

BEAUTY FORUM

Szépségipari szaklap

Dosszié

Topikális peptidek

Speciális anti-aging kezelések
az 50-66. oldalakon

SEJTMEGÚJÍTÓ SAVAK

Bőrfiatalító savkombináció

KROMOTERÁPIA

Színek szerepe a bőrápolásban

Komplex kúrák

SPECIÁLIS ANTI-AGING KEZELÉSEK – Kosmetikusként feladatunk a bőr állapotának javítása és további romlásának késleltetése. Olyan komplex megoldásokra van ma szükség, ahol nemcsak gépekkel és hatóanyagokkal ápoljuk a vendég bőrét, hanem egyúttal gondoskodunk a lelkükről is.

A mai kor társadalmi elvárásai sokkal több feladatot róznak a nőkre, mint akár 20-25 évvel ezelőtt. Ebben a felgyorsult, teljesítményorientált világban helyt kell állniuk a családban és a munkában is. Egyes munkahelyeken szigorú szabályok vonatkoznak a dolgozók külső megjelenésére is. A sok feladat teljesítése miatt kevesebb idejük jut önmagukra, és amikor eljutnak hozzánk, meglehetősen ziláltak, hajsztoltak, és nagyrészt tőlünk várják, hogy a bőrük üdébb, fiatalosabb legyen.

Az anti-aging, bár angol eredetű kifejezés, teljesen beépült nyelvünkbe, hiszen nagyon ritkán használjuk magyarul, hogy öregedésellenes. Sokkal gyakrabban mondjuk azt, hogy fiatalító kezelés. Valljuk be, jobban is hangzik a fiatalítás, mint az öregedés késleltetése!

Kosmetikusként feladatunk, természetesen a kompetenciánkhoz mérten, a bőrproblémák megoldása, a bőr állapotának javítása és további romlásának késleltetése. A bőr és a test

öregedési folyamatai tőlünk függetlenül is zajlanak, de megfelelő életmóddal és bőrápolással lassíthatóak. **Manapság a kozmetikus munkája nem merül ki abban, hogy gépekkel, hatóanyagokkal kezeli a vendéget, nagy hangsúlyt kell fektetnünk a hölgyek lelkének ápolására is.** Ez történhet szavakkal, de egyre inkább előtérbe kerülnek az érintés erejét hangsúlyozó kezelések.

Kabinkezelések

A kabinkezelések során **komplex programokat érdemes összeállítani**, amelyek nemcsak a bőrápolással, hanem a vendég életmódjával is foglalkoznak.

Tudatosítanunk kell benne, ha még nem tudta volna, **hogy az öregedési folyamatok késleltetéséhez fontos...**

- a testsúlynak **megfelelő mennyiségű folyadék** fogyasztása;

- az **egészséges táplálkozás**: a sok zöldséget és gyümölcsöt, kevés fehér húst és szénhidrátot tartalmazó étrend (egyes vélemények szerint az összes állati eredetű fehérjét is érdemes mellőzni. Ez mindenkinél egyéni döntés. A túlzott mennyiségű szénhidrát és cukor fogyasztása erő-

síti a bőrben zajló glikációs folyamatokat, amelyek elhatalmasodása rontja a bőr állapotát. Ajánlott antioxidánsok, táplálékkiegészítők fogyasztása, természetesen személyre szabottan);

- a **dohányzás és napi több, erős kávé fogyasztásának mellőzése**, mivel a dohányzás szűkíti az ereket, ezáltal romlik a keringés, a kávé pedig vízelvonó hatással bír;

- a **rendszeres mozgás**, minél több idő töltése a friss levegőn és a kiegyensúlyozott lelki élet, a pozitív gondolkodás;

- a napi bőrápolás és a **rendszeres kabinkezelés**.

Ha vendégünk szeretne minél tovább fiatal(os) maradni, be kell tartania a fenti ajánlásokat, különben, hiába kezeljük jobbnál jobb anyagokkal és módszerekkel, a várt hatás vagy elmarad, vagy nem lesz annyira eredményes, mint elvárja.

Kúrában gondolkodjunk!

Az anti-aging kezeléseket kúrában ajánlott végezni, akár több módszer is ötvözve, a gépparkunk függvényében.

Késő ősztől tavaszig kezdetjük egy hámlasztó kúrával, majd azt



Fotó: Pixabay.com

befejezve következhet a bőr szerkezetének javítása és hatóanyagokkal történő feltöltése.

A kézi kezeléseket is mindig érdemes gépekkel kiegészíteni, mert a hatóanyagokat sokkal mélyebben tudjuk a bőrbe juttatni. Fontos, hogy a kezelése során a legnagyobb nyugalmat biztosítsuk a vendégnek, hiszen a pihenés nagyban hozzájárul munkánk eredményességéhez. Nézzük milyen lehetőségek közül választhatunk!

Kézi kezelése

Csodálatos bőrünk rengeteg idegvégződést tartalmaz, amelyek a legkisebb érintést is érzékelik. A masszázssal tudunk nyugtatni, kényelmet fokozni és általában jó érzés annak, aki kapja. **Meg kell különböztetnünk a**

■ kellemes érzést adó, **relaxáló masszázsokat** a

■ **funkcionális**, a bőr izomrendszerét stimuláló, face-lifting **masszázsoktól.**

1. Az előbbinek az a célja, hogy a vendég csendes, nyugodt környezetben pihenjen, közben az arcát, nyakát, dekoltázsát hatóanyagos krémmel, féldrágakövekkel, gyógynövényes labdacokkal masszírozzuk. Népszerűek az ayurvédikus, az aromaterápiás, a shiatsu, az akupresszúrás masszázsok. **A masszázs során a vendég relaxált állapotba kerül**, zaklatott idegrendszere lecsillapodik, arca kisimul. Az alapmasszázs kiegészíthető szemkörnyék-, fül-, fejbőr- és ecsetmasszázzsal.

2. A lifting masszázsok speciális fogásokat tartalmaznak, melyeknek a célja az izomtónus fokozása. Ezek általában nem annyira kellemesek, sőt némelyik mozdulat kissé fájdalmas, és előfordulhat, hogy másnap a vendég izomlázat érez. Rendszeres

alkalmazásával az arckontúrok tónusosabbá válnak.

Az érintésterápia egyik legjelesebb képviselője, az Animi meditációs energiamasszázs, amely egy magyar szabadalom, és a maga nemében egyedülálló. Minden masszázsmozdulatnak lelki célja és helye van, a sejtszintű elengedések és tisztítások egyúttal ránccsimító hatásúak.

Gépi kezelése

1. A bőr szerkezetén javító kezelések

Az évek előrehaladásával csökken a hyaluronsav, a kollagén- és elasztikusrostok termelődése, az ezeket lebontó enzimek aktivitása viszont megnő, a bőr víz- és zsírhányóssá, petyhüdtté válik, tónusát veszti, a kontúrok megereszkednek, kialakulnak a ráncok. A kollagénháló újjáélesztésére alkalmazhatunk mezopent/dermapent, rádiófrekvenciát



Fotó: Shutterstock.com

(termális, frakcionális), hifut, softlézert, ipl- és LED-fényterápiát, az arc izmainak erősítésére elektromos izomstimulációt. Mindig a bőr állapotától és persze a gépparkunktól függ, melyik módszer a legalkalmasabb.

2. Hatóanyag-bevitel

A kötőszövet stimulálása után a hatóanyagok bejuttatása a következő lépés. Ez történhet

újgenerációs iontoforézissel, ultrahanggal, elektroporációval, hideglézerrel, oxigén- és hidrogénterápiával. Bármelyik módszert választjuk, jól teszünk a bőrrel, de az oxigén- és hidrogénterápia esetén a nagynyomású oxigén és hidrogén fokozza a sejttanyagcserét, javítja a vérkeringést, hatására felerősödnek a szervezet öngyógyító folyamatai, a bőr üde, kisimult lesz.

Akár kézi, akár gépi kezelést végzünk, fontos a bőr előkészítése. Erre alkalmazhatunk enzimes, gyümölcssavas peelinget, mikro- vagy hidrodermabráziót, hidroabráziót.

Felhasználható hatóanyagok a teljesség igénye nélkül: hyaluronsav, peptidek, növényi őssejtek, kollagén, növekedési faktorok, Adenozin-trifoszfát (ATP), vitaminok: A, B, E, F, C, P, antioxidánsok, növényi olajok, vajak, illóolajok, algák, kerintést támogató anyagok.

Plasztika előtt és után

Mivel a mai kor elvárásaihoz hozzátartozik, hogy minél tovább megőrizzük fiatalos külsőnket, **egyre több hölgy végeztet kisebb-nagyobb plasztikai beavatkozást. A vendégben tudatosítani kell, hogy a bőr-ápolás ezekben az esetekben is fontos**, sőt az elért hatás minél további fenntartása miatt elengedhetetlen. Sajnos, sok vendég gondolja úgy, ha pl. hyaluronsavat töltet az arcába, akkor a ránctalanság kérdése megoldódott, és neki semmivel nem kell foglalkoznia. Pedig nekünk, kozmetikusoknak nagy szerepünk van a plasztikai beavatkozások előtt és után a bőrök kezelésében. Egy szálbehúzás vagy feltöltés is látványosabb hidratált, étellel teli bőrön.

A fiatalság forrása egyelőre csak a mesében létezik, de tudatos életmóddal és bőr-ápolással sokáig maradhatunk fiatalo(s)a(k), hogy vendégeinknek is példát mutatva, minél tovább segítsünk nekik is fiatalnak maradni.



KÁRÉ ANDREA
kozmetikusmester,
gyakorlati oktató