



**МЕДИЦИНСКИ УНИВЕРСИТЕТ – ПЛЕВЕН**

**ФАКУЛТЕТ „МЕДИЦИНСКИ КОЛЕЖ“ – ЦЕНТЪР ЗА ДИСТАНЦИОННО ОБУЧЕНИЕ**

**КАТЕДРА “МЕДИКО-ДИАГНОСТИЧНИ ДЕЙНОСТИ”**

## **ТЕМАТИЧНА ЕДИНИЦА – СЕДМИЦА № 3**

**ЗА РЕДОВНО ЗАНЯТИЕ И САМОСТОЯТЕЛНА ДИСТАНЦИОННА ПОДГОТОВКА ПО**

**„УЧЕБНА ПРАКТИКА”**

**ЗА СТУДЕНТИ ОТ МУ – ПЛЕВЕН, РЕДОВНО ОБУЧЕНИЕ, СПЕЦИАЛНОСТ**

**„МЕДИЦИНСКА КОЗМЕТИКА”**

**ТЕМА: „Почистване на лице ”**

**РАЗРАБОТИЛИ:**

**ЦВЕТЕЛИНА ИВАНОВА**

**ЕЛИНА ИВАНОВА**

**Гр. Плевен**

**2020год.**

## **I. ТЕОРЕТИЧНА ПОСТАНОВКА:**

Класическата процедура за почистване на лице се характеризира с грижите за отстраняването на замърсяванията от кожата повърхност-полепнали от въздуха, излишният себум и остатъци от грим при жените, както и почистване на запушените пори и образуваните комедони (черни точки) и милиуми (мини кистички, които съдържат кератин) най-вече около очите. Голям процент от проблемите с кожата на лицето, включително акнето и разширените пори, са резултат от не почиствана или неправилно почиствена кожа. Затова козметичната процедура „Почистване на лице“ е препоръчителна за всяка жена и мъж, за всеки тип кожа и всяка възраст. Честотата и интензивността на почистване влияят върху текстурата, еластичността и здравето на кожата.

Целта-чиста, здрава и сияеща кожа, с равномерен тен и без комедони се постига с лекота при редовна грижа. Положителните резултати от процедурата и липсата на нежелани странични ефекти се гарантират от уменията и техниката на изпълнение на специалиста. Затова е силно препоръчително почистването да се извършва от медицински козметик. Процедура „Почистване на лице“ не се прилага при:

1. Вирусни инфекции
2. Розацея (силна форма)
3. Тежки форми на акне
4. Открити рани
5. Алергични и силно раздразнени кожи и др.

## **II. ДЕМОНСТРАЦИЯ**

Класическото мануално „Почистване на лице“ е процедура в няколко последователни стъпки:

1. Демакиаж (разгримиране).
2. Апаратна парна баня (пароозонатор)-целта и е да подготви кожата за ръчната екстракция, като затопли и омекоти кожата и подпомогне отварянето на порите и по-лесното отстраняване на комедони, милиуми и др. времетраенето е 15-20 минути.
3. Ексфолиация (премахване на мъртвите рогови клетки от повърхността на епидермиса)-използват се различни пилингови агенти според типа кожа, като може да е мануална или апаратна (пилинг фриматор).
4. Ръчна екстракция-отстраняване на комедоните милиумите и др. За целта използваме показниците с лек натиск и изстискаващи (избутващи) движения отстраняваме излишния себум от отворите на мастните жлези (порите). При възпалени комедони (гнойни пъпки) е задължително да изстискаме пората до появяване на кръв и лимфна течност за да сме сигурни, че е почиствена както трябва. Милиумите отстраняваме чрез убождане с медицинска игла.
5. Дезинфекция на почиствената зона с разтвор на кислородна вода 3% с помощта на памучни тампони.
6. Лечебен масаж (Поспелов-Жаке)-целта на масажа по Поспелов е да намали съдържанието на мастните жлези и да се подпомогне резорбцията (разбиване, разнасяне) на инфилтратите.

В основата на масажа по Поспелов стоят повърхностно-поглаждащи и притискащи похвати, които се извършват с върховете на палеца и показалеца в определена посока и върху подсушена кожа.

Масажът по Жаке се основава на силни по чести дълбоки пощипвания със захващане не само на кожата, но също и на подкожната мастна тъкан, както и на мускулите. Движенията се извършват с палеца и показалеца при следване на посоката на масажните линии. Масажът се

работи едновременно с двете ръце, тоест симетрично на двете страни на лицето. При прилагането на техниката е необходимо да се спазва посоката на масажните линии. Времетраенето на масажа е от 5 до 10 минути. Движенията по Жаке се извършват по посока от средната линия към периферията на лицето по хода на масажните линии. При осъществяване на масажа се щадят само клепачите. Важно условие при изпълнение на лечебния масаж е кожата да е добре почистена, като при него се използват само продукти под формата на пудра (сулфатиазол) с антисептично и адстригентно действие. **Не се прилагат кремове и масла!!!** Лечебния масаж по Поспелов спомага за механичното освобождаване на задържания в канала на космено – мастния фоликул, себум (доизстискване на мастните жлези) и намаляване интензивността (честотата) на пролиферацията на кератиноцитите. Пластифициращото действие на масажа на Жаке определя по-дълбоко и наред със себурегулиращия ефект се повлияват и някои от процесите на стареене на кожата.

7. Д'арсонвализация – с цел дезинфекция на кожата и по-бързото и възстановяване. Времетраенето е от 5 до 7 минути. **Не се прилага при бременни!!!**
8. Успокояваща маска след нанасянето и престоява 10-15 минути.
9. Финален продукт – крем според типа кожа със слънцезащитна протекция.  
Препоръчително е при мазна, смесена или акнеична кожа почистването на лице да е поне веднъж месечно, а в летния сезон може да се прилага и два, дори и три пъти месечно, защото се променя вискозитета (състава) на себума, което дава усещане за по-мазна кожа. За суха и зряла кожа препоръчително е почистването да е на всеки един – два месеца.

### **III. ПРАКТИЧЕСКИ ЗАДАЧИ ЗА САМОСТОЯТЕНА РАБОТА:**

1. Посочете основните стъпки при процедура „Почистване на лице“?

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

2. Избройте противопоказанията за провеждане на процедура „Почистване на лице“?

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

3. Какво целим с провеждането на процедура „Почистване на лице“ ?

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

