	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
		Издание: П
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Дата: 04.09.2019 г.
		Страница 1 от 8

МЕДИЦИНСКИ УНИВЕРСИТЕТ - ПЛЕВЕН
МЕДИЦИНСКИ КОЛЕЖ

ОДОБРЯВАМ:
Директор на МК:


ВЛИЗА В СИЛА
ОТ УЧЕБНАТА

2019/2020 Г.

(доц. д-р Е. Бързашка, д.м.)

УЧЕБНА ПРОГРАМА
ПО
„УЕЛНЕС И СПА ПРОЦЕДУРИ В КОЗМЕТИКАТА”
ЗА ОБРАЗОВАТЕЛНО-КВАЛИФИКАЦИОННА СТЕПЕН
“ПРОФЕСИОНАЛЕН БАКАЛАВЪР”
ПРОФЕСИОНАЛНО НАПРАВЛЕНИЕ „ЗДРАВНИ ГРИЖИ“

СПЕЦИАЛНОСТ:

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
		Издание: П
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Дата: 04.09.2019 г.
		Страница 2 от 8

“МЕДИЦИНСКА КОЗМЕТИК”

РЕДОВНО ОБУЧЕНИЕ

ПЛЕВЕН

2019/2020 г.

По учебен план на МК - Плевен – задължителна

Учебен семестър: V

Хорариум: общо 30 часа: 10 ч. лекции; 20 ч. упражнения

Кредити: 3,5

Преподаватели: Доц. Мая Кръстанова, д.м. ; Ас. Хрета Аспарухова, магистър по кинезитерапия; Ас. Павел Петков, магистър


ЦЕЛ И ЗАДАЧИ НА ОБУЧЕНИЕТО

ЦЕЛТА на учебния процес по задължителна дисциплина "Уелнес и Спа процедури в козметиката" е да запознае студентите от специалност "Медицинска козметика" с уелнес и спа концепцията, уелнес и спа методите за превенция, здравни грижи, съвременните науки за хранене, дишане, движение и други, базирани на древни философии и практики. Съчетаването на спа и уелнес процедурите в многокомпонентно състояние на добро здраве, постигнато чрез личен избор за качество и удължаване на живота със спа и уелнес средства, имащи за цел да подобрят общото благосъстояние на индивида, чрез процедури стимулиращи всички сетива.

Обучението формира знания и умения по отношение специфичната технология на уелнес и спа процедурите, които обединяват нови направления в областта на медицината, естетичната козметология, промоция на здравето, профилактични грижи за кожата, оздравителни грижи, двигателна култура, диетология, психология, духовност, фитнес, релакс, природосъобразен начин на живот, професионален и социален статус и други.

След приключване на учебния процес по задължителната дисциплина "Уелнес и спа процедури в козметиката", студентите от специалност "Медицинска козметика" трябва:

- да са в състояние да владеят и прилагат специфични спа и уелнес процедури;

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Издание: П
		Дата: 04.09.2019 г.
		Страница 3 от 8

- да спазват технологията при съчетаването им с други методи, инструментариум и апаратура;
- да са компетентни за индикациите и контраиндикациите и специфичността на всяка процедура- суха, водна, цветова, докосваща, топлинна, апаратна, светлинна, биоенергийна, контрастна, вкусова, двигателна, комбинирана и други, заедно с продуктовете линии на терапиите.

ФОРМИ НА ОБУЧЕНИЕ:

- Лекции
- Упражнения

МЕТОДИ НА ОБУЧЕНИЕ:


- лекционно изложение
- демонстративни семинари
- практически упражнения
- дискусии и беседи
- извън аудиторна самостоятелна подготовка

КОНТРОЛ И ОЦЕНКА НА ЗНАНИЯТА

- Семестриален изпит: теория и практика

РАЗПРЕДЕЛЕНИЕ НА УЧЕБНИЯ МАТЕРИАЛ ПО ТЕМИ

N	Тема	Бр. часове
1	Въведение в Wellness & Spa културата.	1 лекция
2	Уелнес и спа концепция и методи на въздействие върху човешкия организъм.	2 лекция
3.	Изисквания и съвременен подход за приложение на уелнес и спа терапиите в комплексните здравни грижи.	2 лекция
4.	Видове уелнес и спа процедури в медицинската козметика. Индикации и контраиндикации.	3 лекция
5.	Български програми за развитие на уелнес, спа, таласо, медикал спа и балнео спа сферата.	2 лекция
6.	Технологични стандарти, алгоритми, продуктови линии в уелнес и спа терапии и процедури.	1 упражнение
7.	Уелнес и спа етикет в медицинската козметика.	1 упражнение
8.	Таласотерапия и балнео спа процедури.	2 упражнения
9.	Топлинни и контрастни процедури.	2 упражнения
10.	Моделиращи терапии за тяло.	2 упражнения
11.	Антистрес терапии.	1 упражнение
12.	Холистични и екзотични терапии.	3 упражнения

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Издание: П
		Дата: 04.09.2019 г.
		Страница 4 от 8

13.	Медикал спа процедури за психо-физическо въздействие.	2 упражнения
14.	Български спа и уелнес церемонии.	3 упражнения
15.	Комбинирани и апаратни терапии в медицинската козметика.	3 упражнения
	ОБЩО	30

ТЕМАТИЧЕН ПЛАН

1. Въведение в уелнес и спа културата. (1 ч. лекция).

2. Уелнес и спа концепция и методи на въздействие върху човешкия организъм. (2 ч. лекция).

3. Изисквания и съвременен подход за приложение на уелнес и спа терапиите в комплексните здравни грижи. (2 ч. лекция).

4. Видове уелнес и спа процедури в медицинската козметика. Индикации и контраиндикации. (3 ч. лекция).

5. Български програми за развитие на уелнес, спа, таласо, медикал спа и балнео спа сферата. (2 ч. лекция).

6. Технологични стандарти, алгоритъм, продуктови линии в уелнес и спа терапии и процедури. (1 ч. упражнение).

Стандарти за технологично изпълнение. Интердисциплинарност на програмите, съобразно целите на въздействие. Алгоритъм на процедурните стъпки в конкретика с инструментариума и апаратурата. Видове продуктови линии за спа и уелнес процедури и терапии.

7. Уелнес и спа етикет в медицинската козметика. (1 ч. упражнение).

Правила, изисквания, етикет за терапевтите и ползващите медико-козметични, спа и уелнес процедури. Стандарт на помещенията, съоръженията, инструментариум и апаратура. Хигиенни изисквания и безопасност на работната среда. Предварителна и обратна информация, чрез анкетни здравни карти, моментно състояние и планиране на процедурите. Технологична точност, времетраене и индивидуален подход при изпълнение на уелнес и спа процедурите.

8. Таласотерапия и балнео спа процедури. (2 ч. упражнения).

Таласотерапевтични и балнео спа процедури за тяло и лице. Специфичност на приложението и продуктови линии. Океански и морски продукти (водорасли, седеф, перли, рибни мазнини). Псамотерапия, солна терапия, балнео спа процедури и други хидротерапии.

9. Топлинни и контрастни процедури. (2 ч. упражнения).


Топлинни и контрастни процедури. Инструментариум, съоръжения, апарати и аксесоари. Литотерапия/камъни, минерали/, бамбук, билкови торбички. Специфика на продуктите-етерични масла, екстракти, мехлеми, отвари, компреси (топли и студени) и други.

10. Моделиращи терапии за тяло. (2ч. упражнения).

Видове моделиращи терапии и процедури. Вакуумтерапия. Вендузи, водещи вендузи, вакуумтерапия с мед, пресотерапия (мануални и апаратни начини). Детоксикаращи и дрениращи процедури. Технологична специфичност и биопродукти.

11. Антистрес терапии. (1 ч. упражнение).

Специфичност на технологията за лице, скалп, коса. Експрес терапии времетраене, силно

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Издание: П
		Дата: 04.09.2019 г.
		Страница 5 от 8

рефлекторно въздействие, антистрес и здравни ефекти. Комбиниране на процедурите с арома въздействие по индивидуално подготвена рецепта след оценка и тест за алергии или други нежелани реакции.

12. Холистични и екзотични терапии. (3ч. упражнения).

Холистичен подход към здравето, философия и елементи от древни ритуали, като оздравителни грижи за тялото и духа. Специфичност на продуктовата линия, технология за балансиране в уелнес и спа процедури за релакс и отмора. Въведение в полинезийски и индонезийски спа практики. Приложност на екзотични терапии в съвременните уелнес и спа процедури за красота и здраве.

13. Медикал Спа процедури за психо-физическо въздействие (2 ч. упражнения).

Телесно ориентирани уелнес терапии за психическо регулиране. Въздействие с помощта арсенал елементи от докосващи терапии, хромо, звуко, ароматерапия. Комбиниране на методи от телесни и духовни оздравителни практики. Техники за емоционална свобода, дишане и действащ режим на петте сетива. Триединство на тяло, дух и ум за психическа регулация и хармония на всички нива.

14. Български спа и уелнес церемонии. (1 ч. упражнения).

Български спа и уелнес процедури за тяло и лице с български еко продукти. Спа ритуали "Българска роза"- с българско розово масло; "Българско сияние"- с българско кисело мляко и други. Процедури с етерични масла, екстракти, билки от балканския регион. Български церемонии с етно елементи, етно инструментариум и български био продукти за медико-козметични цели. Апитерапия и ампелотерапия в уелнес и спа процедурите.

15. Комбинирани и апаратни терапии в медицинската козметика. (3 ч. упражнения).

Хидротерапия, хамам, римска баня. Сауна, арома и фито кабинни. Душ "Виши", хромотерапия, шотландски душ, спа процедури с кал, соли, луга, глина, ледена стая, пътека на Кнайп и други. Комбиниране на уелнес и спа процедурите с други медицински и естетични терапии.

МЕТОДИ ЗА КОНТРОЛ

- Крайната комплексна оценка се определя от изпитните оценки по теория и практика

СИСТЕМА ЗА НАБИРАНЕ НА КРЕДИТИ


Общ брой кредити: 3,5

Сумарната кредитна оценка се формира от:

1. Кредити от присъствие на лекции.
2. Кредити от присъствие на упражнения

КОНСПЕКТ ЗА СЕМЕСТРИАЛЕН ИЗПИТ ПО „УЕЛНЕС И СПА ПРОЦЕДУРИ В КОЗМЕТИКАТА“ ЗА СТУДЕНТИ III КУРС, СПЕЦИАЛНОСТ „МЕДИЦИНСКА КОЗМЕТИКА“


1. Уелнес и спа култура- минало, настояще и бъдеще.
2. Уелнес и спа концепция и методи за въздействие върху човешкия организъм.
3. Приложения на уелнес и спа процедури в козметиката и комплексните здравни грижи.
4. Видове спа и уелнес терапии и продукти в медицинската козметика.
5. Индикации и контраиндикации за приложение за спа и уелнес процедурите. Абсолютни и относителни противопоказания.

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Издание: П
		Дата: 04.09.2019 г.
		Страница 6 от 8

6. Технологични стандарти и алгоритъм на уелнес и спа терапии и процедури. Съоръжения, инструментариум и апаратура.
7. Видове продуктови линии в уелнес и спа терапии за медико-козметични грижи.
8. Технологични правила, изисквания и стандарти за хигиена и безопасност на работната среда.
9. Спа и уелнес етикет за терапевтите и ползващите медико-козметични, спа и уелнес процедури.
10. Таласотерапия за лице и тяло. Приложност на океански и морски продукти. Специфика на таласо процедурите в медико-козметиката.
11. Балнео спа и хидротерапия в медицинската козметика. Същност и въздействие върху човешкия организъм.
12. Топлинни и контрастни процедури. Съоръжения, инструментариум, аксесоари, продукти и апаратура.
13. Моделиращи терапии за тяло. Видове моделиращи процедури и специфичност на продуктовете линии. Вакум терапия, вендузи и водещи вендузи.
14. Литотерапия. Процедури с камъни, минерали и други. Технологично изпълнение, дозиране и помощни средства- инструментариум и продукти.
15. Пресотерапия, детоксикиращи и дрениращи методи. Мануални и апаратни начини. Същност и приложение в медико-естетичните грижи.
16. Апитерапия и вакумтерапия с пчелен мед. Специфика на технологичното изпълнение и приложност в медико-козметиката.
17. Антистрес терапия. Технологично изпълнение на “експрес” терапия за лице, скалп, коса. Комбиниране на метода за антистресово въздействие с арома, звуко, цвето и други терапии, като съвременна тенденция в медицинската козметика.
18. Холистична медицина. Холистични методи в медико-козметиката. Технологии за балансиране и спецификация на продуктовете линии и съоръжения за работния процес.
19. Екзотични терапии и процедури. Приложение на екзотични спа и уелнес ритуали в съвременните медико-естетични грижи.
20. Медикал спа процедури за психо-физическо въздействие. Комбиниране на методи от телесни и духовни оздравителни практики и приложението им в медицинската козметика.
21. Техники за емоционална свобода, дихателни упражнения и други оздравителни начини за действащ режим на петте сетива.
22. Комбинирани и апаратни терапии. Хидротерапия. Хромотерапия. Термотерапия. Съоръжения, инструментариум и апаратура.
23. Комбиниране на уелнес и спа процедурите с други медико-козметични терапии за многокомпонентно въздействие и продължителен здравен ефект.
24. Български спа и уелнес церемонии. Амелотерапия в българския спа и уелнес туризъм. Приложност и специфика на българските етно елементи и фито продукти за медико-козметични цели.
25. Български програми за развитие на уелнес, спа, таласо, медикал спа в медико-козметичната сфера и здравен туризъм.

ПРЕПОРЪЧАНА ЛИТЕРАТУРА

1. „Уелнес“, Джон Травис и Реджина Сара Райън, „Кръгзор“, София 2011 год.
2. „Пътят към здравето“, Ваня Колева, „Хермес“-Пловдив 2012 год.
3. „Наръчник за салон за красота и Spa центрове“, АМСПИКЗ, „АСК реклама и пр. обслужване“, София 2011 год.


	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Издание: П
		Дата: 04.09.2019 г.
		Страница 7 от 8

4. „Принципи на съвременната физикална рехабилитационна медицина“, Ивет Колева-Йошинова, РИК „Симел“ София 2007 год.
5. „Природата-велика лечителка“, Иванка Кирова, „Пънит Трейд“ София 1992 год.
6. „Физиопрофилактика“ Иванка Кирова, „Медицина и физкултура“, София 1999 год.
7. „Активно дълголетие“, А. Микулин „Медицина и физкултура“ София 1979 год.
8. „Приложна козметика“, Асен Дурмишев, „ИКАФГЕС“ София 1996 год.
9. „Библия на ароматерапията“, Даниел Риманр „Хермес“ Пловдив 2004 год.
10. „Системи за лечение на тялото и духа“- изд. „Атрея“ София 2003 год.
11. „Енциклопедия- оздравителни системи от изтока и запада“, Андрей Левшинов, „СофПрес“ 2012 год.
12. „Българският фън шуй“, Цветозар Мръвков, „Изток-Запад“ София 2010 год.
13. „Предприемачество в българските условия в сферата на красотата, спа, уелнес услугите и туризма“, Йордан Йорданов, АСК реклама, ПР обслужване София, 2009 год.

АВТОР НА

ПРОГРАМАТА: Асистент Хрета Аспарухова, Магистър по Кинезитерапия

Дисциплина	Уелнес и Спа Процедури в Козметиката	
Специалност	Медицинска козметика	
Задължителна	Преподаватели: Ас.Хрета Аспарухова, Магистър по Кинезитерапия	
Кредити: 3,5	Предхождащи дисциплини: биомедицински, медико – етични, социални, профилни и специализирани дисциплини	
Лекции	10 часа	Семестър: 5
Упражнения	20 часа	Семестър: 5
Извънаудиторна заетост	75 часа	
Съдържание на дисциплината:	<p>Въведение в Wellness&Spa Културата, запознаване студентите с уелнес и спа концепцията и специфичните видове уелнес и спа методи на въздействие върху човешкия организъм. Медицинско и козметично приложение на уелнес и спа терапии в комплексните здравни грижи с цел подобряване качеството, удължава живота и общото благосъстояние на индивида, чрез процедури стимулиращи всички сетива. Формиране на знания и умения по отношение холистичен подход към здравето и красотата, обединяващ нови направления в здравните науки – уелнес козметика, спа козметика, социален уелнес, medical spa и др. Съвременното място на медицинската козметика в българските програми за развитие на уелнес, спа, таласо, балнео спа здравен туризъм.</p>	

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
		Издание: П
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Дата: 04.09.2019 г.
		Страница 8 от 8

Цел и задачи на дисциплината:	Дисциплината има за цел студентите ДА: овладеят и прилагат специфични спа и уелнес процедури; спазват технологията при съчетаването им с други средства, продуктова линия, инструментариум и апаратура; да извършват комплексни уелнес и спа дейности в рамките на компетенциите си в екип с други специалисти в сферата на уелнес и спа услугите
Методи на обучение:	Лекционно изложение; практически упражнения; демонстративни семинари; дискусии; беседи; консултация с преподавателя; извън аудиторна самостоятелна подготовка
Оценяване:	Семестриален изпит - теория и практика