

Учебно – тематический план

**«Сестринская косметология»
на базе среднего медицинского образования.**

288 ак./ч.

16 - 18 недель.

Режим занятий: 4 - 10 ак/ч в день.

№	Наименование разделов, дисциплин и тем.	Всего часов	Лекции	Практ. занятия	Форма контроля
1.	Определение понятия «медицинская косметология». Социальные и психологические аспекты косметологии. Краткий исторический обзор развития косметики и косметологии: Древний Египет, Древняя Греция, Эпоха Возрождения; зарождение современной косметологии. Косметология – наука и медицинская дисциплина. Направления современной косметологии. Взаимосвязь косметологии с другими медицинскими дисциплинами.	2	2	-	
2.	Анатомическое и гистологическое Строение кожи. Эпидермис: базальный, шиповидный, зернистый, блестящий и роговой слои. Кератиноциты. Дендритические клетки (меланоциты, клетки Лангерганса). Корнеоциты. Дерма: волокнистые субстанции. Клеточные элементы. Гиподерма. Сосуды кожи. Глубокое сосудистое сплетение. Артериовенозные анастомозы. Нервы кожи. Кожные нерорецепторы, свободные нервные окончания. Кожный рельеф. Толщина кожи. Цвет кожи.	4	4		Тест-контроль
3.	Анатомия, гистология и данные электронно-микроскопических исследований придатков кожи: волос, ногтей, сальных и потовых желез. Волосы. Микроструктура фолликула и волоса. Липидные структуры волос. Сальные железы. Апокринные и экринные потовые железы. Ногти. Топографические особенности кожи и ее придатков на голове.	3	3		
4.	Физиология, биохимия и микрофлора кожи и ее придатков. Трансэпидер-мальная потеря воды. Меланогенез. Гидратация кожи. Водно-жировая мантия кожи, ее состав. Проницаемость кожи. Функции кожи: защитная, экскреторная, выделительная, дыхательная, терморегуляторная, рецепторная. Физиология и биохимия потовых и сальных желез. Физиология кожного кровообращения. Нормальная микрофлора кожи и придатков. Механизмы поддержания постоянного состава нормальной микрофлоры.	2	2		
5.	Диагностика состояния кожи. Приборы и методы диагностики кожи: РН – метрия, себометрия, корнеометрия, эластометрия,	4	4		

№	Наименование разделов, дисциплин и тем.	Всего часов	Лекции	Практ. занятия	Форма контроля
	измерение профиля кожи (глубина и толщина морщин), определение уровня окраски кожи. Типы кожи. Алгоритм определения типов кожи. Изменения кожи лица при различных патологиях.				
6.	Практическое занятие по диагностике и определению типов кожи.	1		1	
7.	Основы дерматологии. Болезни кожи и волос.	12	12		Тест контроль
8.	Основное сырье, используемое в производстве косметических средств. Жиры и масла. Продукты переработки жиров и масел. Структурообразующие вещества. Эмульгаторы. Желеобразующие и гелеобразующие вещества. Нефтепродукты. Спирты. Кислоты. Щелочи. Соли. Поверхностно-активные вещества. Консерванты. Антисептики. Отбеливающие и фотозащитные вещества. Ферменты. Витамины. Гормоны. Биостимуляторы и др.	5	5		
9.	Современная фито- и ароматерапия в косметологии. Извлечения из лекарственного растительного сырья: настои, отвары, Слизистые настои, напары. Настойки. Масляные извлечения. Лосьоны. Основы воздействия эфирных масел на организм человека. Методы применения эфирных масел. Хранение эфирных масел. Правила индивидуального подбора. Композиция эфирных масел.	5	4	1	
10.	Классификация и характеристика готовых косметических средств. Средства для ухода за кожей лица. Средства для ухода за веками и кожей вокруг глаз. Детская и подростковая косметика. Средства для рук и ног. Депилятории. Дезодоранты и антиперспиранты. Мужская косметика. Интимная косметика. Средства для ухода за волосами и ногтями. Средства для ухода за полостью рта. Побочные эффекты применения косметических средств. Сертификация косметических средств.	6	6		Тест Контроль
11.	Оснащение косметического кабинета. Оборудование и инвентарь. Нормы асептики и антисептики. Предстерилизационная очистка. Стерилизация и дезинфекция косметологического оборудования и принадлежностей. Основные документы.	5	5		
12.	Основные этапы повседневного косметического ухода за кожей лица: очищение, тонизирование, увлажнение, питание, защита и регенерация. Применение готовых косметических средств и средств «домашней косметики» на каждом этапе ухода. Основные схемы косметического ухода за различными типами кожи.	6	6		Тест Контроль
13.	Основной уход за кожей лица. Демакияж – техника Леди-Н. Умывание, тонизация, различные виды масок, Питательные и защитные средства. Практическая работа.	7		7	Зачет по практическим навыкам.
14.	Жирная кожа (себорея). Характеристики основных эстетических состояний жирной кожи (жидкая, густая, сухая, смешанная себорея). Чувствительная жирная кожа. Характеристика продукции косметических фирм отечественного рынка для ухода за жирной кожей.	5	5		
15.	Практическое занятие по уходу за жирной и комбинированной кожей лица с использованием программы профессионального ухода космецевтики	6		6	

№	Наименование разделов, дисциплин и тем.	Всего часов	Лекции	Практ. занятия	Форма контроля
	Egia.				
16.	Сухая и нормальная кожа. Сухая кожа (себостаз). Особенности косметического ухода. Чувствительная сухая кожа. Нормальная кожа. Экстемпоральная рецептура. Особенности ухода за азиатской, арабской, негритянской кожей.	5	5		
17.	Практическое занятие по уходу за нормальной, сухой и чувствительной кожей лица с использованием программ профессионального ухода космецевтики Egia, Armorique.	6		6	
18.	Старение кожи. Анатомо-физиологическая характеристика тканей лица и шеи в процессе старения. Основные принципы коррекции старения. Особенности косметического ухода за стареющей кожей лица. Старение внешнее и внутреннее. Методы пластической и дерматологической хирургии в борьбе со старением. Процедуры в салоне.	5	5		
19.	Практическое занятие по за кожей с признаками старения с использованием программ профессионального ухода космецевтики Egia, Armorique.	6		6	
20.	Современные представления о роли химических пилингов в программах коррекции эстетических проблем. Классификации пилингов. Химический состав пилингов.	5	5		
21.	Практическое занятие по применению поверхностных химических пилингов.	6		6	
22.	Программа профилактики и коррекции целлюлита. Целлюлит. Этиология. Патогенез. Основные стадии. Диагностика. Приборы и методы диагностики целлюлита. Уход за телом дома. Процедуры в салоне.	5	5		
23.	Питание и очищение организма. Правильное сочетание пищевых продуктов. Различные теории правильного питания. Основные очищающие диеты. Показания и противопоказания. Нравственное очищение.	4	4		
24.	Хронофармакология в косметологии (биоритмы и косметические процедуры) Влияние Луны на суточные биоритмы. Месячные биоритмы: фаза Луны, распределение оздоровительных мероприятий в Лунном цикле. Годовые биоритмы.	2	2		
25.	Микронидлинг в косметологии. Обзор концентратов под мезороллер. Практическое применение.	8	2	6	
26.	Визаж. Коррекция бровей. Окрас бровей и ресниц. Подбор цветовой гаммы. Дневной и вечерний макияж. Коррекция формы лица.	14	6	8	
27.	Декоративно-прикладная косметология. Перманентный макияж и татуаж. Теория/практика.	4	4		
28.	Анатомия, гистология и физиология мышц лица и тела Строение мышцы. Иннервация. Источники энергии для мышечного сокращения. Физиология и биохимия мышечного сокращения. Мышцы лица и шеи. Особенности лицевой мускулатуры.	5	5		
29.	Электротерапия в косметологии. Постоянный электрический ток (гальванический) малой силы и низкого напряжения. Характеристика. Механизм действия. Ионофорез. Дезинкрустация. Ридопунктура. Эпиляция (электролиз). Постоянный импульсный ток низкой частоты. Характеристика тока. Механизм	6	6		Тест-контроль

№	Наименование разделов, дисциплин и тем.	Всего часов	Лекции	Практ. занятия	Форма контроля
	действия. Электростимуляция. Микротоковая терапия. Эпиляция (термолиз). Лимфодренаж. Электролиполиз. Переменный ток высокой частоты. Дарсонвализация. Физическая характеристика УЗ-терапии. Фонофорез.				
30.	Высокочастотная терапия. (Дарсонвализация). Характеристика метода. Методики проведения. Показания и противопоказания. Практическая работа.	2		2	
31.	Дезинкрустация. Характеристика метода и препаратов для проведения процедуры. Методики проведения. Показания и противопоказания. Практическая работа.	2		2	
32.	Ионофорез. Характеристика метода и препаратов для проведения процедуры. Методики проведения. Показания и противопоказания. Практическая работа.	2		2	
33.	Мануальная чистка лица. Методики проведения. Показания и противопоказания. Инструментарий и препараты, необходимые для проведения процедуры. Стерилизация инструментов. Практическая работа.	4		4	
34.	Ультразвук в косметологии и эстетической терапии. Основные методики для коррекции эстетических проблем лица и тела. Показания и противопоказания. Аппараты. Практическая работа	2		2	
35.	Гальванический ток в косметологии. Характеристика метода. Методики проведения. Показания и противопоказания.	6	6		
36.	Микротоковая терапия в косметологии. Особенности воздействия микротоков на организм человека. Использование микротоков для коррекции эстетических проблем. Аппаратура. Основные программы и методики проведения. Практическая работа.	3		3	
37.	Постоянные и временные методы удаления волос. Временные методы удаления волос (депиляция). Механический метод: сбривание, выщипывание. Виброэпиляция. Сахарная депиляция (шугаринг). Биоэпиляция. Практическое занятие по сахарной депиляции.	8	2	6	
38.	Техника "целлюлит"- массажа. Контурное обертывание. Определение стадии целлюлита. Понятие о "целлюлит"-массаже. Показания и противопоказания. Препараты для проведения. Методики проведения. Практическое занятие.	6	1	5	
39.	Лимфодренаж в косметологии. Сочетание лимфодренажа с другими методами. Практическое занятие.	6	1	5	
40.	Массаж классический, лечебный (для жирной кожи). Практическое занятие	28	5	23	Зачет по практическим навыкам
41.	Теории и принципы мезотерапии. Показания/противопоказания процедуры. Этапы проведения процедуры. Мезотерапевтические зоны и техники, возможные осложнения и методы их коррекции.	10	10		
42.	Обзор мезотерапевтических препаратов. Сосудистый этап.	8	4	4	

№	Наименование разделов, дисциплин и тем.	Всего часов	Лекции	Практ. занятия	Форма контроля
43.	Техника введения мезотерапевтических препаратов: наппаж, папульная техника, ретроградно-линейная. Практическое занятие.	10		10	
44.	Мезотерапия лица и тела. Мезотерапия волосистой части головы. Практическое занятие.	10		10	
45.	Мезотерапия лица. Особенности введения вязких коктейлей. Биоревитализация. Практическое занятие.	10	4	6	
46.	Практическое занятие по приему пациентов.	12		12	Зачет
47.	Экзамен	6			
	Итого	288			