία που συνοδεύουν τα μηχανήματα αυτά είναι ποικίλα.

### > Τοποθέτηση ηλεκτροδίων

Η τοποθέτηση των ηλεκτροδίων στο πρόσωπο είναι ίσως η πιο σημαντική διαδικασία της περιποίησης. Είναι φανερό πως η απόδοση της περιποίησης είναι ανάλογη της ορθότητας και της ακρίβειας της τοποθέτησης. Υπάρχουν δύο βασικοί τρόποι τοποθέτησης των ηλεκτροδίων:

- **Η διπολική εφαρμογή** είναι η πιο συχνά χρησιμοποιούμενη. Κατά αυτήν τοποθετούνται δύο όμοια ηλεκτροδία επάνω στο μυ που πρόκειται να ερεθιστεί. Είναι καλό το κινητικό σημείο του μυός να βρίσκεται ανάμεσα στην ευθεία που ορίζουν τα δύο αυτά ηλεκτροδία. Πολλά μηχανήματα δίνουν τη δυνατότητα ταυτόχρονης εφαρμογής σε διάφορους μύες του προσώπου. Αυτό αποτελεί πλεονέκτημα διότι αφενός μικραίνει ο χρόνος της εφαρμογής, αφετέρου τα αποτελέσματα που περιγράφηκαν στην προηγούμενη ενότητα είναι σαφώς εντονότερα. Αν η εφαρμογή γίνει σε όλους τους μύες του προσώπου η διάρκειά της κυμαίνεται από 15-25 λεπτά. Αν αντίθετα ερεθιστεί κάθε μυς ξεχωριστά τότε η εκγύμναση κάθε μυός διαρκεί 3-5 λεπτά.
- **Η μονοπολική εφαρμογή** είναι δυσκολότερη από τη διπολική και απαιτεί απόλυτη γνώση των κινητικών σημείων των μυών. Ένα μεγάλο ηλεκτρόδιο τοποθετείται μακριά από το μυ που πρόκειται να ερεθιστεί, συνήθως σε σημείο που δεν υπάρχουν μύες και στην ίδια πλευρά του σώματος με το μυ που θα ερεθιστεί. Με ένα μικρότερο ηλεκτρόδιο (σημειακό) ερεθίζεται το κινητικό σημείο του μυός. Η εφαρμογή διαρκεί μικρότερο χρόνο από τη διπολική γιατί η σύσπαση είναι σαφώς εντονότερη.

Είναι απαραίτητο να ελέγχεται η υγιεινή των ηλεκτροδίων και η ετοιμότητά τους για χρήση πριν από κάθε εφαρμογή. Τα στάδια που ακολουθούνται για μία περιποίηση με φαραδικό ρεύμα με διπολική εφαρμογή είναι τα εξής:

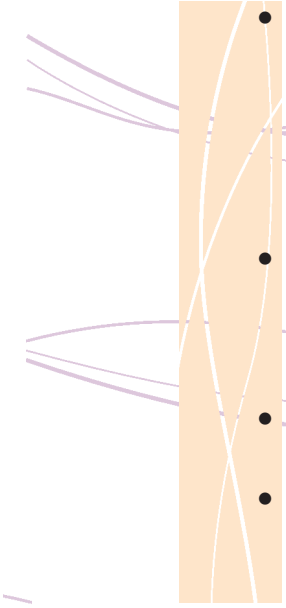
- Τοποθετούνται τα ηλεκτρόδια στα κατάλληλα σημεία στο πρόσωπο του πελάτη και γίνονται ενέργειες για τη σταθεροποίησή τους και την απόλυτη επαφή τους με το δέρμα.
- Τοποθετείται ο διακόπτης λειτουργίας στην θέση ON αφού έχει προηγουμένως εξασφαλιστεί η μηδενική ένδειξη στο διακόπτη ρύθμισης της έντασης.
- Γίνεται επιλογή της κατάλληλης κυματομορφής (προγράμματος) και ρυθμίζεται ο χρόνος εφαρμογής (αν το μηχάνημα δίνει αυτές τις δυνατότητες).
- Αυξάνεται σταδιακά η ένταση ώστε να μην ενοχλήσει η απότομη διέλευση ρεύματος τον πελάτη. Σταθεροποιείται η ένταση στο σημείο εκείνο όπου παρατηρείται σύσπαση των μυών χωρίς κίνηση.
- Όταν ολοκληρωθεί ο χρόνος της συνεδρίας μηδενίζεται ο διακόπτης έντασης, τοποθετείται ο διακόπτης λειτουργίας στο OFF και μόνον τότε αφαιρούνται τα ηλεκτρόδια.

Η τήρηση της σειράς των βημάτων αυτών αποκλείει το ενδεχόμενο λανθασμένης εφαρμογής και ανεπιθύμητης αντίδρασης του πελάτη.

#### > Αντενδείξεις

Είναι πάρα πολύ σημαντικό να γίνεται έλεγχος κατά τη λήψη του ιστορικού για ύπαρξη αντενδείξεων στη χρήση μηχανημάτων φαραδικών ρευμάτων. Τέτοιες είναι:

- **Καρδιοπάθειες** και ειδικά η ύπαρξη μηχανικής βαλβίδας στην καρδιά. Η εφαρμογή φαραδικών ρευμάτων μπορεί να αποσυντονίσει τη βαλβίδα με μη αντιστρέψιμα αποτελέσματα. Αν και οι μύες του προσώπου καταλαμβάνουν μικρό ποσοστό των συνολικών μυών του σώματος η σύσπασή τους μπορεί να προκαλέσει φόρτιση στην καρδιακή λειτουργία.

- 
- **Μεταλλικά προθέματα** μπορεί να συγκεντρώσουν το ρεύμα πάνω τους αυξάνοντας κάθετα το αίσθημα του πόνου. Τα σφραγίσματα και οι μεταλλικές γέφυρες συνήθως δεν δημιουργούν τέτοια προβλήματα, ωστόσο η ύπαρξή τους πρέπει να λαμβάνεται σοβαρά υπόψη. Είναι τέλος απαραίτητη η αφαίρεση των μεταλλικών κοσμημάτων από την περιοχή εφαρμογής φαραδικού ρεύματος.
  - **Ο διαβήτης** πρέπει να ληφθεί σοβαρά υπόψη εξαιτίας των εκφυλιστικών αλλοιώσεων που προκαλεί στα αγγεία. Η αυξημένη αιμάτωση μπορεί να προκαλέσει σπάσιμο των αγγείων του προσώπου με τουλάχιστον δυσάρεστα αποτελέσματα.
  - Περιοχές με **δερματικές βλάβες ή αλλοιώσεις** αποτελούν αντένδειξη στην τοποθέτηση των ηλεκτροδίων επάνω τους.
  - Τέλος **ιστορικό επιληψίας** ή υπερβολικής νευρικής δραστηριότητας του ατόμου αποτελεί αντένδειξη για τον ερεθισμό των αισθητικών νεύρων (τσιμπήματα).

## Ανακεφαλαίωση

Τα φαραδικά ρεύματα χρησιμοποιούνται στις περιποιήσεις προσώπου, ώστε να επιτευχθεί ηλεκτρικός μυϊκός ερεθισμός. Η διαδικασία εφαρμογής είναι συγκεκριμένη και διαμορφώνεται έτσι ώστε να εξασφαλίσει την λειτουργικότητα, την ασφάλεια του πελάτη και την μέγιστη απόδοση. Ιδιαίτερη προσοχή πρέπει να δοθεί στις αντενδείξεις ώστε να εξασφαλιστεί η ασφάλεια της περιποίησης.

## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > A. Ερωτήσεις ανάπτυξης

1. Περιγράψτε τη διπολική εφαρμογή φαραδικού ρεύματος.
2. Ποια είναι τα στάδια που ακολουθούνται για μία περιποίηση με φαραδικό ρεύμα;
3. Ποιες είναι οι κυριότερες αντενδείξεις του φαραδικού ρεύματος;
4. Περιγράψτε τη μονοπολική εφαρμογή φαραδικού ρεύματος.
5. Αναφέρατε ομοιότητες και διαφορές διπολικής και μονοπολικής εφαρμογής.

### > B. Ερωτήσεις σωστού λάθους

Συμπληρώστε με Σ για το σωστό και Λ για το λάθος τις παρακάτω προτάσεις:

- ☐ 1. Στη διπολική εφαρμογή τοποθετούνται δύο ηλεκτρόδια επάνω στο μυ που πρόκειται να ερεθιστεί.
- ☐ 2. Στη μονοπολική εφαρμογή τοποθετείται σημειακό ηλεκτρόδιο μακριά από το μυ που πρόκειται να ερεθιστεί.
- ☐ 3. Η ύπαρξη βαλβίδας στη καρδιά αποτελεί αντένδειξη για χρήση φαραδικού ρεύματος στο πρόσωπο.
- ☐ 4. Το πρώτο πράγμα που γίνεται κατά την εφαρμογή φαραδικού ρεύματος, τοποθετείται ο διακόπτης λειτουργίας του μηχανήματος στη θέση ON.
- ☐ 5. Κατά τη διπολική εφαρμογή το ένα τουλάχιστον ηλεκτρόδιο τοποθετείται υποχρεωτικά στο κινητικό σημείο του μυ που πρόκειται να ερεθιστεί.

## Εργαστηριακές Ασκήσεις

### ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΗ ΑΣΚΗΣΗ 1η

**ΤΙΤΛΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Εντοπισμός κινητικών σημείων των μυών του προσώπου με χρήση μονοπολικής εφαρμογής φαραδικού ρεύματος.

**ΣΚΟΠΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Να είναι σε θέση οι μαθητές/τριες να εντοπίζουν τα κινητικά σημεία όλων των μυών του προσώπου και να τα ερεθίζουν με μονοπολική εφαρμογή.

#### > ΥΛΙΚΑ ΚΑΙ ΣΥΣΚΕΥΕΣ

- Γαλάκτωμα
- Λοσιόν
- Βαμβάκι κομμένο ή έτοιμα στρογγυλά βαμβάκια
- Χαρτομάντιλα
- Σφουγγαράκια
- Λεκάνη με χλιαρό καθαρό νερό
- Μηχάνημα φαραδικού ρεύματος με σημειακό ηλεκτρόδιο

#### > ΣΤΑΔΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

A. Ο διδάσκων επιλέγει ένα/μία μαθητή/τρια ως μοντέλο και πραγματοποιεί επίδειξη σύμφωνα με τα παρακάτω στάδια:

1. Προχωράει σε απλό καθαρισμό.
2. Κάνει διάγνωση δέρματος και λήψη ιστορικού για τυχόν αντενδείξεις.
3. Ερεθίζει τα κινητικά σημεία των μυών του προσώπου ώστε η σύσπασή τους να είναι ορατή. Τα στάδια εφαρμογής φαραδικού ρεύματος ακολουθούνται σχολαστικά.
4. Απαντά σε ερωτήσεις.

B. Στη συνέχεια η τάξη χωρίζεται σε ομάδες των δύο ατόμων και προχωρά σε εκτέλεση της ίδιας άσκησης ακολουθώντας τα ίδια βήματα.

Γ. Λύνονται τυχόν απορίες και τακτοποιείται το εργαστήριο

## Φύλλο Αξιολόγησης

1. Σε ποια στάδια της άσκησης συναντήσατε δυσκολίες; Προτείνετε μεθόδους που θα σας βοηθήσουν να ξεπεράσετε τις δυσκολίες αυτές

A. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

B. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

Γ. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

2. Ποιο στάδιο θεωρείτε ότι πραγματοποιήσατε καλύτερα από τα άλλα;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

3. Ποιο στάδιο θεωρείτε το σημαντικότερο και γιατί;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## Εργαστηριακές Ασκήσεις

### ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΗ ΑΣΚΗΣΗ 2η

**ΤΙΤΛΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Διπολική εφαρμογή φαραδικού ρεύματος στο πρόσωπο.

**ΣΚΟΠΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Να γνωρίσουν οι μαθητές/τριες την περιποίηση φαραδικού ρεύματος στο πρόσωπο και να είναι σε θέση να την πραγματοποιούν.

#### > ΥΛΙΚΑ ΚΑΙ ΣΥΣΚΕΥΕΣ

- Γαλάκτωμα
- Λοσιόν
- Βαμβάκι κομμένο ή έτοιμα στρογγυλά βαμβάκια
- Χαρτομάντιλα
- Σφουγγαράκια
- Λεκάνη με χλιαρό καθαρό νερό
- Μηχάνημα φαραδικού ρεύματος με ηλεκτρόδια για όλο το πρόσωπο

#### > ΣΤΑΔΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

A. Ο διδάσκων επιλέγει ένα / μία μαθητή/τρια ως μοντέλο και πραγματοποιεί επίδειξη σύμφωνα με τα παρακάτω στάδια:

1. Προχωράει σε απλό καθαρισμό.
2. Κάνει διάγνωση δέρματος και λήψη ιστορικού για τυχόν αντενδείξεις.
3. Προχωρά σε εφαρμογή φαραδικού ρεύματος. Τα στάδια εφαρμογής φαραδικού ρεύματος ακολουθούνται σχολαστικά.
4. Απαντά σε ερωτήσεις.

B. Στη συνέχεια η τάξη χωρίζεται σε ομάδες των δύο ατόμων και προχωρά σε εκτέλεση της ίδιας άσκησης ακολουθώντας τα ίδια βήματα.

Γ. Λύνονται τυχόν απορίες και τακτοποιείται το εργαστήριο.



## Φύλλο Αξιολόγησης

1. Σε ποια στάδια της άσκησης συναντήσατε δυσκολίες; Προτείνετε μεθόδους που θα σας βοηθήσουν να ξεπεράσετε τις δυσκολίες αυτές

A. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

B. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

Γ. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

2. Ποιο στάδιο θεωρείτε ότι πραγματοποιήσατε καλύτερα από τα άλλα;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

3. Ποιο στάδιο θεωρείτε το σημαντικότερο και γιατί;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....



## Κεφάλαιο 3.3

### Μηχανήματα ιονισμού

Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να γνωρίσουν τα μηχανήματα ιονισμού και να είναι σε θέση να πραγματοποιούν εφαρμογή αυτών των μηχανημάτων.

#### > Αρχή λειτουργίας

Το ρεύμα που χρησιμοποιείται στην περιποίηση του ιονισμού είναι το συνεχές ρεύμα (βλ. εισαγωγή). Η κυριότερη λειτουργία των μηχανημάτων αυτών είναι η ιοντοφόρηση. Πρόκειται για μία διαδικασία εισαγωγής ιονισμένων ουσιών στο εσωτερικό του δέρματος. Πέραν όμως της σημαντικής αυτής διαδικασίας η εφαρμογή συνεχούς ηλεκτρικού ρεύματος στο δέρμα προκαλεί ποικίλες αντιδράσεις ανάλογα με τον πόλο που χρησιμοποιείται (θετικός ή αρνητικός). Οι βασικότερες αντιδράσεις ανάλογα με την πολικότητα του δέρματος φαίνονται στον πίνακα που ακολουθεί.

ΘΕΤΙΚΟΣ ΠΟΛΟΣ	ΑΡΝΗΤΙΚΟΣ ΠΟΛΟΣ
Στυπτικές ιδιότητες και κλείσιμο των πόρων.	Μαλακώνει τους ιστούς και άνοιγμα των πόρων.
Όξινη αντίδραση που πιθανόν σχετίζεται με μικροβιοκτόνο δράση.	Αλκαλική αντίδραση που προκαλεί διαλυτοποίηση (αλκαλοποίηση) του σμήγματος.
Αύξηση της ουδού του πόνου με αποτέλεσμα τη μείωση του αισθήματος του πόνου.	Μείωση της ουδού του πόνου με αποτέλεσμα την αύξηση του αισθήματος του πόνου.
Συστολή των αγγείων με αποτέλεσμα τη μείωση της αιματικής κυκλοφορίας.	Διαστολή των αγγείων με αποτέλεσμα την αύξηση της αιματικής κυκλοφορίας.

Με την ιοντοφόρηση μπορούμε να εισάγουμε ιονισμένες ουσίες στο δέρμα, οι οποίες χωρίς τη βοήθεια του γαλβανικού ρεύματος δεν θα ήταν δυνατό να περάσουν το διαδερμικό φραγμό. Κατά τη διαδικασία αυτή φορτίζεται το

πρόσωπο με θετικό ή αρνητικό φορτίο και ιονίζεται η προς μεταφορά ουσία με το αντίθετο φορτίο. Η ηλεκτρική ελκτική δύναμη που αναπτύσσεται ανάμεσα στο σώμα και την ιονισμένη ουσία ξεπερνά το φραγμό του δέρματος. Με τον τρόπο αυτό εισάγονται ουσίες που θα ήταν αδύνατο να εισαχθούν διαφορετικά.

Τέλος μια πολύ χρήσιμη διαδικασία με χρήση ιονισμού είναι η διαλυτοποίηση του σμήγματος. Το προς ιονισμό μίγμα είναι αλατόνερο σε συγκέντρωση 5%W/V.



Εικόνα 3.10 Μηχάνημα ιονισμού

Ο σχηματισμός καυστικού νατρίου στον αρνητικό πόλο σαπουνοποιεί το σμήγμα με αποτέλεσμα την εύκολη αφαίρεση του.

### > Προϊόντα ιονισμού

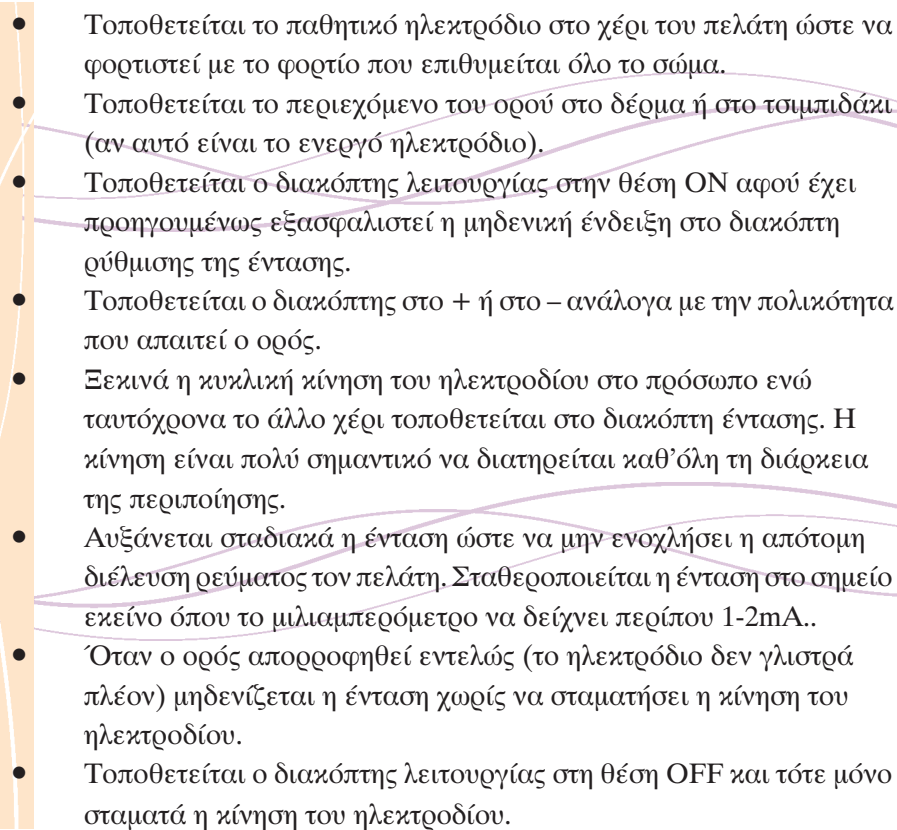
Τα προϊόντα ιονισμού είναι υδατικά κυρίως διαλύματα τα οποία περιέχουν ουσίες είτε σε μορφή ιόντων είτε χημικά επεξεργασμένες ώστε να ιονίζονται. Τέτοια στοιχεία είναι κάποιες βιταμίνες, αμινοξέα ή μικρές πεπτιδικές αλυσίδες, αλλά και μεγαλομόρια όπως κολλαγόνο, πρωτεολυτικά και άλλα ένζυμα κ.α. Το μεγάλο μέγεθος αυτών των ουσιών καθιστά δύσκολη την απορρόφησή τους από το δέρμα ακόμα και με τη βοήθεια του ιονισμού. Δεν είναι λίγοι αυτοί που υποστηρίζουν ότι μόρια όπως το κολλαγόνο είναι τόσο μεγάλα, ώστε είναι αδύνατο να διαπεράσουν το διαδερμικό φραγμό. Η έρευνα στον τομέα αυτό είναι φτωχή, ενώ αν γίνει επεξεργασία των μεγαλομορίων, ώστε να κοπούν σε μικρότερα κομμάτια, ίσως λύσουν το πρόβλημα αυτό. Το βέβαιο είναι πως εφόσον ένα μόριο είναι ικανό να ιονιστεί, η ταχύτητα διείσδυσης του στο δέρμα με τη χρήση της ιοντοφόρησης αυξάνεται.

Η διαδικασία κατά την οποία ένα προϊόν ιονίζεται στον θετικό πόλο του ιονισμού ονομάζεται καθιοδερμία. Αντίθετα όταν ιονίζεται στον αρνητικό πόλο

καλείται ανιοδερμία. Η αναγραφή του πόλου στον οποίο ιονίζονται οι διάφορες ουσίες στις συσκευασίες των προϊόντων ιονισμού είναι απαραίτητη ώστε να επιλεγθεί η σωστή διαδικασία.

### > Χειρισμός μηχανημάτων

Τα περισσότερα μηχανήματα ιονισμού έχουν μιλιαμπερόμετρο ώστε να μετράται η ένταση του ρεύματος που διέρχεται από το δέρμα. Η ένταση αυτή δεν θα πρέπει να ξεπερνάει τα 3mA. Σε περιποίηση ιοντοφόρεσης ακολουθούνται τα εξής βήματα:

- 
- Τοποθετείται το παθητικό ηλεκτρόδιο στο χέρι του πελάτη ώστε να φορτιστεί με το φορτίο που επιθυμείται όλο το σώμα.
  - Τοποθετείται το περιεχόμενο του ορού στο δέρμα ή στο τσιμπιδάκι (αν αυτό είναι το ενεργό ηλεκτρόδιο).
  - Τοποθετείται ο διακόπτης λειτουργίας στην θέση ON αφού έχει προηγουμένως εξασφαλιστεί η μηδενική ένδειξη στο διακόπτη ρύθμισης της έντασης.
  - Τοποθετείται ο διακόπτης στο + ή στο – ανάλογα με την πολικότητα που απαιτεί ο ορός.
  - Ξεκινά η κυκλική κίνηση του ηλεκτροδίου στο πρόσωπο ενώ ταυτόχρονα το άλλο χέρι τοποθετείται στο διακόπτη έντασης. Η κίνηση είναι πολύ σημαντικό να διατηρείται καθ'όλη τη διάρκεια της περιποίησης.
  - Αυξάνεται σταδιακά η ένταση ώστε να μην ενοχλήσει η απότομη διέλευση ρεύματος τον πελάτη. Σταθεροποιείται η ένταση στο σημείο εκείνο όπου το μιλιαμπερόμετρο να δείχνει περίπου 1-2mA..
  - Όταν ο ορός απορροφηθεί εντελώς (το ηλεκτρόδιο δεν γλιστρά πλέον) μηδενίζεται η ένταση χωρίς να σταματήσει η κίνηση του ηλεκτροδίου.
  - Τοποθετείται ο διακόπτης λειτουργίας στη θέση OFF και τότε μόνο σταματά η κίνηση του ηλεκτροδίου.

Η κίνηση των ηλεκτροδίων είναι συνεχής, κυκλική και γίνεται προσπάθεια να περάσουν από όλο το πρόσωπο, με τον ίδιο χρόνο εφαρμογής. Αν για κάποιο λόγο σταματήσει η κίνηση του ηλεκτροδίου, το ρεύμα συσσωρεύεται στο σημείο αυτό και είναι πολύ πιθανό να δημιουργήσει έγκαυμα.

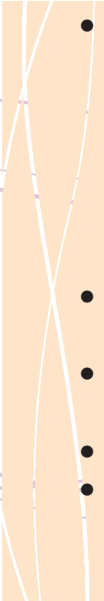
Σε περίπτωση που επιθυμείται η χρήση του θετικού ή του αρνητικού πόλου

χωρίς προσθήκη ορού, είναι απαραίτητο το δέρμα να διαβρέχεται με φυσιολογικό ορό ώστε να μην εμποδίζεται η κίνηση των ηλεκτροδίων.

Σε μηχανήματα στα οποία χρησιμοποιούνται προσωπεία από ηλεκτρόδια - σφουγγάρια, είναι πολύ σημαντικό να ελέγχεται η σωστή διαβροχή όλου του ηλεκτροδίου ώστε να μην υπάρξουν φαινόμενα συσσώρευσης του ρεύματος σε μικρές περιοχές. Αν η τοποθέτηση γίνει σωστά το ρεύμα διασπείρεται σε πολύ μεγάλη επιφάνεια και ο κίνδυνος εγκαύματος ελαχιστοποιείται. Είναι πολύ σημαντική η παρουσία του/της αισθητικού καθ'όλη τη διάρκεια της περιποίησης, ώστε μόλις υπάρξει ενόχληση να διακοπεί η θεραπεία. Δεν είναι λίγα τα άτομα που θεωρούν το αίσθημα του πόνου καλό σημάδι για μεγιστοποίηση του αποτελέσματος της περιποίησης. Είναι αναγκαίο λοιπόν να γίνεται σαφές ότι η ενόχληση από το ρεύμα μπορεί να σημαίνει ότι δημιουργείται έγκαυμα σε εκείνο το σημείο και η ενημέρωση του/της αισθητικού είναι απολύτως απαραίτητη.

### > Αντενδείξεις

Οι κυριότερες αντενδείξεις του ιονισμού είναι:

- 
- **Μεταλλικά προθέματα** μπορεί να συγκεντρώσουν το ρεύμα πάνω τους με κίνδυνο να προκληθεί έγκαυμα. Τα σφραγίσματα και οι μεταλλικές γέφυρες συνήθως δεν δημιουργούν τέτοια προβλήματα, αλλά δημιουργούν αίσθηση έντονης μεταλλικής γεύσης στο στόμα. Ωστόσο η ύπαρξή τους πρέπει να λαμβάνεται σοβαρά υπόψη. Είναι τέλος απαραίτητη η αφαίρεση των μεταλλικών κοσμημάτων από την περιοχή εφαρμογής γαλβανικού ρεύματος.
  - Περιοχές με **δερματικές βλάβες ή αλλοιώσεις** αποτελούν αντένδειξη στην τοποθέτηση των ηλεκτροδίων επάνω τους.
  - **Αλλεργικές αντιδράσεις** μπορεί να προκληθούν αν το άτομο είναι αλλεργικό σε κάποια από τις ουσίες που ιοντοφορούνται.
  - **Ευρυαγγείες και ευαίσθητα δέρματα.**
  - Τέλος, **ιστορικό επιληψίας** ή υπερβολικής νευρικής νευρικότητας του ατόμου αποτελεί αντένδειξη για τον ερεθισμό των αισθητικών νεύρων (τσιμπήματα).

## Ανακεφαλαίωση

Τα μηχανήματα ιοντοφόρεσης ή γαλβανικού ρεύματος χρησιμοποιούν συνεχές ρεύμα. Ο κύριος ρόλος τους είναι η διείσδυση ουσιών μέσω της διαδικασίας της ιοντοφόρεσης. Πέρα από αυτή τη λειτουργία, η χρήση γαλβανικών ρευμάτων αποδίδει διάφορα ευνοϊκά αποτελέσματα ανάλογα με την πολικότητα που χρησιμοποιείται. Η διαδικασία εφαρμογής είναι συγκεκριμένη και διαμορφώνεται έτσι ώστε να εξασφαλίσει την λειτουργικότητα, την ασφάλεια του πελάτη και την μέγιστη απόδοση. Ιδιαίτερη προσοχή πρέπει να δοθεί στις αντενδείξεις ώστε να εξασφαλιστεί η ασφάλεια της περιποίησης.

## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > Α. Ερωτήσεις ανάπτυξης

1. Ποια είναι τα στάδια που ακολουθούνται για μία περιποίηση με ιονισμό;
2. Ποιες είναι οι αντενδείξεις για τη χρήση γαλβανικού ρεύματος;
3. Αναφέρατε μερικά προϊόντα ιονισμού.
4. Γιατί η συνεχόμενη κίνηση των ηλεκτροδίων στην περιποίηση με ιονισμό είναι απαραίτητη;

### > Β. Ερωτήσεις αντιστοίχισης

Αντιστοιχήστε τα περιεχόμενα του πίνακα 1 σε αυτά του πίνακα 2.

ΠΙΝΑΚΑΣ 1	ΠΙΝΑΚΑΣ 2
A. Στυπτικές ιδιότητες και κλείσιμο των πόρων.	1. ΘΕΤΙΚΟΣ ΠΟΛΟΣ  2. ΑΡΝΗΤΙΚΟΣ ΠΟΛΟΣ
B. Όξινη αντίδραση που πιθανόν σχετίζεται με μικροβιοκτόνο δράση.	
Γ. Μαλακώνει τους ιστούς και άνοιγμα των πόρων.	
Δ. Αλκαλική αντίδραση που προκαλεί διαλυτοποίηση (αλκαλοποίηση) του σμήγματος.	
Ε. Συστολή των αγγείων με αποτέλεσμα τη μείωση της αιματικής κυκλοφορίας	
ΣΤ. Διαστολή των αγγείων με αποτέλεσμα την αύξηση της αιματικής κυκλοφορίας	
Ζ. Αύξηση της ουδού του πόνου με αποτέλεσμα τη μείωση του αισθήματος του πόνου.	
Η. Μείωση της ουδού του πόνου με αποτέλεσμα την αύξηση του αισθήματος του πόνου.	



## Εργαστηριακές Ασκήσεις

### ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΗ ΑΣΚΗΣΗ 1η

**ΤΙΤΛΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Διαλυτοποίηση σμήγματος με μηχανήμα ιονισμού.

**ΣΚΟΠΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Να γνωρίσουν οι μαθητές/τριες την διαλυτοποίηση σμήγματος με μηχανήμα ιονισμού και να είναι σε θέση να την πραγματοποιούν.

#### > ΥΛΙΚΑ ΚΑΙ ΣΥΣΚΕΥΕΣ

- Γαλάκτωμα
- Λοσιόν
- Αλάτι ( $\text{NaCl}$ )
- Βαμβάκι κομμένο ή έτοιμα στρογγυλά βαμβάκια
- Χαρτομάντιλα
- Σφουγγαράκια
- Λεκάνη με χλιαρό καθαρό νερό
- Γυάλινο δοχείο με νερό
- Μηχάνημα ιονισμού

#### > ΣΤΑΔΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Α. Ο διδάσκων επιλέγει ένα / μία μαθητή/τρια ως μοντέλο και πραγματοποιεί επίδειξη σύμφωνα με τα παρακάτω στάδια:

1. Παρασκευάζει υδατικό διάλυμα χλωριούχου νατρίου περίπου 5% με την προσθήκη ενός κουταλιού του γλυκού αλάτι σε 100ml νερό μέσα στο γυάλινο δοχείο.
2. Προχωράει σε απλό καθαρισμό.
3. Κάνει διάγνωση δέρματος και λήψη ιστορικού για τυχόν αντενδείξεις.

4. Προχωράει σε εφαρμογή περιποίησης ιονισμού με το διάλυμα χλωριούχου νατρίου ακολουθώντας σχολαστικά τα στάδια εφαρμογής.
5. Απαντά σε ερωτήσεις.

Β. Στη συνέχεια η τάξη χωρίζεται σε ομάδες των δύο ατόμων και προχωρά σε εκτέλεση της ίδιας άσκησης ακολουθώντας τα ίδια βήματα.

Γ. Λύνονται τυχόν απορίες και τακτοποιείται το εργαστήριο.

## Φύλλο Αξιολόγησης

1. Σε ποια στάδια της άσκησης συναντήσατε δυσκολίες; Προτείνετε μεθόδους που θα σας βοηθήσουν να ξεπεράσετε τις δυσκολίες αυτές

A. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

B. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

Γ. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

2. Ποιο στάδιο θεωρείτε ότι πραγματοποιήσατε καλύτερα από τα άλλα;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

3. Ποιο στάδιο θεωρείτε το σημαντικότερο και γιατί;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## Εργαστηριακές Ασκήσεις

### ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΗ ΑΣΚΗΣΗ 2η

**ΤΙΤΛΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Ιοντοφόρηση ενυδατικής αμπούλας.

**ΣΚΟΠΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Να γνωρίσουν οι μαθητές/τριες την περιποίηση ιοντοφόρησης ενυδατικής αμπούλας και να είναι σε θέση να την πραγματοποιούν.

#### > ΥΛΙΚΑ ΚΑΙ ΣΥΣΚΕΥΕΣ

- Γαλάκτωμα
- Λοσιόν
- Ενυδατικός ορός (αμπούλα)
- Βαμβάκι κομμένο ή έτοιμα στρογγυλά βαμβάκια
- Χαρτομάντιλα
- Σφουγγαράκια
- Λεκάνη με χλιαρό καθαρό νερό
- Μηχάνημα ιονισμού

#### > ΣΤΑΔΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

A. Ο διδάσκων επιλέγει ένα / μία μαθητή/τρια ως μοντέλο και πραγματοποιεί επίδειξη σύμφωνα με τα παρακάτω στάδια:

1. Προχωράει σε απλό καθαρισμό.
2. Κάνει διάγνωση δέρματος και λήψη ιστορικού για τυχόν αντενδείξεις.
3. Προχωράει σε εφαρμογή περιποίησης ιοντοφόρησης της αμπούλας ακολουθώντας σχολαστικά τα στάδια εφαρμογής.
4. Απαντά σε ερωτήσεις.

B. Στη συνέχεια η τάξη χωρίζεται σε ομάδες των δύο ατόμων και προχωρά σε εκτέλεση της ίδιας άσκησης ακολουθώντας τα ίδια βήματα.

Γ. Λύνονται τυχόν απορίες και τακτοποιείται το εργαστήριο.

## Φύλλο Αξιολόγησης

1. Σε ποια στάδια της άσκησης συναντήσατε δυσκολίες; Προτείνετε μεθόδους που θα σας βοηθήσουν να ξεπεράσετε τις δυσκολίες αυτές

A. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

B. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

Γ. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

2. Ποιο στάδιο θεωρείτε ότι πραγματοποιήσατε καλύτερα από τα άλλα;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

3. Ποιο στάδιο θεωρείτε το σημαντικότερο και γιατί;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## **ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΗ ΑΣΚΗΣΗ 3η**

**ΤΙΤΛΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Περιποίηση έντονης σύσφιξης.

**ΣΚΟΠΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Να γνωρίσουν οι μαθητές/τριες μία περιποίηση έντονης σύσφιξης προσώπου και να είναι σε θέση να την πραγματοποιούν.

### **> ΥΛΙΚΑ ΚΑΙ ΣΥΣΚΕΥΕΣ**

- Γαλάκτωμα
- Λοσιόν
- Γομώδες απολεπιστικό προϊόν
- Κρέμα μάλαξης
- Ενυδατική μάσκα
- Κρέμα ημέρας
- Αντηλιακή
- Ενυδατικός ορός (αμπούλα)
- Βαμβάκι κομμένο ή έτοιμα στρογγυλά βαμβάκια
- Χαρτομάντιλα
- Σφουγγαράκια
- Λεκάνη με χλιαρό καθαρό νερό
- Μηχάνημα ιονισμού
- Μηχάνημα φαραδικού ρεύματος

### **> ΣΤΑΔΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

Α. Ο διδάσκων επιλέγει ένα / μία μαθητή/τρια ως μοντέλο και πραγματοποιεί επίδειξη σύμφωνα με τα παρακάτω στάδια:

1. Προχωράει σε απλό καθαρισμό.

2. Κάνει διάγνωση δέρματος και λήψη ιστορικού για τυχόν αντενδείξεις.
3. Προχωρά σε εφαρμογή γομώδους απολεπιστικού προϊόντος.
4. Προχωράει σε εφαρμογή περιποίησης ιοντοφόρεσης της αμπούλας ακολουθώντας σχολαστικά τα στάδια εφαρμογής.
5. Εφαρμόζει μάλαξη προσώπου.
6. Προχωρά σε εφαρμογή φαραδικού ρεύματος. Τα στάδια εφαρμογής φαραδικού ρεύματος ακολουθούνται σχολαστικά.
7. Εφαρμόζει ενυδατική μάσκα.
8. Εφαρμόζει κρέμα ημέρας ή και αντηλιακή.
9. Απαντά σε ερωτήσεις.

Β. Στη συνέχεια η τάξη χωρίζεται σε ομάδες των δύο ατόμων και προχωρά σε εκτέλεση της ίδιας άσκησης ακολουθώντας τα ίδια βήματα.

Γ. Λύνονται τυχόν απορίες και τακτοποιείται το εργαστήριο .

## Φύλλο Αξιολόγησης

1. Σε ποια στάδια της άσκησης συναντήσατε δυσκολίες; Προτείνετε μεθόδους που θα σας βοηθήσουν να ξεπεράσετε τις δυσκολίες αυτές

A. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

B. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

Γ. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

2. Ποιο στάδιο θεωρείτε ότι πραγματοποιήσατε καλύτερα από τα άλλα;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

3. Ποιο στάδιο θεωρείτε το σημαντικότερο και γιατί;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....



# 4η

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

Ενυδράτωση προσώπου





## Κεφάλαιο 4.1

### Εισαγωγή

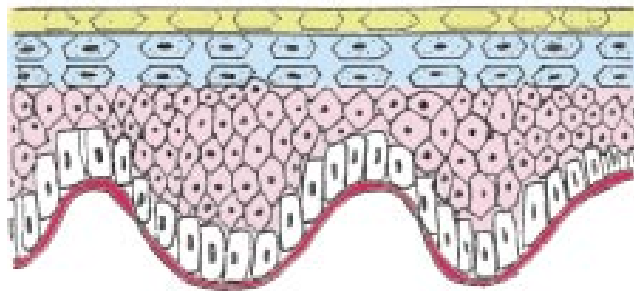
Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να λάβουν εισαγωγικές πληροφορίες για τη διαδικασία ενυδάτωσης της επιδερμίδας.

Η ενυδάτωση της επιδερμίδας είναι ένα από τα πιο σημαντικά κομμάτια της αισθητικής επιστήμης. Για την κατανόηση της αναγκαιότητας των περιποιήσεων ενυδάτωσης, θα πρέπει αρχικά να γίνουν κατανοητοί οι μηχανισμοί με τους οποίους το νερό συγκρατείται στην επιδερμίδα και φεύγει από αυτήν. Τέλος θα γίνουν γνωστά τα μέσα με τα οποία ο/η αισθητικός μπορεί να επέμβει στη διαδικασία αυτή.

#### > Στοιχεία ανατομίας και φυσιολογίας της επιδερμίδας

Η επιδερμίδα αποτελείται από πέντε στιβάδες (Εικόνα 4.1.1), που από μέσα προς τα έξω είναι:

- α) Βασική ή μητρική
- β) Μαλπιγιανή ή ακανθωτή
- γ) Κοκκιώδης ή κοκκιώδης
- δ) Διαυγής (μόνο στα πέλματα και στις παλάμες)
- ε) Κεράτινη

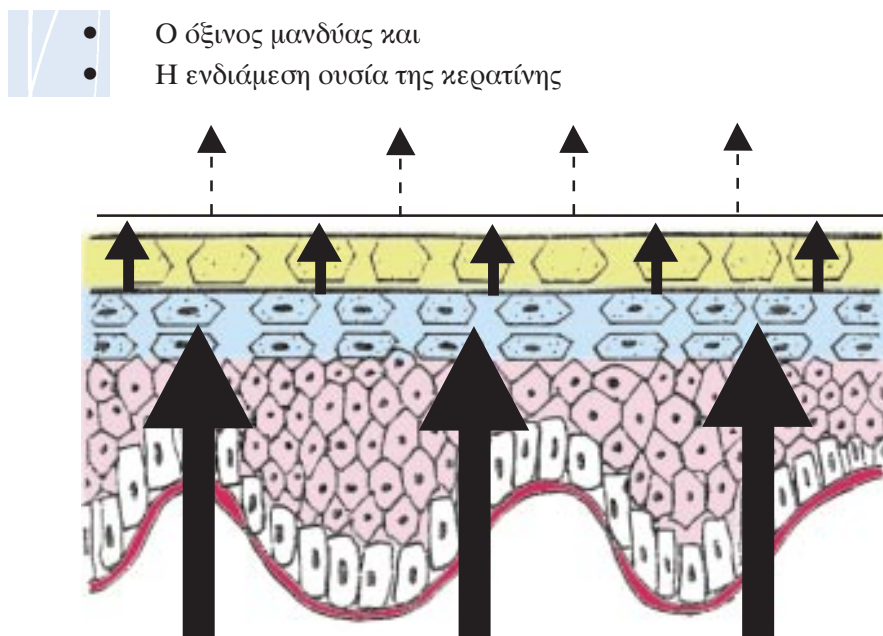


Εικόνα 4.1 Στιβάδες επιδερμίδας

Η διαδικασία της κερατινοποίησης είναι η κύρια λειτουργία της επιδερμίδας. Κατά τη διαδικασία αυτή τα κύτταρα της βασικής στιβάδας μετατρέπονται σε αποπεπλανωμένα κύτταρα χωρίς πυρήνα και καταλήγουν τελικά στην κεράτινη στιβάδα. Η διαδικασία αυτή διαρκεί περίπου δύο εβδομάδες σε ένα φυσιολογικό δέρμα.

#### > Υγρασία επιδερμίδας

Η υγρασία της μητρικής στιβάδας βρίσκεται περίπου στο 70% σε φυσιολογικές συνθήκες. Η υγρασία αυτή προέρχεται από τα αγγεία και τους ιστούς του χορίου και μεταφέρεται προς τα ανώτερα στρώματα της επιδερμίδας. Από εκεί το νερό διαφεύγει προς την ατμόσφαιρα με αποτέλεσμα η υγρασία των στρωμάτων της επιδερμίδας όσο προχωράμε προς τα έξω να μειώνεται σταδιακά. Τελικά στα εξωτερικά στρώματα της κερατίνης στιβάδας, όπου υπάρχουν 4-5 σειρές νεκρών κερατινοκυττάρων, η υγρασία είναι μόλις 10 - 15%. Η πορεία αυτή φαίνεται σχηματικά στην εικόνα 4.2. Η φυσική αυτή πορεία της υγρασίας από το χόριο προς τη μητρική στιβάδα, από εκεί προς την κεράτινη και στη συνέχεια προς το περιβάλλον θα ήταν καταστροφική για την επιδερμίδα, αν δεν υπήρχαν φράγματα που εμποδίζουν ή τουλάχιστον επιβραδύνουν αυτό το φαινόμενο. Τα φράγματα αυτά είναι δύο:



Εικόνα 4.2 Πορεία υγρασίας

Με την παρουσία λοιπόν των φραγμάτων αυτών επιτυγχάνεται μια ισορροπία. Στη μια μεριά της ισορροπίας υπάρχει η ενυδάτωση της επιδερμίδας από τη μητρική στιβάδα και στην άλλη η εξάτμιση του νερού από την κεράτινη στιβάδα προς το περιβάλλον. Στο μέσο αυτής της ισορροπίας υπάρχουν τα δυο φράγματα σε ρόλο ρυθμιστή. Οποιοδήποτε σημείο της ισορροπίας αυτής διαταραχθεί μπορεί να δημιουργήσει πρόβλημα αφυδάτωσης.

Πριν γίνει περαιτέρω ανάπτυξη των φραγμάτων αυτών θα ήταν καλό να γίνει ανάλυση της κατάστασης που ονομάζουμε αφυδάτωση. Όταν λοιπόν η υγρασία της κεράτινης στιβάδας μειωθεί κάτω από 10% τότε το δέρμα γίνεται ξηρό και τραχύ, και παρουσιάζει σπασίματα από συσσωματώματα νεκρών κερατινοκυττάρων, που είναι γνωστά ως λέπια. Αν η αφυδάτωση γενικευτεί τότε χάνεται και η υγρασία στο χόριο και το υπόδερμα, με αποτέλεσμα ο πάσχων να αισθάνεται τράβηγμα και έντονο κνησμό, ενώ μπορεί η κατάσταση να οδηγήσει μέχρι και σε εξελκώσεις. Ο διαχωρισμός μεταξύ ξηρότητας και αφυδάτωσης είναι σαφέστατος και γι' αυτό οι δύο καταστάσεις δεν πρέπει να συγχέονται.

**ΞΗΡΟΤΗΤΑ ΕΙΝΑΙ Η ΕΛΛΕΙΨΗ ΣΜΗΓΜΑΤΟΣ  
ΑΦΥΔΑΤΩΣΗ ΕΙΝΑΙ Η ΕΛΛΕΙΨΗ ΥΓΡΑΣΙΑΣ**

## Ανακεφαλαίωση

Η επιδερμίδα στη βασική της στιβάδα έχει 70% υγρασία, η οποία μειώνεται όσο προχωρούμε προς τα εξωτερικά στρώματα και έτσι στην κερατίνη στιβάδα είναι μόλις 10-15%. Όταν η υγρασία της κερατίνης στιβάδας πέσει κάτω από το 10% τότε η επιδερμίδα θεωρείται αφυδατωμένη. Για να μπορέσει να συγκρατήσει η επιδερμίδα την υγρασία της έχει δυο φυσικά φράγματα: τον όξινο μανδύα και την ενδιάμεση ουσία.

## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > A. Ερωτήσεις ανάπτυξης

1. Ποιες είναι οι στιβάδες της επιδερμίδας και ποιος ο ρόλος τους;
2. Ποια κατά τη γνώμη σας είναι η βασικότερη στιβάδα του δέρματος και γιατί;
3. Περιγράψτε την ισορροπία της μετακίνησης της υγρασίας της επιδερμίδας.
4. Πότε ένα δέρμα το χαρακτηρίζουμε αφυδατωμένο;

### > B. Ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών

Επιλέξτε τη σωστή απάντηση. Μία μόνο είναι η σωστή.

1. Ποια από τις παρακάτω στιβάδες έχει υγρασία 15% σε φυσιολογικές συνθήκες;  
Α. Βασική  
Β. Ακανθωτή  
Γ. Κεράτινη  
Δ. Κοκκώδης
2. Η υγρασία της επιδερμίδας προέρχεται από:  
Α. Το χόριο  
Β. Το περιβάλλον  
Γ. Τη βασική στιβάδα  
Δ. Το υπόδερμα
3. Ένα δέρμα είναι αφυδατωμένο όταν η υγρασία της κεράτινης στιβάδας είναι μικρότερη από:  
Α. 5%  
Β. 10%  
Γ. 15%  
Δ. 20%





## Κεφάλαιο 4.2

### Όξινος μανδύας

Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να γνωρίσουν την σύσταση και το ρόλο του όξινου μανδύα.

Ο όξινος μανδύας είναι το πρώτο επιφανειακό φράγμα και καλύπτει όλη την επιδερμίδα εξωτερικά.

#### > Σύσταση

Πρόκειται για ένα λεπτό υμένιο που αποτελείται από υδατικά και ελαιώδη στοιχεία ομογενοποιημένα σε μορφή γαλακτώματος. Το υδατικό μέρος αποτελείται κυρίως από ιδρώτα. Η σύνθεση του ελαιώδους μέρους είναι πιο πολύπλοκη. Το κυριότερο συστατικό της είναι το σμήγμα που εκκρίνεται από τους σμηγματογόνους αδένες. Μια μέση εκατοστιαία σύνθεση της ελαιώδους φάσης φαίνεται στον πίνακα 4.1

ΠΙΝΑΚΑΣ 4.1	
Ελεύθερα λιπαρά οξέα	25%
Χοληστερόλη και εστέρες της	5%
Τριγλυκερίδια	35%
Σκουαλένιο	5%
Κερί	20%
Άλλες ουσίες	10%

Σύνθεση ελαιώδους φάσης όξινου μανδύα

Η υπερέκκριση σμήγματος μπορεί να οδηγήσει σε παθολογικές καταστάσεις, όπως η ακμή. Στην περίπτωση αυτή χρησιμοποιούμε προϊόντα για την απομάκρυνση του όξινου μανδύα. Η αφυδάτωση που προκύπτει δεν είναι δυνατό να αποφευχθεί.

## > Ρόλος

Πρόκειται για ένα φυσικό λιπαντικό του δέρματος, το οποίο αποτελεί το τελευταίο όριο του οργανισμού μας με το περιβάλλον. Ο ρόλος του είναι πολύ σημαντικός και συνίσταται σε δυο κυρίως παραμέτρους: την ενυδάτωση και την αντισηπτική δράση.

Το ρΗ του όξινου μανδύα είναι όξινο, περίπου 4,5 – 6 κυρίως εξαιτίας των ελεύθερων λιπαρών οξέων (βλ. πίνακα 4.1). Αυτό του δίνει ήπιες αντιμικροβιακές ιδιότητες. Παρά όμως το όξινο ρΗ ένας μεγάλος αριθμός συμβιωτικών ή μη μικροβίων αναγνωρίζεται στην επιφάνεια του δέρματος. Οι διάφορες τιμές ρΗ που μπορεί να πάρει το δέρμα εξαρτώνται κυρίως από την ποσότητα του σμήγματος που παράγεται. Η ποσότητα αυτή είναι διαφορετική από άτομο σε άτομο και φαίνεται να επηρεάζεται γενετικά. Επιπλέον επηρεάζεται από το φύλο, την ηλικία, την υγεία του δέρματος, το περιβάλλον κ.λ.π.

Ο υδροόφοβος χαρακτήρας του όξινου μανδύα λειτουργεί ως φράγμα για την εξάτμιση του νερού από την κεράτινη στοιβάδα προς την ατμόσφαιρα. Η απόλυτη συνέχεια του όξινου μανδύα ενισχύει την υδατοπροστατευτική του δράση, όμως δυστυχώς είναι πολύ εύθραυστη, αφού το λιπιδιακό αυτό στρώμα εύκολα μπορεί να αλλάξει σύσταση, να απομακρυνθεί ή να σπάσει. Έτσι το τρίψιμο με ένα χαρτομάντιλο, οι κλιματολογικές συνθήκες, το πλύσιμο του δέρματος, ακόμα και το στρες μπορούν να τον επηρεάσουν δραστικά.

## > Καλλυντικά και όξινος μανδύας

Η κοσμετολογία σήμερα έχει βρει πολλές ουσίες για να αντικαταστήσει τον όξινο μανδύα όπου δεν υπάρχει ή να τον απομακρύνει όπου αυτό κρίνεται απαραίτητο. Παρακάτω στη μελέτη των προϊόντων ενυδάτωσης θα γίνει εκτενής αναφορά στις ουσίες αυτές. Είναι όμως σημαντικό να αποδοθεί εδώ η φιλοσοφία αυτών των ουσιών.

Οι κύριες ουσίες που περιέχονται στα προϊόντα ενυδάτωσης είναι οι μαλακτικές ουσίες. Πρόκειται για ελαιώδεις ουσίες, οι οποίες υποκαθιστούν τον όξινο μανδύα. Έτσι το φράγμα εναντίων της εξάτμισης του νερού συνεχίζει να υφίσταται ή/και ενισχύεται, ενώ παράλληλα η μαλακή υφή των ουσιών αυτών δίνουν μια αίσθηση απαλότητας στο δέρμα.

Αντίθετα τα καλλυντικά για την απομάκρυνση του όξινου μανδύα πρέπει να

περιέχουν ουσίες ικανές να διαλυτοποιήσουν τον λιπαρό όξινο μανδύα. Τέτοιες ουσίες είναι οι επιφανειακοενεργές ουσίες με HLB 13-16 δηλαδή τα απορρυπαντικά. Έτσι, αφού γαλακτωματοποιήσουν τον λιπαρό ρύπο τον απομακρύνουν εύκολα με νερό ή υγρό βαμβάκι. Στο σημείο αυτό θα πρέπει να δοθεί ιδιαίτερη προσοχή, αφού τα αποτελέσματα της έλλειψης του όξινου μανδύα μετά τη χρήση τέτοιων προϊόντων μπορεί να είναι καταστροφικά για την επιδερμίδα. Πρέπει λοιπόν μετά την απομάκρυνσή του να τον αντικατασταθεί με μαλακτικές ουσίες, είτε αμέσως μετά τη χρήση, είτε μετά το πέρας της περιποίησης. Γι' αυτό όλες οι περιποιήσεις και κυρίως αυτές της ενυδάτωσης πάντα τελειώνουν με μια κρέμα ημέρας, ώστε να υπάρχει η βεβαιότητα ότι ο προστατευτικός αυτός μανδύας υπάρχει στο δέρμα.



**Εικόνα 4.3** Προϊόντα για απομάκρυνση ή αντικατάσταση του όξινου μανδύα

## Ανακεφαλαίωση

Το πρώτο φράγμα του δέρματος εναντίον της αφυδάτωσης είναι ο όξινος μανδύας. Πρόκειται για έναν λιπιδιακής σύνθεσης μανδύα από σμήγμα και ιδρώτα με pH 4,5-6. Εκτός από την προστασία έναντι της αφυδάτωσης έχει και περιορισμένο αντιμικροβιακό ρόλο. Αποσπάται εύκολα αλλά αντικαθίσταται εξίσου εύκολα με μαλακτικές ουσίες που βρίσκονται μέσα σε κρέμες ενυδάτωσης.

## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > A. Ερωτήσεις ανάπτυξης

1. Ποια είναι η σύσταση του όξινου μανδύα;
2. Ποιος είναι ο ρόλος του όξινου μανδύα;
3. Πως μπορούμε να αφαιρέσουμε τον όξινο μανδύα;
4. Τι είναι μαλακτικές ουσίες και ποιος είναι ο ρόλος τους;

### > B. Ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών

Επιλέξτε τη σωστή απάντηση. Μία μόνο είναι η σωστή.

1. Το κυριότερο συστατικό της λιπαρής φάσης του όξινου μανδύα είναι:  
Α. Το σμήγμα  
Β. Το σκουαλένιο  
Γ. Τα κεριά  
Δ. Η χοληστερόλη
2. Το pH του όξινου μανδύα είναι:  
Α. 1,5-3  
Β. 4,5-6  
Γ. 6,5-8  
Δ. 2,5-4
3. Το HLB των επιφανειακοενεργών ουσιών που χρησιμοποιούνται για να απομακρύνουν τον όξινο μανδύα είναι:  
Α. 10-13  
Β. 11-14  
Γ. 12-15  
Δ. 13-16
4. Οι κύριες ουσίες που αντικαθιστούν την λιπαρή φάση του όξινου μανδύα στα καλλυντικά λέγονται:  
Α. Διαβροχοποιητές  
Β. Διυγρυντικά  
Γ. Μαλακτικά  
Δ. Επιφανειακοενεργές



## Κεφάλαιο 4.3

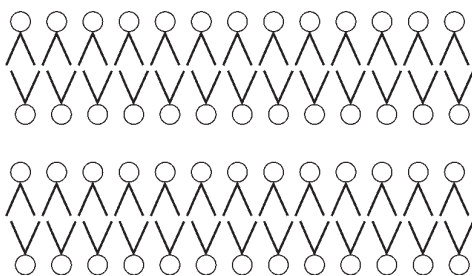
### Ενδιάμεση ουσία

Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να γνωρίσουν τη σύσταση και το ρόλο της ενδιάμεσης ουσίας.

Η ενδιάμεση ουσία είναι ένας φυσικός φραγμός για την αφυδάτωση, που βρίσκεται στα κανάλια που δημιουργούνται μεταξύ των κερατινοκυττάρων της κεράτινης στιβάδας. Αποτελείται και αυτή, όπως και ο όξινος μανδύας, από μια υδατική και μια ελαιώδη φάση. Η διαφορά είναι ότι εδώ δεν υπάρχει γαλάκτωμα, δεν υπάρχει δηλαδή ομογενές μίγμα. Για να αποδοθεί μια πιο παραστατική εικόνα του χώρου μέσα στον οποίο βρίσκεται η ενδιάμεση ουσία, παρατίθεται η εικόνα 4.4 στην οποία φαίνονται καθαρά τα κανάλια ανάμεσα στα κερατινοκύτταρα.



Εικόνα 4.4 Ενδιάμεση ουσία



Εικόνα 4.5 Μεγέθυνση ενδιάμεσης ουσίας

Στην εικόνα 4.5, γίνεται προσπάθεια να αποδοθεί η πραγματικότητα με μια πιο μεγάλη μεγέθυνση. Στην εικόνα φαίνονται τα λιπίδια της ελαιώδους φάσης, τα οποία έχουν διαταχθεί σε διπλοστιβάδα. Η υδατική φάση δε, βρίσκεται ανάμεσα στα κενά που αφήνουν οι διπλοστιβάδες αυτές.

## > Σύσταση

Τα λιπίδια της ενδιάμεσης ουσίας αποτελούνται κυρίως από κεραμίδια (αλλά και από χοληστερόλη και ελεύθερα λιπαρά οξέα) και έχουν στο μόριο τους μια υδρόφιλη ομάδα σαν κεφαλή και μια λιπόφιλη ομάδα σαν ουρά. Η ακριβής σύσταση παρατίθεται στον πίνακα 4.2

ΠΙΝΑΚΑΣ 4.2 ΣΥΣΤΑΣΗ ΕΝΔΙΑΜΕΣΩΝ ΛΙΠΙΔΙΩΝ	
Κεραμίδια	50%
Ελεύθερα λιπαρά οξέα	25%
Χοληστερόλη	20%
Τριγλυκερίδια	5%

Είναι χρήσιμο να εξεταστεί εδώ ο μηχανισμός με τον οποίο επιτυγχάνεται η διάταξη της διπλοστιβάδας που προαναφέρθηκε. Η χημική συγγένεια της υδρόφιλης κεφαλής με την υδατική φάση, στρέφει το μόριο, ώστε η πρώτη να βρίσκεται μέσα στην δεύτερη, ενώ ταυτόχρονα η λιπόφιλη έλκει χημικά την ελαιώδη φάση.

Η τελευταία δεν είναι άλλη από την λιπόφιλη ουρά άλλου λιπιδίου, που επειδή στρέφεται προς τα εκεί αναγκάζει την υδρόφιλη κεφαλή να μένει κάτω και να έλκει χημικά την υδρόφιλη φάση κ.ο.κ. Σχηματίζεται λοιπόν τελικά μια διπλοστιβάδα από κεραμίδια και μια σειρά από κανάλια ανάμεσα στις διπλοστιβάδες αυτές, μέσα στα οποία βρίσκεται η υδατική φάση. Η εικόνα 4.6 αποτελεί μια εικονική προσέγγιση της διάταξης που περιγράψαμε.

Τα κεραμίδια δεν προέρχονται από το σμήγμα, όπως εύκολα θα μπορούσε να φανταστεί κανείς, αλλά από την αποικοδόμηση των κυτταρικών κυρίως μεμβρανών των κερατινοκυττάρων, διαδικασία η οποία συντελείται στην κερατίνη κυρίως στιβάδα.

Η υδατική φάση της ενδιάμεσης ουσίας είναι ένα πολύπλοκο σύστημα από ουσίες με υδροσκοπικές κυρίως ιδιότητες και καλείται Φυσικός Συντελεστής Ενυδάτωσης ή NMF (Natural Moisturizing Factor). Η χημική του σύσταση αναφέρεται στον πίνακα 4.3.



ΠΙΝΑΚΑΣ 4.3 ΣΥΣΤΑΣΗ NMF	
Αμινοξέα	40%
Πυρολίδινο καρβοξυλικό οξύ	12%
Γαλακτικό οξύ	12%
Ουρία	7%
Ουρικό οξύ, γλυκοζαμίνη	1%
Na K Ca Mg PO4 Cl	18%

Τα διάφορα συστατικά του συντελεστή ενυδάτωσης προέρχονται κι αυτά από την αποικοδόμηση των κυττάρων της επιδερμίδας, κυρίως όμως αυτών της κοκκώδους στιβάδας.

#### > Ρόλος

Η ενδιάμεση ουσία αποτελεί ίσως το σημαντικότερο φράγμα του δέρματός μας απέναντι στην αφυδάτωση, με διπλό μάλιστα ρόλο. Αφενός ο υδρόφοβος χαρακτήρας των κεραμιδίων συγκρατεί το νερό στο εσωτερικό της επιδερμίδας. Έτσι παρεμποδίζεται η διαφυγή υγρασίας προς την ατμόσφαιρα. Αφετέρου ο Φυσικός Συντελεστής Ενυδάτωσης προσομοιάζει με σφουγγάρι που ρουφά και συγκρατεί το νερό στην επιδερμίδα (υγροσκοπικές ιδιότητες).

Ο ρόλος του λοιπόν είναι πολύ πιο ενεργητικός από αυτόν των κεραμιδίων. Αξίζει να σημειωθεί ότι μόνο ολόκληρο το σύμπλεγμα του NMF έχει τη δράση που προαναφέραμε, ενώ κάθε ουσία που τον απαρτίζει έχει πολύ περιορισμένη υγραντική δράση. Αυτός είναι και ο λόγος που στα καλλυντικά προϊόντα έχει σταματήσει η χρήση μεμονωμένων συστατικών του και χρησιμοποιείται ως συστατικό το σύμπλεγμα του NMF.

Απεναντίας τα κεραμίδια και τα άλλα λιπίδια της ενδιάμεσης ουσίας αναπληρώνονται είτε μεμονωμένα είτε συνολικά, με πολύ γρήγορα και καλά αποτελέσματα. Έτσι για άμεση ενυδάτωση ή και για χρόνια χρήση χρησιμοποιούνται καλλυντικά και φαρμακευτικά σκευάσματα που τα περιέχουν.

#### > Επίδραση από καλλυντικά

Τα καλλυντικά όμως δεν δρουν πάντα συνεργιστικά με την ενδιάμεση ουσία. Υπάρχουν καλλυντικά, κυρίως αυτά για τα λιπαρά δέρματα, που μειώνουν δραστικά το ποσοστό τόσο του όξινου μανδύα όσο και της ενδιάμεσης ουσίας.

Ο κύριος ρόλος των σαπουνιών και γενικά των προϊόντων καθαρισμού είναι η απομάκρυνση των λιπαρών στοιχείων, με αποτέλεσμα η χρήση τους να προκαλεί ξηρότητα και αφυδάτωση στο δέρμα. Επιπλέον, όξινα προϊόντα καταστρέφουν εύκολα τα κερατινοκύτταρα αφήνοντας απροστάτευτη την ενδιάμεση ουσία, η οποία εύκολα αποδιοργανώνεται.

Όμως υπάρχουν καλλυντικά που όχι μόνο δεν βλάπτουν την ενδιάμεση ουσία αλλά την συμπληρώνουν ή την αντικαθιστούν όπου υπάρχει ανάγκη. Τέτοιες ουσίες είναι τα λιποσώματα, τα κεραμίδια και άλλες λιπαρές ουσίες για την αντικατάσταση των κεραμιδίων και ουσίες με υγραντικές ιδιότητες όπως η γλυκερόλη, η σορβιτόλη, και η προπυλενογλυκόλη μπορούν να παίξουν το ρόλο του NMF.



**Εικόνα 4.6** Καλλυντικά για ενυδάτωση

## Ανακεφαλαίωση

Η ενδιάμεση ουσία αποτελεί ένα δίκτυο από διπλοστιβάδες κεραμιδίων ανάμεσα στις οποίες ρέει ο NMF. Η υδατοαπωθητική δράση των κεραμιδίων και ο υδροσκοπικός χαρακτήρας του NMF συγκρατούν το νερό στο εσωτερικό της επιδερμίδας. Αποσπώνται εύκολα με χρήση καθαριστικών προϊόντων. Αναπληρώνονται κυρίως με χρήση κρεμών ή άλλων σκευασμάτων που περιέχουν λιποσώματα, κεραμίδια και το σύμπλεγμα των ουσιών του NMF.

## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > A. Ερωτήσεις ανάπτυξης

1. Ποια είναι η σύσταση της ενδιάμεσης ουσίας;
2. Ποιος είναι ο ρόλος των συστατικών της ενδιάμεσης ουσίας;
3. Ποια είναι η σύσταση του NMF;
4. Πώς αντικαθίσταται η ενδιάμεση ουσία στα καλλυντικά προϊόντα;

### > B. Ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών

Επιλέξτε τη σωστή απάντηση. Μία μόνο είναι η σωστή.

1. Η υδατική φάση της ενδιάμεσης ουσίας είναι:  
Α. Ο NMF  
Β. Ο SPF  
Γ. Ο DRF  
Δ. Ο MED
2. Το μεγαλύτερο σε περιεκτικότητα συστατικό της λιπαρής περιοχής του ενδιάμεσης ουσίας είναι:  
Α. Τα τριγλυκερίδια  
Β. Η χοληστερόλη  
Γ. Τα ελεύθερα λιπαρά οξέα  
Δ. Τα κεραμίδια
3. Τι ιδιότητες έχει ο NMF;  
Α. Υδροστατικές  
Β. Υδροφοβικές  
Γ. Υδροσκοπικές  
Δ. Υδροτονωτικές
4. Τα διάφορα συστατικά της ενδιάμεσης ουσίας προέρχονται από την αποικοδόμηση των κυττάρων:  
Α. Του κυρίως δέρματος  
Β. Της επιδερμίδας  
Γ. Του υποδέρματος  
Δ. Του ενδοθηλίου

## Κεφάλαιο 4.4

### *Αιτίες αφυδάτωσης*

Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να κατανοήσουν τις αιτίες της αφυδάτωσης και τους μηχανισμούς που την προκαλούν.

Ένα μεγάλο ποσοστό ανθρώπων σήμερα, αντιμετωπίζει σοβαρότατα προβλήματα αφυδάτωσης που οφείλεται σε διάφορες αιτίες. Οι σημαντικότερες από αυτές θα γίνει προσπάθεια να περιγραφούν παρακάτω.

#### > Περιβάλλον

Οι κλιματολογικές συνθήκες μπορούν σε πολλές περιπτώσεις να επηρεάσουν την υγρασία της επιδερμίδας. Ας δούμε πως διάφορες τέτοιες συνθήκες επηρεάζουν την υγρασία της επιδερμίδας:



Το ψυχρό κλίμα προκαλεί συστολή των αγγείων του δέρματος με αποτέλεσμα η εφύγρανση της επιδερμίδας να περιορίζεται δραστικά.

Το θερμό κλίμα αν και διαστέλλει τα αγγεία στο χόριο, ενισχύει κατά πολύ την εξάτμιση του νερού προς την ατμόσφαιρα, με αποτέλεσμα η υγρασία της επιδερμίδας να μειώνεται. Αξίζει να σημειώσουμε εδώ ότι άνοδος της θερμοκρασίας κατά 20° C διπλασιάζει περίπου την απώλεια νερού.



Ο ήλιος, που συνήθως ακολουθεί μια ζεστή μέρα, προκαλεί κι αυτός έντονη αφυδάτωση. Η δράση αυτή του ηλίου προκαλείται κυρίως από τις υπέρυθρες ακτίνες αλλά και από τις υπεριώδεις. Φαίνεται πως αυτό οφείλεται στην αύξηση της εξάτμισης του νερού από την κερατίνη στιβάδα.



Ο δυνατός άνεμος σε συνδυασμό με χαμηλή υγρασία στο περιβάλλον αυξάνουν όπως είναι φυσικό την εξάτμιση του νερού από την επιδερμίδα.

#### > Χημικές ουσίες

Καθημερινά η επαφή με χημικές ουσίες είναι αναπόφευκτη. Μάλιστα πολλές από αυτές είναι μέρος της καθημερινότητας για τους περισσότερους ανθρώπους. Κάποιες από αυτές είναι οι παρακάτω:



Τα σαπούνια που λόγω της απομάκρυνσης των λιπαρών συστατικών του όξινου μανδύα και της ενδιάμεσης ουσίας αφυδατώνουν έντονα την επιδερμίδα. Επιπλέον, με το υψηλό τους pH αλκαλοποιούν την κερατίνη στιβάδα αυξάνοντας την ταχύτητα εξάτμισης του νερού.

Το νερό που φαίνεται να προκαλεί κι αυτό με τη σειρά του έντονη αφυδάτωση της επιδερμίδας. Τα κερατινοκύτταρα γεμίζουν με νερό όταν κάποιος για παράδειγμα πλένει το πρόσωπό του. Όταν στη συνέχεια μοιραία σταματήσει το πλύσιμο τότε τα κερατινοκύτταρα αποδίδουν στην ατμόσφαιρα το νερό που είχαν αδυνατώντας όμως να διατηρήσουν την κανονική τους δομή. Έτσι, αυτά σπάνε και το δέρμα μοιάζει να έχει λέπια από κερατινοκύτταρα.



Τα οξέα αλλά και τα αλκάλια που περιέχονται σε πολλά φαρμακευτικά και καλλυντικά σκευάσματα προκαλούν λύση των μεμβρανών των κερατινοκυττάρων και εξάτμιση του περιεχόμενου νερού.

#### > Ασθένειες - διατροφή

Υπάρχουν αρκετές ασθένειες που έχουν ως σύμπτωμα την αφυδάτωση του οργανισμού. Το δέρμα, ο καθρέπτης του οργανισμού μας, αντικατοπτρίζει την κατάσταση αυτή. Μερικές από αυτές τις ασθένειες είναι οι παρακάτω:

**Παθήσεις του θυρεοειδούς**, όπως το μυξοίδημα ή ο κρετινισμός που συχνά συνοδεύονται από ξηρότητα και αφυδάτωση.



**Δερματοπάθειες** όπως η ψωρίαση εμφανίζουν μεγάλες περιοχές με αφυδάτωση που μπορεί και να επεκταθεί σε όλο το δέρμα.

**Ο σακχαρώδης διαβήτης**, που συχνά συνοδεύεται από πολυουρία, συνδέεται με την αφυδάτωση του οργανισμού και φυσικά και του δέρματος.

**Ασθένειες του γαστρεντερικού** που προκαλούν πολλές διαρροϊκές κενώσεις προκαλούν εκτεταμένη αφυδάτωση.

**Διατροφικές συνήθειες** όπως η μη επαρκής πρόσληψη νερού ημερησίως οδηγεί σε αφυδάτωση του δέρματος. Αξίζει να σημειωθεί πως σε πολλές περιπτώσεις η αύξηση της πρόσληψης νερού δίνει πολύ καλά αποτελέσματα στο δέρμα χωρίς άμεση αισθητική αντιμετώπιση. Πολλές άλλες συνήθειες όπως η χρήση αλκοόλ, καφεΐνης, αλμυρών προϊόντων κ.λ.π. προκαλούν διαταραχές στην ενυδάτωση της επιδερμίδας.



**Η γήρανση**, που αν και δεν είναι παθολογική νόσος, εντούτοις δημιουργεί φθορά στο δέρμα επηρεάζοντας την υγρασία του. Με την πάροδο του χρόνου η επιδερμίδα γίνεται πιο λεπτή και ατροφική. Αυτό οφείλεται κυρίως στην απώλεια νερού από το εξωκυττάριο υγρό αλλά και από το εσωτερικό των κυττάρων της, καθώς επίσης και στη μείωση της έντασης της κερατινοποίησης.

## Ανακεφαλαίωση

Οι κυριότερες αιτίες αφυδάτωσης είναι:

- Το περιβάλλον
- Οι χημικές ουσίες
- Οι ασθένειες
- Η διατροφή



## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > A. Ερωτήσεις ανάπτυξης

1. Αναφέρατε επιγραμματικά ποιες είναι οι κυριότερες αιτίες αφυδάτωσης του δέρματος.
2. Πως το περιβάλλον επηρεάζει την υγρασία του δέρματος;
3. Αναφέρατε μερικές χημικές ουσίες που χρησιμοποιούνται σε καθημερινή βάση από ένα άτομο και μπορούν να προκαλέσουν αφυδάτωση.
4. Οι διατροφικές σας συνήθειες ευνοούν την αφυδάτωση;

### > B. Ανάθεση εργασιών

Συντάξτε μια εργασία για ασθένειες που προκαλούν αφυδάτωση στο δέρμα ώστε να την παρουσιάσετε στην τάξη.

Συντάξτε ένα ενημερωτικό φυλλάδιο που να περιλαμβάνει τις βασικές αρχές που πρέπει να τηρούνται καθημερινά, ώστε να μην αντιμετωπίζονται προβλήματα αφυδάτωσης.

### > Γ. Ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών

Επιλέξτε τη σωστή απάντηση. Μία μόνο είναι η σωστή.

1. Το θερμό κλίμα προκαλεί:
  - A. Αφυδάτωση της επιδερμίδας
  - B. Ενυδάτωση της επιδερμίδας
  - Γ. Ξήρανση της επιδερμίδας
  - Δ. Γήρανση της επιδερμίδας
2. Χημικές ουσίες που προκαλούν την αφυδάτωση του δέρματος είναι οι παρακάτω εκτός μιας:
  - A. Νερό
  - B. Μαλακτικά
  - Γ. Σαπούνια

- Δ. Οξέα
3. Ποια από τις παρακάτω δεν αποτελεί αιτία αφυδάτωσης του δέρματος:
- Α. Ο ήλιος
  - Β. Το κρύο
  - Γ. Η βροχή
  - Δ. Η ζέστη
4. Ποια από τις παρακάτω ασθένειες δεν σχετίζεται με αφυδάτωση του δέρματος:
- Α. Ψωρίαση
  - Β. Κρετινισμός
  - Γ. Γαστρεντερίτιδα
  - Δ. Ακμή

## Κεφάλαιο 4.5

### Προϊόντα ενυδάτωσης

Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να γνωρίσουν τα καλλυντικά σκευάσματα για ενυδάτωση και τον τρόπο εφαρμογής τους.

Η κοσμετολογία στην προσπάθειά της να βελτιώσει την υδάτωση της επιδερμίδας, έχει να επιδείξει πληθώρα κοσμετικών σκευασμάτων και ουσιών. Στο κεφάλαιο αυτό θα μελετηθούν μερικές κατηγορίες από αυτά τα σκευάσματα και οι κυριότερες ουσίες που περιέχονται σ'αυτά.

#### > Κρέμες

Οι κρέμες είναι κοσμετικά σκευάσματα που δεν ρέουν σε θερμοκρασία περιβάλλοντος, έχουν όμως μαλακή υφή, απλώνονται εύκολα και έχουν μεγάλη συνοχή. Υπάρχουν πολλές κατηγορίες κρεμών και πολλοί τρόποι κατάταξής τους. Ο πλέον παραδεκτός τρόπος κατάταξης είναι αυτός που τις κατατάσσει ανάλογα με τον τρόπο χρήσης τους σε:



- Κρέμες καθαρισμού
- Κρέμες νύκτας και μασάζ
- Κρέμες ημέρας ή εξαφανιζόμενες κρέμες
- Κρέμες χεριών και σώματος
- Κρέμες για όλες τις χρήσεις

Για περιποιήσεις ενυδάτωσης στην Αισθητική χρησιμοποιούνται κυρίως οι κρέμες νύκτας και μασάζ και οι εξαφανιζόμενες. Σπανιότερα ίσως κάποιοι χρησιμοποιούν και κρέμες καθαρισμού, ώστε να αποφευχθεί η αφυδάτωση από τα σαπούνια. Η χρήση γαλακτωμάτων και λοσιόν ανάλογων με τον τύπο δέρματος δίνει επαρκείς λύσεις. Η διαδικασία εφαρμογής τους θα μελετηθεί σε επόμενο κεφάλαιο.

Οι κρέμες που χρησιμοποιούνται με σκοπό την ενυδάτωση κυκλοφορούν στο

εμπόριο με τις ονομασίες “μαλακτικές κρέμες” ή “ενυδατικές κρέμες” με συνοδευτικό συνήθως το χαρακτηρισμό χρήσης τους, όπως τον περιγράψαμε παραπάνω (ημέρας, νύκτας κ.λ.π.). Η έννοια “μαλακτικό” αποδίδεται εξαιτίας της αίσθησης του μαλακού δέρματος που αφήνουν μετά τη χρήση τους. Η ενυδάτωση αποδίδεται στα πραγματικά αποτελέσματα τους. Φυλάσσονται συνήθως σε βάζα από γυαλί ή πλαστικό και παίρνονται με σπάτουλα ή γλωσσοπίεστρο με συγκεκριμένο τρόπο, που θα περιγραφεί στην εργαστηριακή άσκηση, ώστε να μην υπάρξει επιμόλυνση του προϊόντος.

Οι έννοιες αυτές έχουν αποδοθεί και στις ουσίες που χρησιμοποιούνται στα καλλυντικά σκευάσματα προκειμένου να προσδώσουμε στο σκεύασμα τις ιδιότητες που επιθυμούμε. Έτσι, ως μαλακτικά χρησιμοποιούνται κυρίως λιπαρές ουσίες που αφήνουν το δέρμα μαλακό μετά τη χρήση. Οι ουσίες αυτές υποκαθιστούν τον όξινο μανδύα εμποδίζοντας την αφυδάτωση. Τέτοιες ουσίες είναι η λανολίνη και τα παράγωγά της, τα φυτικά και ζωικά λίπη και έλαια, κ.α.

Ένας άλλος τρόπος κατάταξης των κρεμών είναι ανάλογα με τον τύπο δέρματος για τον οποίο προορίζονται. Με την κατάταξη αυτή γίνεται ευκολότερη η επιλογή καλλυντικού από τον πελάτη, ενδέχεται όμως ο πελάτης να μην έχει κάνει τη σωστή διάγνωση για το δέρμα του. Είναι λοιπόν απαραίτητο, ο/η αισθητικός να διαγνώσει τον τύπο δέρματος και να προσδιορίσει τον τύπο καλλυντικού που απαιτείται.

### > Μάσκες

Πρόκειται για καλλυντικά τα οποία εφαρμόζονται με παρατεταμένη παραμονή του προϊόντος στο δέρμα. Υπάρχουν πολλά είδη масών. Η κύρια ταξινόμηση τους περιλαμβάνει:



- Αργιλώδεις ή ξεπλυνόμενες μάσκες
- Υδροκολοειδείς ή αποσπώμενες μάσκες
- Γαλακτοματοποιημένες μάσκες
- Μάσκες κεριών

Οι τελευταίες είχαν ευρύτατη εφαρμογή στο παρελθόν, αλλά η χρήση τους είναι αρκετά περιορισμένη σήμερα. Περιέχουν κηρούς και ελαιώδη συστατικά και είναι στερεές σε θερμοκρασία περιβάλλοντος. Όταν όμως ζεσταθούν γίνονται

ρευστές και έτσι δίδεται η δυνατότητα να απλωθούν με πινέλο στο πρόσωπο σε ένα λεπτό στρώμα. Στη συνέχεια αφήνονται να κρυσώσουν και τελικά αφαιρούνται αποσπούμενες σαν εκμαγείο. Η αρχικά αυξημένη θερμοκρασία προκαλεί διαστολή στα αιμοφόρα αγγεία του χορίου με αποτέλεσμα την αύξηση του μεταβολισμού και της ενυδάτωσης.

Η αίσθηση μηχανικής στυπτικότητας, που προκαλείται από τη στερεοποίηση τους, δεν προσφέρει τίποτε άλλο από μια ελαφρά, προσωρινή σύσφιξη. Το μειονέκτημα που οδήγησε και στην αντικατάστασή τους από τις άλλες μορφές μασκών είναι ο εγλωβισμός των τριχών κατά τη στερεοποίηση, που προκαλούσε την ανεπιθύμητη και επώδυνη απόσπασή τους από το δέρμα.



Εικόνα 4.7 Μάσκα

Οι Υδροκολοειδείς μάσκες αντικατέστησαν τις μάσκες κεριών στις περιποιήσεις ενυδάτωσης, με το πέρασμα των χρόνων. Περιέχουν ουσίες με υγροσκοπικές και ισχυρά ενυδατικές ιδιότητες διεσπαρμένες ή διαλυμένες σε υγρό μέσο (συνήθως νερό). Περιέχουν ακόμα υδροφιλά κολλοειδή όπως πηκτίνες και ζελατίνες. Απλώνονται στο πρόσωπο σε λεπτό στρώμα και αφήνονται να



Εικόνα 4.8 Υδροκολοειδής μάσκα

ξεραθούν. Στη συνέχεια απομακρύνονται με ελαφρύ τρίψιμο ή αποφλοιώση. Το απόλυτα συνεχές στρώμα που σχηματίζουν εγλωβίζει την υγρασία στην κεράτινη στιβάδα ενώ οι υγροσκοπικές ουσίες, που παραμένουν εκεί και μετά την απομάκρυνση, συγκρατούν το νερό στην επιδερμίδα. Οι ενυδατικές ιδιότητες των υδροκολοειδών μασκών είναι πολύ ισχυρές ενώ τα ανεπιθύμητα αποτελέσματα των κεριών δεν υπάρχουν. Επιπλέον η μηχανική στυπτικότητα που προκαλείται είναι ισχυρότερη και με αποτελέσματα που κρατούν περισσότερο.

Οι αργιλώδεις μάσκες απλώνονται κατευθείαν στο πρόσωπο και αφήνονται να στεγνώσουν για μερικά λεπτά. Περιέχουν καολίνη, μπετονίτη και άργιλο ως δραστικές ουσίες και έχουν ισχυρές καθαριστικές ιδιότητες. Το ασυνεχές στρώμα που σχηματίζουν δεν τους επιτρέπει ενυδατική δράση. (Εικ.4.9)

Οι γαλακτωματοποιημένες μάσκες είναι συνήθως γαλακτώματα τύπου Ο/ W. Έχουν ήπιες ενυδατικές και καθαριστικές ιδιότητες. Αυτό συμβαίνει γιατί περιέχουν και σκόνες με καθαριστικές ιδιότητες (καολίνη, μπετονίτη, κ.α.) και πηκτωματοποιητές με τις ενυδατικές ιδιότητες που προαναφέραμε. Βέβαια επειδή το στρώμα που αφήνουν δεν είναι απολύτως συνεχές λόγω των σκονών, η ενυδάτωση είναι περιορισμένη. Αφαιρούνται δε με νερό, αφού δεν αποσπώνται και σπάνια στεγνώνουν εντελώς.



Εικόνα 4.9 Αφαίρεση μάσκας

### > Πήλινγκς

Τα πήλινγκς είναι ο ξένος όρος που έχει επικρατήσει και στη χώρα μας για τα απολεπιστικά προϊόντα. Πρόκειται για προϊόντα με κύρια δράση την απομάκρυνση των νεκρών κερατινοκυττάρων. Η δράση τους αυτή οδηγεί πρακτικά στη λείανση της τραχιάς αφυδατωμένης στιβάδας και την αντικατάστασή της από νέα κερατινοκύτταρα με ικανοποιητική υγρασία. Αυτό επιτυγχάνεται από την επιδερμίδα μέσω της διαδικασίας της κερατινοποίησης. Υπάρχουν διάφορες μορφές απολεπιστικών προϊόντων τις κυριότερες από τις οποίες βλέπουμε παρακάτω:



- Πήλινγκς τριβής ή scrub
- Γομώδη ή gommage
- Χημικά πήλινγκς
- Ενζυμικά πήλινγκς

Τα απολεπιστικά προϊόντα τριβής είναι τα πλέον χρησιμοποιούμενα. Πρόκειται για ένα προϊόν σε μορφή κρέμας που περιέχει λεπτώς διαμελισμένους κόκκους από ουσίες που δεν αντιδρούν ούτε απορροφούνται από το δέρμα. Το μέγεθος των κόκκων διαμορφώνει και τις επιμέρους κατηγορίες των πήλινγκς τριβής. Ο τρόπος εφαρμογής τους είναι απλός. Απλώνεται μια μικρή ποσότητα πάνω στο δέρμα και με κυκλικές ανοδικές ανατρίψεις προκαλείται η μηχανική απόσπαση των νεκρών κερατινοκυττάρων. Αν το προϊόν ξεραθεί προσθέτουμε μικρή ποσότητα νερού με τα δάκτυλα και συνεχίζουμε. Στο τέλος απομακρύνουμε

με νερό και με τη βοήθεια του ειδικού σπόγγου ή βρεγμένου βαμβακιού. Συνιστάται σε κανονικά και λιπαρά δέρματα.

Τα γομώδη πήλινγκ περιέχουν ουσίες, οι οποίες δεσμεύουν τα νεκρά κερατινοκύτταρα και στη συνέχεια τα παρασύρουν κατά την απομάκρυνσή τους. Πιο συγκεκριμένα απλώνεται ένα λεπτό στρώμα από το γομώδες



Εικόνα 4.10 Πήλινγκς



Εικόνα 4.11 Αφαίρεση γομώδους πήλινγκ

πήλινγκ στο δέρμα, το αφήνουμε να στεγνώσει και στη συνέχεια το απομακρύνουμε με τριβή. Κατά το στάδιο του στεγνώματος εγκλωβίζονται τα νεκρά κερατινοκύτταρα από το προϊόν και με το τρίψιμο απομακρύνονται μαζί με αυτό. Συνίσταται κυρίως σε κανονικά, ξηρά και ευαίσθητα δέρματα.

Το χημικό πήλινγκ είναι το δραστικότερο από τα υπόλοιπα που μελετήθηκαν. Εδώ δεν γίνεται λόγος για απομάκρυνση αλλά για καταστροφή κυττάρων. Η δράση του μπορεί να φτάσει μέχρι και το χόριο. Εύκολα αντιλαμβάνεται κανείς πως τόσο δραστικές ουσίες απαιτούν προσεκτική και σωστή χρήση. Είναι αναγκαίο να τονιστεί πως στο εμπόριο υπάρχουν χημικά πήλινγκ με μεγάλες περιεκτικότητες σε δραστικές ουσίες, που μπορούν εύκολα να προκαλέσουν ανεπανόρθωτες βλάβες στο δέρμα. Γι'αυτό συστήνεται η αποφυγή τέτοιων προϊόντων. Αντίθετα η ανάλυση που ακολουθεί αφορά στα χημικά πήλινγκ που φθάνουν το πολύ μέχρι τα κατώτερα στρώματα της επιδερμίδας. Τα προϊόντα αυτά περιέχουν κυρίως ΑΗΑ, δηλαδή οξέα φρούτων ή άλλα οξέα με κερατολυτική δράση. Στις περισσότερες περιπτώσεις το μεγαλύτερο μέρος των δραστικών ουσιών είναι εξουδετερωμένες εμποδίζοντας έτσι την βαθύτερη διείσδυση και καταστροφή από το οξύ. Στη συσκευασία αναγράφεται η συγκέντρωση του οξέος η οποία υποδηλώνει και τη δράση τους. Απλώνονται σε πάρα πολύ λεπτό στρώμα συνήθως με βαμβακοφόρο στείλειό (μπατονέτα) και στη συνέχεια απομακρύνεται με άφθονο νερό ή εξουδετερώνεται με ανάλογη λοσιόν. Συνιστάται σε λιπαρά και γηρασμένα δέρματα και τα αποτελέσματα είναι μακροχρόνια και εντυπωσιακά.

Το ενζυμικό ή βιολογικό πήλινγκ περιέχει ένζυμα τα οποία έχουν την ικανότητα να διασπούν τα κεράτινα πετάλια της νεκρής κερατίνης στιβάδας, αφήνοντας σχετικά ανέπαφα τα ζωντανά. Αυτό έχει σαν αποτέλεσμα η χρήση τους να επιτρέπεται ακόμα και σε πολύ ευαίσθητα δέρματα υπό προϋποθέσεις (βλ. αντίστοιχο κεφάλαιο Αισθητικής Προσώπου 1). Η χρήση τους μπορεί να είναι αρκετά



**Εικόνα 4.12** Εφαρμογή χημικού πήλινγκ

συχνή, ειδικά σε αφυδατωμένες και ευαίσθητες περιοχές. Η εφαρμογή τους είναι απλή: είτε τοποθετείται και αφήνεται να δράσει για 10-15 λεπτά διατηρώντας συνεχώς υγρό το υπόστρωμα, είτε γίνονται κυκλικές ανατρίψεις προκαλώντας βαθύτερη δράση του προϊόντος. Αφαιρείται με νερό και βαμβάκι ή σφουγγάρι.

#### > Άλλες καλλυντικογενείς μορφές

Εκτός από τις μορφές που ήδη περιγράψαμε, η κοσμετολογία έχει προχωρήσει στην παρασκευή ποικίλων μορφών καλλυντικών προϊόντων.

Έτσι προκειμένου να παρασκευαστούν προϊόντα με πολύ υψηλή συγκέντρωση σε δραστικά ενυδατικά συστατικά, δημιουργήθηκαν διάφοροι οροί. Αυτοί δεν είναι τίποτα άλλο από πυκνά διαλύματα υγροσκοπικών ή άλλων ουσιών και φυλάσσονται είτε σε γυάλινα φιαλίδια (αμπούλες), είτε σε μεγαλύτερες συσκευασίες. Εφαρμόζονται με τη βοήθεια του ιονισμού, είτε πριν από τη μάσκα, ώστε η τελευταία να βοηθήσει στην απορρόφησή τους.



## Ανακεφαλαίωση

Η αισθητική στον τομέα της ενυδάτωσης έχει να επιδείξει πληθώρα σκευασμάτων. Τα κυριότερα από αυτά είναι:

- Οι κρέμες, που χωρίζονται σε καθαρισμού, ημέρας ή εξαφανιζόμενες, χειρών ή σώματος, νύκτας και μασάζ.

- Οι μάσκες, οι κυριότερες των οποίων είναι οι υδροκολοειδείς, οι αργιλώδεις, οι γαλακτωματοποιημένες και οι μάσκες κεριών.

- Τα πήλινγκς, τα κυριότερα των οποίων είναι τα πήλινγκς τριβής, τα γομώδη, τα χημικά.

Άλλα προϊόντα όπως οροί.

## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > Α. Ερωτήσεις ανάπτυξης

1. Ποιες κατηγορίες κρεμών γνωρίζετε;
2. Ποια είναι η καταλληλότερη μάσκα για ένα αφυδατωμένο δέρμα κατά τη γνώμη σας και γιατί;
3. Ποιο είναι το καταλληλότερο πήλινγκ για ένα αφυδατωμένο δέρμα, κατά τη γνώμη σας και γιατί;
4. Ποια μάσκα και ποιο πήλινγκ θα διαλέγατε για ένα ξηρό αφυδατωμένο δέρμα και γιατί;

### > Β. Ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών

Επιλέξτε τη σωστή απάντηση. Μία μόνο είναι η σωστή.

1. Ποια από τις παρακάτω μάσκες μπορούμε να αφαιρέσουμε πριν στεγνώσει;  
Α. Γαλακτοματοποιημένες  
Β. Αργιλώδεις  
Γ. Κεριών  
Δ. Υδροκολοειδείς
2. Σε ποιο πήλινγκ η απομάκρυνση των κερατινοκυττάρων γίνεται με εγκλωβισμό και στη συνέχεια απόσπαση;  
Α. Στο γομώδες  
Β. Στο χημικό  
Γ. Στο ενζυμικό  
Δ. Στο τριβής
3. Ποιο πήλινγκ προτιμάται σε ευαίσθητα αφυδατωμένα δέρματα;  
Α. Το γομώδες  
Β. Το χημικό  
Γ. Το ενζυμικό  
Δ. Το τριβής
4. Ποιες κρέμες προτιμούμε ως τις πλέον δραστικές σε μια περιποίηση ενυδάτωσης;  
Α. Καθαρισμού  
Β. Μασάζ  
Γ. Για όλες τις χρήσεις  
Δ. Εξαφανιζόμενες

## Κεφάλαιο 4.6

### Μέθοδοι περιποίησης


Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να κατανοήσουν τις μεθόδους που χρησιμοποιούνται για την ενυδάτωση του δέρματος.

Μετά τη θεωρητική προσέγγιση των περιποιήσεων υπάρχει και ο πρακτικός τρόπος χρησιμοποίησης των παραπάνω πληροφοριών. Οι περιποιήσεις ενυδάτωσης είναι ποικίλες και χωρίζονται σε δυο κύριες κατηγορίες:

- A) περιποιήσεις με καλλυντικά προϊόντα
- B) περιποιήσεις με μηχανήματα

#### > Περιποιήσεις με καλλυντικά προϊόντα

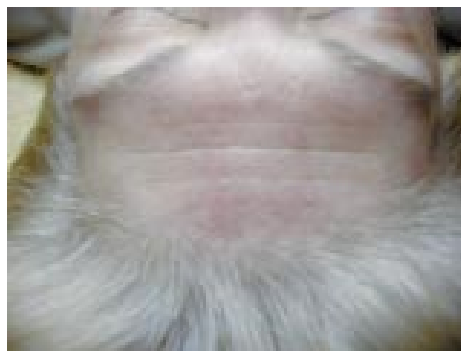
Η φιλοσοφία πάνω στην οποία στηρίζονται οι περιποιήσεις ενυδάτωσης με καλλυντικά είναι σχετικά απλή.

- 
- Πάντα η εκκίνηση γίνεται με απλό καθαρισμό του δέρματος, ώστε το δέρμα να είναι απολύτως καθαρό.
  - Στη συνέχεια εφαρμογή πηλινγκ, ώστε να αφαιρεθούν τα νεκρά κερατινοκύτταρα και να γίνει εύκολη η διείσδυση των προϊόντων που ακολουθούν.
  - Διείσδυση των ενυδατικών στοιχείων είτε με μάλαξη, είτε με χρήση ορού, είτε με ιοντοφόρηση.
  - Χρήση μάσκας, ώστε τα αποτελέσματα να είναι εντονότερα και μακροπρόθεσμα.
  - Τέλος χρήση ενυδατικής κρέμας και αντηλιακής, ώστε ο πελάτης να φύγει προστατευμένος.

Στη συνέχεια θα πραγματοποιηθεί η ανάλυση του κάθε σταδίου και ο τρόπος εφαρμογής κάποιων περιποιήσεων.

Η διαδικασία του απλού καθαρισμού έχει περιγραφεί στο προηγούμενο βιβλίο.

Όταν αφορά σε θεραπείες ενυδάτωσης χρησιμοποιούμε γαλάκτωμα και λοσιόν με ενυδατικά στοιχεία αποφεύγοντας στυπτικές λοσιόν ή υγρά καθαριστικά σαπούνια. Η χρήση του νερού πρέπει να είναι όσο το δυνατόν πιο περιορισμένη για να αποφεύγεται η αφυδάτωση που προκαλείται στην επιδερμίδα.



Εικόνα 4.13 Όριμο δέρμα

Στις περισσότερες περιπτώσεις οι τύποι δέρματος που θα χρειαστούν περιποιήσεις ενυδάτωσης είναι το ξηρό και το ώριμο δέρμα. Τα απολεπιστικά προϊόντα που χρησιμοποιούμε για τους τύπους αυτούς είναι τα γομώδη και τα χημικά πηλινγκς, χωρίς βέβαια να αποκλείονται και τα πηλινγκς τριβής ή τα ενζυμικά. Όμως συνήθως προτιμάται το γομώδες σε ξηρά δέρματα και ακολουθεί τον απλό καθαρισμό.

Το χημικό αντίθετα προτιμάται σε ώριμα δέρματα. Η μειωμένη υγρασία είναι, όπως ήδη έχει αναφερθεί, ένα από τα κύρια χαρακτηριστικά του γηρασμένου δέρματος. Η ανανέωση της κερατίνης στιβάδας που επιτυγχάνεται με τη χρήση χημικού πηλινγκ ισοδυναμεί με την μεγιστοποίηση της ενυδάτωσης στο δέρμα αυτό. Στο σημείο αυτό τονίζεται και πάλι η επικινδυνότητα της λανθασμένης χρήσης των προϊόντων αυτών. Είναι λοιπόν απαραίτητο να ακολουθούνται τα πρωτόκολλα εφαρμογής, τα οποία παρατίθενται αναλυτικά στις εργαστηριακές ασκήσεις του κεφαλαίου αυτού (και του αντίστοιχου κεφαλαίου στο προηγούμενο βιβλίο).

Το στάδιο που ακολουθεί είναι το πλέον ενεργητικό στάδιο της περιποίησης της ενυδάτωσης. Εδώ με διάφορες μεθόδους δίνουμε στο δέρμα τα ενυδατικά στοιχεία που του λείπουν, ώστε να αυξηθεί ο ρυθμός ενυδάτωσης της επιδερμίδας από τα εσωτερικά στρώματα του δέρματος.

Η πρώτη διαδικασία λοιπόν είναι η μάλαξη. Έχουμε ήδη μελετήσει τη διαδικασία της μάλαξης και εδώ θα ασχοληθούμε με τα αποτελέσματα της. Η μάλαξη στα πλαίσια της ενυδάτωσης γίνεται με μια κρέμα μασάζ με πολλά λιπαρά και υγρασκοπικά στοιχεία. Η αύξηση της αιμάτωσης που πραγματοποιείται κατά την μάλαξη αφ' ενός αυξάνει τη διαδερμική απορρόφηση των συστατικών αυτών, αφ' ετέρου αυξάνει την ταχύτητα ενυδάτωσης της κερατίνης στιβάδας.

Άλλη εναλλακτική ή παράλληλη με τη μάλαξη μέθοδος είναι η χρήση ορού. Η

απορρόφηση των δραστικών συστατικών του συχνά επιτυγχάνεται με την προσθήκη κατάλληλων μεταφορέων στο προϊόν (π.χ. κυκλοδεξτρίνες), με μάλαξη, με χρήση μηχανημάτων και με τη βοήθεια μάσκας που ακολουθεί.

Οι μάσκες που χρησιμοποιούνται κατά την ενυδάτωση είναι οι υδροκολοειδείς και οι γαλακτωματοποιημένες. Η ενυδατική δράση των масκών που έχει



Εικόνα 4.14 Μάλαξη προσώπου

περιγράφει σε προηγούμενη παράγραφο, είναι άμεση, ισχυρότατη και μακροπρόθεσμη. Είναι χρήσιμο να αποφεύγεται η χρήση νερού για την απομάκρυνση της μάσκας. Αν η αφαίρεση δεν μπορεί να πραγματοποιηθεί με απόσπαση, μπορεί εναλλακτικά να χρησιμοποιηθεί κάποια λοσιόν.

Τέλος είναι ιδιαίτερα χρήσιμο να ολοκληρωθεί η συνεδρία με τοποθέτηση ενυδατικής κρέμας ή/και αντηλιακής κρέμας, ώστε να ενισχυθούν οι αμυντικοί μηχανισμοί του δέρματος.

#### > Περιποιήσεις με μηχανήματα

Τα μηχανήματα που χρησιμοποιούνται στην ενυδάτωση είναι πολλά. Ο σκοπός τους είναι η διείσδυση των προϊόντων και η αύξηση της ταχύτητας ενυδάτωσης από το χόριο προς τα ανώτερα στρώματα. Τα κυριότερα από τα μηχανήματα αυτά είναι ο ιονισμός, τα μηχανήματα φαραδικού και γαλβανοφαραδικού ρεύματος, ο ατμός, τα laser, τα μηχανήματα υπερήχων, τα μηχανήματα δερματοαπόξεσης και τα υψίσουχνα. Ας μελετήσουμε όμως το κάθε ένα ξεχωριστά.

**ΙΟΝΙΣΜΟΣ:** ο τρόπος δράσης του ιονισμού έχει περιγραφεί στο προηγούμενο κεφάλαιο. Εδώ απλά υπενθυμίζεται ότι με τον ιονισμό διευκολύνεται η διείσδυση πολικών ουσιών και για την ενυδάτωση αυτές οι ουσίες έχουν βέβαια υγροσκοπικές και ενυδατικές ιδιότητες. Τέτοιες ουσίες είναι κάποιες βιταμίνες, πεπτιδικές αλυσίδες από πρωτεΐνες, όπως κολλαγόνο, φυτικά εκχυλίσματα, αιθέρια έλαια, κ.α.. Ο ιονισμός είναι ίσως το βασικότερο μηχανήμα που χρησιμοποιείται στις θεραπείες ενυδάτωσης γιατί ο ρόλος του είναι καθαρά ενεργητικός.

**ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΑ ΦΑΡΑΔΙΚΟΥ ΡΕΥΜΑΤΟΣ:** και γι' αυτά τα μηχανήματα έχει γίνει αναφορά στο προηγούμενο κεφάλαιο. Μια από τις κύριες δράσεις του είναι η αύξηση της κυκλοφορίας του αίματος στην περιοχή που το εφαρμόζουμε. Αυτό έχει σαν αποτέλεσμα την αύξηση της ταχύτητας ενυδάτωσης της κεράτινης στιβάδας αλλά και την αύξηση της διαδερμικής απορρόφησης. Όταν λοιπόν το φαραδικό ρεύμα χρησιμοποιείται για θεραπείες ενυδάτωσης χρησιμοποιείται πριν το γαλβανικό ή πριν τη μάλαξη, ώστε να αυξηθεί η διαδερμική απορρόφηση και να γίνει ευκολότερη η διείσδυση προϊόντων.



Εικόνα 4.15 Φαραδικό ρεύμα



Εικόνα 4.16 Ιονισμός

**ΓΑΛΒΑΝΟΦΑΡΑΔΙΚΑ:** πρόκειται για μηχανήματα που χρησιμοποιούν γαλβανικό και φαραδικό ρεύμα μαζί. Αυτό τους δίνει τη δυνατότητα καλύτερου μυϊκού ερεθισμού και μεγαλύτερης υπεραιμίας, δεν βοηθούν όμως στη διείσδυση ουσιών. Τοποθετούνται όπως και τα μηχανήματα του φαραδικού ρεύματος και έχουν ανάλογες χρήσεις. Με άλλα λόγια το γαλβανικό χρησιμοποιείται ως βοηθητικό του φαραδικού ρεύματος, ώστε να δώσει μικρότερο ερεθισμό και μικρότερο αίσθημα πόνου. Επιπλέον η μυϊκή αντίδραση γίνεται πιο εύκολη και έχουμε ανταπόκριση του μυός ακόμα και σε υπέρβαλβιδικά ερεθίσματα. Η δράση του λοιπόν είναι όμοια με του φαραδικού ρεύματος. Οι αντενδείξεις όμως περιλαμβάνουν αντενδείξεις τόσο του γαλβανικού όσο και του φαραδικού.



Εικόνα 4.17 Μηχάνημα ατμού

**ΑΤΜΟΣ:** πρόκειται για το μηχανήμα που φαίνεται στην εικόνα 4.17 και αποτελείται από έναν κάδο μεταλλικό ή γυάλινο μέσα στον οποίο προστίθεται νερό. Ο βρασμός του νερού είναι ο κύριος σκοπός του μηχανήματος. Αυτό επιτυγχάνεται με τη θέρμανση μεγάλης ηλεκτρικής αντίστασης η

οποία βρίσκεται βυθισμένη μέσα στον κάδο. Όταν το νερό βράσει οι παραγόμενοι ατμοί με τη βοήθεια ειδικού σωλήνα μεταφέρονται στο ακροφύσιο απ' όπου ψεκάζονται με δύναμη προς τα έξω. Στην περιοχή του ακροφυσίου υπάρχει σπόγγος ο οποίος μαζεύει τυχόν υγροποιημένα σταγονίδια ατμού για να μην πέσουν το δέρμα του πελάτη. Ο τελευταίος κάθεται σε απόσταση τέτοια ώστε να μην αισθάνεται αίσθημα καύσου, ενώ ταυτόχρονα γίνονται ενέργειες ώστε η δέσμη του ατμού να πιάνει όλο το πρόσωπο. Τα μάτια σε όλη τη διάρκεια της περιποίησης είναι καλυμμένα με βρεγμένα βαμβάκια. Στο ακροφύσιο εκτός από το σφουγγαράκι υπάρχει συνήθως και ένας λύχνος υπεριώδους ακτινοβολίας ο οποίος ιονίζει τον ατμό μετατρέποντας κάποια μόριά του σε όζον. Πρακτικά αυτό φαίνεται σαν να βγαίνει ο ατμός πιο πολύς και παχύς. Το όζον έχει κυρίως αντισηπτικές ιδιότητες.

Σε συνδυασμό με αιθέρια έλαια ή/και μιας κρέμας βοηθά στην αύξηση της κυκλοφορίας και στην απορρόφηση των δραστικών συστατικών. Η προσθήκη των αιθέριων ελαίων μπορεί να γίνει και μέσα στον κάδο, όμως επειδή δημιουργείται αφρός και ίσως εκτοξευθούν σταγονίδια καλό είναι να αποφεύγεται. Εξάλλου υπάρχουν μηχανήματα ατμού που δέχονται σε ξεχωριστό κάδο τα αιθέρια έλαια, το αποτέλεσμα όμως είναι το ίδιο με την επάλειψη ή τον ψεκασμό τους. Η αύξηση της κυκλοφορίας στο κυρίως δέρμα που προκαλείται από το θερμό ατμό, οδηγεί

**LASER:** τα laser είναι πολύ εξειδικευμένες συσκευές που απαιτούν εξειδικευμένη γνώση και χειρισμό από αισθητικούς. Κρίνεται όμως αναγκαίο στο σημείο αυτό να γνωρίσουμε τις βασικές τους αρχές, αν και χρησιμοποιούνται σπάνια σε περιποιήσεις ενυδάτωσης. Πολύ απλά η αρχή λειτουργίας τους έγκειται στο να συγκεντρώνουν την ενέργεια της φωτεινής ακτινοβολίας, να την ενισχύουν πολλές φορές και στο τέλος να την αποδίδουν σε μια απολύτως ελεγχόμενη και πλούσια ενεργειακά δέσμη. Η δέσμη αυτή μπορεί να έχει ποικίλα αποτελέσματα ανάλογα με το είδος του laser, την ένταση που χρησιμοποιούμε, το μήκος κύματος εκπομπής κ.α. Στην αισθητική χρησιμοποιούμε κυρίως laser χαμηλής ισχύος (LPL) όπως laser Nd-Yag, He-Ne κ.α. διότι είναι πολύ διεισδυτικά και προκαλούν αύξηση του μεταβολισμού χωρίς να έχουν ιδιαίτερες παρενέργειες. Η αύξηση του μεταβολισμού προκαλεί αύξηση της αιματικής ροής τοπικά και τελικά ενυδάτωση της επιδερμίδας.



σε αύξηση της ενυδάτωσης της κερατίνης στιβάδας και αύξηση της διαδερμικής απορρόφησης. Πρέπει όμως να σημειωθεί ότι η εφαρμογή όζοντος συστέλλει τους πόρους ξηραίνοντας το δέρμα, γεγονός που επιτείνεται και από την εξάτμιση του υδροποιημένου ατμού πάνω στο δέρμα. Για το λόγο αυτό η περιποίηση με ατμό συνήθως προηγείται της μάλαξης ή τουλάχιστον της μάσκας. Αντενδείξεις για το μηχάνημα του ατμού αποτελούν οι ανοικτές πληγές, οι ευρυαγγείες, οι βλάβες, τα διαβητικά και τα επιληπτικά άτομα. Η τοποθέτηση βρεγμένου βαμβακιού σε περιοχές ευαίσθητες καθιστά δυνατή την χρήση ατμού. Η διάρκεια εφαρμογής ποικίλει από 20-40’

**ΥΠΕΡΗΧΟΙ:** πρόκειται για συσκευές υπερήχων κυμάτων με πολλές χρήσεις μερικές από τις οποίες αξιοποιούνται και στην αισθητική. Οι συσκευές, όπως φαίνεται και στην εικόνα 4.18 αποτελούνται από: ένα κύριο μηχάνημα μέσα στο οποίο υπάρχει η γεννήτρια υπέρηχων κυμάτων και κομβία που επιτρέπουν τη διαμόρφωση των χαρακτηριστικών των κυμάτων και από μια κεφαλή ηχοβολιστική που μας επιτρέπει την άμεση επαφή των υπερήχων με το δέρμα. Τα αποτελέσματα που επιτυγχάνονται με τους υπερήχους είναι η αύξηση της κυκλοφορίας και του μεταβολισμού γενικότερα και η διείσδυση ουσιών με τη διαδικασία της φωνοφόρησης. Επιπλέον, στην αισθητική χρησιμοποιούνται κεφαλές αποπεπλατυσμένες οι οποίες έχουν την ικανότητα να διασπούν το νερό σε πολύ μικρά σταγονίδια τα οποία εκτοξεύονται με μεγάλη ταχύτητα. Με τον τρόπο αυτό επιτυγχάνεται μηχανική απομάκρυνση νεκρών κερατινοκυττάρων, δηλαδή μηχανικό πήλινγκ. Η χρήση των υπερήχων πρέπει να γίνεται αποκλειστικά από τον/την αισθητικό.



**Εικόνα 4.18** Υπέρηχοι προσώπου



## Ανακεφαλαίωση

Οι περιποιήσεις ενυδάτωσης περιλαμβάνουν περιποιήσεις με καλλυντικά σκευάσματα και περιποιήσεις με μηχανήματα. Οι περιποιήσεις με καλλυντικά ακολουθούν την εξής πορεία:

- Απλός καθαρισμός για να διώξουμε το ρύπο .
- Πήλινγκ για να διώξουμε τα νεκρά κερατινοκύτταρα και να μειώσουμε τον διαδερμικό φραγμό.
- Μάλαξη, ώστε να προκαλέσουμε αύξηση της αιματικής κυκλοφορίας και διείσδυση των συστατικών των προϊόντων που χρησιμοποιούμε.
- Μάσκα, ώστε να έχουμε εντονότερα και μακροπρόθεσμα αποτελέσματα.
- Αντηλιακή και/ή ενυδατική κρέμα για ολοκλήρωση της περιποίησης.

Οι περιποιήσεις με μηχανήματα πραγματοποιούνται με διάφορα μηχανήματα:

- Ιονισμός, ο οποίος βοηθά στο στάδιο της διείσδυσης των προϊόντων.
- Ατμός, ο οποίος αυξάνει την αιματική κυκλοφορία στην περιοχή προάγοντας την ενυδάτωση και τη διείσδυση προϊόντων.
- Τα μηχανήματα των υπερήχων, με τα οποία κάνουμε δερματοαπόξεση και φωνοφόρηση.
- Το φαραδικό και το γαλβανοφαραδικό, με τα οποία αυξάνουμε την αιματική κυκλοφορία στην περιοχή και βοηθάτε η διείσδυση των προϊόντων.

Για να έχουμε το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα είναι καλό να χρησιμοποιούμε και τις δυο μεθόδους.

## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > Α. Ερωτήσεις ανάπτυξης

1. Ποια είναι η φιλοσοφία μιας περιποίησης ενυδάτωσης;
2. Ποιες μάσκες χρησιμοποιούνται στις περιποιήσεις ενυδάτωσης και γιατί;
3. Αναφέρατε τα κυριότερα μηχανήματα που χρησιμοποιούμε για ενυδάτωση.
4. Ποιο μηχανήμα νομίζετε ότι χρησιμεύει περισσότερο στις περιποιήσεις ενυδάτωσης και γιατί;

### > Β. Ερωτήσεις σωστού λάθους

Σημειώστε με Σ για το σωστό και Λ για το λάθος δίπλα από κάθε πρόταση.

- ☐ 1. Το πρώτο στάδιο κάθε περιποίησης είναι πάντοτε το ντεμακιγιάζ.
- ☐ 2. Οι μάσκες είναι απαραίτητες στην περιποίηση ενυδάτωσης γιατί απομακρύνουν τα νεκρά κερατινοκύτταρα.
- ☐ 3. Ο ατμός είναι ένα μηχανήμα το οποίο με τη βοήθεια νερού απομακρύνει τα νεκρά κερατινοκύτταρα.
- ☐ 4. Το γαλβανοφαραδικό ρεύμα αυξάνει τη μυϊκή αντίδραση του φαραδικού υποβοηθούμενου από τον ιονισμό.
- ☐ 5. Το φαραδικό ρεύμα αν προηγηθεί του ιονισμού μεγιστοποιεί τα αποτελέσματά του τελευταίου.

### ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΗ ΑΣΚΗΣΗ 1η

**ΤΙΤΛΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Περιποίησης ενυδάτωσης με καλλυντικά Ι.

**ΣΚΟΠΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Να γνωρίσουν οι μαθητές/τριες μία μέθοδο περιποίησης ενυδάτωσης και να είναι σε θέση να την πραγματοποιούν.

#### > ΥΛΙΚΑ ΚΑΙ ΣΥΣΚΕΥΕΣ

- Γαλάκτωμα για ξηρά δέρματα
- Λοσιόν για ξηρά δέρματα
- Κρέμα μασάζ
- Πήλινγκ τριβής
- Μάσκα γαλακτοματοποιημένη
- Κρέμα ημέρας
- Αντηλιακή
- Βαμβάκι κομμένο ή έτοιμα στρογγυλά βαμβάκια
- Χαρτομάντιλα
- Σφουγγαράκια
- Λεκάνη με χλιαρό καθαρό νερό
- Γλωσσοπίεστρα
- Πινέλο για άπλωμα μάσκας
- Διαγνωστικός φακός

#### > ΣΤΑΔΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Α. Ο διδάσκων επιλέγει ένα / μία μαθητή/τρια ως μοντέλο και πραγματοποιεί επίδειξη σύμφωνα με τα παρακάτω στάδια:

1. Προχωράει σε απλό καθαρισμό
2. Γίνεται διάγνωση δέρματος
3. Εφαρμόζει το πήλινγκ τριβής

4. Αφαιρεί το πήλινγκ τριβής
5. Εφαρμόζει μάλαξη με την κρέμα μασάζ
6. Εφαρμόζει την γαλακτοματοποιημένη μάσκα
7. Αφαιρεί τη γαλακτοματοποιημένη μάσκα
8. Εφαρμόζει κρέμα ημέρας ή/και αντηλιακή
9. Απαντά σε απορίες

Β. Στη συνέχεια η τάξη χωρίζεται σε ομάδες των δύο ατόμων και προχωρά σε εκτέλεση της ίδιας άσκησης ακολουθώντας τα ίδια βήματα.

Γ. Λύνονται τυχόν απορίες και τακτοποιείται το εργαστήριο.

## Φύλλο Αξιολόγησης

1. Σε ποια στάδια της άσκησης συναντήσατε δυσκολίες; Προτείνετε μεθόδους που θα σας βοηθήσουν να ξεπεράσετε τις δυσκολίες αυτές

A. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

B. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

Γ. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

2. Ποιο στάδιο θεωρείτε ότι πραγματοποιήσατε καλύτερα από τα άλλα;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

3. Ποιο στάδιο θεωρείτε το σημαντικότερο και γιατί;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## Εργαστηριακές Ασκήσεις

### ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΗ ΑΣΚΗΣΗ 2η

**ΤΙΤΛΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Περιποίηση ενυδάτωσης με καλλυντικά II.

**ΣΚΟΠΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Να γνωρίσουν οι μαθητές/τριες μία μέθοδο περιποίησης ενυδάτωσης και να είναι σε θέση να την πραγματοποιούν.

#### > ΥΛΙΚΑ ΚΑΙ ΣΥΣΚΕΥΕΣ

- Γαλάκτωμα για ξηρά δέρματα
- Λοσιόν για ξηρά δέρματα
- Κρέμα μασάζ
- Πήλινγκ γομώδες
- Μάσκα υδροκολοειδής
- Κρέμα ημέρας
- Αντηλιακή
- Βαμβάκι κομμένο ή έτοιμα στρογγυλά βαμβάκια
- Χαρτομάντιλα
- Σφουγγαράκια
- Λεκάνη με χλιαρό καθαρό νερό
- Γλωσσοπίεστρα
- Πινέλο για άπλωμα μάσκας
- Διαγνωστικός φακός

#### > ΣΤΑΔΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Α. Ο διδάσκων επιλέγει μια/ένα μαθητή/τρια ως μοντέλο και πραγματοποιεί επίδειξη σύμφωνα με τα παρακάτω στάδια:

1. Προχωράει σε απλό καθαρισμό
2. Γίνεται διάγνωση δέρματος
3. Εφαρμόζει το γομώδες πήλινγκ

4. Αφαιρεί το γομώδες πήλινγκ
5. Εφαρμόζει μάλαξη με την κρέμα μασάζ
6. Εφαρμόζει την υδροκολλοειδή μάσκα
7. Αφαιρεί τη υδροκολλοειδή μάσκα
8. Εφαρμόζει κρέμα ημέρας ή/και αντηλιακή
9. Απαντά σε απορίες

Β. Στη συνέχεια η τάξη χωρίζεται σε ομάδες των δύο ατόμων και προχωρά σε εκτέλεση της ίδιας άσκησης ακολουθώντας τα ίδια βήματα.

Γ. Λύνονται τυχόν απορίες και τακτοποιείται το εργαστήριο.

## Φύλλο Αξιολόγησης

1. Σε ποια στάδια της άσκησης συναντήσατε δυσκολίες; Προτείνετε μεθόδους που θα σας βοηθήσουν να ξεπεράσετε τις δυσκολίες αυτές

A. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

B. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

Γ. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

2. Ποιο στάδιο θεωρείτε ότι πραγματοποιήσατε καλύτερα από τα άλλα;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

3. Ποιο στάδιο θεωρείτε το σημαντικότερο και γιατί;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....



### ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΗ ΑΣΚΗΣΗ 3η

**ΤΙΤΛΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Περιποίησης ενυδάτωσης με καλλυντικά ΙΙΙ.

**ΣΚΟΠΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Να γνωρίσουν οι μαθητές/τριες μία μέθοδο περιποίησης ενυδάτωσης και να είναι σε θέση να την πραγματοποιούν.

#### > ΥΛΙΚΑ ΚΑΙ ΣΥΣΚΕΥΕΣ

- Γαλάκτωμα για ξηρά δέρματα
- Λοσιόν για ξηρά δέρματα
- Ορός ενυδατικής ουσίας
- Πήλινγκ χημικό
- Μάσκα γαλακτωματοποιημένη
- Κρέμα ημέρας
- Αντηλιακή
- Βαμβάκι κομμένο ή έτοιμα στρογγυλά βαμβάκια
- Χαρτομάντιλα
- Σφουγγαράκια
- Λεκάνη με χλιαρό καθαρό νερό
- Γλωσσοπίεστρα
- Πινέλο για άπλωμα μάσκας
- Διαγνωστικός φακός
- Βαμβακοφόροι στείλεοί

#### > ΣΤΑΔΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Α. Ο διδάσκων επιλέγει ένα / μία μαθητή/τρια ως μοντέλο και πραγματοποιεί επίδειξη σύμφωνα με τα παρακάτω στάδια:

1. Προχωράει σε απλό καθαρισμό
2. Γίνεται διάγνωση δέρματος
3. Εφαρμόζει το χημικό πήλινγκ

4. Αφαιρεί το χημικό πηλινγκ
5. Εφαρμόζει μάλαξη με τον ορό της ενυδατικής ουσίας
6. Εφαρμόζει την γαλακτωματοποιημένη μάσκα
7. Αφαιρεί τη γαλακτωματοποιημένη μάσκα
8. Εφαρμόζει κρέμα ημέρας ή/και αντηλιακή
9. Απαντά σε απορίες

Β. Στη συνέχεια η τάξη χωρίζεται σε ομάδες των δύο ατόμων και προχωρά σε εκτέλεση της ίδιας άσκησης ακολουθώντας τα ίδια βήματα.

Γ. Λύνονται τυχόν απορίες και τακτοποιείται το εργαστήριο.

## Φύλλο Αξιολόγησης

1. Σε ποια στάδια της άσκησης συναντήσατε δυσκολίες; Προτείνετε μεθόδους που θα σας βοηθήσουν να ξεπεράσετε τις δυσκολίες αυτές

A. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

B. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

Γ. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

2. Ποιο στάδιο θεωρείτε ότι πραγματοποιήσατε καλύτερα από τα άλλα;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

3. Ποιο στάδιο θεωρείτε το σημαντικότερο και γιατί;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## Εργαστηριακές Ασκήσεις

### ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΗ ΑΣΚΗΣΗ 4η

**ΤΙΤΛΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Περιποίηση ενυδάτωσης με καλλυντικά IV.

**ΣΚΟΠΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Να γνωρίσουν οι μαθητές/τριες μία μέθοδο περιποίησης ενυδάτωσης και να είναι σε θέση να την πραγματοποιούν.

#### > ΥΛΙΚΑ ΚΑΙ ΣΥΣΚΕΥΕΣ

- Γαλάκτωμα για ξηρά δέρματα
- Λοσιόν για ξηρά δέρματα
- Κρέμα μασάζ
- Πήλινγκ ενζυμικό
- Μάσκα υδροκολοειδής
- Κρέμα ημέρας
- Αντηλιακή
- Βαμβάκι κομμένο ή έτοιμα στρογγυλά βαμβάκια
- Χαρτομάντιλα
- Σφουγγαράκια
- Λεκάνη με χλιαρό καθαρό νερό
- Γλωσσοπίεστρα
- Πινέλο για άπλωμα μάσκας
- Διαγνωστικός φακός

#### > ΣΤΑΔΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Α. Ο διδάσκων επιλέγει ένα / μία μαθητή/τρια ως μοντέλο και πραγματοποιεί επίδειξη σύμφωνα με τα παρακάτω στάδια:

1. Προχωράει σε απλό καθαρισμό
2. Γίνεται διάγνωση δέρματος
3. Εφαρμόζει το γομώδες πήλινγκ

4. Αφαιρεί το γομώδες πήλινγκ
5. Εφαρμόζει μάλαξη με την κρέμα μασάζ
6. Εφαρμόζει την υδροκολλοειδή μάσκα
7. Αφαιρεί τη υδροκολλοειδή μάσκα
8. Εφαρμόζει κρέμα ημέρας ή/και αντηλιακή
9. Απαντά σε απορίες

Β. Στη συνέχεια η τάξη χωρίζεται σε ομάδες των δύο ατόμων και προχωρά σε εκτέλεση της ίδιας άσκησης ακολουθώντας τα ίδια βήματα.

Γ. Λύνονται τυχόν απορίες και τακτοποιείται το εργαστήριο.

## Φύλλο Αξιολόγησης

1. Σε ποια στάδια της άσκησης συναντήσατε δυσκολίες; Προτείνετε μεθόδους που θα σας βοηθήσουν να ξεπεράσετε τις δυσκολίες αυτές

A. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

B. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

Γ. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

2. Ποιο στάδιο θεωρείτε ότι πραγματοποιήσατε καλύτερα από τα άλλα;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

3. Ποιο στάδιο θεωρείτε το σημαντικότερο και γιατί;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

### ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΗ ΑΣΚΗΣΗ 5η

**ΤΙΤΛΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Περιποίησης ενυδάτωσης με μηχανήματα Ι.

**ΣΚΟΠΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Να γνωρίσουν οι μαθητές/τριες μία μέθοδο περιποίησης ενυδάτωσης και να είναι σε θέση να την πραγματοποιούν.

#### **> ΥΛΙΚΑ ΚΑΙ ΣΥΣΚΕΥΕΣ**

- Γαλάκτωμα για ξηρά δέρματα
- Λοσιόν για ξηρά δέρματα
- Κρέμα μασάζ
- Πήλινγκ ενζυμικό
- Μάσκα υδροκολοειδής
- Κρέμα ημέρας
- Αντηλιακή
- Ιονιζόμενη αμπούλα
- Βαμβάκι κομμένο ή έτοιμα στρογγυλά βαμβάκια
- Χαρτομάντιλα
- Σφουγγαράκια
- Λεκάνη με χλιαρό καθαρό νερό
- Γλωσσοπίεστρα
- Πινέλο για άπλωμα μάσκας
- Διαγνωστικός φακός
- Ιονισμός

#### **> ΣΤΑΔΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

Α. Ο διδάσκων επιλέγει ένα / μία μαθητή/τρια ως μοντέλο και πραγματοποιεί επίδειξη σύμφωνα με τα παρακάτω στάδια:

1. Προχωράει σε απλό καθαρισμό
2. Γίνεται διάγνωση δέρματος

3. Εφαρμόζει το γομώδες πηλινγκ
4. Αφαιρεί το γομώδες πηλινγκ
5. Εφαρμόζει την αμπούλα με ιονισμό
6. Εφαρμόζει μάλαξη με την κρέμα μασάζ
7. Εφαρμόζει την υδροκολλοειδή μάσκα
8. Αφαιρεί τη υδροκολλοειδή μάσκα
9. Εφαρμόζει κρέμα ημέρας ή/και αντηλιακή
10. Απαντά σε απορίες

Β. Στη συνέχεια η τάξη χωρίζεται σε ομάδες των δύο ατόμων και προχωρά σε εκτέλεση της ίδιας άσκησης ακολουθώντας τα ίδια βήματα.

Γ. Λύνονται τυχόν απορίες και τακτοποιείται το εργαστήριο.



## Φύλλο Αξιολόγησης

1. Σε ποια στάδια της άσκησης συναντήσατε δυσκολίες; Προτείνετε μεθόδους που θα σας βοηθήσουν να ξεπεράσετε τις δυσκολίες αυτές

A. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

B. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

Γ. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

2. Ποιο στάδιο θεωρείτε ότι πραγματοποιήσατε καλύτερα από τα άλλα;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

3. Ποιο στάδιο θεωρείτε το σημαντικότερο και γιατί;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## Εργαστηριακές Ασκήσεις

### ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΗ ΑΣΚΗΣΗ 6η

**ΤΙΤΛΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Περιποίηση ενυδάτωσης με μηχανήματα II.

**ΣΚΟΠΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Να γνωρίσουν οι μαθητές/τριες μία μέθοδο περιποίησης ενυδάτωσης και να είναι σε θέση να την πραγματοποιούν.

#### > ΥΛΙΚΑ ΚΑΙ ΣΥΣΚΕΥΕΣ

- Γαλάκτωμα για ξηρά δέρματα
- Λοσιόν για ξηρά δέρματα
- Κρέμα μασάζ
- Πήλινγκ τριβής
- Μάσκα γαλακτοματοποιημένη
- Κρέμα ημέρας
- Αντηλιακή
- Αμπούλα ιονιζόμενης ουσίας
- Βαμβάκι κομμένο ή έτοιμα στρογγυλά βαμβάκια
- Χαρτομάντιλα
- Σφουγγαράκια
- Λεκάνη με χλιαρό καθαρό νερό
- Γλωσσοπίεστρα
- Πινέλο για άπλωμα μάσκας
- Διαγνωστικός φακός
- Ιονισμός
- Φαραδικό

#### > ΣΤΑΔΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

A. Ο διδάσκων επιλέγει ένα / μία μαθητή/τρια ως μοντέλο και πραγματοποιεί επίδειξη σύμφωνα με τα παρακάτω στάδια:

1. Προχωράει σε απλό καθαρισμό
2. Γίνεται διάγνωση δέρματος
3. Εφαρμόζει το πήλινγκ τριβής
4. Αφαιρεί το πήλινγκ τριβής
5. Εφαρμόζει περιποίηση με φαραδικό
6. Εφαρμόζει περιποίηση με ιονισμό
7. Εφαρμόζει μάλαξη με την κρέμα μασάζ
8. Εφαρμόζει την γαλακτοματοποιημένη μάσκα
9. Αφαιρεί τη γαλακτοματοποιημένη μάσκα
10. Εφαρμόζει κρέμα ημέρας ή/και αντηλιακή
11. Απαντά σε απορίες

Β. Στη συνέχεια η τάξη χωρίζεται σε ομάδες των δύο ατόμων και προχωρά σε εκτέλεση της ίδιας άσκησης ακολουθώντας τα ίδια βήματα.

Γ. Λύνονται τυχόν απορίες και τακτοποιείται το εργαστήριο.

## Φύλλο Αξιολόγησης

1. Σε ποια στάδια της άσκησης συναντήσατε δυσκολίες; Προτείνετε μεθόδους που θα σας βοηθήσουν να ξεπεράσετε τις δυσκολίες αυτές

A. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

B. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

Γ. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

2. Ποιο στάδιο θεωρείτε ότι πραγματοποιήσατε καλύτερα από τα άλλα;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

3. Ποιο στάδιο θεωρείτε το σημαντικότερο και γιατί;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## Εργαστηριακές Ασκήσεις

### ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΗ ΑΣΚΗΣΗ 7η

**ΤΙΤΛΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Περιποίηση ενυδάτωσης με καλλυντικά ΙΙΙ.

**ΣΚΟΠΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Να γνωρίσουν οι μαθητές/τριες μία μέθοδο περιποίησης ενυδάτωσης και να είναι σε θέση να την πραγματοποιούν.

#### > ΥΛΙΚΑ ΚΑΙ ΣΥΣΚΕΥΕΣ

- Γαλάκτωμα για ξηρά δέρματα
- Λοσιόν για ξηρά δέρματα
- Κρέμα μασάζ
- Πήλινγκ τριβής
- Μάσκα γαλακτοματοποιημένη
- Κρέμα ημέρας
- Αντηλιακή
- Αιθέρια έλαια
- Βαμβάκι κοιμένο ή έτοιμα στρογγυλά βαμβάκια
- Χαρτομάντιλα
- Σφουγγαράκια
- Λεκάνη με χλιαρό καθαρό νερό
- Γλωσσοπίεστρα
- Πινέλο για άπλωμα μάσκας
- Διαγνωστικός φακός
- Ατμός

#### > ΣΤΑΔΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Α. Ο διδάσκων επιλέγει ένα / μία μαθητή/τρια ως μοντέλο και πραγματοποιεί επίδειξη σύμφωνα με τα παρακάτω στάδια:

1. Προχωράει σε απλό καθαρισμό
2. Γίνεται διάγνωση δέρματος
3. Εφαρμόζει το πήλινγκ τριβής
4. Αφαιρεί το πήλινγκ τριβής
5. Εφαρμόζει αρωματοθεραπεία με ατμό
6. Εφαρμόζει μάλαξη με την κρέμα μασάζ
7. Εφαρμόζει την γαλακτοματοποιημένη μάσκα
8. Αφαιρεί τη γαλακτοματοποιημένη μάσκα
9. Εφαρμόζει κρέμα ημέρας ή/και αντηλιακή
10. Απαντά σε απορίες

Β. Στη συνέχεια η τάξη χωρίζεται σε ομάδες των δύο ατόμων και προχωρά σε εκτέλεση της ίδιας άσκησης ακολουθώντας τα ίδια βήματα.

Γ. Λύνονται τυχόν απορίες και τακτοποιείται το εργαστήριο.

## Φύλλο Αξιολόγησης

1. Σε ποια στάδια της άσκησης συναντήσατε δυσκολίες; Προτείνετε μεθόδους που θα σας βοηθήσουν να ξεπεράσετε τις δυσκολίες αυτές

A. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

B. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

Γ. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

2. Ποιο στάδιο θεωρείτε ότι πραγματοποιήσατε καλύτερα από τα άλλα;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

3. Ποιο στάδιο θεωρείτε το σημαντικότερο και γιατί;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## Εργαστηριακές Ασκήσεις

### ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΗ ΑΣΚΗΣΗ 8η

**ΤΙΤΛΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Περιποίηση έντονης ενυδάτωσης.

**ΣΚΟΠΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Να γνωρίσουν οι μαθητές/τριες μία περιποίηση έντονης ενυδάτωσης και να είναι σε θέση να την πραγματοποιούν.

#### > ΥΛΙΚΑ ΚΑΙ ΣΥΣΚΕΥΕΣ

- Γαλάκτωμα
- Λοσιόν
- Γομώδες απολεπιστικό προϊόν
- Κρέμα μάλαξης
- Ενυδατική μάσκα
- Κρέμα ημέρας
- Αντηλιακή
- Ενυδατικός ορός (αμπούλα)
- Βαμβάκι κομμένο ή έτοιμα στρογγυλά βαμβάκια
- Χαρτομάντιλα
- Σφουγγαράκια
- Λεκάνη με χλιαρό καθαρό νερό
- Μηχάνημα ιονισμού
- Μηχάνημα φαραδικού ρεύματος

#### > ΣΤΑΔΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Α. Ο διδάσκων επιλέγει ένα / μία μαθητή/τρια ως μοντέλο και πραγματοποιεί επίδειξη σύμφωνα με τα παρακάτω στάδια:

1. Προχωράει σε απλό καθαρισμό.
2. Κάνει διάγνωση δέρματος και λήψη ιστορικού για τυχόν αντενδείξεις.
3. Προχωρά σε εφαρμογή γομώδους απολεπιστικού προϊόντος.



4. Προχωρά σε εφαρμογή φαραδικού ρεύματος, ώστε να μειωθεί ο δερματικός φραγμός. Τα στάδια εφαρμογής φαραδικού ρεύματος ακολουθούνται σχολαστικά.
5. Προχωράει σε εφαρμογή περιποίησης ιοντοφόρεσης της αμπούλας ακολουθώντας σχολαστικά τα στάδια εφαρμογής.
6. Εφαρμόζει μάλαξη προσώπου.
7. Εφαρμόζει ενυδατική μάσκα.
8. Εφαρμόζει κρέμα ημέρας ή και αντηλιακή.
9. Απαντά σε ερωτήσεις.

Β. Στη συνέχεια η τάξη χωρίζεται σε ομάδες των δύο ατόμων και προχωρά σε εκτέλεση της ίδιας άσκησης ακολουθώντας τα ίδια βήματα.

Γ. Λύνονται τυχόν απορίες και τακτοποιείται το εργαστήριο.

## Φύλλο Αξιολόγησης

1. Σε ποια στάδια της άσκησης συναντήσατε δυσκολίες; Προτείνετε μεθόδους που θα σας βοηθήσουν να ξεπεράσετε τις δυσκολίες αυτές

A. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

B. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

Γ. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

2. Ποιο στάδιο θεωρείτε ότι πραγματοποιήσατε καλύτερα από τα άλλα;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

3. Ποιο στάδιο θεωρείτε το σημαντικότερο και γιατί;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

5<sup>η</sup>

Προσωρινή αποτρίχωση προσώπου





## Κεφάλαιο 5.1

### Γενικές αρχές

Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να εξοικειωθούν με τον όρο προσωρινή αποτρίχωση και να γνωρίσουν τις βασικές της αρχές.

#### > Εισαγωγή

Η προσωρινή αποτρίχωση είναι μία εργασία η οποία εφαρμόζεται σε περιπτώσεις όπου η τριχοφυΐα στο ανθρώπινο δέρμα είναι αυξημένη. Η αυξημένη τριχοφυΐα είναι ένα πρόβλημα το οποίο απασχολεί ως επί το πλείστον τις γυναίκες και λιγότερο τους άνδρες.

Εκτός από το ανεπιθύμητο τρίχωμα, το οποίο ενοχλεί όταν είναι πολύ πυκνό και μάλιστα σε σημεία στα οποία τα αισθητικά κριτήρια δεν δικαιολογούν τρίχωμα, υπάρχει και το χρήσιμο τρίχωμα το οποίο παίζει προστατευτικό ρόλο για τον άνθρωπο. Η χρησιμότητα του τριχώματος εξαρτάται από την περιοχή του δέρματος στην οποία βρίσκεται:

Έτσι οι βλεφαρίδες εμποδίζουν την σκόνη ή τις ακαθαρσίες του περιβάλλοντος να μπουν στα μάτια και λειτουργούν ως προστατευτική σκιά για το έντονο φως, το οποίο χωρίς προστασία, μπορεί να βλάψει τα μάτια.

Τα φρύδια παίζουν κι αυτά προστατευτικό ρόλο για την κοιλότητα των ματιών.

Οι μικρές τρίχες των ρουθουνιών εμποδίζουν τη σκόνη, που εισέρχεται με την αναπνοή, να φθάσει μέχρι τους πνεύμονες.

Οι τρίχες του κεφαλιού προστατεύουν το κεφάλι από το κρύο, από την ηλιακή ακτινοβολία, από τη ζέση και βοηθούν να διατηρηθεί σταθερή θερμοκρασία στο τριχωτό δέρμα του κεφαλιού ανεξάρτητα από τις καιρικές συνθήκες. Εκτός από όλα αυτά, οι τρίχες του κεφαλιού έχουν και αισθητική χρησιμότητα, γιατί πλαισιώνουν το πρόσωπο και το ομορφαίνουν.

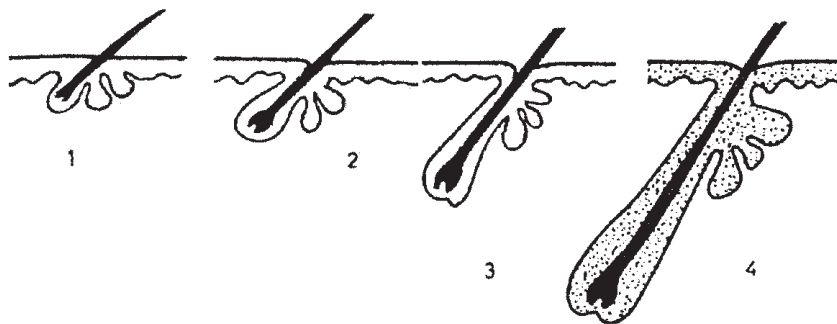
Οι τρίχες του σώματος προστατεύουν το σώμα από τον ερεθισμό της τριβής, όπως επίσης οι τρίχες της μασχάλης και του εφηβαίου. Γενικά το τρίχωμα όλου του σώματος προσφέρει προστασία.

### > Δομή - ανατομία της τρίχας

Οι τρίχες χωρίζονται σε τρεις μεγάλες κατηγορίες. Κάθε μια από τις κατηγορίες αυτές περιλαμβάνει διαφορετικό τύπο τριχώματος:



- Το **χνοώδες τριχώμα** (χνούδι)
- Το **ενδιάμεσο τριχώμα** (λίγο πιο παχύ από το χνούδι)
- Το **τελικό (terminal) τριχώμα** (το πιο παχύ και εμφανές όπως είναι οι τρίχες του κεφαλιού των φρυδιών της μασχάλης και του εφηβαίου).



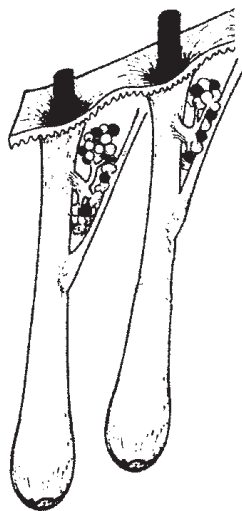
**Εικόνα 5.1** Τύπος τριχώματος

- 1.Τρίχα χνούδι
- 2.Τρίχα χνούδι το οποίο παίρνει την μορφή του ενδιάμεσου τριχώματος
- 3.Ενδιάμεσο τριχώμα
- 4.Τρίχα με τη μορφή τελικού τριχώματος

Όλες οι τρίχες βρίσκονται μέσα σ'ένα κόλπωμα του δέρματος, το οποίο ονομάζεται **θύλακος της τρίχας** (Βλ. Εικ..5.2).

Μέσα σ'αυτόν τον θύλακο η τρίχα γεννιέται, ζει, αναπτύσσεται και πεθαίνει. Αυτή η διαδικασία ονομάζεται **κύκλος ανάπτυξης της τρίχας**, ο οποίος ολοκληρώνεται σε τρία στάδια. (Βλ. Κεφ. 5.3)

Οι θύλακοι των τριχών δημιουργούνται στο ανθρώπινο δέρμα σε εμβρυϊκή ηλικία. Ο αριθμός των θυλάκων δεν αυξάνεται κατά τη διάρκεια της ζωής του ανθρώπου αλλά μένει ο ίδιος από την γέννηση μέχρι τον θάνατο. Η αυξημένη τριχοφυΐα, που μπορεί να συμβεί σε κάποιες περιόδους της ζωής, οφείλεται σε μετατροπή του ήδη υπάρχοντος τριχώματος από χνούδι σε ενδιάμεσο και από ενδιάμεσο σε τελικό.

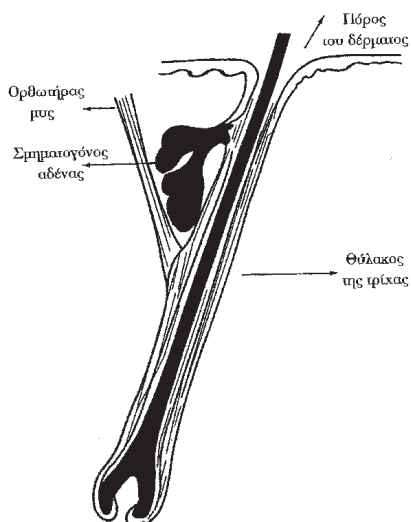


**Εικόνα 5.2** Θύλακος μέσα στον οποίο ζει και αναπτύσσεται η τρίχα.

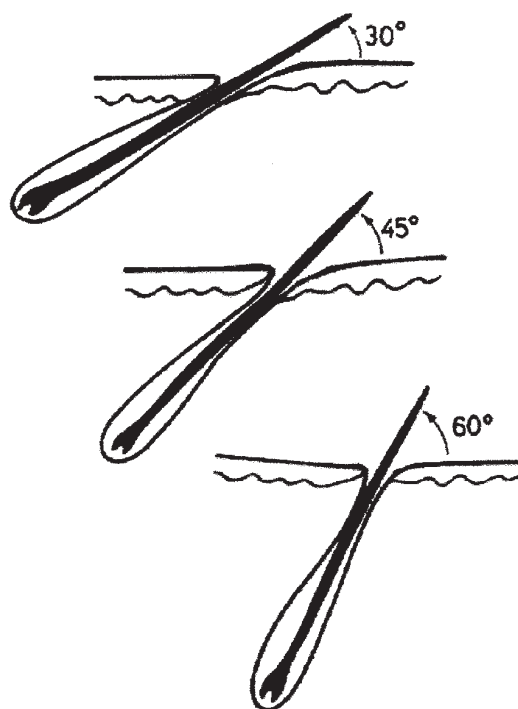
Η κάθε τρίχα χωρίζεται σε δύο τμήματα:

- α) **Στέλεχος**
- β) **Ρίζα**

Το **στέλεχος** είναι το τμήμα της τρίχας, του οποίου ένα μέρος είναι εμφανές από το σημείο της εκβολής του σμηγματογόνου αδένος και επεκτείνεται μέχρι την επιφάνεια του δέρματος. Το στέλεχος είναι αυτό που καθορίζει τον τρόπο με



**Εικόνα 5.3** Τριχοσμηγματογόνος μονάδα

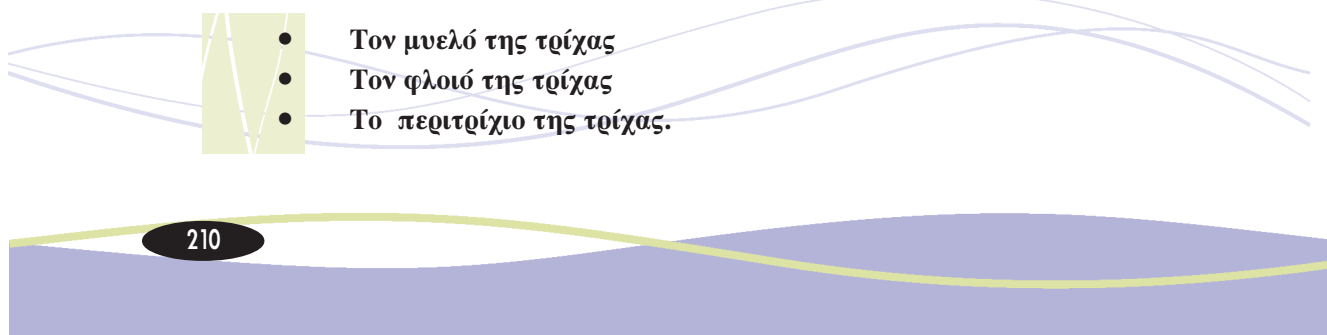


Εικόνα 5.4 Γωνίες κλίσεως της έκφυσης του τριχώματος

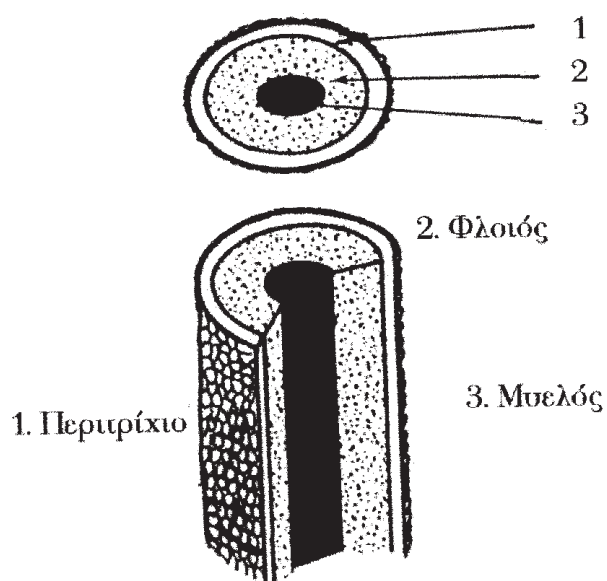
τον οποίο θα παρέμβει ο/η Αισθητικός στην τρίχα, όταν θελήσει να κάνει αποτρίχωση. Η φορά της έκφυσης της τρίχας παίζει πολύ σπουδαίο ρόλο στην τεχνική που θα ακολουθηθεί για να αποτριχωθεί ένα τμήμα δέρματος. **Οι γωνίες κλίσεως αλλά και η κατεύθυνση της έκφυσης δεν είναι ίδιες για όλες τις τρίχες.**

Η ρίζα της τρίχας βρίσκεται στο εσωτερικό τμήμα του δέρματος και περιλαμβάνει τον βολβό και τη θηλή της τρίχας, μέσω των οποίων περνούν οι ουσίες της ανάπτυξής της. Κάθε θύλακος έχει προσαρτημένους επάνω του έναν σμηγματογόνο αδένα και ένα ορθοτήρα μυ. Επίσης ορισμένοι απεκκριτικοί ιδρωτοποιοί αδένες εκβάλλουν μέσα στον θύλακο της τρίχας. Όλα αυτά τα όργανα αποτελούν την τριχοσμηγματογόνο μονάδα.

Η τρίχα έχει κυλινδρικό σχήμα και αποτελείται, από μέσα προς τα έξω, από τα εξής τρία μέρη:







Εικόνα 5.5 Τομή του μίσχου της τρίχας

Ο **μυελός** αποτελεί τον άξονα της τρίχας, βρίσκεται ακριβώς στο κέντρο του κυλίνδρου και λείπει από το χνοώδες τρίχωμα.

Ο **φλοιός** αποτελεί το παχύτερο τμήμα της τρίχας στα κύτταρα, εντός του οποίου βρίσκεται η χρωστική ουσία της τρίχας, η οποία ονομάζεται μελανίνη.

Το **περιτρίχιο** είναι το εξωτερικό στρώμα και αποτελείται από μία σειρά κυττάρων τα οποία είναι διαφανή και μοιάζουν σαν λέπια.

## Ανακεφαλαίωση

Το τρίχωμα του σώματος και του προσώπου, μπορεί να είναι πολύ χρήσιμο και απαραίτητο, μπορεί όμως κάποιες φορές να είναι ανεπιθύμητο οπότε, αφαιρείται με την διαδικασία της αποτρίχωσης.

Για να πετύχει η αποτρίχωση θα πρέπει να γίνει κατανοητή τόσο η δομή, όσο και η ανατομία της τρίχας.

## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > A. Ερωτήσεις ανάπτυξης

1. Πόσοι τύποι τριχώματος υπάρχουν στο ανθρώπινο δέρμα;
2. Ποιά είναι τα τμήματα στα οποία χωρίζεται η τρίχα και πού βρίσκονται σε σχέση με το δέρμα;
3. Ποιό είναι το σχήμα της τρίχας και ποιά τα μέρη (επιστρώματα) από τα οποία αποτελείται;
4. Να περιγραφεί και να αναλυθεί το περίβλημα της τρίχας αναλυτικά, με την ονομασία του κάθε χιτώνα ξεχωριστά.

### > B. Ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών

Επιλέξτε τη σωστή απάντηση. Μία μόνο είναι η σωστή.

1. Ποιά η χρησιμότητα των τριχών στις βλεφαρίδες;  
Α. δημιουργούν σκιά στο μάτι από το έντονο φως, και το προστατεύουν από την σκόνη,  
Β. δεν έχει καμία χρησιμότητα,  
Γ. προστατεύει το μάτι από αλλεργικά φαινόμενα.
2. Πόσους τύπους τριχώματος έχουμε;  
Α. Όλο το τρίχωμα του προσώπου και του σώματος βρίσκεται στην ίδια κατηγορία.  
Β. Το ανθρώπινο τρίχωμα είναι αυτό το πολύ λεπτό τρίχωμα στο ονομαζόμενο χνούδι και γίνεται πιο παχύ μόνο από ορμονικούς παράγοντες.  
Γ. Υπάρχουν τρεις τύποι τριχώματος το χνοώδες, το ενδιάμεσο και το τελικό τρίχωμα.

> Γ. Ερωτήσεις σωστού λάθους

Σημειώστε με Σ για το σωστό και Λ για το λάθος δίπλα από κάθε πρόταση.

- ☐ 1. Το τρίχωμα που βρίσκεται στα φρύδια και στις βλεφαρίδες δεν έχει καμία χρησιμότητα.
- ☐ 2. Οι θύλακοι των τριχών μέσα στους οποίους αναπτύσσεται η τρίχα δημιουργούνται στο δέρμα σιγά-σιγά και σταδιακά από την παιδική ως την εφηβική ηλικία.
- ☐ 3. Το στέλεχος της τρίχας είναι το τμήμα το οποίο βρίσκεται στο εσωτερικό του δέρματος.

> Δ. Ασκήσεις συμπλήρωσης κενού

Συμπληρώστε τα κενά στις παρακάτω προτάσεις:

1. Κάθε θύλακος της τρίχας έχει προσαρτημένους επάνω του \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ και όλα μαζί αποτελούν  
την \_\_\_\_\_
2. Η τρίχα έχει κυλινδρικό σχήμα και αποτελείται από μέσα προς τα έξω  
από τα εξής μέρη:  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Εργαστηριακές Ασκήσεις

### ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΗ ΑΣΚΗΣΗ 1η

**ΤΙΤΛΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Δομή και Ανατομία της τρίχας.

**ΣΚΟΠΟΣ:** Να γίνουν γνωστά στους μαθητές/τριες τα χαρακτηριστικά της τρίχας.

**ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ:** Να ληφθεί υπόψη το κείμενο σελ. 150- 155.

#### > ΥΛΙΚΑ ΚΑΙ ΣΥΣΚΕΥΕΣ

- Λευκό χαρτί ιχνογραφίας
- Μολύβι μαλακό ζωγραφικής
- Μεγεθυντικός φακός

#### > ΣΤΑΔΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

- Α. Ο διδάσκων ζητάει από τους μαθητές/τριες να ζωγραφίσουν στο λευκό χαρτί τους τρεις τύπους τριχώματος (χνούδι-ενδιάμεσο- τελικό).
- Β. Οι μαθητές και μαθήτριες χωρίζονται σε ομάδες ανά δύο και ο ένας παρατηρεί και καταγράφει τους τύπους του τριχώματος του άλλου στα διάφορα μέρη του σώματος.
- Γ. Δημιουργείται συγκεντρωτικός πίνακας και βγαίνουν συμπεράσματα κατά φύλο και μέρος του σώματος.



## Κεφάλαιο 5.2

### Στάδια ανάπτυξης της τρίχας

Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να γνωρίσουν τα στάδια ανάπτυξης της τρίχας.

#### > Εισαγωγή

Οι τρίχες σε όποιον τύπο τριχώματος και αν ανήκουν (χνούδι- ενδιάμεσο-τραχύ), έχουν ένα κύκλο ζωής, ο οποίος διαρκώς επαναλαμβάνεται: γέννηση - ανάπτυξη - πτώση και ξανά πάλι γέννηση - ανάπτυξη - πτώση κ.ο.κ. Ο θύλακος κάθε τρίχας λειτουργεί ξεχωριστά και ανεξάρτητα. Κάθε τρίχα έχει τον δικό της, από άποψη χρονικής περιόδου, κύκλο ζωής. Μπορεί δηλαδή μία τρίχα στο άνω χείλος να βρίσκεται στο στάδιο της γέννησης και η αμέσως διπλανή της να βρίσκεται στο στάδιο της πτώσης, ενώ η επόμενη να βρίσκεται στο στάδιο της ανάπτυξης.

Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο ο άνθρωπος δεν έχει περιόδους ολοκληρωτικής πτώσης του τριχώματός του και περιόδους που το επανακτά όλο μαζί, όπως τα ζώα.

Ο κύκλος της ζωής της τρίχας παίζει πολύ σπουδαίο ρόλο στον χρόνο της επανέκφυσης του αποτριχωμένου τριχώματος. Οι τρίχες επανεκφύονται μετά την αποτρίχωση έχοντας τον ίδιο τύπο τριχώματος. Συνήθως από το αποτριχωμένο χνούδι θα ξαναβγεί χνούδι, από το αποτριχωμένο ενδιάμεσο τριχίωμα θα ξαναβγεί ενδιάμεσο τριχίωμα και από το τελικό τριχίωμα θα ξαναβγεί τελικό. Οι νέες τρίχες έχουν τον τύπο τριχώματος που είχαν πριν την αποτρίχωση.

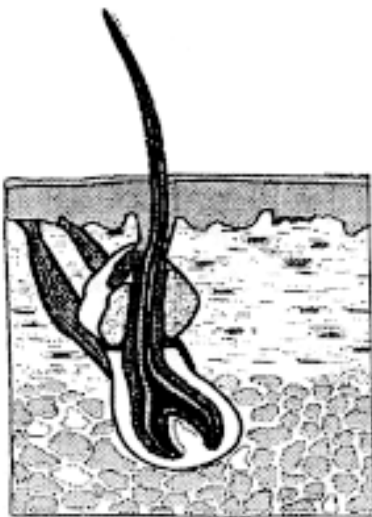
Τα στάδια ανάπτυξης της τρίχας είναι τρία:



- Το αναγενές
- Το καταγενές
- Το τελογενές

> **Αναγενές στάδιο** (πολύ μεγάλη διάρκεια)

Το αναγενές είναι το στάδιο της ανάπτυξης. Η τρίχα αρχίζει να γεννιέται και πολύ γρήγορα παίρνει την ολοκληρωτική μορφή της μέσα στον θύλακο και γίνεται πλήρης τρίχα με θηλή και με βολβό.



Εικόνα 5.6 Αναγενές στάδιο

> **Καταγενές στάδιο** (διάρκεια 2-3 εβδομάδων)

Στο στάδιο αυτό γίνονται διάφορες φυσιολογικές διεργασίες όπου η θηλή, ο βολβός και ο θύλακος προετοιμάζουν την πτώση της υπάρχουσας τρίχας αλλά και την ανάπλαση της καινούριας, που θα πάρει την θέση της παλαιάς.



Εικόνα 5.7 Καταγενές στάδιο



Η προετοιμασία που γίνεται σ' αυτή τη φάση είναι η συρρίκνωση του βολβού και η αδυναμία της θηλής της τρίχας να προσλάβει τα στοιχεία της ανάπτυξης της, από τον πυθμένα του θυλάκου.

> **Τελογενές στάδιο** (διάρκεια 1-4 μήνες)

Γίνεται η πτώση της παλαιάς τρίχας, ενώ η νέα τρίχα, η οποία γεννιέται από τον πυθμένα του θυλάκου, αναπτύσσει την θηλή και τον βολβό της, για να σχηματιστεί η καινούρια τρίχα και να πάρει την θέση της παλαιάς, την οποία σιγά-σιγά σπρώχνει προς τα επάνω, για να την διευκολύνει να φθάσει στη τελική πτώση.



**Εικόνα 5.8** Τελογενές στάδιο

Υπάρχει σχέση του κύκλου ζωής της τρίχας και της αποτρίχωσης. Η κάθε τρίχα, ξεχωριστά, έχει δικό της κύκλο ζωής και δεν είναι απαραίτητο να ακολουθούν ως ομάδες όλες μαζί οι τρίχες την ίδια αλλαγή φάσης. Μετά την αποτρίχωση δεν γίνεται συνολική επανέκφυση όλου του τριχώματος που αποτριχώθηκε. Έτσι, οι τρίχες οι οποίες βρίσκονται κατά την διάρκεια της αποτρίχωσης στο καταγενές και τελογενές στάδιο, θα εμφανιστούν στην επιφάνεια του δέρματος πιο νωρίς, ενώ οι τρίχες του αναγεννούσ σταδίου θα αργήσουν να εμφανιστούν.

## Ανακεφαλαίωση

Οι τρίχες του ανθρώπινου σώματος έχουν ένα κύκλο ζωής ο οποίος συνεχώς ανανεώνεται.

Ο τύπος του τριχώματος δεν αλλάζει με την γέννηση, ανάπτυξη και πτώση, γιατί κάθε τρίχα έχει τον δικό της κύκλο.

Τα στάδια ανάπτυξης της τρίχας διακρίνονται σε:

1. Αναγενές (μεγάλης διάρκειας)
2. Καταγενές (διάρκεια 2 – 3 εβδομάδων)
3. Τελογενές (διάρκεια 1 – 4 μήνες)

Ο κύκλος της ζωής της τρίχας και ο χρόνος επανέκφυσής της μετά την αποτρίχωση έχουν πολύ στενή σχέση.

## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > Α. Ερωτήσεις ανάπτυξης

1. Να γίνει περιγραφή του κύκλου αναφυΐας της τρίχας.
2. Σε ποιο τύπο (χνούδι - ενδιάμεσο - τελικό) επανεκφύεται η τρίχα μετά από την αποτρίχωση;

### > Β. Ερωτήσεις σωστού λάθους

Σημειώστε με Σ για το σωστό και Λ για το λάθος δίπλα από κάθε πρόταση.

- ☐ 1. Ο κάθε θύλακος λειτουργεί ξεχωριστά και κάθε τρίχα έχει τον δικό της κύκλο ζωής.
- ☐ 2. Ο κύκλος ζωής της τρίχας παίζει πολύ σπουδαίο ρόλο στον χρόνο επανέκφυσης του αποτριχωμένου τριχώματος.
- ☐ 3. Στο τελογενές στάδιο η τρίχα έχει πλήρη ανάπτυξη.

### > Γ. Ασκήσεις συμπλήρωσης κενού

Συμπληρώστε τα κενά στις παρακάτω προτάσεις.

1. Ο αριθμός των θυλάκων στο ανθρώπινο δέρμα δημιουργείται από τότε που ο άνθρωπος \_\_\_\_\_
2. Η γέννηση- ανάπτυξη-πτώση της τρίχας ονομάζεται \_\_\_\_\_
3. Ο χρόνος επανέκφυσης του αποτριχωμένου τριχώματος εξαρτάται από \_\_\_\_\_

> **Δ. Ερωτήσεις αντιστοίχισης**

Αντιστοιχήστε τα περιεχόμενα του πίνακα 1 σε αυτά του πίνακα 2.

ΠΙΝΑΚΑΣ 1	ΠΙΝΑΚΑΣ 2
Στάδια ανάπτυξης της τρίχας.	α) Η φάση κατά την οποία η τρίχα αρχίζει να γεννιέται και αναπτύσσεται.
Σχέση κύκλου ζωής της τρίχας και αποτρίχωσης.	β) Η γέννηση, ανάπτυξη και πτώση των τριχών κατά τη διάρκεια της ζωής.
Αναγενές στάδιο.	γ) Η αναμενόμενη ποσότητα των τριχών μετά την αποτρίχωση σύμφωνα με τις φυσιολογικές λειτουργίες της τρίχας.

> **Ε. Εργασίες - Δραστηριότητες**

1) Οι μαθητές/τριές μπορούν να χωριστούν σε ομάδες των δυο ατόμων υποδυόμενοι τον πελάτη και τον αισθητικό και με ερωτήσεις και απαντήσεις μεταξύ τους να γίνει ενημέρωση για τον συσχετισμό αποτρίχωσης και σταδίων ανάπτυξης της τρίχας και για τους τρόπους προσωρινής αποτρίχωσης.

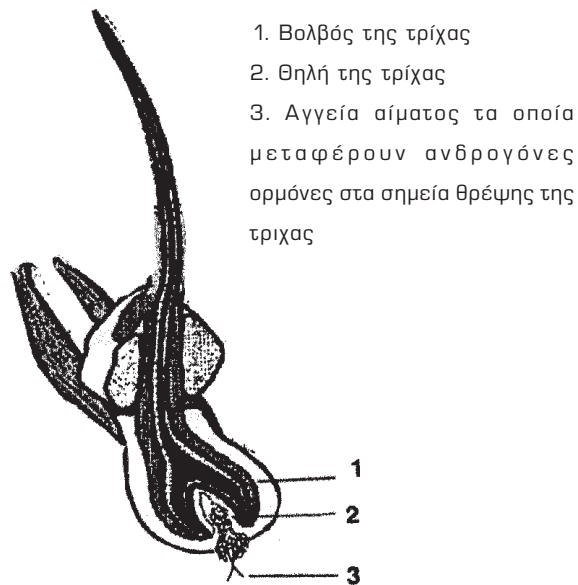
## Κεφάλαιο 5.3

### Αιτιολογία αυξημένης τριχοφυΐας

Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να γνωρίσουν τις αιτίες της αυξημένης τριχοφυΐας, ώστε να κατανοήσουν πότε η προσωρινή αποτρίχωση μπορεί να δώσει αποτελέσματα και πότε όχι.

#### > Εισαγωγή

Μέσα στο ανθρώπινο σώμα υπάρχουν δύο ειδών ορμόνες, οι οποίες καθορίζουν κάποιες βασικές λειτουργίες του οργανισμού. Οι ορμόνες αυτές είναι τα **οιστρογόνα** και τα **ανδρογόνα**. Από την ποσότητα του ενός από τα δύο είδη ορμονών (οιστρογόνα ή ανδρογόνα) εξαρτώνται τα χαρακτηριστικά του φύλου.



**Εικόνα 5.9** Αγγεία αίματος στον πυθμένα του θυλάκου, τα οποία συντελούν στην ανάπτυξη της τρίχας μέσω της θηλής της.

Όλοι οι άνθρωποι, άνδρες και γυναίκες έχουν στον οργανισμό τους οιστρογόνα και ανδρογόνα. Εκεί, που υπερισχύουν τα οιστρογόνα υπάρχουν τα γυναικεία χαρακτηριστικά και εκεί, που υπερισχύουν τα ανδρογόνα τα ανδρικά χαρακτηριστικά. Οι ορμόνες (ανδρογόνα - οιστρογόνα) είναι αρμονικά κατανεμημένες και εκκρίνονται από τους ενδοκρινείς αδένες σε κανονικές ποσότητες.

Τα **οιστρογόνα**, οι **θηλυκές ορμόνες** βρίσκονται σε μεγαλύτερη ποσότητα στο **γυναικείο σώμα**, σε σχέση με τα ανδρογόνα, ενώ **τα ανδρογόνα**, οι **αρσενικές ορμόνες** βρίσκονται στο **ανδρικό σώμα** σε μεγαλύτερη ποσότητα σε σχέση με τα οιστρογόνα. Όμως και τα δύο φύλα (άνδρας-γυναίκα) έχουν στον οργανισμό τους ανδρογόνα και οιστρογόνα.

Τα ανδρογόνα στους άνδρες εκκρίνονται από τους **όρχεις** και τα οιστρογόνα στις γυναίκες εκκρίνονται από τις **ωοθήκες**.

Ανδρογόνα και οιστρογόνα υπάρχουν στο σώμα και των δύο φύλων τα οποία εκκρίνονται από τον **φλοιό των επινεφριδίων**. Προορισμός και χρησιμότητα των **ανδρογόνων** στον **άνδρα** και στην **γυναίκα**, εκτός των άλλων, καθορίζουν την ανάπτυξη του φυσιολογικού τριχώματος.

Οι ουσίες που βοηθούν στην ανάπτυξη της τρίχας και επομένως ο λόγος της αυξημένης τριχοφυΐας δεν είναι άλλος παρά η υπερβολική συρροή ανδρογόνων ορμονών στα σημεία θρέψης της τρίχας μέσω των αγγείων του αίματος τα οποία συρρέουν στον πυθμένα του θυλάκου (βλ. εικ. 5.9).

Αυτή η συρροή ανδρογόνων μπορεί να επισπευσθεί και από ορισμένους εξωτερικούς παράγοντες, όπως την υπερβολική πρόκληση υπεραιμίας στο δέρμα, ή την χρήση φαρμακευτικών κρεμών που περιέχουν κορτιζόνη, την παρατεταμένη έκθεση στον ήλιο (υπεριώδεις ακτίνες, για μεγάλο χρονικό διάστημα) κ.α.

Το πρόβλημα της αυξημένης τριχοφυΐας εμφανίζεται στην γυναίκα συνήθως, όταν υποστεί ο οργανισμός της κάποιες ορμονικές μεταβολές. Οι ορμονικές αυτές μεταβολές μπορεί να είναι φυσιολογικές, όπως π.χ. **εφηβεία, εγκυμοσύνη, κλιμακτήριος**, αλλά μπορεί να είναι και παθολογικές, όπως προβλήματα **θυρεοειδούς αδένος, πολυκυστικές ωοθήκες, κ.α.**

Στις περιπτώσεις αυτές διαταράσσεται η **ορμονική ισορροπία** και υπάρχει **πλεόνασμα ανδρογόνων**, πράγμα το οποίο δημιουργεί στην γυναίκα αύξηση του τελικού τριχώματος. Δηλαδή, μεταλλαγή του χνοώδους και ενδιάμεσου τριχώματος σε τελικό τρίχωμα.

Ο όρος **υπερτρίχωση** ανταποκρίνεται στην περίπτωση της μεγάλης αύξησης του τριχώματος, αλλά σε φυσιολογική κατανομή. Η αυξημένη τριχοφυΐα σε φυσιολογική κατανομή (υπερτρίχωση) αφορά άνδρες και γυναίκες.

Ο όρος υπερτρίχωση έχει λανθασμένα επικρατήσει να χρησιμοποιείται κάθε φορά που γίνεται αναφορά σε κάποια περίπτωση αυξημένης τριχοφυΐας. Ο όρος αυτός όμως δεν ανταποκρίνεται στις περιπτώσεις του περιττού τριχώματος.

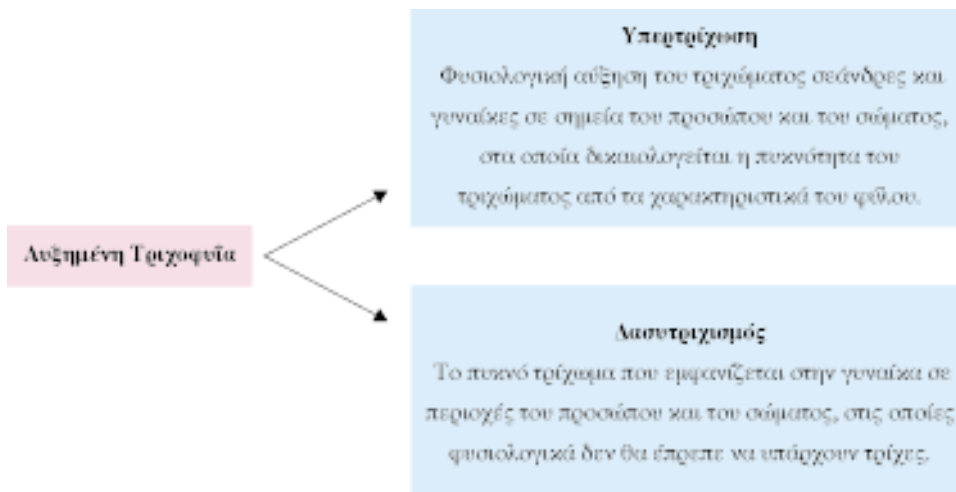
Μπορεί δηλαδή μια γυναίκα να έχει πυκνό τρίχωμα στα **χέρια**, στους **μηρούς**,

στις γάμπες, στις μασχάλες, στο εφηβαίο, αυτό προκειμένου για τη γυναίκα είναι μια φυσιολογική αύξηση τριχών.

Ένας άνδρας μπορεί να έχει πυκνό τρίχωμα στο **στήθος** και στο **στέρνο**, στην **κοιλιά**, στο **πρόσωπο**, στην **πλάτη**. Σ' αυτά τα σημεία είναι φυσιολογική ή τριχοφυΐα για τον άνδρα, ενώ για την γυναίκα δεν είναι φυσιολογική. Όταν λοιπόν μια γυναίκα εμφανίζει τρίχωμα στο **πρόσωπο**, στο **στήθος**, στην **πλάτη**, στην **κοιλιά** τότε πρόκειται για μη φυσιολογική τριχοφυΐα, η οποία ονομάζεται **δασυτριχισμός**.

**ΔΑΣΥΤΡΙΧΙΣΜΟΣ ΕΙΝΑΙ Ο ΟΡΟΣ ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΕΙΤΑΙ ΓΙΑ ΑΥΞΗΣΗ ΤΟΥ ΤΡΙΧΩΜΑΤΟΣ ΣΤΗ ΓΥΝΑΙΚΑ ΣΕ ΠΕΡΙΟΧΕΣ ΠΟΥ ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΑ ΔΕΝ ΘΑ ΕΠΡΕΠΕ ΝΑ ΥΠΗΡΧΑΝ ΤΡΙΧΕΣ.**

#### > Κατάταξη



## Ανακεφαλαίωση

Τα αίτια της αύξησης του ανθρώπινου τριχώματος είναι μόνο ορμονικά. Η τρίχα αναπτύσσεται από συρροή ορμονών μέσω των αγγείων του αίματος στον πυθμένα του θυλάκου.

Τα οιστρογόνα παράγονται στον γυναικείο οργανισμό από τις ωοθήκες. Τα ανδρογόνα παράγονται στον ανδρικό οργανισμό από τους όρχεις. Ο φλοιός των επινεφριδίων παράγει ανδρογόνα και οιστρογόνα και για τα δύο φύλα.

Υπερτρίχωση είναι η αύξηση του φυσιολογικού τριχώματος σε άνδρες και γυναίκες.

Δασυτριχισμός είναι το πυκνό τρίχωμα σε γυναίκες σε σημεία που μόνο ο άνδρας έχει τρίχες.



## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > Ερωτήσεις Ανάπτυξης

1. Ποια είναι η διαφορά μεταξύ υπερτρίχωσης και δασυτριχισμού;
2. Πού οφείλεται η αυξημένη τριχοφυΐα στη γυναίκα;
3. Ποιες ορμόνες καθορίζουν τα δευτερεύοντα χαρακτηριστικά του γυναικείου φύλου;
4. Ποιοι παράγοντες συντελούν για να μετατραπεί η τρίχα-χνούδι σε τελική τρίχα;
5. Σε ποιες περιπτώσεις χάνεται η ορμονική ισορροπία στη γυναίκα με αποτέλεσμα την αύξηση του τριχώματός της;



## Κεφάλαιο 5.4

### Μέθοδοι προσωρινής αποτρίχωσης

Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να γνωρίσουν τις μεθόδους προσωρινής αποτρίχωσης και να εξοικειωθούν με την εφαρμογή τους.


#### > Εισαγωγή

Ένας από τους τρόπους απαλλαγής από το περιττό τρίχωμα είναι το **ξερίζωμα** (απόσπαση των τριχών από τον θύλακό τους), το οποίο εφαρμόζεται σήμερα στα εργαστήρια αισθητικής με τρεις τρόπους. Αυτοί είναι:

#### > Χαλάουα

Η χαλάουα, η οποία παρασκευάζεται από τον/την αισθητικό με ζάχαρη, λεμόνι και νερό. Το παρασκεύασμα αυτό μετά από αρκετή προεργασία γίνεται κολλώδης μάζα, η οποία έχει την ιδιότητα να προσκολλάται, με ειδικό χειρισμό, στο δέρμα και όταν αποσυρθεί με μια απότομη κίνηση παρασύρει μαζί της και τις τρίχες της περιοχής. Αυτό το ίδιο υλικό (μεγέθους περίπου όσο μια πολύ μικρή μπάλα) χρησιμοποιείται και ξαναχρησιμοποιείται, ώσπου να τελειώσει η αποτρίχωση.

Με τα σημερινά δεδομένα, η χαλάουα δεν θεωρείται από τους πιο ενδεδειγμένους και πιο υγιεινούς τρόπους, αφού:

- 
- το μείγμα αυτό μπορεί να μεταφέρει μολύνσεις και μικρόβια από την μία περιοχή του δέρματος στην άλλη.
  - Είναι αρκετά χρονοβόρος τρόπος, επειδή αποτριχώνονται μικρά, μικρά τμήματα του δέρματος.
  - Δεν είναι **αποκλειστικά επαγγελματική μέθοδος**. Οι γυναίκες ξέρουν να παρασκευάζουν χαλάουα μόνες τους και να την χρησιμοποιούν για την αποτρίχωση τους.

### > Ζεστό κερί

Το ζεστό κερί, το οποίο είναι από τους πιο παλαιούς τρόπους **ξεριζώματος** των τριχών από το δέρμα. Παρασκευάζεται σε ειδικά εργαστήρια καλλυντικών και διοχετεύεται στους Αισθητικούς έτοιμο σε τετράγωνες ή παραλληλόγραμμες φόρμες. Οι αισθητικοί που εφαρμόζουν αυτόν τον τρόπο αποτρίχωσης διαθέτουν στα εργαστήρια τους ειδικές συσκευές **ρευστοποίησης** του κεριού. Οι συσκευές αυτές είναι έτσι ρυθμισμένες, ώστε να κρατούν το μίγμα σε μέση θερμοκρασία, ώστε να μη δημιουργούνται εγκαύματα στο δέρμα αλλά και να υπάρχει η δυνατότητα απόσπασης των τριχών.

Το ζεστό κερί τοποθετείται στο “υπό αποτρίχωση” δέρμα με ειδικές σπάτουλες. Ο τρόπος εφαρμογής του είναι ο εξής:

Αφού απλωθεί το κερί κατά μήκος της φοράς της έκφυσης της τρίχας με την ειδική σπάτουλα στην περιοχή του δέρματος που πρόκειται να αποτριχωθεί, μένει λίγα δευτερόλεπτα, ώσπου να κρυώσει και ύστερα τραβιέται από τον/την Αισθητικό με μια πολύ γρήγορη κίνηση, προς την αντίθετη κατεύθυνση από την φορά της έκφυσης της τρίχας **κατά μήκος και παράλληλα με το δέρμα**. Στην κίνηση, με την οποία θα γίνει το τράβηγμα του κεριού, βρίσκεται όλο “το μέγεθος” της επιτυχίας της αποτρίχωσης.

Εάν το κερί τραβηχθεί προς τα επάνω, δηλαδή κάθετα με το δέρμα και όχι παράλληλα προς αυτό, τότε οι περισσότερες τρίχες δεν θα ξεριζωθούν, αλλά θα σπάσουν· υπάρχει κίνδυνος να δημιουργηθεί αιμάτωμα στο δέρμα.

### > Κρύο κερί με λωρίδες

Είναι η πλέον σύγχρονη μέθοδος, η οποία εφαρμόζεται **αποκλειστικά και μόνο στα εργαστήρια αισθητικής**. Προτιμάται έναντι των άλλων μεθόδων (ζεστό κερί - χαλάουα), γιατί η αποτρίχωσή τους γίνεται πολύ γρήγορα, επειδή η ίδια η μέθοδος επιτρέπει να ξεριζώνονται τρίχες από μεγάλες περιοχές δέρματος και είναι λιγότερο επώδυνη.

Οι χειρισμοί που πρέπει να γίνουν είναι οι εξής:

- **Με μία ειδική σπάτουλα** απλώνεται ένα πολύ λεπτό στρώμα κρύου κεριού στο δέρμα, το οποίο έχει προηγουμένως ζεσταθεί ελαφρώς μέσα σε ειδική συσκευή. Το υλικό πρέπει να ακολουθεί με προσοχή το μήκος της φοράς της έκφυσης της τρίχας. Κατόπιν, επάνω στην ίδια περιοχή τοποθετείται μια λωρίδα ύφασμα (ή πεπιεσμένο χαρτί, υλικά τα οποία διαθέτουν οι προμηθευτές

προϊόντων αισθητικής) και τέλος, ο/η αισθητικός τραβά την κορδέλα με μια γρήγορη κίνηση και συμπαρασύρει υλικό (κρύο κερί) και τρίχες. Επίσης, υπάρχουν στο εμπόριο ειδικές ρολέτες, οι οποίες περιέχουν κρύο κερί και μπορούν να χρησιμοποιηθούν απευθείας στο δέρμα χωρίς σπάτουλα, αφού προηγουμένως θερμανθούν σε ειδική συσκευή.



Εικόνα 5.11 Χειρισμοί προσωρινής αποτρίχωσης με κρύο κερί με ιμάντες

#### > Άλλες μέθοδοι προσωρινής αποτρίχωσης

Άλλες μέθοδοι προσωρινής αποτρίχωσης είναι:



- **Η λαβίδα (τσιμπιδάκι)**
- **Το ξύρισμα**
- **Οι αποτριχωτικές κρέμες.**

- Η αποτρίχωση με τσιμπιδάκι ανήκει στο τομέα της απόσπασης των τριχών από το δέρμα αλλά δεν συμπεριλαμβάνεται στην παράγραφο της απόσπασης των τριχών, επειδή δεν ενδείκνυται για αποτρίχωση πυκνού τριχώματος. Χρησιμοποιείται σε ειδικές περιπτώσεις στο πρόσωπο και οπωσδήποτε στα φρύδια.

- **Με το ξύρισμα** οι τρίχες σκληραίνουν χωρίς να αυξηθεί η πυκνότητά τους. Αυτό συμβαίνει, διότι ο μίσχος τους κόβεται κάθετα με το ξυράφι στην επιφάνεια του δέρματος και κατόπιν δίνει την αίσθηση τρίχας σκληρής.

Οι αποτριχωτικές κρέμες περιέχουν χημικά καυστικά συστατικά, τα οποία ασκούν καταλυτική δράση στο στέλεχος της τρίχας που βρίσκεται στην επιφάνεια του δέρματος. Η μέθοδος αυτή, όπως και το ξύρισμα δεν αφορούν τους Αισθητικούς. Τις εφαρμόζουν οι γυναίκες μόνες τους. Οι αποτριχωτικές κρέμες όμως, λόγω της καυστικότητάς τους, έχουν αρνητικές επιπτώσεις στο δέρμα και πρέπει να αποφεύγονται.

## Ανακεφαλαίωση

Η αποτρίχωση έχει τις ρίζες της στα πολύ παλιά χρόνια. Υπάρχουν διάφοροι τρόποι προσωρινής αποτρίχωσης:

- Ξύρισμα,
- Αποτριχωτικές κρέμες,
- Χαλάουα - Ζεστό κερί, μέθοδοι ξεπερασμένες και
- Κρύο κερί με λωρίδες , μέθοδος, η οποία εφαρμόζεται σήμερα στα περισσότερα εργαστήρια Αισθητικής.

## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > A. Ερωτήσεις ανάπτυξης

1. Πού έχει τις ρίζες της η μέθοδος της χαλάουνα;
2. Ποιός τρόπος προσωρινής αποτρίχωσης είναι ο πιο ενδεδειγμένος από επαγγελματική άποψη;

### > B. Ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών

Επιλέξτε τη σωστή απάντηση.

1. Πως τοποθετείται στο δέρμα το ζεστό κερί;
  - α) Το ζεστό κερί τοποθετείται στο υπό αποτρίχωση δέρμα με σπάτουλα.
  - β) Το ζεστό κερί τοποθετείται στο δέρμα σε μικρές μάζες, αφού προηγουμένως κρνώσει.
2. Με ποιό χειρισμό τραβιέται η λωρίδα της αποτρίχωσης στη μέθοδο του κρούου κεριού;
  - α) Με μια απότομη κίνηση κάθετα προς το δέρμα.
  - β) Με μια γρήγορη κίνηση κατά μήκος και παράλληλα με το δέρμα.
  - γ) Με μια γρήγορη κίνηση ακριβώς παράλληλα με το δέρμα και αντίθετα με την φορά της έκφυσης των τριχών.



> **Γ. Ερωτήσεις αντιστοίχισης**

Αντιστοιχήστε τα περιεχόμενα του πίνακα 1 σε αυτά του πίνακα 2.

ΠΙΝΑΚΑΣ 1	ΠΙΝΑΚΑΣ 2
1. Κρύο κερί	α) Περιέχουν χημικά συστατικά και ασκούν καταλυτική δράση για την τρίχα.
2. Ζεστό κερί	β) Η πλέον σύγχρονη μέθοδος και η πιο ασφαλής από άποψη μεταδόσεως μικροβίων.
3. Χαλάουα	γ) Από τους πιο παλιούς τρόπους αποτρίχωσης, η οποία εφαρμόζεται μέχρι σήμερα.
4. Αποτριχωτικές κρέμες	δ) Δεν είναι αποκλειστικά επαγγελματική μέθοδος. Οι γυναίκες μπορούν και την εφαρμόζουν μόνες τους.

## ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΗ ΑΣΚΗΣΗ 1η

**ΤΙΤΛΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Προσωρινή αποτρίχωση με χαλάουα.

**ΣΚΟΠΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Να γνωρίσουν οι διδασκόμενοι τον τρόπο παρασκευής του υλικού και τον τρόπο εφαρμογής της μεθόδου.

**ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ:** Κείμενο σελ. 229.

Τρόπος παρασκευής: Τα υλικά που χρειάζονται για την παρασκευή της χαλάουας είναι ζάχαρη και συνθετικός χυμός λεμονιού (όχι από φυσικό λεμόνι). Η αναλογία είναι μία κουταλιά της σούπας ζάχαρη και μια κουταλιά της σούπας λεμόνι.

Τοποθετούμε το λεμόνι σ' ένα ρηχό σκεύος από αλουμίνιο, το οποίο ζεσταίνουμε σε σιγανή φωτιά και κατόπιν προσθέτουμε σιγά-σιγά την ζάχαρη. Ανακατεύουμε, ώσπου να γίνει όλο μαζί το μίγμα μία κολλώδης μάζα. Όταν το δούμε να ροδίζει, το κατεβάζουμε από την φωτιά, το τοποθετούμε επάνω σε μαρμαρίνη πλάκα και το μαλάσσουμε με τα δάκτυλα, ώσπου να κρυώσει.

### > ΥΛΙΚΑ ΚΑΙ ΣΥΣΚΕΥΕΣ

- Λεμόνι
- Ζάχαρη
- Αλουμινένιο σκεύος
- Εστία θέρμανσης

### > ΣΤΑΔΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Α. Η/ο διδάσκων επιλέγει ένα μοντέλο το οποίο προσφέρεται, εφόσον έχει κάποιες τρίχες σε σημείο που θέλει να αποτριχώσει. Οι τρίχες πρέπει να έχουν μήκος κατάλληλο. Αυτό θα το κρίνει η/ο διδάσκων.

Στη συνέχεια παρουσιάζει την τεχνική της αποτρίχωσης με επίδειξη στους μαθητές ,αφού έχει τοποθετήσει το μοντέλο σε σημείο ορατό από όλους τους εκπαιδευόμενους.

Β. Οι μαθητές χωρίζονται σε ζεύγη και επαναλαμβάνουν το ίδιο, ενώ ο διδάσκων παρακολουθεί τους χειρισμούς και διορθώνει αν κάτι δεν γίνεται σωστά.

Γ. Λύνονται τυχόν απορίες και τακτοποιείται το εργαστήριο.

## Φύλλο Αξιολόγησης

1. Σε ποια στάδια της άσκησης συναντήσατε δυσκολίες; Προτείνετε μεθόδους που θα σας βοηθήσουν να ξεπεράσετε τις δυσκολίες.

A. ....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

B. ....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Γ. ....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

2. Το μοντέλο (μαθητής) να περιγράψει την αίσθηση πόνου που είχε την ώρα της απόσπασης του τριχών.

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

3. Ποιο στάδιο νομίζετε ότι πράξατε καλύτερα από τα άλλα;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

4. Ποιο στάδιο θεωρείτε το σημαντικότερο και γιατί;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΗ ΑΣΚΗΣΗ 2η

**ΤΙΤΛΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Προσωρινή αποτρίχωση με ζεστό κερί.

**ΣΚΟΠΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Να γνωρίσουν οι διδασκόμενοι τον τρόπο αποτρίχωσης με ζεστό κερί και να είναι σε θέση να την πραγματοποιήσουν.

**ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ:** Κείμενο σελ. 230

### > ΥΛΙΚΑ ΚΑΙ ΣΥΣΚΕΥΕΣ

- Συμπαγές κερί ή σε κόκκους
- Συσκευή ρευστοποίησης του κεριού “Κερίερα”
- Σπάτουλα

### > ΣΤΑΔΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

A. Ο διδάσκων επιλέγει μεταξύ των μαθητών/τριών ένα μοντέλο.

1. Αφού ρευστοποιηθεί το κερί σε θερμοκρασία κατάλληλη, παίρνει μία ποσότητα με τη σπάτουλα και την τοποθετεί στο δέρμα προς την φορά έκφυσης των τριχών.
2. Περιμένει λίγα δευτερόλεπτα να κρυώσει το ρευστό κερί και με μια απότομη κίνηση “τραβάει” το κερί προς την αντίθετη φορά από την έκφυση των τριχών, παράλληλα με το δέρμα.  
Όταν τελειώσει η αποτρίχωση όλης της περιοχής τοποθετεί μία αντιφλογιστική κρέμα.

B. Εν συνεχεία οι μαθητές χωρίζονται σε ζεύγη και επαναλαμβάνουν το ίδιο, ενώ η/ο διδάσκων εποπτεύει τους χειρισμούς.

Γ. Λύνονται τυχόν απορίες και τακτοποιείται το εργαστήριο.

## Φύλλο Αξιολόγησης

1. Σε ποια στάδια της άσκησης συναντήσατε δυσκολίες; Προτείνετε μεθόδους που θα σας βοηθήσουν να ξεπεράσετε τις δυσκολίες.

A. ....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

B. ....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Γ. ....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

2. Να περιγράψει αυτός(ή) στον οποίο έγινε αποτρίχωση, την επίδραση των χειρισμών στο δέρμα του και να προσπαθήσει να εξηγήσει στον/στην συμμαθητή του τους χειρισμούς που πρέπει να αποφύγει.

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

3. Ποιο στάδιο νομίζετε ότι πράξατε καλύτερα από τα άλλα;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

4. Ποιο στάδιο θεωρείτε το σημαντικότερο και γιατί;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΗ ΑΣΚΗΣΗ 3η

**ΤΙΤΛΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Προσωρινή αποτρίχωση κρύο κερί με λωρίδες.

**ΣΚΟΠΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Να γνωρίσουν οι διδασκόμενοι τη μέθοδο αποτρίχωσης του κρύου κεριού με λωρίδες, και να είναι σε θέση να την πραγματοποιήσουν.

**ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ:** Κείμενο σελίδες 230 - 231.

### > ΥΛΙΚΑ ΚΑΙ ΣΥΣΚΕΥΕΣ

- Κρύο κερί σε ποσότητα μισού κιλού περίπου.
- Λωρίδες από ειδικό πεπιεσμένο χαρτί.
- Σπάτουλα μεταλλική
- Συσκευή ρευστοποίησης του υλικού.

### > ΣΤΑΔΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Α. Ο διδάσκων επιλέγει μεταξύ των μαθητών ένα μοντέλο, που να επιθυμεί να αποτρίχώσει κάποιο σημείο του σώματος ή του προσώπου του.

1. Καθαρίζει πολύ καλά το σημείο που πρόκειται να αποτρίχωθεί.
2. Απλώνει μία πολύ μικρή ποσότητα του ήδη ζεσταμένου υλικού στο δέρμα. Η επίστρωση του υλικού γίνεται με την σπάτουλα και σε ένα πολύ λεπτό στρώμα κατά την φορά της έκφυσης των τριχών.
3. Αμέσως μετά, τοποθετεί τη λωρίδα στο σημείο και το τυπώνει με το κερί πάντα με κίνηση προς την φορά της έκφυσης των τριχών.
4. Με μία απότομη κίνηση και κατά μήκος της επιφάνειας του δέρματος τραβάει την λωρίδα προς την αντίθετη φορά από την έκφυση των τριχών.

5. Αφού τελειώσει όλη την περιοχή που ανέλαβε να αποτριχώσει, τοποθετεί στο δέρμα παιδική πούδρα ή κάποια αντιφλογιστική κρέμα.

Β. Εν συνεχεία οι μαθητές επιλέγουν τα μοντέλα τους, χωρίζονται σε ζεύγη, και επαναλαμβάνουν τις κινήσεις του δασκάλου τους, ώσπου να αποκτήσουν την κατάλληλη επιδεξιότητα.

Γ. Λύνονται τυχόν απορίες και τακτοποιείται το εργαστήριο.



## Φύλλο Αξιολόγησης

1. Σε ποια στάδια της άσκησης συναντήσατε δυσκολίες; Προτείνετε μεθόδους που θα σας βοηθήσουν να ξεπεράσετε τις δυσκολίες.

A. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

B. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

Γ. ....  
.....  
.....  
.....  
.....

2. Κατά τη γνώμη του μαθητή ποια από τις τρεις μεθόδους είναι προτιμότερη για την/τον αισθητικό αλλά και για τον/την πελάτη και γιατί;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

3. Ποιο στάδιο νομίζετε ότι πράξατε καλύτερα από τα άλλα;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

4. Ποιο στάδιο θεωρείτε το σημαντικότερο και γιατί;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....



## Κεφάλαιο 5.5

### *Ενδείξεις & αντενδείξεις της προσωρινής αποτρίχωσης προσώπου*

Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να γνωρίσουν τις ενδείξεις και τις αντενδείξεις της προσωρινής αποτρίχωσης, ώστε να έχουν το βέλτιστο αποτέλεσμα χωρίς να βλάπτουν τον ενδιαφερόμενο.

#### > Ενδείξεις

Η αυξημένη τριχοφυΐα τις περισσότερες φορές εμφανίζεται στις παρειές, στο άνω χείλος, στο πηγούνι και στο λαιμό στο στέρνο και στο στήθος, συνήθως στην ηλικία των δεκαπέντε ως δεκαοκτώ ετών αλλά και στις γυναίκες μετά από κάποια ορμονική διαταραχή.

Η πιο σοβαρή ένδειξη για να προτρέψει κανείς την έφηβη να επιχειρήσει μια προσωρινή αποτρίχωση στο πρόσωπο της, (αν αυτή δεν έχει ακόμη αποφασίσει να προβεί σε ριζική αποτρίχωση), είναι **ο ψυχολογικός παράγοντας**.

**Ο ορμονικός προσδιορισμός** στις περιπτώσεις της αυξημένης τριχοφυΐας είναι απαραίτητος, διότι εκτός από την διευκόλυνση της λύσης του συγκεκριμένου προβλήματος, δίνει πολύ χρήσιμες πληροφορίες για το γενικό ορμονικό πρόβλημα, το οποίο εκτός από την αυξημένη τριχοφυΐα, η οποία είναι το πιο εμφανές σύμπτωμα, μπορεί να έχει κάποιες άλλες ορμονικές ανωμαλίες (όπως π.χ. πολυκυστικές ωοθήκες), οι οποίες ανωμαλίες θα έχουν αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία γενικά, αν δεν θεραπευτούν.

Το σύμπτωμα λοιπόν της αυξημένης τριχοφυΐας, εάν δεν παραμεληθεί αλλά ελεγχθεί σωστά, μπορεί να απαλλάξει πολλές φορές την γυναίκα από σοβαρές μελλοντικές ταλαιπωρίες .

Ο/η αισθητικός είναι πολλές φορές ο πρώτος ειδικός που θα έρθει σε επαφή με το πρόβλημα, γι' αυτό τον λόγο έχει μεγαλύτερη ευθύνη και σοβαρή υποχρέωση να κατευθύνει σωστά τη πελάτισσα, η οποία τις περισσότερες φορές δεν γνωρίζει την σωστή διαδικασία που πρέπει να ακολουθήσει για την λύση του προβλήματός της.

Δεν είναι απαραίτητο να προηγηθεί η επίσκεψη στον ενδοκρινολόγο πριν από την αποτρίχωση, είναι όμως επιβεβλημένο να γίνει πολύ σύντομα ο ορμονικός προσδιορισμός για να οδηγηθεί το πρόβλημα κάποια στιγμή στην σωστή λύση, έστω και μετά την έναρξη της αποτρίχωσης, (προσωρινής ή ριζικής).

> Κανόνες υγιεινής.

Κανόνες υγιεινής, οι οποίοι πρέπει να τηρούνται κατά την διάρκεια της προσωρινής αποτρίχωσης .

α) Χρησιμοποιούνται πάντα γάντια μιας χρήσεως, όχι μόνο για την προστασία του ατόμου που θα δεχθεί την αποτρίχωση αλλά και της/του αισθητικού.

β) Χρησιμοποιείται χαρτοσέντονο μιας χρήσεως για το “κρεβάτι” ή την πολυθρόνα που θα ξαπλώσει το άτομο το οποίο θα υποστεί την αποτρίχωση.

γ) Οι λωρίδες που θα χρησιμοποιηθούν, όταν πρόκειται για κρύο κερί, να είναι σφραγισμένες και να μην έχουν χρησιμοποιηθεί προηγουμένως για άλλες χρήσεις.

δ) Να εφαρμόζεται η αποτρίχωση σε καθαρό δέρμα, το οποίο θα έχει απολυμανθεί πριν την αποτρίχωση με οινόπνευμα 70°, το οποίο θα έχει αραιωθεί( 50% - 50%) με λοσιόν αζουλένης.

Η αραιώση αυτή είναι απαραίτητη για την καλή προετοιμασία του δέρματος, προκειμένου να δεχθεί την προσωρινή αποτρίχωση. Το αραιωμένο οινόπνευμα απολυμαίνει το δέρμα χωρίς να το ερεθίζει.

> Καταστάσεις του δέρματος στις οποίες πρέπει να αποφεύγεται η προσωρινή αποτρίχωση.

α) Περιπτώσεις κατά τις οποίες το άτομο πάσχει από ακμή

Πολλές φορές **ακμή** και **αυξημένη τριχοφυΐα** συνυπάρχουν εξαιτίας της ανδρογονικής δραστηριότητας στον γυναικείο οργανισμό. Η ακμή είναι πολύμορφη δερματοπάθεια, η οποία αποτελείται **από φαγέσωρες, φλύκταινες, εφελκίδες** κ.α., γενικώς έναν διάχυτο ερεθισμό του δέρματος. Δεν μπορεί λοιπόν ο/η αισθητικός να ασκήσει κίνηση βίας σε ερεθισμένο δέρμα, αφού για να πραγματοποιηθεί η απόσπαση των τριχών απαιτείται να ασκηθούν αναγκαστικά, πιεστικές και απότομες κινήσεις επί του δέρματος.

Σ'αυτές τις περιπτώσεις πρέπει να θεραπευτεί πρώτα η ακμή με δερματολογικές φροντίδες από ειδικό γιατρό, κατόπιν να αναλάβει ο/η αισθητικός την αποκατάσταση του δέρματος με περιποιήσεις και όταν πλέον το δέρμα γίνει φυσιολογικό τότε μπορεί να γίνει η προσωρινή αποτρίχωση.

Σημ.: Παρ'όλα αυτά θα μπορούσε ο/η Αισθητικός ίσως να βοηθήσει σ'αυτή την περίπτωση, αποσπώντας τις ανεπιθύμητες τρίχες με μια μικρή λαβίδα "τσιμπιδάκι", με πολύ προσοχή, φροντίζοντας να μην τραυματίσει καθόλου το δέρμα ανάμεσα από τις βλάβες της ακμής.

β) Σε δερματοπάθειες όπως:



- Έρπης
- Έκζεμα
- Ψωρίαση

γ) Περιπτώσεις όπου υπάρχει έντονη τριχοφυΐα γύρω και επί των τριχοφόρων σπύλων (ελιές).

**Η ΜΕ ΟΠΟΙΟΔΗΠΟΤΕ ΤΡΟΠΟ, ΑΠΟΤΡΙΧΩΣΗ ΤΩΝ ΤΡΙΧΟΦΟΡΩΝ ΣΠΙΛΩΝ ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΤΑΙ**

Είναι απαραίτητο όχι μόνο να μην αγγίζει ο/η αισθητικός τις τρίχες ενός τριχοφόρου σπύλου, αλλά και να συμβουλεύει την/τον πελάτη να μην αποσπά ποτέ μόνος του τις τρίχες που βρίσκονται επάνω στον σπίλο παρ'ότι να τις κόβει μ' ένα ψαλιδάκι με πολύ προσοχή για να μην τραυματίσει τον σπίλο.

δ) Τα διαστήματα πριν και μετά την ηλιοθεραπεία είναι περίοδοι κατά τις οποίες πρέπει να αποφεύγεται η αποτρίχωση.

Η επίδραση της ηλιακής ακτινοβολίας στο δέρμα έχει πολλές φορές ανατρεπτική δράση στις φυσιολογικές λειτουργίες του. Π.χ. επιταχύνει την λειτουργία της μελανογένεσης. Ενεργοποιεί τη δραστηριότητα των αιμοφόρων αγγείων του δέρματος και επιφέρει διάχυτη υπεραιμία κ.α.

Δεν πρέπει λοιπόν να εκτίθεται το δέρμα στον δυνατό ήλιο, τουλάχιστον είκοσι τέσσερις ώρες πριν και είκοσι τέσσερις ώρες μετά την αποτρίχωση. Μετά την αποτρίχωση το δέρμα θα έχει για λίγες ώρες έναν μικρό ερεθισμό εξ αιτίας της

απόσπασης των τριχών από τον θύλακό τους. Πρέπει λοιπόν να περιμένει το άτομο να παρέλθει αυτός ο ερεθισμός και μετά να εκθέσει το δέρμα του στον ήλιο, για να μην υπάρξει περαιτέρω ερεθισμός.

Πριν την αποτρίχωση, επειδή η ηλιοθεραπεία ενδέχεται να έχει δημιουργήσει κάποια υπεραιμία, πρέπει να αποκατασταθεί στα φυσιολογικά του όρια το δέρμα και κατόπιν να γίνει η αποτρίχωση.

**> Γενικές οδηγίες προς την /τον αισθητικό που εφαρμόζει προσωρινή αποτρίχωση.**

1. Φροντίζει να μην επιχειρεί ποτέ την αποτρίχωση, αν δεν έχει άρτια εκπαίδευση. Ο κακός και αδέξιος χειρισμός μπορεί να δημιουργήσει έγκαυμα στο δέρμα (αν το υλικό είναι σε μεγαλύτερη από την επιτρεπόμενη θερμοκρασία) και επί πλέον μπορεί να δημιουργήσει **αιμάτωμα**, αν το υλικό «τραβιέται» κάθετα και όχι παράλληλα προς το δέρμα.
2. Φροντίζει να μην «ρέει» το υλικό της αποτρίχωσης προς όλες τις κατευθύνσεις, ώσπου να φτάσει να τοποθετηθεί στο σημείο που χρειάζεται. Οι κινήσεις πρέπει να είναι επιδέξιες, γρήγορες και σταθερές για να μην λεκιάζει το περιβάλλον αλλά και πιθανώς, άλλα σημεία του σώματος ή και τα ρούχα της/του πελάτη.
3. Φροντίζει να τηρεί απόλυτη καθαριότητα στα εργαλεία του (σπάτουλες, λωρίδες, δοχείο θέρμανσης του υλικού, κ.α.) και επί πλέον να απολυμαίνει πολύ καλά όλη την περιοχή του τμήματος δέρματος την οποίαν πρόκειται να αποτριχώσει.
4. Φροντίζει να τοποθετεί την σπάτουλα κατά τη διάρκεια των μικρών παύσεων στο ειδικό στήριγμα που διαθέτει η συσκευή και όχι εντός του υλικού, για να μην πυρώνει το μέταλλο της σπάτουλας και δημιουργεί έγκαυμα στο δέρμα.

## Ανακεφαλαίωση

Η κυριότερη ένδειξη για προσωρινή αποτρίχωση είναι ο ψυχολογικός παράγοντας του ατόμου με αυξημένη τριχοφυΐα.

Η αύξηση του τριχώματος προκύπτει στο δέρμα μόνο εξ αιτίας της συρροής ορμονών στον πυθμένα του θυλάκου.

Αν παρατηρηθεί κάποια αύξηση με την προσωρινή αποτρίχωση, θα είναι εντελώς συμπτωματική και προσωρινή.

Αντενδείξεις για προσωρινή αποτρίχωση αποτελούν ορισμένες δερματοπάθειες και το διάστημα πριν και μετά την ηλιοθεραπεία.

## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > A. Ερωτήσεις Ανάπτυξης

1. Ποια είναι η κυριότερη ένδειξη προσωρινής αποτρίχωσης;
2. Σε ποιες περιπτώσεις πρέπει να αποφεύγεται η προσωρινή αποτρίχωση;
3. Επιτρέπεται η αποτρίχωση των τριχοφόρων σπλών;
4. Ποιους κανόνες υγιεινής πρέπει να τηρεί ο/η Αισθητικός που θα επιχειρήσει προσωρινή αποτρίχωση στο πρόσωπο;

### > B. Ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών

Επιλέξτε τη σωστή απάντηση. Μία μόνο είναι η σωστή.

1. Το ξερίζωμα των τριχών είναι υπεύθυνο για την αύξηση του τριχώματος.  
α) Ναι.  
β) Όχι.  
γ) Δεν αυξάνεται το τρίχωμα με το ξερίζωμα, αλλά αν παρατηρηθεί κάποια αύξηση θα είναι εντελώς προσωρινή.
2. Με ποιο τρόπο μπορεί να απαλλαγεί το άτομο οριστικά από την ανεπιθύμητη τριχοφυία;  
α) Με συχνή προσωρινή αποτρίχωση.  
β) Με ορμονική θεραπεία.  
γ) Με συνδυασμό ορμονικής θεραπείας και ριζικής αποτρίχωσης.



> Γ. Ερωτήσεις αντιστοίχισης

Αντιστοιχήστε τα περιεχόμενα του πίνακα 1 σε αυτά του πίνακα 2.

ΠΙΝΑΚΑΣ 1	ΠΙΝΑΚΑΣ 2
1. Ορμονικός προσδιορισμός	α) Κηλίδα του δέρματος η οποία φέρει τρίχες .
2. Ορμονικό πρόβλημα	β) Πολύμορφη δερματοπάθεια.
3. Ακμή	γ) Λεπτομερής εξέταση της έκκρισης των ορμονών στον οργανισμό.
4. Τριχοφόρος Σπίλος	δ) Η έλλειψη ισορροπία της έκκρισης των ορμονών στον οργανισμό.

> Δ. Ασκήσεις συμπλήρωσης κενού

Συμπληρώστε τα κενά στις παρακάτω προτάσεις

1. Το διάστημα πριν και μετά την ηλιοθεραπεία είναι περίοδοι κατά τις οποίες πρέπει \_\_\_\_\_
2. Απαγορεύεται η με οποιονδήποτε τρόπο αποτρίχωση στους \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
3. Συνήθως συνυπάρχει η αυξημένη τριχοφυΐα με \_\_\_\_\_

## ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΗ ΑΣΚΗΣΗ 1η

**ΤΙΤΛΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Τήρηση των κανόνων υγιεινής για την εργασία της προσωρινής αποτρίχωσης.

**ΣΚΟΠΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Να γίνει απόλυτα κατανοητό από τους μαθητές ότι η τήρηση των κανόνων καθαριότητας είναι απαραίτητη σε όλες τις φάσεις των εργασιών στο επάγγελμα της Αισθητικής.

**ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ:** Κείμενο σελίδα 246.

### > ΥΛΙΚΑ ΚΑΙ ΣΥΣΚΕΥΕΣ

- Γάντια μιας χρήσεως
- Χαρτοσέντονο μιας χρήσεως
- Λωρίδες αποτρίχωσης
- Οινόπνευμα 70°
- Λοσιόν αζουλένης

### > ΣΤΑΔΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

1. Ο διδάσκων κάνει επίδειξη περνώντας τα γάντια μιας χρήσεως στα χέρια του.
2. Ο διδάσκων ζητάει από τους μαθητές να κάνουν το ίδιο.
3. Στρώσιμο του κρεβατιού με το χαρτοσέντονο κατ' αρχάς από τον διδάσκοντα και κατόπιν από τους μαθητές.
4. Ο διδάσκων παίρνει ένα φιαλίδιο το οποίο συμπληρώνει με οινόπνευμα 70° μέχρι την μέση του φιαλιδίου.
5. Κατόπιν καλύπτει όλο τον όγκο του φιαλιδίου με λοσιόν αζουλένη.
6. Εξηγεί στους μαθητές πως γίνεται η αραίωση σε αναλογία 50% - 50% και τους λόγους για τους οποίους πρέπει να φροντίζουν να αραιώσουν προηγουμένως το οινόπνευμα.

## Φύλλο Αξιολόγησης

1. Σε ποια στάδια της άσκησης συναντήσατε δυσκολίες; Προτείνετε μεθόδους που θα σας βοηθήσουν να ξεπεράσετε τις δυσκολίες.

A. ....

.....

.....

.....

.....

B. ....

.....

.....

.....

.....

Γ. ....

.....

.....

.....

.....

2. Να ζητηθεί από τους μαθητές να επισημάνουν την αναγκαιότητα της τήρησης των κανόνων υγιεινής κατά τη διάρκεια της προσωρινής αποτρίχωσης.

.....

.....

.....

.....

3. Ποιο στάδιο νομίζετε ότι πράξατε καλύτερα από τα άλλα;

.....

.....

.....

.....

4. Ποιο στάδιο θεωρείτε το σημαντικότερο και γιατί;

.....

.....

.....

.....

.....

## ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΓΙΑ ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΑΠΟΤΡΙΧΩΣΗ

Με όλες αυτές τις προδιαγραφές για την προσωρινή αποτρίχωση προσώπου κλείνει η πέμπτη ενότητα. Η προστασία του δέρματος μετά την αποτρίχωση είναι απαραίτητη για να αποφευχθούν οι κίνδυνοι είτε από παρέμβαση του ιδίου του ατόμου, είτε από μόλυνση της ατμόσφαιρας.

Κατ' αρχήν ο/η Αισθητικός συμβουλεύει την/τον πελάτη να φροντίσει να μην “ψηλαφά” το αποτριχωμένο δέρμα με τα χέρια, να θυμάται ότι το δέρμα του δεν χρειάζεται άλλες παρεμβάσεις παρά μόνο ό,τι θα το βοηθήσει να ηρεμήσει. Στο εργαστήριο θα πρέπει η(ο) Αισθητικός να έχει πάντα στη σειρά “των προϊόντων καμπίνας” κρέμες και λοσιόν οι οποίες περιέχουν έκδοχα με καταπραϋντικά του δέρματος. Λάδια και λοσιόν με αιθέρια έλαια λεμονιού, λεβάντας, καλέντουλας, εκχυλίσματα δένδρου τσαγιού, κ.α. χρησιμοποιούνται μετά την αποτρίχωση και έχουν αντιφλογιστικές ιδιότητες για το δέρμα.

Επίσης, μπορεί να χρησιμοποιηθεί γαλάκτωμα αζουλένης (ένα ειδικό εκχύλισμα χαμομηλιού) και παιδική πούδρα (ταλκ). Την παιδική πούδρα μπορούμε να την χρησιμοποιήσουμε και πριν την αποτρίχωση σε ένα λεπτό διάφανο στρώμα, όταν έχουμε να αποτριχώσουμε πολύ λιπαρό δέρμα.

Υλικά τα οποία απομακρύνουν από το δέρμα τα υπολείμματα των προϊόντων που χρησιμοποιήθηκαν για την αποτρίχωση είναι:

Για την χαλάουα > πλύσιμο με νερό

Για το ζεστό κερί > οινόπνευμα

Για το κρύο κερί > παραφινέλαιο ή λάδι με αιθέριο έλαιο λεμονιού

Αν το κρύο κερί είναι υδατοδιαλυτό, το καθαρίζουμε με χλιαρό νερό. Τα εργαλεία, σπάτουλες και δοχείο ρευστοποιήσεως του κεριού καθαρίζονται με βενζίνη.

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

6<sub>η</sub>

Λεμφική παροχέτευση





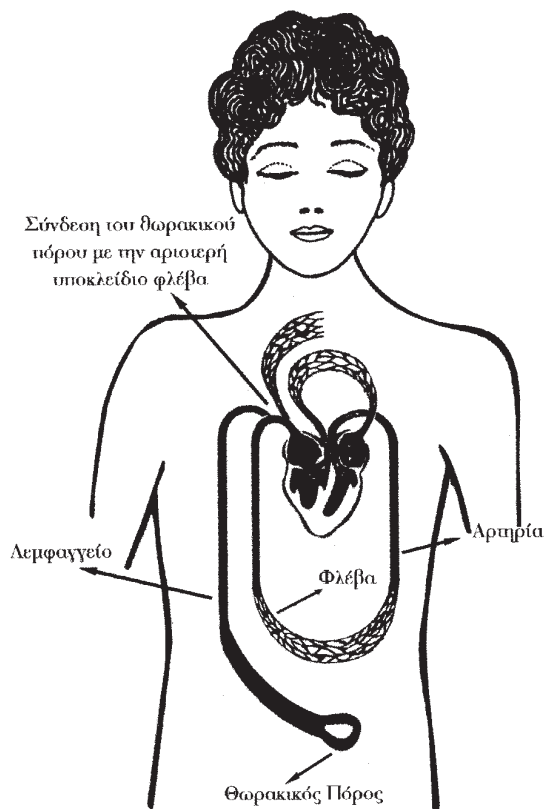
## Κεφάλαιο 6.1

### *Τι είναι η λέμφος*

Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να γνωρίσουν τη σύσταση και το ρόλο της λέμφου στον ανθρώπινο οργανισμό.

#### > Εισαγωγή

Η λέμφος προέρχεται από κάποιες διηθήσεις του αίματος στα τοιχώματα των αιμοφόρων αγγείων. Είναι ένα ορώδες υπόλευκο υγρό, το οποίο αποτελείται στο μεγαλύτερο μέρος του από το πλάσμα του αίματος, περιέχει πολλές λιπαρές



Εικόνα 6.1 Λεμφικό σύστημα

ουσίες και βρίσκεται σε όλους τους ιστούς του οργανισμού εκτός από τον **εγκέφαλο**, το **νωτιαίο μυελό**, τον **ομφάλιο λώρο**, τα **επιθήλια** και τους **χόνδρους**.

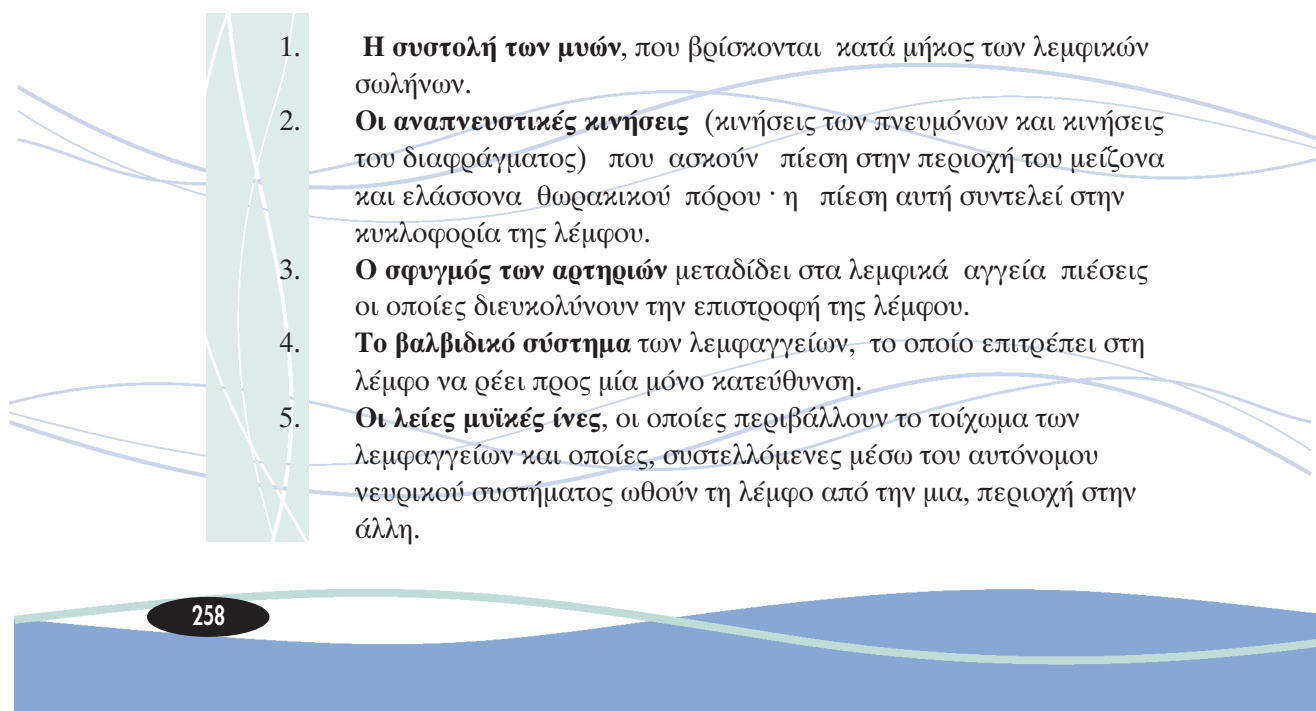
Το λεμφικό σύστημα του ανθρώπινου οργανισμού είναι προσάρτημα του φλεβικού συστήματος. Το αίμα μεταφέρει μέσω των αγωγών του θρεπτικά συστατικά στους ιστούς και στα κύτταρα, ενώ η λέμφος βοηθά στην αποβολή **των άχρηστων ουσιών**. Είναι δηλαδή το κατ' εξοχήν διυλιστήριο του σώματος.

Η λέμφος οδηγείται δια μέσου των **λεμφικών αγγείων** σε δύο μεγάλους λεμφικούς σωλήνες, **τον μείζονα και ελάσσονα θωρακικό πόρο**, και από εκεί στις δύο **υποκλείδιες φλέβες** (αριστερή και δεξιά). Ο μείζων θωρακικός πόρος είναι ο πιο σημαντικός σωλήνας, διότι συλλέγει την λέμφο των 2/3 περίπου του ανθρώπινου οργανισμού. Το ένα άκρο του καταλήγει στην αριστερή υποκλείδια φλέβα, ενώ στο άλλο υπάρχει μικρή σακοειδής διεύρυνση η οποία καλείται **χολοφόρος δεξαμενή**. Στη διαδρομή των λεμφαγγείων προς τους θωρακικούς πόρους (μείζονα και ελάσσονα) παρεμβάλλονται μικρές μάζες **ωοειδούς σχήματος** σε μέγεθος φακής ή φασολιού. Οι μικρές αυτές μάζες ονομάζονται **λεμφογάγγλια** και είναι συγκεντρωμένα σε σταθερά σημεία του προσώπου και του σώματος.

**Τα λεμφογάγγλια** αποτελούν την προστασία του ανθρώπινου οργανισμού έναντι των μικροβιακών επιθέσεων.

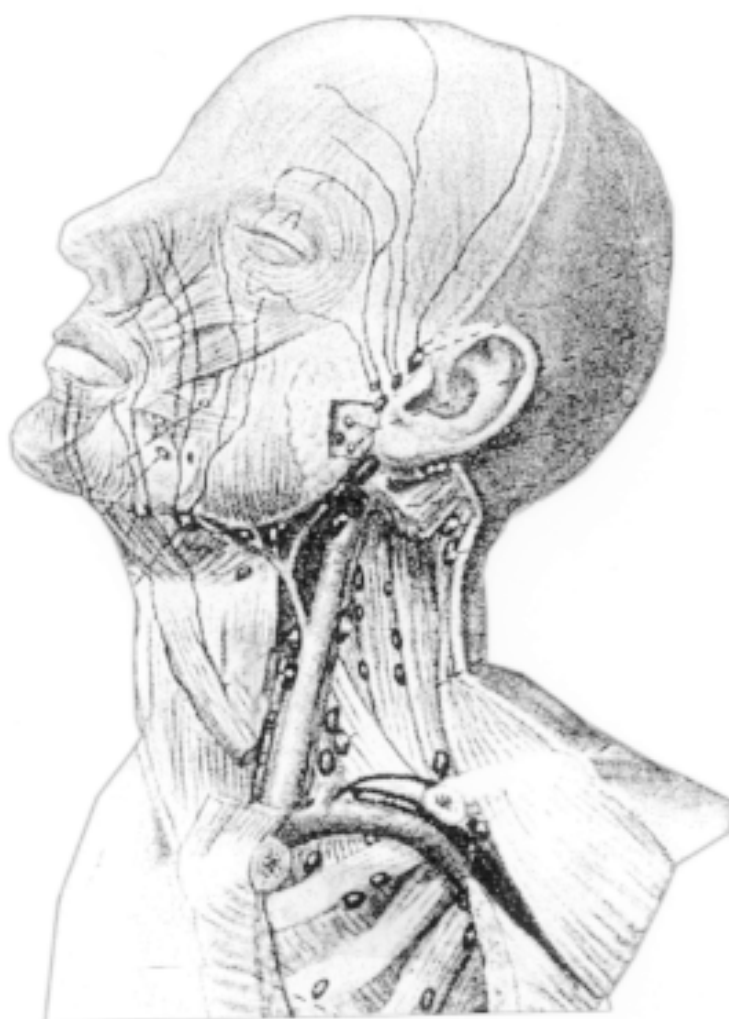
Η πρώτη αμυντική γραμμή του ανθρώπινου οργανισμού είναι τα λευκά αιμοσφαίρια. Αν για κάποιους λόγους αυτή η άμυνα αποτύχει, τότε τα λεμφογάγγλια οργανώνουν δεύτερη αμυντική ασπίδα και μαζί με άλλους παράγοντες επιτίθενται στον “εισβολέα”.

Οι φυσικοί παράγοντες που συντελούν στη κυκλοφορία της λέμφου μέσα στους λεμφικούς σωλήνες, για να φθάσει αυτή μέχρι τις υποκλείδιες φλέβες από όπου οδηγείται στην αποβολή, αναγράφονται στον πίνακα που ακολουθεί.





Η λεμφική παροχέτευση που θα περιγραφεί δεν είναι τίποτε άλλο παρά η ώθηση και διευκόλυνση της λεμφικής κυκλοφορίας, όταν οι φυσικές λειτουργίες του σώματος απορούν.



Εικόνα 6.2 Λεμφική κυκλοφορία στο πρόσωπο

## Ανακεφαλαίωση

Η λεμφική κυκλοφορία είναι προσάρτημα της φλεβικής κυκλοφορίας.

Η λέμφος είναι ορώδες, υπόλευκο υγρό το οποίο αποτελείται κατά ένα μεγάλο μέρος από πλάσμα του αίματος.

Μέσα στο λεμφικό σύστημα συναντώνται λεμφικά αγγεία και λεμφογάγγλια, στα αγγεία ρέει η λέμφος και μέσω των λεμφογαγγλίων καθαρίζεται.

## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > A. Ερωτήσεις Ανάπτυξης

1. Από πού προέρχεται η λέμφος;
2. Ποιά είναι η σύσταση του λεμφικού υγρού;
3. Πώς λέγονται οι μεγάλοι σωλήνες οι οποίοι παροχετεύουν τη λέμφο στην κυκλοφορία της αποβολής;
4. Ποιά είναι τα όργανα τα οποία διυλίζουν την λέμφο;
5. Ποιοί είναι οι φυσικοί παράγοντες οι οποίοι συντελούν στην κυκλοφορία της λέμφου;
6. Πώς λέγονται οι αγωγοί μέσα από τους οποίους περνάει η λέμφος;

### > B. Ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών

Επιλέξτε τη σωστή απάντηση. Μία μόνο είναι η σωστή.

1. Ποια η χρησιμότητα της λέμφου στον ανθρώπινο οργανισμό;  
α) Μεταφέρει θρεπτικά συστατικά στους ιστούς και στα κύτταρα,  
β) Βοηθάει στην αποβολή των αχρήστων ουσιών,  
γ) Ενυδατώνει την επιδερμίδα.
2. Ποιος ο προορισμός των λεμφοαγγείων μέσα στο λεμφικό σύστημα.  
α) Εκτελούν χρέη λευκών αιμοσφαιρίων,  
β) Αποτελούν τα “φρούρια” του ανθρώπινου οργανισμού,  
γ) Δεν επιτελούν κανένα προορισμό.

### > Γ. Ερωτήσεις σωστού λάθους

Σημειώστε με Σ για το σωστό και Λ για το λάθος δίπλα από κάθε πρόταση.

- ☐ 1. Η λέμφος οδηγείται μέσω των λεμφικών αγγείων σε δύο μεγάλους λεμφικούς σωλήνες.
- ☐ 2. Η λέμφος βρίσκεται σε όλα ανεξαιρέτως τα όργανα του σώματος.
- ☐ 3. Οι αναπνευστικές κινήσεις ωθούν με φυσικό τρόπο τη λεμφική παροχέτευση.

> **Δ. Ερωτήσεις αντιστοίχισης**

Αντιστοιχήστε τα περιεχόμενα του πίνακα 1 σε αυτά του πίνακα 2.

ΠΙΝΑΚΑΣ 1	ΠΙΝΑΚΑΣ 2
1) Λέμφος	α) Το κατ' εξοχήν διυλιστήριο του οργανισμού και προσάρτημα της φλεβικής κυκλοφορίας.
2) Λεμφογάγγλια	β) Το υγρό του σώματος, το οποίο προέρχεται από διηθήσεις του αίματος στα τοιχώματα των αιμοφόρων αγγείων.
3) Λεμφικό σύστημα	γ) Μικρές μάζες ωοειδούς σχήματος σε μέγεθος φακής ή φασολιού.
4) Λεμφική παροχέτευση	δ) Η μηχανική ώθηση της ροής λέμφου προς την κυκλοφορία της επιστροφής.

## Κεφάλαιο 6.2

### Λεμφική κυκλοφορία στο πρόσωπο

Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να εξοικειωθούν με το λεμφικό σύστημα και την κυκλοφορία του στο πρόσωπο.

#### > Εισαγωγή

Τα αγγεία, τα οποία φιλοξενούν τη λέμφο βρίσκονται **στο πρόσωπο** και **στο σώμα**.

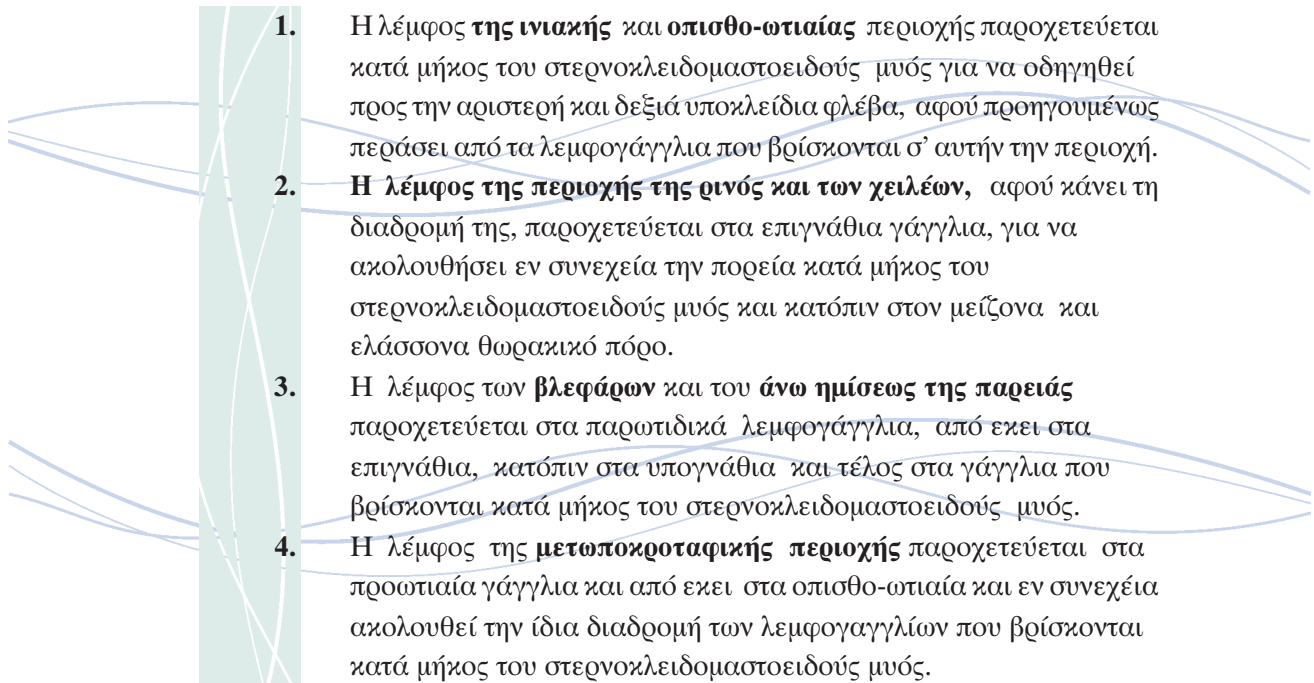
Θα μπορούσε να χαρακτηριστεί **ενιαίο** αλλά και **ξεχωριστό δίκτυο** παροχέτευσης αυτό του προσώπου και αυτό του σώματος. Δηλαδή, η λέμφος η οποία παροχετεύεται στο λεμφικό δίκτυο του σώματος καταλήγει στον μείζονα και ελάσσονα θωρακικό πόρο και οδηγείται προς την κυκλοφορία της επιστροφής, όπως επίσης και η λέμφος η οποία παροχετεύεται στο λεμφικό δίκτυο **του προσώπου** καταλήγει κι αυτή στον μείζονα και ελάσσονα θωρακικό πόρο, για να οδηγηθεί προς την κυκλοφορία της επιστροφής.

Έτσι, θεωρείται ότι μπορεί να γίνει σειρά παροχετεύσεων ξεχωριστά στο πρόσωπο και ξεχωριστά στο σώμα και να υπάρξει ολοκληρωμένο το ζητούμενο αποτέλεσμα.

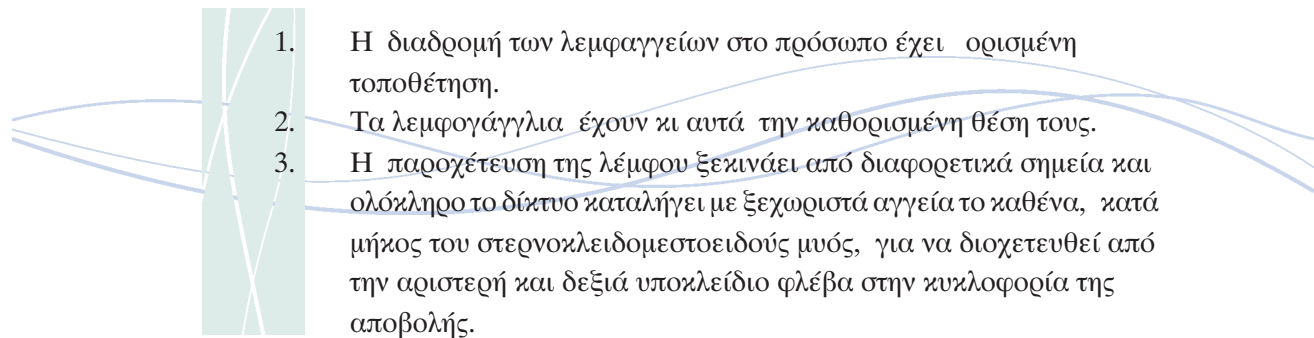


Εικόνα 6.3 Λεμφαγγεία του προσώπου

Το λεμφικό σύστημα του προσώπου έχει μια ορισμένη διάταξη. Η θέση των λεμφαγγείων και των λεμφογαγγλίων του προσώπου είναι η εξής:

- 
1. Η λέμφος της **ινιακής και οπισθο-ωτιαίας** περιοχής παροχετεύεται κατά μήκος του στερνοκλειδομαστοειδούς μυός για να οδηγηθεί προς την αριστερή και δεξιά υποκλείδια φλέβα, αφού προηγουμένως περάσει από τα λεμφογάγγλια που βρίσκονται σ' αυτήν την περιοχή.
2. Η λέμφος της **περιοχής της ρινός και των χειλέων**, αφού κάνει τη διαδρομή της, παροχετεύεται στα επιγνάθια γάγγλια, για να ακολουθήσει εν συνεχεία την πορεία κατά μήκος του στερνοκλειδομαστοειδούς μυός και κατόπιν στον μείζονα και ελάσσονα θωρακικό πόρο.
3. Η λέμφος των **βλεφάρων** και του **άνω ημίσεως της παρειάς** παροχετεύεται στα παρωτιδικά λεμφογάγγλια, από εκεί στα επιγνάθια, κατόπιν στα υπογνάθια και τέλος στα γάγγλια που βρίσκονται κατά μήκος του στερνοκλειδομαστοειδούς μυός.
4. Η λέμφος της **μετωποκρανιακής περιοχής** παροχετεύεται στα προωτιαία γάγγλια και από εκεί στα οπισθο-ωτιαία και εν συνεχεία ακολουθεί την ίδια διαδρομή των λεμφογαγγλίων που βρίσκονται κατά μήκος του στερνοκλειδομαστοειδούς μυός.

Η περιγραφή δίνει συνοπτικά τα εξής:

- 
1. Η διαδρομή των λεμφαγγείων στο πρόσωπο έχει ορισμένη τοποθέτηση.
2. Τα λεμφογάγγλια έχουν κι αυτά την καθορισμένη θέση τους.
3. Η παροχέτευση της λέμφου ξεκινάει από διαφορετικά σημεία και ολόκληρο το δίκτυο καταλήγει με ξεχωριστά αγγεία το καθένα, κατά μήκος του στερνοκλειδομαστοειδούς μυός, για να διοχετευθεί από την αριστερή και δεξιά υποκλείδιο φλέβα στην κυκλοφορία της αποβολής.

## Ανακεφαλαίωση

Το λεμφικό δίκτυο του ανθρώπινου σώματος είναι ξεχωριστό και ενιαίο.

Το λεμφικό δίκτυο του προσώπου έχει ορισμένη διάταξη, τα λεμφογάγγλια έχουν επίσης ορισμένη διάταξη στο πρόσωπο.

## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > A. Ερωτήσεις Ανάπτυξης

1. Να αναφερθεί λεπτομερώς η διάταξη του λεμφικού δικτύου του προσώπου.
2. Πού παροχετεύεται η λέμφος του προσώπου;
3. Στην διαδρομή της η παροχέτευση της λέμφου του προσώπου από ποιόν μυ περνάει;
4. Πού παροχετεύεται η λέμφος της περιοχής της ρινός και των χειλών;

### > B. Ασκήσεις συμπλήρωσης κενού

Συμπληρώστε τα κενά στις παρακάτω προτάσεις

A) Η ροή της λέμφου γίνεται με φυσικό τρόπο (για να μπορέσει να φθάσει η λέμφος στην κυκλοφορία της αποβολής) από:

- 1).....
- 2).....
- 3).....
- 4).....

B) Το λεμφικό σύστημα του προσώπου έχει ορισμένη διάταξη και ορισμένη θέση η οποία είναι η εξής:

- 1) .....
- 2).....
- 3).....
- 4).....

Γ) Η λέμφος του προσώπου και του σώματος ξεκινάει από διαφορετικά σημεία και διοχετεύεται .....



> **Γ. Ερωτήσεις σωστού λάθους**

Σημειώστε με Σ για το σωστό και Λ για το λάθος δίπλα από κάθε πρόταση.

- ☐ 1. Τα αγγεία τα οποία φιλοξενούν την λέμφο βρίσκονται στο πρόσωπο και στο σώμα.
- ☐ 2. Το λεμφικό δίκτυο του προσώπου έχει μια ορισμένη διάταξη.
- ☐ 3. Τα λεμφογάγγλια δεν έχουν καθορισμένη διάταξη στο πρόσωπο.

> **Δ. Εργασίες - Δραστηριότητες**

1. Να σχηματίσουν οι μαθητές/τριες τα λεμφαγγεία στο κενό σκίτσο έχοντας δίπλα τους το συμπληρωμένο.
2. Να σχηματίσουν οι μαθητές/τριες τα λεμφαγγεία στο κενό σκίτσο, χωρίς να έχουν δίπλα τους το συμπληρωμένο.



## Κεφάλαιο 6.3

### Οφέλη της λεμφικής παροχέτευσης

Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να γνωρίσουν τα οφέλη που απολαμβάνει το άτομο από τη λεμφική παροχέτευση ώστε να είναι σε θέση να τα παρουσιάζουν στους ενδιαφερομένους.

Η ύπαρξη και η λειτουργία του λεμφικού συστήματος είναι πρωταρχικής σημασίας για τον ανθρώπινο οργανισμό. Αποτελεί πρώτη γραμμή άμυνας εναντίον οποιασδήποτε νοσογόνου, μικροβιακής ή άλλης εισβολής.

Σε περίπτωση κατά την οποία θα υπάρξει εισβολή μικροβίων στον οργανισμό, τότε ολόκληρο το λεμφικό σύστημα κινητοποιείται, παράγει λεμφοκύτταρα τα οποία κάτω από την επίδραση των αντιγόνων εξελίσσονται σε “δρώντα ανοσολογικά κύτταρα”.

Το λεμφικό σύστημα είναι έτσι κατανεμημένο στο ανθρώπινο σώμα, ώστε οι οποιοδήποτε νοσογόνοι παράγοντες να αντιμετωπιστούν αμέσως από την λεμφική άμυνα. Αυτό πραγματοποιείται με την άμεση παραγωγή αντισωμάτων από το λεμφικό σύστημα.

Για να επιτελέσει το έργο του το λεμφικό σύστημα, πρέπει αυτό να λειτουργεί με ακρίβεια και αρμονικά.

Η καλή λειτουργία του όμως, εξαρτάται από ορισμένα άλλα όργανα, όπως η **συστολή των μυών**, οι **αναπνευστικές κινήσεις**, ο **σφυγμός των αρτηριών**, κ.α.

Αν για κάποιους λόγους τα όργανα αυτά δεν έχουν εύρυθμη λειτουργία, τότε και το λεμφικό σύστημα αδυνατεί να επιτελέσει τον προορισμό του στο ανθρώπινο σώμα.

Στο σημείο αυτό παρεμβαίνει η λεμφική παροχέτευση, η οποία στην ουσία δεν κάνει τίποτε άλλο παρά με τους ενδεδειγμένους χειρισμούς να δημιουργεί ένα είδος “τρόμπας” για τα λεμφαγγεία, διευκολύνοντας έτσι την λέμφο να οδηγηθεί προς τις οδούς της παροχέτευσής της. Γι’ αυτό και λέγεται **“λεμφική παροχέτευση”** ή **“λεμφική αποστράγγιση”** ή στα γαλλικά **“drainage Lymphatique”**.

Το πρώτο λοιπόν και πιο σημαντικό όφελος της λεμφικής παροχέτευσης είναι ότι εξασφαλίζει υγεία στον οργανισμό αποκαθιστώντας την ενεργοποίηση της λεμφικής κυκλοφορίας. Καθαρίζει τους λεμφικούς αγωγούς δραστηριοποιώντας την κυκλοφορία της λέμφου, έτσι ώστε να μεταφέρονται όλες οι ζωτικές λειτουργίες στους ιστούς και στα κύτταρα.

Εάν η ροή της λέμφου δεν είναι κανονική, τότε δημιουργείται στάση της λέμφου μέσα στα λεμφαγγεία. Φυσικό επόμενο μιας τέτοιας στάσεως (μια και ο προορισμός της λέμφου είναι να μεταφέρει απόβλητα προς την κυκλοφορία της αποβολής) θα είναι να συγκεντρωθούν τοξίνες, οι οποίες θα συσσωρευτούν κατά ένα μεγάλο όγκο και στα λεμφογάγγλια. Οι χειρισμοί της λεμφικής παροχέτευσης επειδή γίνονται κατά έναν τρόπο “τρόμπας”, δηλαδή σε κάθε χειρισμό ενεργούν τα χέρια με διαδοχική κίνηση “απορρόφησης” και “απελευθέρωσης”, βοηθάται η επαναφορά της κανονικής ροής της λέμφου και η εξώθηση της προς τους αγωγούς της αποβολής.

Αυτό έχει ως συνέπεια την καλύτερη θρέψη των ιστών, την ομαλή ανταλλαγή της ύλης στα κύτταρα και επομένως τη λάμψη και την φρεσκάδα του δέρματος που δέχεται αυτή την παροχέτευση.

Θα μπορούσε λοιπόν να χαρακτηριστεί η λεμφική παροχέτευση μέθοδος ανανέωσης και θρέψης της επιδερμίδας. Η λεμφική παροχέτευση λέγεται λανθασμένα λεμφική “μάλαξη”. Με την λεμφική παροχέτευση ενεργούμε επάνω στα γάγγλια. Τα γάγγλια είναι όργανα επάνω στα οποία δεν εφαρμόζεται ποτέ μάλαξη.

## Ανακεφαλαίωση

Με τη λεμφική παροχέτευση διευκολύνεται η καλή λειτουργία της λεμφικής ροής μέσα στους λεμφικούς αγωγούς. Η λεμφική παροχέτευση επιτυγχάνει με μηχανικό τρόπο, αυτό που φυσιολογικά γίνεται στον οργανισμό με τη συστολή των μυών, τις αναπνευστικές κινήσεις, τον σφυγμό των αρτηριών.

## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > A. Ερωτήσεις Ανάπτυξης

1. Ποια είναι η χρησιμότητα της λέμφου στο σύστημα του ανθρώπινου οργανισμού;
2. Με ποιο τρόπο γίνεται φυσιολογικά η λεμφική παροχέτευση;
3. Τι γίνεται όταν τα όργανα που επιτελούν με φυσιολογικό τρόπο την λεμφική παροχέτευση δεν έχουν εύρυθμη λειτουργία;
4. Πώς αντιμετωπίζονται οι νοσογόνοι παράγοντες στον οργανισμό από το λεμφικό σύστημα;

### > B. Ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών

Επιλέξτε τη σωστή απάντηση. Μία μόνο είναι η σωστή.

1. Πώς ενεργεί το λεμφικό σύστημα σε περίπτωση κατά την οποία θα υπάρξει εισβολή μικροβίων στον οργανισμό;  
α) Παράγει λεμφοκύτταρα.  
β) Γίνεται άμεση παραγωγή αντισωμάτων από το λεμφικό σύστημα.  
γ) Αδρανεί εντελώς.
2. Τι μπορεί να γίνει, όταν δεν λειτουργεί σωστά το σύστημα παροχέτευσης της λέμφου στον ανθρώπινο οργανισμό;  
α) Ο άνθρωπος νοσεί.  
β) Σιγά, σιγά παραλύει όλο το σύστημα.  
γ) Μπορεί να λειτουργήσει σωστά με εφαρμογή λεμφικής παροχέτευσης.

## Κεφάλαιο 6.4


### Τεχνική της λεμφικής παροχέτευσης

Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να γνωρίσουν την τεχνική της εφαρμογής της λεμφικής παροχέτευσης.

#### > Εισαγωγή

Για την τεχνική της λεμφικής παροχέτευσης υπάρχουν ορισμένες γενικές αρχές οι οποίες πρέπει να τηρούνται αυστηρά, γιατί η λεμφική παροχέτευση, όταν δεν γίνεται με τις σωστές προδιαγραφές έχει αντίθετα αποτελέσματα από τα επιδιωκόμενα.

#### > Αρχές λεμφικής παροχέτευσης

- 
1. Ακολουθείται πάντα μια σειρά χειρισμών χωρίς παρεκκλίσεις.
  2. Τα νύχια πρέπει να είναι πολύ κοντά κομμένα, σχεδόν σύρριζα με τις ράγες των δακτύλων, διότι η εργασία εκτελείται με τα δάκτυλα, οπότε υπάρχει φόβος τραυματισμού του δέρματος.
  3. Τα χέρια της/του αισθητικού πρέπει σχολαστικά να καθορίζονται με αντισηπτικό σαπούνι.
  4. Το δέρμα της/του πελάτη πρέπει κι αυτό επίσης να έχει καθαριστεί επιμελώς από τον/την αισθητικό.
  5. Ο/η πελάτης πρέπει να είναι πολύ αναπαυτικά ξαπλωμένη στην πολυθρόνα της αισθητικής, διότι όλοι οι μύες πρέπει να είναι χαλαρωμένοι για να δεχθούν τα λεμφαγγεία την παροχέτευση στην οποία θα υποβληθούν.
  6. Ο/η αισθητικός πρέπει να κάθεται πίσω από την/τον πελάτη κατά τέτοιο τρόπο ώστε να έχει πλήρη οπτική εικόνα του προσώπου για να παρακολουθεί και να ελέγχει, αν κάνει σωστές κινήσεις.
  7. Ο/η αισθητικός πρέπει να μην μιλάει, ούτε να επιτρέπει στην/στον πελάτη να μιλάει κι αυτός, γιατί οποιαδήποτε κίνηση του προσώπου δυσκολεύει την στιγμή εκείνη την παροχέτευση.

8. Μια απαλή μουσική σε ημίφως είναι οι ιδανικότερες συνθήκες για το περιβάλλον όπου θα γίνει η λεμφική παροχέτευση. Αυτή η ατμόσφαιρα δημιουργεί χαλάρωση και τότε η/ο πελάτης “συμμορφώνεται” πολύ πιο εύκολα με τις προδιαγραφές.
9. Τέλος, τη λεμφική παροχέτευση δεν πρέπει για κανέναν λόγο να την εφαρμόζει κάποιος, αν δεν είναι σίγουρος ότι την γνωρίζει καλά, διαφορετικά θα έχει αρνητικά αποτελέσματα. Ο/η Αισθητικός πρέπει να είναι αφοσιωμένος σ' αυτό που κάνει την ώρα που το κάνει και να μην σηκώνει ούτε μια στιγμή τα μάτια από το πρόσωπο της/του πελάτη για να μην χάσει τα σημεία επαφής με τα χέρια του και με το δέρμα της/του πελάτη.
10. Η σειρά της λεμφικής παροχέτευσης έχει αρχή και τέλος και οι κινήσεις ακολουθούν ή μια την άλλη με διαδοχική μορφή. Δεν πρέπει ποτέ να εφαρμόζονται οι μισές κινήσεις, ούτε ν' αρχίζει κανείς από το μέσον και να καταλήγει στο τελευταίο ή στο προτελευταίο σημείο. Πρέπει να τηρείται αυστηρώς η καθορισμένη σειρά.

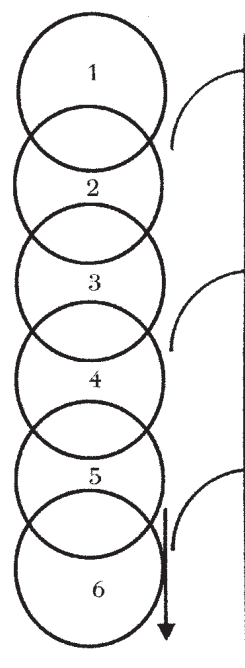
### > Χειρισμοί

Οι χειρισμοί της λεμφικής παροχέτευσης πραγματοποιούνται σχηματίζοντας στο δέρμα νοητούς τεμνόμενους κύκλους, με τα δύο δάκτυλα (δείκτη και μεσαίο) και κάποιες φορές ακολουθεί και το τρίτο δάκτυλο (παράμεσος).

Η πίεση την οποία ασκούν τα χέρια στο δέρμα είναι κι αυτή καθορισμένη σε 30 χιλιοστά στήλης υδραργύρου.

Η πίεση παίζει πολύ σπουδαίο ρόλο. Εάν είναι λιγότερη από την καθορισμένη δεν θα υπάρξει αποτέλεσμα, αν είναι περισσότερη μπορεί να δημιουργηθούν αρνητικές καταστάσεις.

Οι κινήσεις της λεμφικής παροχέτευσης οι οποίες πραγματοποιούνται με τα δάκτυλα του χεριού, έχουν σκοπό να εκκενώσουν τα λεμφαγγεία από την υπάρχουσα μέσα σ' αυτά λέμφο, να τη διώξουν στα υποκείμενα αγγεία για να διευκολύνουν την ροή της. Τα κενά λεμφαγγεία γεμίζουν με καινούργια



Εικόνα 6.4 Χειρισμοί της λεμφικής παροχέτευσης



λέμφο, η οποία με την σειρά της, αφού περάσει από τα παρεμβαλλόμενα λεμφογάγγλια θα πάρει την οδό της αποβολής.

Η πίεση, λοιπόν, των δακτύλων στα συγκεκριμένα λεμφογάγγλια πρέπει να είναι τόση , ώστε να μην σταματήσει την ροή αλλά να διευκολύνει την παροχέτευση.

**ΜΟΝΑΔΙΚΟΣ ΣΚΟΠΟΣ ΤΗΣ ΛΕΜΦΙΚΗΣ ΠΑΡΟΧΕΤΕΥΣΗΣ  
ΕΙΝΑΙ ΝΑ ΕΥΝΟΗΣΕΙ ΤΗΝ ΛΕΜΦΙΚΗ ΡΟΗ ΜΕ ΣΚΟΠΟ ΤΗΝ  
ΑΠΟΒΟΛΗ ΤΟΞΙΝΩΝ ΚΑΙ ΤΩΝ ΑΧΡΗΣΤΩΝ ΟΥΣΙΩΝ**

## Ανακεφαλαίωση

Οι κινήσεις της λεμφικής παροχέτευσης είναι κυκλικές σε τεμνόμενους κύκλους. Η ταξινόμηση των κινήσεων της λεμφικής παροχέτευσης είναι καθορισμένη. Η λεμφική παροχέτευση πρέπει να εφαρμόζεται με πιστότητα στους κανόνες, διαφορετικά μπορεί να προκληθεί ανωμαλία στον οργανισμό.

## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > A. Ερωτήσεις Ανάπτυξης

1. Πως πρέπει να είναι τα χέρια και τα νύχια της/του αισθητικού, προκειμένου να εφαρμόσει τη λεμφική παροχέτευση;
2. Να χωριστούν σε ζεύγη οι μαθητές και να ψηλαφίσουν ο ένας στον άλλον τον μείζονα και τον ελάσσονα θωρακικό πόρο, αν τα χέρια των μαθητών βρίσκονται ακριβώς στο συγκεκριμένο σημείο.
3. Να ψηλαφίσουν στο πρόσωπό τους και στο λαιμό, να σχηματίσουν με ένα μολύβι του μακιγιάζ το λεμφικό δίκτυο στο πρόσωπο ο ένας του άλλου.
4. Χωρίς ακόμη να εφαρμόσουν οι μαθητές τον καθαυτό χειρισμό (τεμνόμενους κύκλους), αλλά μόνο με απλή κίνηση “θωπείας” να διαγράψουν τη σειρά που πρέπει να ακολουθήσουν για μία πλήρη λεμφική παροχέτευση.

### > B. Ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών

Επιλέξτε τη σωστή απάντηση. Μία μόνο είναι η σωστή.

1. Ποια η χρησιμότητα της λέμφου στην λειτουργία του ανθρώπινου οργανισμού;
  - α) Μεταφέρει θρεπτικά συστατικά στους ιστούς και στα κύτταρα.
  - β) Βοηθάει στην αποβολή των αχρήστων ουσιών.
  - γ) Διευκολύνει την ροή του αίματος μέσα στα αιμοφόρα αγγεία.
2. Ποιες από τις κινήσεις της λεμφικής παροχέτευσης μπορούν να επιλεγούν για να εφαρμοσθεί μία σύντομη παροχέτευση στο πρόσωπο;
  - α) Οι κινήσεις της πλάτης και του λαιμού.
  - β) Οι κινήσεις της περιοχής του μετώπου και των ματιών.
  - γ) Δεν επιλέγεται ποτέ μέρος των κινήσεων. Η λεμφική παροχέτευση πρέπει να πραγματοποιηθεί ολόκληρη, με το σύνολο των κινήσεων.

3. Πότε δεν εφαρμόζεται η λεμφική παροχέτευση για να προστατευθεί η υγεία της/του πελάτη;
- α) Η λεμφική παροχέτευση εξασφαλίζει υγεία στον/στην πελάτη, επειδή βοηθάει στην αποβολή των αχρήστων ουσιών. Δεν πρέπει λοιπόν ποτέ να αποφεύγεται.
- β) Στην περίοδο της εγκυμοσύνης στις γυναίκες.
- γ) Σε κάθε εμπύρετη κατάσταση και πάντα όταν το άτομο πάσχει από κάποια φλεγμονή σε οποιοδήποτε μέλος ή όργανο του σώματος.

> Γ. Ερωτήσεις σωστού λάθους

Σημειώστε με Σ για το σωστό και Λ για το λάθος δίπλα από κάθε πρόταση.

- ☐ 1. Ο/η αισθητικός δεν πρέπει να μιλάει με την/τον πελάτη την ώρα που εφαρμόζει την λεμφική παροχέτευση.
- ☐ 2. Οι χειρισμοί της λεμφικής παροχέτευσης είναι ελαφρές θωπιές και τσιμπήματα όπως και στο κυκλοφορικό μασάζ.
- ☐ 3. Τα λεμφογάγγλια αποτελούν τα φρούρια του οργανισμού έναντι των μικροβιακών επιθέσεων.

## Εργαστηριακές Ασκήσεις

### ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΗ ΑΣΚΗΣΗ 1η

**ΤΙΤΛΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Εξάσκηση των χεριών των μαθητών/τριών στην λεμφική παροχέτευση προσώπου.

**ΣΚΟΠΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Να μάθουν καλά οι μαθητές τα σημεία των λεμφαγγείων επάνω στα οποία θα γίνει η λεμφική παροχέτευση και να νιώσουν τους χειρισμούς επάνω στο ίδιο τους το πρόσωπο, για να είναι σε θέση να το εφαρμόσουν σωστά.

**ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ - ΧΡΗΣΙΜΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ:** Κείμενο σελίδα 259 - 263 - 264 - 274.

#### > ΥΛΙΚΑ ΚΑΙ ΣΥΣΚΕΥΕΣ

1. Υδατική κρέμα σε γαλακτώδη μορφή, για να μην γλιστράει πολύ το χέρι, έτσι ώστε να διευκολύνονται οι χειρισμοί της παροχέτευσης.
2. Κορδέλα φαρδιά από ελαφρό λάστιχο, για να περιορίσει τα μαλλιά και να μείνει το πρόσωπο “εμφανές” για την παροχέτευση.
3. Γαλάκτωμα - λοσιόν.
4. Μολύβι του μακιγιάζ.

#### > ΣΤΑΔΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Α. Ο διδάσκων επιλέγει έναν/μία μαθητή/τρια, τον τοποθετεί σε σημείο ώστε το πρόσωπό του να είναι ορατό από τους υπόλοιπους μαθητές και περιορίζει τα μαλλιά μέσα στην ελαστική κορδέλα.

1. Καθαρίζει πολύ καλά το πρόσωπο με γαλάκτωμα και λοσιόν.
2. Σχηματίζει με ένα μολύβι του μακιγιάζ τα λεμφικά αγγεία στο πρόσωπο, ενώ οι μαθητές κρατούν στα χέρια το ανάλογο σκίτσο με την θέση των λεμφαγγείων.

3. Παρουσιάζει τους χειρισμούς (με τεμνόμενους κύκλους) της λεμφικής παροχέτευσης με την σειρά που πρέπει, σε μία πρώτη συνολική επίδειξη.

B. Οι μαθητές χωρίζονται σε ζεύγη και το μόνο που κάνουν για πρώτη φορά είναι να μάθουν να σχηματίζουν τα λεμφαγγεία με το μολύβι του μακιγιάζ προς την φορά της ροής της λέμφου, στην κατάλληλη θέση το καθένα. Αφού έχουν εμπεδώσει πολύ καλά τη θέση των λεμφαγγείων, εξασκούνται στον χειρισμό των τεμνόμενων κύκλων σε ένα άλλο σημείο του δέρματος π.χ. μηρός.

Τώρα εφόσον έχουν εξασκηθεί πολύ καλά στους χειρισμούς παροχέτευσης και πίεσης και εφόσον κατέχουν και τη θέση των λεμφαγγείων, μπορούν να προχωρήσουν στην εφαρμογή της παροχέτευσης, ο ένας στον άλλον εναλλάξ κατά ζεύγη, ώσπου να αποκτήσουν γνωστική επάρκεια του αντικειμένου.

Γ. Λύνονται τυχόν απορίες και τακτοποιείται το εργαστήριο.

**Παρατήρηση:** Ο διδάσκων πρέπει να επιμείνεται πάρα πολύ στην άρτια εκμάθηση της λεμφικής παροχέτευσης. Η εργασία αυτή είναι επικίνδυνη αν εφαρμόζεται από ανεκπαιδευτους.

## Φύλλο Αξιολόγησης

1. Σε ποια στάδια της άσκησης συναντήσατε δυσκολίες; Προτείνετε μεθόδους που θα σας βοηθήσουν να ξεπεράσετε τις δυσκολίες

A. ....

.....

.....

.....

.....

B. ....

.....

.....

.....

.....

.....

Γ. ....

.....

.....

.....

.....

2. Ποιο στάδιο νομίζετε ότι προκάλεσε ευχαρίστηση στον πελάτη;

.....

.....

.....

.....

3. Ποιο στάδιο νομίζετε ότι πράξατε καλύτερα από τα άλλα;

.....

.....

.....

.....

4. Ποιο στάδιο θεωρείτε το σημαντικότερο και γιατί;

.....

.....

.....

.....

.....



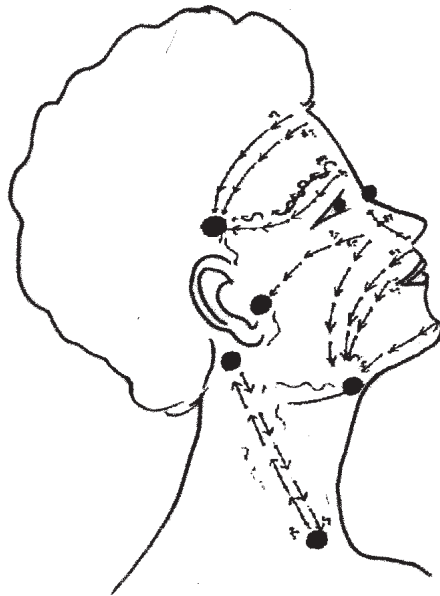


## Κεφάλαιο 6.5

### Ταξινόμηση κινήσεων λεμφικής παροχέτευσης προσώπου

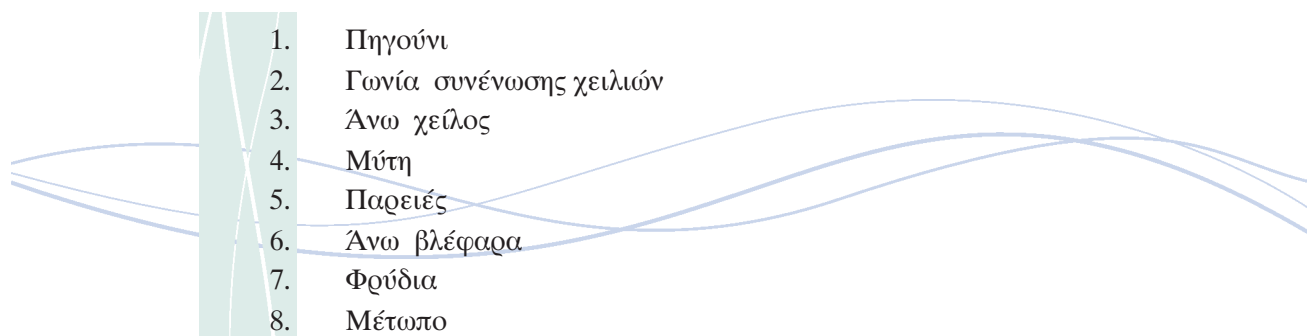
Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να μπορούν να διακρίνουν τα λεμφικά αγγεία επάνω στα οποία θα εφαρμοσθούν οι κινήσεις της λεμφικής παροχέτευσης, ώστε να τελειοποιήσουν την τεχνική τους.

Η λεμφική παροχέτευση αρχίζει με κινήσεις, οι οποίες πραγματοποιούνται **στη βάση του λαιμού, στην οπισθοκλειδική** περιοχή και συνεχίζεται στο λαιμό κατά μήκος του στερνοκλειδομαστοειδούς μυός. Αυτές οι κινήσεις σκοπό έχουν το άδειασμα των κατωτέρων λεμφατικών συλλεκτών, για να διευκολυνθεί η λέμφος του προσώπου να οδηγηθεί με τις επόμενες κινήσεις προς την διαδρομή της αποβολής (μείζων και ελάσσων θωρακικός πόρος).



Εικόνα 6.3 Κατευθύνσεις λεμφικής παροχέτευσης

Στην λεμφική παροχέτευση του κυρίως προσώπου τα αγγεία έχουν μια ορισμένη διάταξη τοποθέτησης σε συγκεκριμένα σημεία.



Η λεμφική παροχέτευση δεν μπορεί να γίνει “κτήμα” του εκπαιδευόμενου μέσα από τις γραμμές ενός βιβλίου, όπως άλλωστε καμία τεχνική δεν μπορεί να γίνει κατανοητή με περιγραφές.

Αυτό θα αποκτηθεί με **πρακτική** εξάσκηση και παρακολούθηση ειδικών σεμιναρίων.

Η λεμφική παροχέτευση είναι μια από τις πιο αποτελεσματικές τεχνικές στον τομέα της αισθητικής, αλλά συγχρόνως και η πιο πολύπλοκη και ευαίσθητη στις λεπτομέρειές της τεχνική. Οι εκπαιδευόμενοι δεν πρέπει να τολμούν να την εφαρμόσουν, αν δεν είναι σίγουροι ότι την κατέχουν καλά, γιατί η ελλιπής κατάρτιση φέρνει αρνητικά αποτελέσματα. Για να είναι άξιος ένας επαγγελματίας αισθητικός να εφαρμόσει την λεμφική παροχέτευση πρέπει πρώτα να έχει περάσει από συστηματική εκπαίδευση.

## Ανακεφαλαίωση

Η λεμφική παροχέτευση έχει αρχή (σημείο έναρξης) και τέλος (σημείο λήξης). Η λεμφική παροχέτευση είναι μία από τις πιο αποτελεσματικές τεχνικές στον τομέα της Αισθητικής, χρειάζεται όμως συστηματική και μακροχρόνια εκπαίδευση για να γίνει κτήμα του επαγγελματία.

## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > A. Ερωτήσεις Ανάπτυξης

1. Να απαριθμηθούν οι θέσεις των λεμφαγγείων σε σχέση με τα σημεία του προσώπου.
2. Τι σκοπό έχουν οι πρώτες κινήσεις της λεμφικής παροχέτευσης που γίνονται στην βάση του λαιμού;
3. Μπορεί να εφαρμοστεί μέσα στο εργαστήριο αισθητικής λεμφική παροχέτευση με την/τον πελάτη **καθισμένο** σε μία καρέκλα; Αν όχι να αιτιολογηθεί.
4. Γιατί δεν μπορεί να εφαρμόσει λεμφική παροχέτευση κάποιος που αφήνει μακριά νύχια;

### > B. Ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών

Επιλέξτε τη σωστή απάντηση. Μία μόνο είναι η σωστή.

1. Από πού αρχίζει και που καταλήγει η λεμφική παροχέτευση;
  - α) Αρχίζει από την βάση του λαιμού και καταλήγει στον μείζονα και ελάσσονα θωρακικό πόρο.
  - β) Αρχίζει από το μέτωπο και καταλήγει στο πηγούνι.
  - γ) Αρχίζει από τις παρειές και καταλήγει στη γωνία της συνενώσεως των χειλιών.

## Κεφάλαιο 6.6

### Λεμφογαγγλία σε σχέση με την λεμφική παροχέτευση

Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/  
τριες να γνωρίσουν τον όρο και τις θέσεις των  
λεμφογαγγλίων καθώς και τη χρησιμότητά τους.

#### > Εισαγωγή

Τα λεμφογάγγλια ανήκουν στην ομάδα των λεμφογόνων οργάνων (αμυγδαλές, λεμφοξίδια, λεμφοθυλάκια, λεμφαδένες κ.α.). Τα λεμφογάγγλια έχουν σχήμα υποστρογγύλο και αποπλατυσμένο. Το μέγεθος τους κυμαίνεται μεταξύ του μεγέθους της φακής ως ενός μικρού αμυγδάλου.

**Τα λεμφογάγγλια** παρεμβάλλονται στην διαδρομή των λεμφαγγείων. Το περιεχόμενο των λεμφαγγείων, πριν φτάσει στα μεγάλα στελέχη και στην καρδιά, περνάει από αλυσίδα τέτοιων λεμφογαγγλίων, όπου και καθαρίζεται από κάθε τυχόν βλαβερή ουσία.

**Τα λεμφογάγγλια** βρίσκονται είτε **επιπολής** του δέρματος ή εν τω βάθει. Όπου και αν βρίσκονται διαπερνώνται από λεμφαγγεία, τα οποία εισέρχονται για να μεταφέρουν τη λέμφο και εξέρχονται για να την προωθήσουν. Τα εισερχόμενα στο λεμφογάγγλιο λεμφαγγεία ονομάζονται **προσαγωγά** και τα εξερχόμενα από κάθε λεμφογάγγλιο ονομάζονται **απαγωγά** λεμφαγγεία.

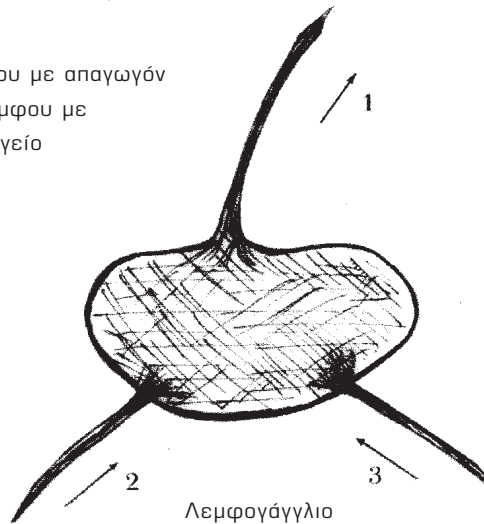
**Τα λεμφογάγγλια** βρίσκονται ως επί το πλείστον κατά τόπους σε ομάδες και υποδέχονται τα λεμφαγγεία μιας ορισμένης περιοχής, που αποτελεί κατά κάποιον τρόπο την “υποτελή” περιοχή των τοπικών αυτών λεμφογαγγλίων, τα οποία στην επιστημονική γλώσσα ονομάζονται επιχώρια. Π.χ. τα υπογνάθια λεμφογάγγλια αποτελούν επιχώρια της περιοχής του προσώπου, της μύτης, των δοντιών, των ούλων και της γλώσσας. Ενώ η βραχιόνια ομάδα των μασχαλιαίων λεμφογαγγλίων είναι επιχώρια της περιοχής των άνω άκρων κ.τ.λ.

Οι επιχώριοι λεμφαδένες είναι οι πρώτοι που δέχονται τη μόλυνση του οργάνου της περιοχής του, με αποτέλεσμα να πρήζονται.

### > Η χρησιμότητα των λεμφογαγγλίων

Με τη δίοδο και έξοδο της λέμφου με τα προσαγωγά και απαγωγά λεμφαγγεία μέσα από τα λεμφογάγγλια επιτυγχάνεται αφ'ενός η είσοδος νέων λεμφοκυττάρων στην λεμφική οδό, αφ'ετέρου η **κατακράτηση κάθε βλαβερής ουσίας**.

1. Έξοδος της λέμφου με απαγωγόν  
2-3. Είσοδος της λέμφου με  
προσαγωγόν λεμφαγγείο



**Εικόνα 6.6** Σχηματική παράσταση λεμφογαγγλίου με τα προσαγωγά και απαγωγά λεμφαγγεία

Έτσι τα λεμφογάγγλια επιτελούν έργο λεμφοκυτταρογόνου οργάνου, δηλαδή παράγουν λεμφοκύτταρα εκτελώντας το σπουδαίο έργο του διύλιστηριού του οργανισμού.

Κατά τους χειρισμούς της λεμφικής παροχέτευσης γίνεται μια καθορισμένη πίεση στα σημεία των λεμφογαγγλίων της περιοχής που παροχετεύουν.

Τα λεμφογάγγλια του προσώπου είναι τα εξής:

1. Ωτιαία λεμφογάγγλια
2. Ινιακά λεμφογάγγλια
3. Παρωτιδικά λεμφογάγγλια
4. Υπογνάθια λεμφογάγγλια
5. Παρειακά λεμφογάγγλια
6. Υπογενείδια λεμφογάγγλια
7. Επιπολής τραχηλικά λεμφογάγγλια



**Εικόνα 6.7** Θέσεις λεμφογαγγλίων στο πρόσωπο

## Ανακεφαλαίωση

Στη διαδρομή των λεμφαγγείων παρεμβάλλονται τα λεμφογάγγλια, των οποίων ο προορισμός είναι αμυντικός έναντι των εισερχομένων μικροβίων στο ανθρώπινο σώμα.

Η θέση των λεμφογαγγλίων στο πρόσωπο είναι καθορισμένη. Μέσα από τα λεμφογάγγλια περνούν τα προσαγωγά και τα απαγωγά λεμφαγγεία.



## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > Α. Ερωτήσεις ανάπτυξης

1. Πότε αποφεύγεται η εφαρμογή της λεμφικής παροχέτευσης;
2. Να χωριστούν οι μαθητές σε ζεύγη και να διαγράψουν με μικρούς κύκλους τη θέση των λεμφογαγγλίων ο ένας στο πρόσωπο του άλλου. Τα λεμφογάγγλια να είναι σε φυσικό μέγεθος.
3. Ποια είναι τα προσαγωγά και ποια τα απαγωγά λεμφαγγεία;
4. Ποια είναι η χρησιμότητα των λεμφογαγγλίων;

### > Β. Ερωτήσεις αντιστοίχισης

Αντιστοιχήστε τα περιεχόμενα του πίνακα 1 σε αυτά του πίνακα 2.

ΠΙΝΑΚΑΣ 1	ΠΙΝΑΚΑΣ 2
1. Λεμφογάγγλια	α) Αμυγδαλές, λεμφοζίδια, λεμφοθυλάκια, λεμφαδένες.
2. Λεμφαγγεία	β) Μικρά αποπεπλατυσμένα όργανα σε σχήμα φακής ή φασολιού.
3. Προσαγωγά λεμφαγγεία	γ) Αγωγοί μέσα στους οποίους κινείται η λέμφος.
4. Λεμφογόνα όργανα	δ) Τα εισερχόμενα στο λεμφογάγγλιο αγγεία.

## Εργαστηριακές Ασκήσεις

### ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΗ ΑΣΚΗΣΗ 1η

**ΤΙΤΛΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Αναγνώριση των λεμφογαγγλίων.

**ΣΚΟΠΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ:** Να μάθουν πολύ καλά οι μαθητές να ψηλαφούν τα λεμφογάγγλια στο πρόσωπο γιατί αυτό είναι απαραίτητο για την λεμφική παροχέτευση που καλούνται να εφαρμόσουν.

**ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ - ΧΡΗΣΙΜΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ:** Κείμενο σελίδα 287-288-289.

#### > ΥΛΙΚΑ ΚΑΙ ΣΥΣΚΕΥΕΣ

- Μολύβι του μακιγιάζ
- Γαλάκτωμα
- Λοσιόν
- Βαμβάκι

#### > ΣΤΑΔΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

A. Ο διδάσκων επιλέγει έναν μαθητή και τον τοποθετεί σε σημείο ώστε το πρόσωπό του να είναι ορατό από τους υπόλοιπους μαθητές, οι οποίοι κρατούν στα χέρια τους το σκίτσο του προσώπου με τα λεμφογάγγλια.

1. Ψηλαφεί το πρόσωπο του μοντέλου και με ένα μολύβι του μακιγιάζ σημειώνει μικρούς κύκλους στο πρόσωπο του μοντέλου στα σημεία ακριβώς των λεμφογαγγλίων.
2. Ασκή την πίεση με τα δάκτυλα πάνω στα σημεία και ζητάει από τους μαθητές να περάσουν και να κάνουν κι αυτοί το ίδιο. Για περισσότερη διευκόλυνση μπορεί να προμηθευτεί ένα πιεσόμετρο παλαιού τύπου και να δοκιμάζει επάνω στο πιεσόμετρο μαζί με τους μαθητές για να νιώσουν την ένταση των 30 mm. στήλης υδραργύρου, που είναι η ενδεδειγμένη πίεση για την περίπτωση.

B. Εν συνεχεία οι μαθητές χωρίζονται σε ζεύγη και ασκούν εναλλάξ την καθορισμένη πίεση στα συγκεκριμένα σημεία, ο καθηγητής προσέχει την ένταση των χεριών των μαθητών επάνω στο δέρμα ( να μην είναι ούτε περισσότερη ούτε λιγότερη από όση πρέπει).

Γ. Λύνονται τυχόν απορίες και τακτοποιείται το εργαστήριο.

## Φύλλο Αξιολόγησης

1. Σε ποια στάδια της άσκησης συναντήσατε δυσκολίες; Προτείνετε μεθόδους που θα σας βοηθήσουν να ξεπεράσετε τις δυσκολίες.

A. ....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

B. ....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Γ. ....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

2. Ποιο στάδιο νομίζετε ότι προκάλεσε ευχαρίστηση στον πελάτη;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

3. Ποιο στάδιο νομίζετε ότι πράξατε καλύτερα από τα άλλα;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

4. Ποιο στάδιο θεωρείτε το σημαντικότερο και γιατί;

.....  
.....  
.....  
.....  
.....



## Κεφάλαιο 6.7

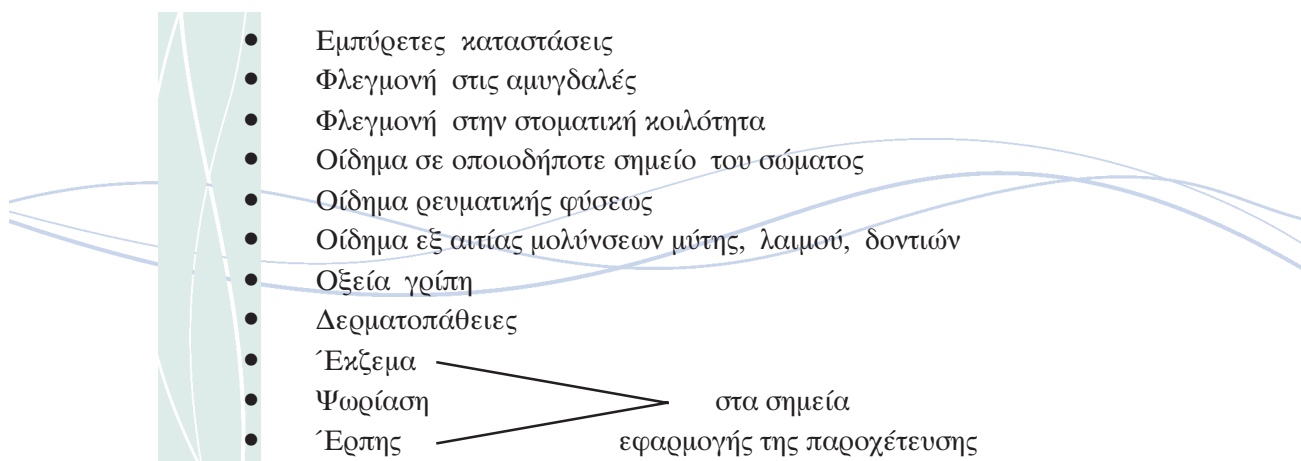
### Αντενδείξεις λεμφικής παροχέτευσης

Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι οι μαθητές/τριες να γνωρίσουν τις ενδείξεις και αντενδείξεις της λεμφικής παροχέτευσης ώστε να πράττουν αυτή την περιποίηση χωρίς να προκαλούν προβλήματα στο άτομο.

Επειδή μέσα στο υγρό της λέμφου κυκλοφορούν τα αντισώματα και οι τοξίνες του οργανισμού, τα οποία πρέπει να αποβληθούν, επόμενο είναι κάθε λεμφική **στάση** να δημιουργεί πρόβλημα στον ίδιο τον οργανισμό.

1. Η πρώτη αντένδειξη είναι η ελλιπής εκπαίδευση του ατόμου που εφαρμόζει τη λεμφική παροχέτευση. Οι αδέξιοι χειρισμοί μπορούν να προκαλέσουν λεμφική στάση και επομένως συγκέντρωση τοξινών με πολύ κακές συνέπειες.

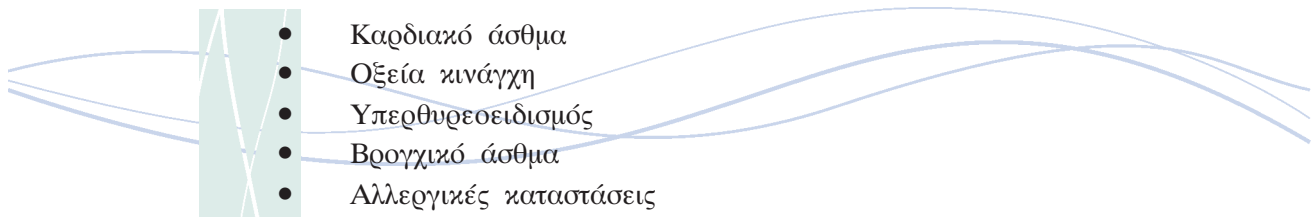
2. Το άτομο που θα δεχθεί τη λεμφική παροχέτευση πρέπει να είναι υγιές και να μην πάσχει από:



Τα γάγγλια προήζονται στις περιπτώσεις κατά τις οποίες ο μικροβιακός εισβολέας είναι αρκετά ισχυρός και οι αμυντικές ικανότητες των λεμφογαγγλίων δεν μπορούν να υπερισχύσουν.

Σ' αυτές τις περιπτώσεις δεν εφαρμόζεται η λεμφική παροχέτευση, ωστότου οι λεμφαδένες να επανέλθουν στο φυσιολογικό τους μέγεθος και να πάψουν να είναι επώδυνοι.

Άλλες αντενδείξεις είναι:



Τέλος, εάν το άτομο αισθάνεται κόπωση μετά από τη λεμφική παροχέτευση, πρέπει αμέσως να σταματήσει η αγωγή και ο/η πελάτης παραπέμπεται για εξετάσεις.

Για να αποφευχθεί οποιοδήποτε ατύχημα πρέπει, πριν ξεκινήσει η αγωγή των λεμφικών παροχετεύσεων, να γίνει λεπτομερής λήψη ιστορικού της/του πελάτη και εάν διαπιστωθεί ότι δεν υπάρχει καμία αντένδειξη, τότε να εφαρμοσθεί η λεμφική παροχέτευση.

## Ανακεφαλαίωση

Η λεμφική παροχέτευση δεν εφαρμόζεται σε περιπτώσεις όπου το άτομο πάσχει από φλεγμονές, οίδημα, ορισμένες δερματοπάθειες όπως ακμή, έκζεμα, ψωρίαση, έρπης.

Επίσης η λεμφική παροχέτευση δεν εφαρμόζεται εάν ο επαγγελματίας αισθητικός δεν κατέχει καλά την μέθοδο. Είναι καλύτερα, αν δεν είναι γνώστης του αντικειμένου να μην επιχειρήσει ποτέ την παροχέτευση, γιατί κινδυνεύει να προκαλέσει ζημιά στην λειτουργία του οργανισμού που την δέχεται.

## Ερωτήσεις – Εργασίες - Δραστηριότητες

### > A. Ερωτήσεις ανάπτυξης

1. Πότε πρέπει να αποφεύγεται η λεμφική παροχέτευση;
2. Σε ποιες καταστάσεις του οργανισμού δεν επιχειρεί ο/η αισθητικός λεμφική παροχέτευση;
3. Όταν ένας πελάτης είναι πολύ βιαστικός ζητάει τη συγκεκριμένη μέθοδο, αλλά όχι ολόκληρη, γιατί δεν έχει χρόνο, τί πρέπει να γίνει;
4. Πώς αντιμετωπίζει ο/η Αισθητικός πελάτισσα πολύ φλύαρη που θέλει την ώρα της λεμφικής παροχέτευσης να μιλάει διαρκώς ;

### > B. Ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών

Επιλέξτε τη σωστή απάντηση. Μία μόνο είναι η σωστή.

1. Όταν υπάρχει φλεγμονή στην στοματική κοιλότητα μπορεί να γίνει λεμφική παροχέτευση;  
α) Επιβάλλεται διότι με την λεμφική μάλαξη θα διαλυθεί η φλεγμονή.  
β) Απαγορεύεται διότι υπάρχουν ήδη τοξίνες στην λέμφο.
2. Μία πελάτισσα μιλάει συνεχώς την ώρα που δέχεται τη λεμφική παροχέτευση. Τι πρέπει να κάνει ο/η αισθητικός;  
α) Σταματάει αμέσως την παροχέτευση  
β) Την παρακαλεί να σωπάσει.  
γ) Της εξηγεί ,γιατί δεν πρέπει να μιλάει την ώρα που δέχεται την παροχέτευση και πόσο καλό θα της κάνει να παραμείνει ήρεμη.







## ΓΛΩΣΣΑΡΙ

### Αιθέρια έλαια

Πτητικές ουσίες οι οποίες προέρχονται από μεταβολισμό των φυτών, οι οποίες παράγονται με απόσταξη ή με εκχύλιση ή με ψυχρή συμπίεση.

### Ακμή

Πολύμορφη δερματοπάθεια η οποία προσβάλλει ως επί το πλείστον αγόρια και κορίτσια στην εποχή της εφηβείας.

### Αμπούλες

Συσκευασίες υγρών διαλυμάτων ή γαλακτωμάτων .

### Αναγενές στάδιο

Μικρής διάρκειας στάδιο. Η φάση κατά την οποία γεννιέται η τρίχα.

### Ανατομία της τρίχας

Η μελέτη της δομής και της σύνθεσης της τρίχας.

### Αντισηπτικό

Ουσία που παρεμποδίζει την ανάπτυξη των παθογόνων μικροοργανισμών και χρησιμοποιείται στους ζωικούς ιστούς .

### Απολέπιση

Αφαίρεση νεκρών κερατινοποιημένων κυττάρων από την επιφάνεια της κεράτινης στιβάδας .

### Απολυμαντικό

Διαλύματα κατάλληλα για την καταπολέμηση των παθογόνων μικροβίων .

### Αποτρίχωση

Η απομάκρυνση των τριχών από το δέρμα με προσωρινό ή με μόνιμο τρόπο.

### Αυξημένη τριχοφυΐα

Η αύξηση της πυκνότητας των τελικών τριχών η οποία προκαλείται από ορμονικούς παράγοντες.

### Αφυδάτωση

Η μείωση της περιεκτικότητας των ιστών σε νερό .

### Βλεφαρίδες

Μικρού μεγέθους τελικές τρίχες οι οποίες προστατεύουν το μάτι από την σκόνη και την ηλιακή ακτινοβολία.

Βολβός της τρίχας

Το παχύτερο κωνοειδές άκρον στο οποίο απολήγει η τρίχα.

Γαλάκτωμα

Είναι το σύστημα που αποτελείται από δύο υγρές φάσεις όπου η μία βρίσκεται διεσπαρμένη μέσα στην άλλη με τη μορφή σταγονιδίων .

Γενειικός

Είναι μυς του προσώπου που εκτείνεται στην περιοχή μεταξύ του κάτω χείλους και του σαγονιού .

Γομώδες πήλιγκ

Απολεπιστικό προϊόν το οποίο περιέχει ουσίες που εγκλωβίζουν τα νεκρά κερατινοκύτταρα και στη συνέχεια τα απομακρύνουν.

Δυσχρωμίες

Κηλίδες με διαφορετικό χρώμα από αυτό του συνόλου του δέρματος

Επιδερμίδα

Η εξωτερική στοιβάδα του δέρματος .

Ερύθημα

Ελαφρό κοκκίνισμα του δέρματος . Η πιο απλή στοιχειώδης βλάβη .

Ευρυαγγείες

Κυανοκάκκινα λεπτά αγγεία στην επιφάνεια του δέρματος .

Ενζυμικό πήλιγκ

Απολεπιστικό προϊόν που περιέχει ένζυμα τα οποία καταστρέφουν τα νεκρά κερατινοκύτταρα.

Θηλή της τρίχας

Το κοίλο σημείο του βολβού της τρίχας το οποίο υποδέχεται αγγεία και νεύρα από τα οποία τρέφεται η τρίχα.

Θύλακος της τρίχας

Κόλπωμα του δέρματος μέσα στο οποίο φύεται η τρίχα.

Ιοντοφόρηση

Εξαναγκασμένη κίνηση ιόντων εξαιτίας της εφαρμογής ηλεκτρικού πεδίου

Καταγενές στάδιο

Προετοιμασία της πτώσης της τρίχας.

Κροταφίτης

Μυς του προσώπου που εκφύεται από το κροταφικό οστό και καταφύεται στην

κάτω γνάθο .

Κυκλοφορικό σύστημα

Το σύστημα του ανθρώπινου οργανισμού το οποίο αποτελείται από την καρδιά και τα αγγεία και διατρέχεται από αίμα ή λέμφο .

Κυνικός

Μυς του προσώπου που καταφύεται στο επάνω χείλος και δίνει έκφραση θυμού .

Κύτταρο

Βασική δομική και λειτουργική μονάδα που εκδηλώνει το φαινόμενο της ζωής .

Λεμφαγγεία

Αγωγοί μέσα στους οποίους κινείται η λέμφος.

Λεμφική παροχέτευση

Μηχανική ώθηση της λέμφου προς την κυκλοφορία της αποβολής.

Λεμφογάγγλια

Μικρές μάζες ωοειδούς σχήματος τα οποία αποτελούν «φρούρια» του ανθρώπινου οργανισμού έναντι μικροβιακών επιθέσεων.

Λέμφος

Υγρό το οποίο διακινείται στο σώμα μέσα σε ορισμένα αγγεία και προέρχεται από διηθήσεις του αίματος στα τοιχώματα των αιμοφόρων αγγείων.

Μαλακτική ουσία

Ουσία που εγκλωβίζει την υγρασία στην επιδερμίδα .

Μάλαξη

Σύνολο χειρισμών που εφαρμόζονται στο δέρμα .

Μασητήρας

Μυς του προσώπου που εκφύεται από το ζυγωματικό ιστό και καταφύεται στη γνάθο

Μετωπιαίος μυς

Μυς του προσώπου που εκφύεται από τα φρύδια και καταφύεται στο κranίο .

Μυς

Όργανο του μυϊκού συστήματος που χρησιμεύει για τις κινήσεις του σώματος

Μυελός της τρίχας

Το τμήμα το οποίο καταλαμβάνει τον άξονα της τρίχας.

Μυώδες πλάτυσμα

Μυς του τραχήλου που εκφύεται από το πάνω μέρος του θώρακα και καταφύεται στην κάτω γνάθο και το κάτω χείλος .

Όξινος μανδύας

Το εξωτερικό στρώμα της επιδερμίδας που αποτελείται από ιδρώτα και σμήγμα και δρα υδατοπροστατευτικά.

Ορμόνες

Δραστικές ουσίες οι οποίες εκκρίνονται σε πολύ μικρές ποσότητες και καθορίζουν βασικές διεργασίες στον οργανισμό. Καθορίζουν επίσης και τα δευτερεύοντα χαρακτηριστικά του φύλου.

Ορμονικός προσδιορισμός

Λεπτομερής εξέταση της έκκρισης ανδρογόνων και οιστρογόνων ορμονών στον ανθρώπινο οργανισμό, με σκοπό την περαιτέρω θεραπεία.

Πρωτεΐνη

Οργανική ένωση αποτελούμενη από μικρότερες οργανικές ενώσεις που ονομάζονται αμινοξέα . Οι πρωτεΐνες αποτελούν δομικά συστατικά των ιστών .

Πύον

Υγρό υπόλευκου ή κίτρινου χρώματος και πυκνής σύστασης αποτελούμενο από νεκρά λευκά αιμοσφαίρια, βακτήρια και νεκρωμένους ιστούς .

Πυραμοειδής μυς

Είναι ο μυς του μετώπου που βρίσκεται ανάμεσα στους δύο μετωπιαίους στη ρίζα της μύτης .

Ρίζα της τρίχας

Το τμήμα του θυλάκου το οποίο βρίσκεται εντός του δέρματος και το οποίο περιβάλλεται από διάφορα όργανα .

Σμήγμα

Λιπαρό έκκριμα του δέρματος .

Σπίλος του δέρματος

Κηλίδα του δέρματος, συνήθως με την μορφή επίπεδου επάρματος στο δέρμα.

Στερνοκλειδομαστοειδής

Μυς του τραχήλου . Εκφύεται από την κλείδα και το στέρνο και καταφύεται στη μαστοειδή απόφυση του κρανίου

Σφικτήρας του στόματος

Ένα σύνολο μυών που είναι υπεύθυνοι για το κλείσιμο του στόματος .

Σφικτήρας των βλεφάρων

Πλατύς μυς που εκτείνεται γύρω από το βολβό του ματιού .

Στάδια ανάπτυξης της τρίχας

Η γέννηση , ανάπτυξη και πτώση της τρίχας, σε ορισμένα χρονικά διαστήματα κατά τον χρόνο της ζωής της.

Στέλεχος της τρίχας

Το τμήμα της τρίχας το οποίο αρχίζει από το σημείο της εκβολής του σμηγματογόνου αδένα και επεκτείνεται και πέραν της επιφανείας του δέρματος.

Συνεχές ρεύμα

Το ηλεκτρικό ρεύμα του οποίου η ένταση είναι πάντα σταθερή.

Τετράγωνος άνω χείλους

Μυς του προσώπου που δίνει έκφραση περιφρόνησης και καταφύεται στο άνω χείλος.

Τετράγωνος κάτω χείλους

Μυς του προσώπου που δίνει έκφραση ειρωνείας και καταφύεται στο κάτω χείλος .

Τρίγωνος κάτω χείλους

Μυς του προσώπου που δίνει έκφραση λύπης και καταφύεται στο κάτω χείλος .

Τελικό Τρίχωμα

Το χρωματισμένο τρίχωμα το οποίο βρίσκεται στα φρύδια, στις βλεφαρίδες, στο τριχωτό της κεφαλής, στις μασκάλες, στις γεννητικές περιοχές.

Τελογενές στάδιο

Το στάδιο κατά το οποίον η τρίχα ανεβαίνει προς την εκβολή του θυλάκου, ενώ από τον πυθμένα του θυλάκου ετοιμάζεται να γεννηθεί μία καινούργια τρίχα.

Τρίχα

Κεράτινοι σχηματισμοί της επιδερμίδας οι οποίοι φύονται σε κόλπωμα του δέρματος.

Τριχοφυΐα

Η έκφυση του φυσιολογικού τριχώματος στο δέρμα.

Τριχοφόρος σπίλος

Κηλίδα του δέρματος η οποία φέρει τρίχωμα.

Τύπος τριχώματος

Η μορφή του σχήματος του τριχώματος και του πάχους της τρίχας.

Υγιεινή

Η επιστήμη που μελετά τη διατήρηση και προαγωγή της υγείας.

Υγρानτική ουσία

Ουσία που δεσμεύει υγρασία από το περιβάλλον μέσα στο δέρμα.

Υπαιραιμία

Αύξηση της κυκλοφορίας του αίματος .

Φαραδικό ρεύμα

Τύπος ρεύματος που χρησιμοποιείται για μυϊκό ηλεκτρικό ερεθισμό.

Φλοιός της τρίχας

Είναι το εξωτερικό στρώμα της τρίχας και αποτελείται από κύτταρα μέσα στα οποία βρίσκεται η μελανίνη.

Φρύδια

Έκφυση βραχέων τελικών τριχών, στο άνω μέρος του ματιού με προστατευτικό ρόλο για το μάτι.

Χημικό πηλίκ

Απολεπιστικό προϊόν που περιέχει όξινες ουσίες και καταστρέφει χημικά τα νεκρά κερατινοκύτταρα.

Χνούδι

Λεπτό αόρατο τρίχωμα το οποίο καλύπτει όλη την επιφάνεια του δέρματος εκτός από τις παλάμες τα πέλματα τους βλεννογόνους, τις πλάγιες επιφάνειες των δακτύλων, της ονυχοφόρου φάλαγγας και της θηλής του μαστού.







## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Ιωάννης Α. Καπετανάκης, τακτικός καθηγητής Δερματολογίας και Αφροδισιολογίας του Πανεπιστημίου Αθηνών, Δερματολογία - Αφροδισιολογία (Εκδόσεις Πανεπιστημίου Αθηνών), Αθήναι.
2. Κωνσταντίνος Ι. Κανιτάκης, τακτικός καθηγητής Δερματολογίας και Αφροδισιολογίας του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης, Δερματολογία - Αφροδισιολογία, Εκδόσεις Σάκκουλα, Θεσσαλονίκη, Αθήνα 1975.
3. Τιμοθέα Πατζίκα, Αισθητικός - τέως καθηγήτρια Αισθητικής, ΤΕΙ Αθήνας
  - Η Τεχνική της αισθητικής, Κατευθύνσεις για νέες αισθητικούς, Αθήνα 1975.
  - Μάχη με την κυτταρίτιδα, Αθήνα 1978.
  - Ηλεκτρική αποτρίχωση, Εκδόσεις Καραμπερόπουλος, Αθήνα 1981.
  - Πώς να απαλλαγείτε από το ανεπιθύμητο τρίχωμα, Εκδόσεις ΕΛΛΗΝ, Αθήνα 1995
  - Θεραπεία δαυστριχισμού, Εκδόσεις ΙΩΝ, Αθήνα 1998.
  - Κυτταρίτιδα (εναλλακτική θεραπεία), Εκδόσεις ΕΛΛΗΝ, Αθήνα 1999.
  - Επάγγελμα Αισθητικός, Εκδόσεις Πατάκη, Αθήνα Μάρτιος 2001.
4. Ν.Γ. Σταυρινάκης Σύγχρονη Δερματική ογκολογία, Ιατρικές Εκδόσεις Π.Χ. Πασχαλίδη 2001.
5. Shirley Price, Πρακτική αρωματοθεραπεία, Εκδόσεις Τρόπος Ζωής, Αθήνα 1992.
6. Χ. Βαλλνεφέρ - Φον Ροττάοκσερ, Κινέζικη Λαϊκή Ιατρική και Βελονισμός, Εκδόσεις Πύρινος Κόσμος, Αθήνα 1978.
7. Φυσική ομορφιά, Εκδόσεις Κονιδάρη, Αθήνα 1983.
8. Μαρία Κολοκώστα - Βασιλειάδου, Στοιχεία Βιολογίας και Δερματολογίας, Εκδόσεις Ιων, 1996.
9. Κ. Μουλοπούλου - Καρακίτσου καθ. Δερματολογίας, Δ.Ρηγόπουλος Λέκτωρ Δερματολογίας, Ι.Δ. Στρατηγός καθηγητής Δερματολογίας, Καλλυντικά συστατικά και εφαρμογές, Εκδόσεις Vita, Αθήνα.
10. Λεμφική παροχέτευση προσώπου, Εκδόσεις Les Nouvelles Esthetiques, Αθήνα.
11. Σημειώσεις Βιοηλεκτροτεχνίας, Στυλιανός Σίσκος, Θεσσαλονίκη 1986-87
12. Οργάνωση και διαχείριση εργαστηρίου αισθητικής, Ιωάννης Γ. Τσουρουκτσόγλου Θεσσαλονίκη 1987
13. Υγιεινή, Άννα Τσιλιγκίρογλου Φαχαντίδου
14. Μαθήματα αισθητικής, Σ. Πισσαλίδου





**Ενέργεια 2.3.2:** «Ανάπτυξη των Τ.Ε.Ε. και Σ.Ε.Κ.»  
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ  
*Καθηγητής Γενετικής Πανεπιστημίου Πατρών*  
*Πρόεδρος του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου*

**Έργο:** «Βιβλία Τ.Ε.Ε.»

**Επιστημονικός Υπεύθυνος του Έργου:**  
Γεώργιος Βούτσινος  
*Σύμβουλος του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου*

**Υπεύθυνος του Τομέα Αισθητικής - Κομμωτικής**  
Μαρίνου - Βελεντζά Αγγελική  
*Πάρεδρος του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου*