

Содержание



2.1 Показания

2.2 Противопоказания

4.1 Косметика

4.1.1 Кислоты

Противопоказания к использованию кислот

Виды кислот для атравматической чистки

4.1.2 Энзимы

4.2 LED-маска

4.2.1 Противопоказания к использованию LED-маски

4.2.2 Принцип действия

4.2.3 Продолжительность, курс

5.1 Мышцы и массажные линии

5.2 Мышцы головы

5.2.1 Лицевая мускулатура

Сокращения лицевых мышц

Жевательная группа

Мимическая группа

5.3 Мышцы шеи

5.3.1 Поверхностные мышцы

5.3.2 Подъязычные мышцы

5.3.3 Глубокие мышцы

6.1 Протокол

6.2 Рекомендации и домашний уход

Атравматическая чистка лица — это процедура очищения кожи при помощи косметических средств без прямого механического воздействия. Подходит для всех типов кожи, в том числе тонкой чувствительной, склонной к образованию рубцов или предрасположенной к куперозу.

При проведении атравматической чистки можно увлажнить кожу, сузить поры, начать борьбу с высыпаниями и тусклостью, выровнять тон, устранить жирный блеск, повысить упругость, стимулировать синтез эластина и коллагена.

Рекомендации по приведению чисток подбираются индивидуально: чистка может проводиться как раз в месяц, так и раз в полгода.

Глава 1. Преимущества атравматической чистки лица

Отсутствие механического воздействия на кожу: эпидермис не травмируется, отсутствует давление и растягивание, исключено инфицирование.

Безболезненность: атравматическая чистка подходит для чрезмерно чувствительной кожи, обладателям низкого болевого порога.

Отсутствует реабилитация: нет воспалений, нет отеков.

Универсальность: подходит для клиентов разного возраста и типа кожи, может проводиться во время беременности и в период кормления ребенка грудью.

Отсутствие сезонности.

Быстрый результат, эффект будет заметен сразу после процедуры.

Отсутствие риска появления пигментации.

Глава 2 Показания и противопоказания

2.1 Показания

Сухость кожи;

неровный цвет лица;

акне и постакне;

купероз;

комедоны;
угревая сыпь;
потеря эластичности и упругости;
незначительные мимические морщины.

2.2 Противопоказания

Повреждения кожи: свежие ранки, острое воспаление.

Герпес.

Аллергическая реакция даже на один из компонентов состава средства.

Рак кожи.

Повышенная температура тела и ОРВИ.

Возрастные ограничения для использования кислот.

Глава 3. Разновидности атравматических чисток лица

Ультразвуковая чистка — процедура для глубокого очищения тканей и снижения активности сальных желез. Проводится один раз в несколько месяцев.

Химический или энзимный пилинг удаляет поверхностные загрязнения, отшелушивает и сужает поры.

Вакуумная чистка — процедура с поверхностным действием, вытягивает сальные нити, расположенные близко к поверхности.

Гальваника — действие основано на микротоках. Идеально подходит для жирной кожи с расширенными порами, неровным рельефом, а также для кожи с повышенным салообразованием и с мелкими морщинами.

Глава 4. Косметика и инструменты

4.1 Косметика

В атравматической чистке используются средства на основе кислот или энзимов.

Также могут дополнительно использоваться аппараты, например, LED-маска.

4.1.1 Кислоты

Средства с кислотами в первую очередь нормализуют pH кожи, очищают поры от избытка себума, балансируют салообразование, растворяют отмершие клетки и восстанавливают уровень влаги. Кислоты осветляют участки гиперпигментации, обновляют кожу на рубцах, шрамах и постакне, смягчают и разглаживают мелкие морщины, усиливают эффект других средств ухода.

Противопоказания к использованию кислот

Возраст до 18 лет.

Беременность.

Загар и длительное пребывание на солнце.

Гиперчувствительность организма к компонентам состава средства.

Наличие повреждений кожи, раздражения, кожных инфекций и заболеваний.

Виды кислот для атравматической чистки

Альфа-гидроксикислоты (АНА, АГК)

Водорастворимые кислоты, которые действуют на поверхности кожи: яблочная, гликолевая (из сахарного тростника), винная (виноградная), молочная, фитиновая (из орехов), лимонная. В низкой концентрации кислоты выравнивают тон кожи. Кислоты в высокой концентрации осветляют пигментные пятна, уменьшают глубину морщин и сужают поры.

Гликолевая кислота имеет минимальный размер молекул и способность проникать в глубокие слои кожи.

Яблочная кислота активизирует и ускоряет регенерационные процессы.

Лимонная кислота обладает умеренно выраженными антибактериальными свойствами, уменьшает пигментные пятна.

Винная кислота имеет выраженные отбеливающие свойства, устраняет или уменьшает пигментацию.

Молочная кислота глубоко и качественно увлажняет. Для выравнивания рельефа к

молочной кислоте добавляют арбутин.

АНА-КИСЛОТЫ

ГЛИКОЛЕВАЯ	Сахарный тростник	Активно отшелушивает, обновляет и омолаживает кожу; стимулирует синтез коллагена и эластина; осветляет гиперпигментацию
ЯБЛОЧНАЯ	Яблочная мякоть и кислые ягоды	Отшелушивает, обновляет и омолаживает кожу; разглаживает мелкие морщины, выравнивает и осветляет тон
МИНДАЛЬНАЯ	Горький миндаль	Мягкая , подходит для чувствительной кожи; эффективно отшелушивает и омолаживает кожу; предотвращает появление высыпаний
МОЛОЧНАЯ	Сыворотка молока	Мягкая; отшелушивает и увлажняет; повышает упругость кожи; подходит для чувствительной и реактивной кожи
ЛИМОННАЯ	Цитрусовые	Обладает антибактериальным эффектом, уменьшает выработку себума, осветляет, омолаживает , отшелушивает, выравнивает тон кожи, удерживает влагу

Салициловая кислота (бета-гидроксикислота, ВНА, БГК)

Салициловая жирорастворима. Глубоко проникает в кожу, расщепляет сальные пробки и черные точки, сужает поры, обладает противовоспалительным эффектом. Специалисты отмечают накопительный эффект. **Важно!** Даже в небольших концентрациях, может пересушить кожу.

Лактобионовая и глюконолактоновая кислоты (РНА)

Мягко отшелушивают кожу. Рекомендуются для чувствительной кожи, особенно склонной к кератозу, куперозу и атопическому дерматиту.

Липогидроксикислоты (LHA)

Производные салициловой кислоты с дополнительной цепью липидов. Обладают более деликатным отшелушивающим эффектом, чем салициловая кислота.

4.1.2 Энзимы

Энзимы или ферменты — сложные белковые соединения, представляющие собой цепочки из аминокислот. Механизм их работы похож на кислоты, но по действию гораздо мягче, что снижает вероятность возникновения нежелательной реакции. У использования ферментов нет сезонности, они подойдут для всех типов кожи, клиентов любого возраста. Гормональный фон не имеет значения, процедура может проводиться как для подростков, так и для беременных женщин. **Важно!** При проблемной коже с жирным блеском, акне или следами постакне действия энзимов может быть недостаточно, и потребуется работа с кислотами.

Производители в основном используют:

Бромелайн — фермент из ананаса.

Папаин — фермент из папайи. Не только возвращает тусклой коже сияние, очищает закупоренные поры, придает гладкость, но и замедляет рост волос.

Фермент тыквы.

Бактериальные энзимы, например, полученные из молочных бактерий *lactobacillus ferment*, в отличие от растительных ферментов они воздействуют только на мертвые клетки кожи. Бактериальные энзимы сами деактивируются, а растительные необходимо вовремя смывать, чтобы не получить раздражение на чувствительной или воспаленной коже.

Амилаза и липаза используются в уходе за жирной кожей, помогают очистить поры, осветлить черные точки и уменьшить жирный блеск. Изначально липазу получали из слюнных желез животных. Сегодня производители могут использовать аналоги бактериального или растительного происхождения, например, полученные из бобовых или злаков.

Супероксиддисмутаза предотвращает фотостарение, возвращает коже свежий и отдохнувший вид. Компонент вырабатывается из дрожжей. Средства с энзимами могут быть выпущены в формате пудры, пилинга или даже альгинатной маски.

Важно! Энзимы требовательны к температуре и влажности при работе и хранении. Во время процедуры должно было тепло и влажно, а хранить энзимы рекомендуется в прохладном месте вдали от солнечных лучей.

4.2 LED-маска

Светодиодная маска — это компактный аппарат, свет которого стимулирует выработку коллагена, уменьшает морщины, успокаивает проблемную кожу с акне, устраняет тусклость.

4.2.1 Противопоказания к использованию LED-маски

Повышенная светочувствительность и лечение фотосенсибилизирующими средствами;
беременность;
кардиостимулятор;
рак кожи;
эпилепсия;
аутоиммунные болезни кожи.



4.2.2 Принцип действия

По данным производителей, кожа усваивает 80% светового излучения, чем больше длина волны, тем глубже проникает излучение.

Инфракрасный свет с длиной волны 830 нм активизирует кровообращение, улучшает кислородный обмен.

Красный свет с длиной волны 628-780 нм рекомендуется для ухода за возрастной кожей, активизирует метаболизм и кровоток, повышает увлажненность кожи, сужает поры, убирает воспаление, балансирует выделение кожного сала.

Зеленый свет с длиной волны 496-566 нм успокаивает раздражение, уменьшает чувствительность, повышает местный иммунитет, уменьшает купероз. Может

использоваться после агрессивных косметических процедур.

Синий свет с длиной волны 421-495 нм обладает антибактериальными свойствами, успокаивает кожу и дает противовоспалительный эффект. Рекомендуется при работе с проблемной и раздраженной кожей, акне.

Фиолетовый свет с длиной волны 380-420 нм — это комбинация красного и синего. Повышает эластичность кожи, сужает поры, устраняет воспаление и предотвращает возникновение рубцов.

Желтый свет с длиной волны до 590 нм устраняет воспаления, покраснения, отеки, отбеливает кожу, уменьшает пигментацию и следы постакне.

Белый с длиной волны 400 - 700 нм осветляет кожу, способствует общему оздоровлению.

Голубой свет редко используются в масках.

4.2.3 Продолжительность, курс

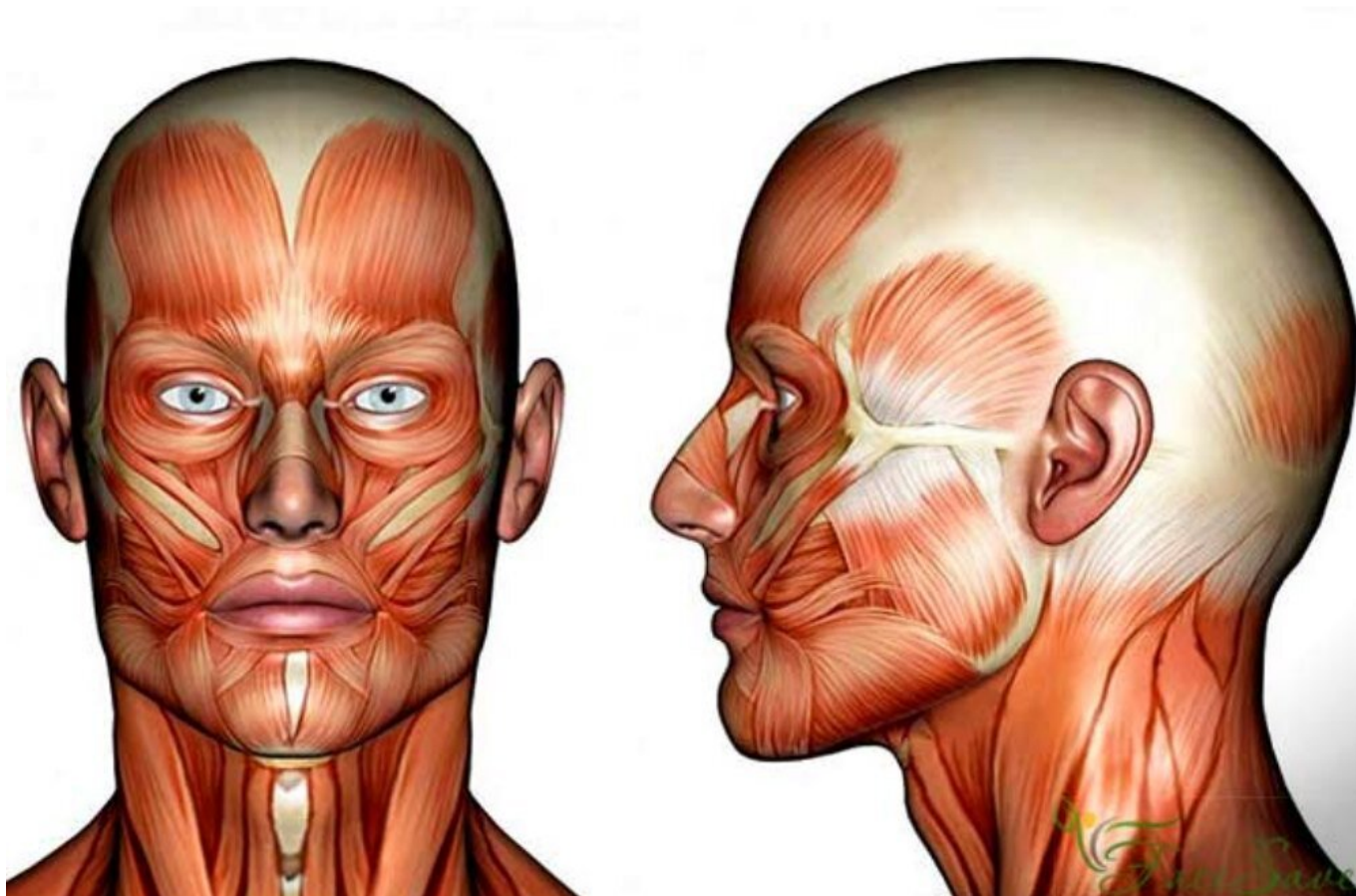
10-20 минут для атравматической чистки, мезотерапии и пилинга;

20-30 минут для комплексного ухода за кожей лица;

30-40 минут для использования LED маски без дополнительных средств и других процедур.

Курс состоит из 1-2 сеансов за 4-6 недель, далее можно проводить поддерживающие процедуры 1 раз в месяц.

Глава 5. Анатомия мышц лица и шеи



Косметологи, массажисты, специалисты по кинезиотейпированию и фейсбилдингу, медицинские сестры обязаны знать анатомию.

Специалистам важно понимать строение мышц, механизмы старения, процессы коррекции возрастных изменений и процедур в период восстановления после травм, болезней и операций.

5.1 Мышцы и массажные линии

Массаж выполняется по массажным, или так называемым линиям Лангера. В 1861 австрийский врач Карл Лангер составил карту натяжения кожи человека.

Направления, в которых кожа при воздействии растягивается меньше всего он назвал массажными линиями. На лице массажные линии идут от центра к периферии и соответствуют расположению пучков коллагеновых волокон и точкам, в которых кожа соединяется с мышцами.

Направление линий на лице:

лоб: от переносицы к вискам, параллельно надбровным дугам;

глаза: на верхнем веке от внутреннего уголка к внешнему, а на нижнем, наоборот, от внешнего уголка к внутреннему;

нос: вдоль спинки носа снизу вверх, от кончика к переносице;

щёки: от крыльев носа и уголков рта к ушным раковинам;

губы: от середины к ушным мочкам;

подбородок: от центра к ушам по контуру нижней челюсти.





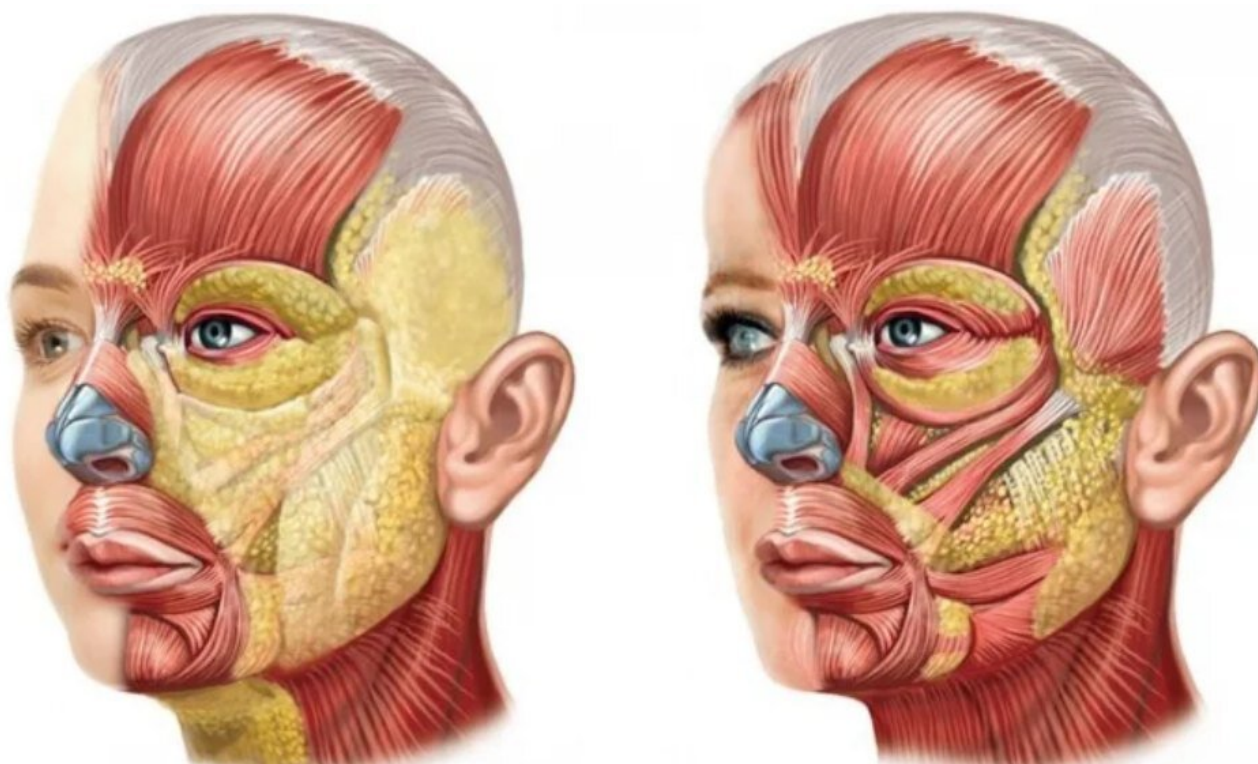
5.2 МЫШЦЫ ГОЛОВЫ

Мышцы головы делятся на мимические и жевательные.

5.2.1 Лицевая мускулатура

Это тесно переплетенные мышцы, которые располагаются вокруг глаз, носа, ушей, рта. В общем понятие лицевая мускулатура включает мышцы мимические и жевательные, которые прикрепляются к коже и мягким тканям лица. Также эту группу мышц часто

называют черепно-лицевыми. Общая структура включает около 20 плоских скелетных мышц, лежащих под кожей лица и в волосистой части головы. Все они, за исключением щечной, не окружены фасцией.

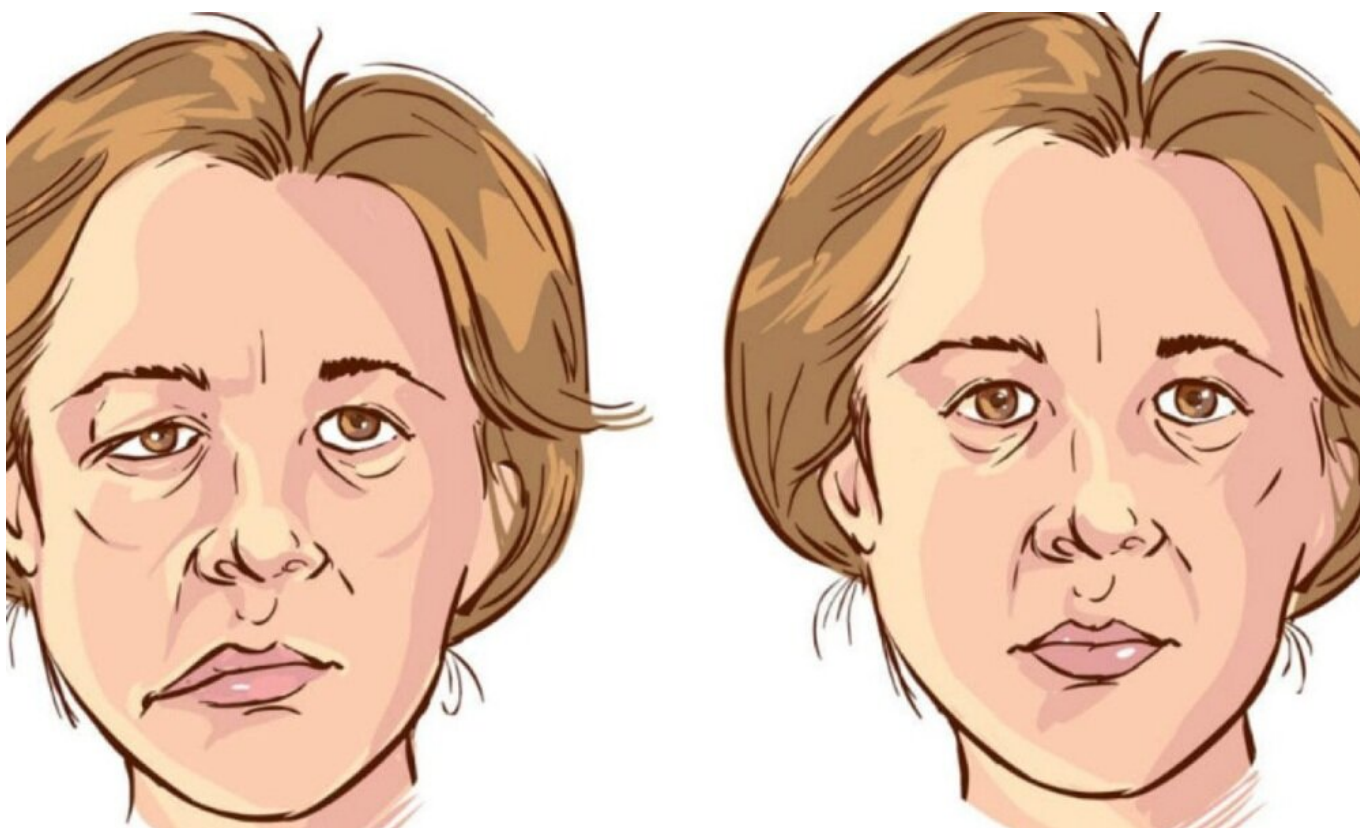


Сокращения лицевых мышц

Особенности строения позволяют лицевым мышцам перемещать кожу и мягкие ткани относительно костной поверхности черепа. Это способствует образованию борозд, складок, морщин и ямок, которые не только меняют выражение лица, но и формируют зажимы и статические морщины.

Мимические мышцы связаны с лицевым нервом. При повреждениях и воспалении лицевого нерва соответствующие мышцы частично или полностью утрачивают свои функции, что приводит к видимым изменениям внешности. При невропатии лицевого нерва больной не имеет возможности проявлять эмоции. Такие простые действия как

улыбка или закрытие глаза пораженной стороны лица просто невозможны.



Жевательная группа

Жевательная мускулатура обеспечивает процесс жевания. Состоит из височной, жевательной, латеральной и медиальной крыловидных мышц.

Височная мышца расположена в височной ямке. Латеральная и медиальная крыловидные — в подвисочной ямке. Жевательная мышца находится в области щеки. Мышцы этой группы прикрепляются к нижней челюсти и отвечают за её движение в височно-нижнечелюстном суставе. Нижняя челюсть — единственная подвижная кость черепа.

Основные движения:

Выпячивание нижней челюсти, перемещение ее вперед;

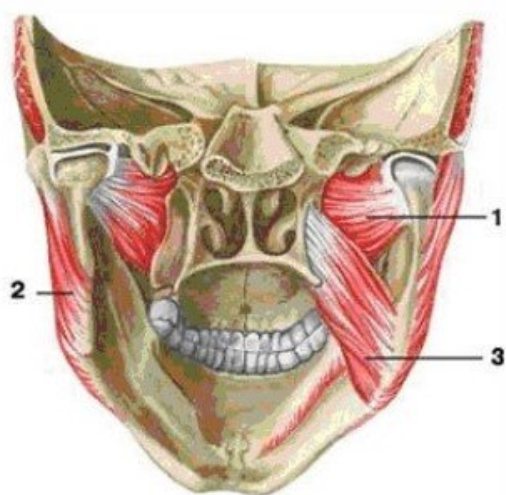
Отведение нижней челюсти назад;

Подъем нижней челюсти и закрывание рта;

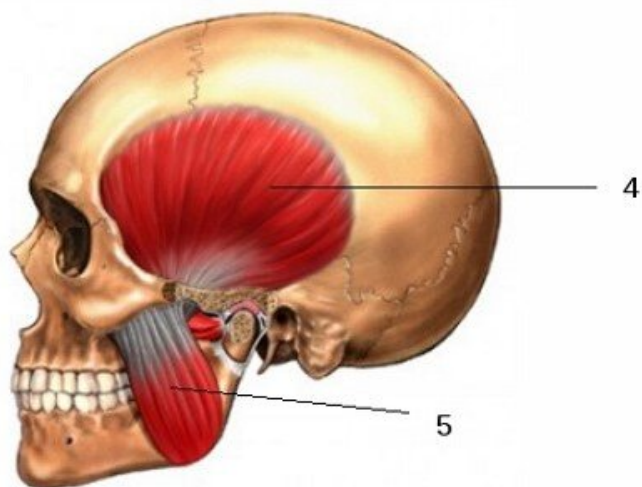
Смыкание челюстей и открывание рта;

Вращение нижней челюстью из стороны в сторону.

Жевательные мышцы



- 1 - латеральная крыловидная мышца;
- 2 - жевательная мышца;
- 3 - медиальная крыловидная мышца
- 4- височная
- 5- собственно жевательная



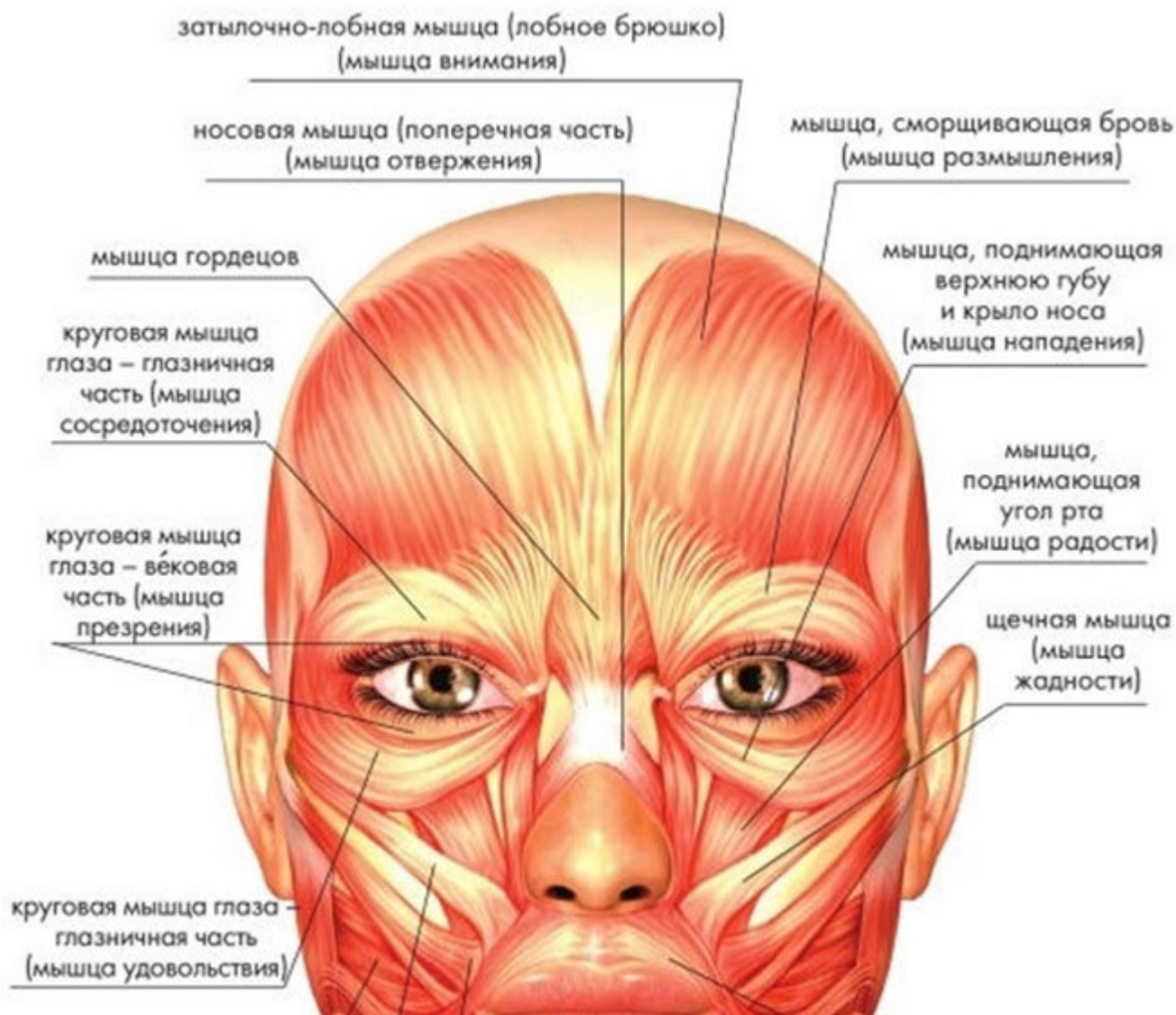
Мимическая группа

Большинство мимических мышц способствует выражению эмоций. Благодаря сокращению мышц этой группы изменяется выражение лица, при активной мимике возрастает вероятность появления преждевременных морщин на лице и в области шеи,

так как шейные и лицевые мышцы тесно связаны. Отличительной особенностью является то, что мышцы в этой группе относительно тонкие и прикрепляются непосредственно к коже, соединяясь между собой отдельными пучками.

Мышцы окружности глаз

- Круговая мышца глаза состоит из нескольких частей: глазничная, вековая, слезная. Глазничная отвечает за закрытие глазной щели, образование складок в области глазницы и поперечных морщин в лобной части. Вековая — за смыкание век. Слезная — за расширение слезного мешка, заполнение слезной жидкостью.
- Мышца, сморщивающая бровь, отвечает за сближение брови, принимает участие в образовании межбровных складок.
- Мышца гордецов отвечает за среднюю часть бровей и сморщивает межбровье.
- Мышца, опускающая бровь, опускает бровь, способствует образованию поперечных складок в области корня носа.



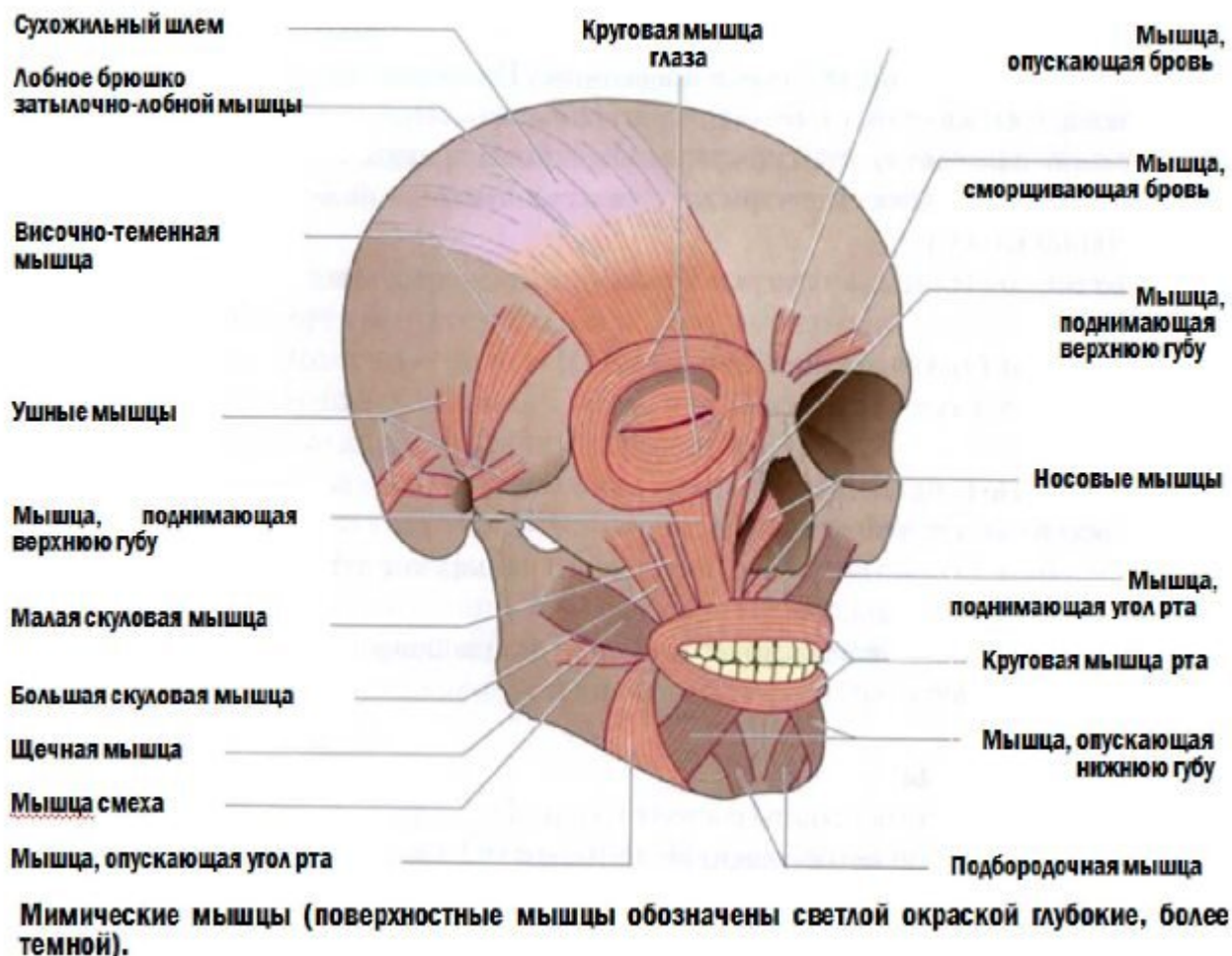
Мышцы окружности рта

Мышцы рта относятся к щечно-губной группе и представляют собой сложное структурное соединение. Основные функции — контроль движений губ и рта, сжатие, поднятие и вытягивание губ, опускание уголков рта и другие.

- Круговая мышца рта, основная мышца в группе, отвечает за сужение ротовой щели.

Остальные мышцы располагаются радиально по отношению к ротовой щели.

- Большая скуловая приподнимает верхнюю губу, обнажая верхние зубы. Она дополнительно углубляет и приподнимает носогубную борозду. Действуя в сочетании с другими способами выражения лица, которые приподнимают губу, она изгибает верхнюю губу, создавая такие выражения лица, как улыбка, презрение или самодовольство.
- Малая скуловая оттягивает верхнюю губу назад, вверх и наружу, например, во время улыбки.
- Мышца смеха растягивает уголки рта и приподнимает их кверху, вызывая улыбку.
- Мышца-депрессор опускает угол рта.
- Мышца, опускающая нижнюю губу.
- Мышца, поднимающая верхнюю губу.
- Мышца, поднимающая угол рта.
- Подбородочная мышца поднимает и выдвигает вперед нижнюю губу, например, когда человек пьет из чашки, сморщивает кожу подбородка, принимает участие в выражениях нерешительности, презрения, пренебрежения.
- Поперечная мышца подбородка смещает угол рта и нижнюю губу вниз и кнаружи.



Мышцы окружности носа

Носовая мышца начинается в верхней челюсти, прикрепляется к носовой кости и представляет собой группу мышц, которая состоит из двух частей. Наружная огибает крыло носа, далее немного расширяется и у средней линии и переходит в сухожилие. Внутренняя часть прикрепляется к заднему концу хряща крыла носа.

- Носовая мышца отвечает за сужение ноздрей.
- Мышца, опускающая перегородку носа, отвечает за расширение ноздри в области входа.



5.3 Мышцы шеи

Зона шеи ограничивается в верхней части: краем нижней челюсти, наружным слуховым проходом, верхушкой сосцевидного отростка, верхней выйной линией, наружным затылочным выступом. Внизу шея ограничивается яремной вырезкой грудины, ключицей, акромионом и остистым отростком 7-го шейного позвонка.

Мышцы шеи покрыты плотными фасциями.

Фасции шеи

1 — жевательная фасция;

2 — щитовидная железа;

3 — фасция шеи;

4 — грудино-ключично-сосцевидная мышца;

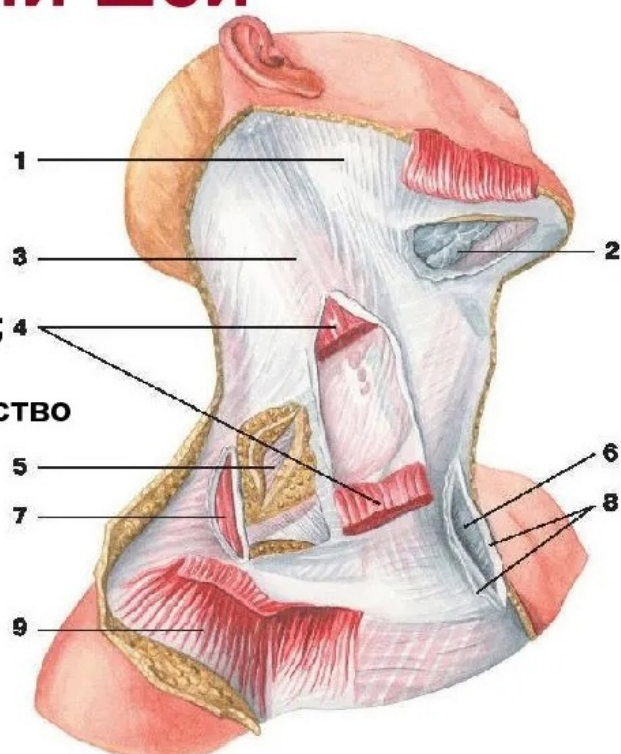
5 — предтрахеальная пластинка;

6 — надгрудное
межпозвоночное пространство

7 — трапециевидная мышца;

8 — поверхностная пластинка;

9 — подкожная мышца шеи



Шейная группа мышц разделяется на три группы:

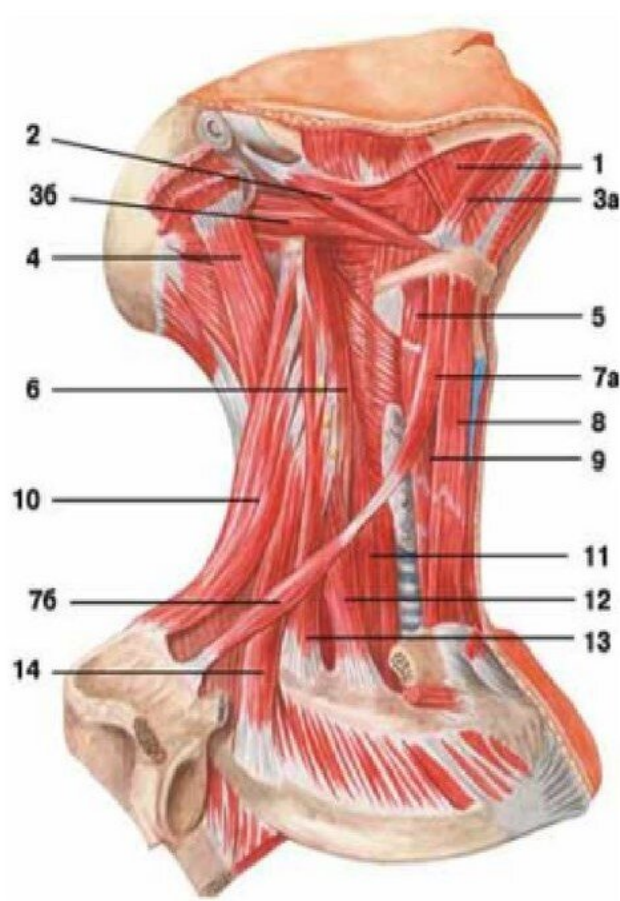
Поверхностная шейная мышечная группа: платизма и грудино-ключично-сосцевидная мышца.

Подъязычная шейная мышечная группа: лопаточно-подъязычная мышца, грудино-подъязычная мышца, грудино-щитовидная мышца, щитоподъязычная мышца, двубрюшная мышца, шилоподъязычная мышца, челюстно-подъязычная мышца, подбородочно-подъязычная.

Глубокая шейная мышечная группа, разделяющаяся на латеральную, медиальную группы и подзатылочные мышцы.

Мышцы шеи

- 1 — челюстно-подъязычная мышца;
- 2 — шилоподъязычная мышца;
- 3 — двубрюшная мышца: а) переднее брюшко, б) заднее брюшко;
- 4 — длиннейшая мышца головы;
- 5 — щитовидно-подъязычная мышца;
- 6 — длинная мышца головы;
- 7 — лопаточно-подъязычная мышца: а) верхнее брюшко, б) нижнее брюшко;
- 8 — грудино-подъязычная мышца;
- 9 — грудино-щитовидная мышца;
- 10 — мышца, поднимающая лопатку;
- 11 — длинная мышца шеи;
- 12 — передняя лестничная мышца;
- 13 — средняя лестничная мышца;
- 14 — задняя лестничная мышца





5.3.1 Поверхностные мышцы

Платизма — это подкожная мышца шеи, которая расположена непосредственно под кожей и тесно с ней срастается. Основная функция — оттягивание кожи шеи для предотвращения сдавливания подкожных вен, мышца также принимает участие в опущении уголков рта. Из-за анатомических особенностей платизма не соединяется с костной структурой, как другие мышцы, шея является наиболее подверженной возрастным изменениям. Процессы старения в этой области становятся заметными одни из самых первых. Вертикальные морщины, которые называют «тяжи», появляются из-за уплотнения центральной части платизмы. Также в этой области из-за потери эластичности кожи образуются горизонтальные заломы и складки на шее,

“кольца Венеры”.

Грудино-ключично-сосцевидная мышца покрыта платизмой. Визуализируется под кожей шеи в виде не ярко выраженного валика. Отвечает за наклон головы в сторону, а лицо в противоположную сторону. Сокращаясь, мышца запрокидывает голову назад и выдвигает ее вперед.

5.3.2 Подъязычные мышцы

Лопаточно-подъязычная мышца – это тонкая и длинная мышца шеи, которая разделяется промежуточным сухожилием на два брюшка. Она тянет подъязычную кость книзу и кнаружи, делая просвет внутренней яремной вены более широким.

Грудино-подъязычная мышца представляет собой длинную узкую ленту. Она тянет подъязычную кость книзу.

Грудино-щитовидная мышца – это мышцы в виде ленты, которая несколько короче и шире грудино-подъязычной мышцы. Отвечает за оттяжение гортани книзу.

Щитоподъязычная мышца — самая короткая мышца группы подъязычных мышц. Она приближает подъязычную кость к гортани и поднимает гортань.

Двубрюшная мышца находится под нижней челюстью, описывая дугу, выпуклостью обращенную книзу. Она опускает нижнюю челюсть и тянет ее назад. При фиксированной нижней челюсти мышца поднимает подъязычную кость.

Шилоподъязычная мышца – тонкая веретенообразная мышца, она поднимает подъязычную кость и тянет ее назад.

Челюстно-подъязычная мышца располагается между нижней челюстью и подъязычной костью, формируя вогнутую кверху пластину, представляющая собой дно ротовой полости — диафрагму рта. Она поднимает кверху подъязычную кость. Если мышца зафиксирована, она помогает опускать нижнюю челюсть и является антагонистом жевательных мышц. Если мышца сокращается во время еды, она поднимает и прижимает язык к небу, позволяя пище попасть в глотку.

Подбородочно-подъязычная мышца находится под языком над челюстно-подъязычной мышцей. Она поднимает кверху подъязычную кость. Когда она фиксирована участвует в опускании нижней челюсти, являясь антагонистом жевательных мышц. Как и другие

мышцы расположенные выше подъязычной кости, подбородочно-подъязычная мышца входит в состав сложного аппарата, включающего нижнюю челюсть, подъязычную кость, гортань, трахею и играющего большую роль в акте речи.

5.3.3 Глубокие мышцы

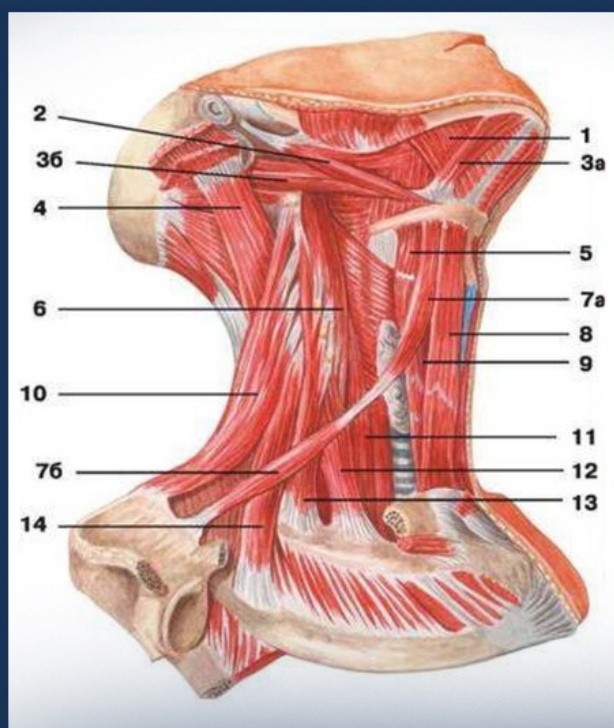
Глубокие мышцы лежат на позвоночнике и условно разделяются поперечными отростками на латеральную и медиальную группы мышц. По международной анатомической классификации к этой группе также относятся подзатылочные мышцы.

Латеральная группа включает в себя три лестничные мышцы, которые располагаются по бокам шейного отдела позвоночника. Лестничные мышцы приподнимают 1-е и 2-е ребра; но если ребра зафиксированы, то мышцы наклоняют и поворачивают шейный отдел позвоночника в сторону. Сокращаясь, мышцы наклоняют шейный отдел позвоночника кпереди.

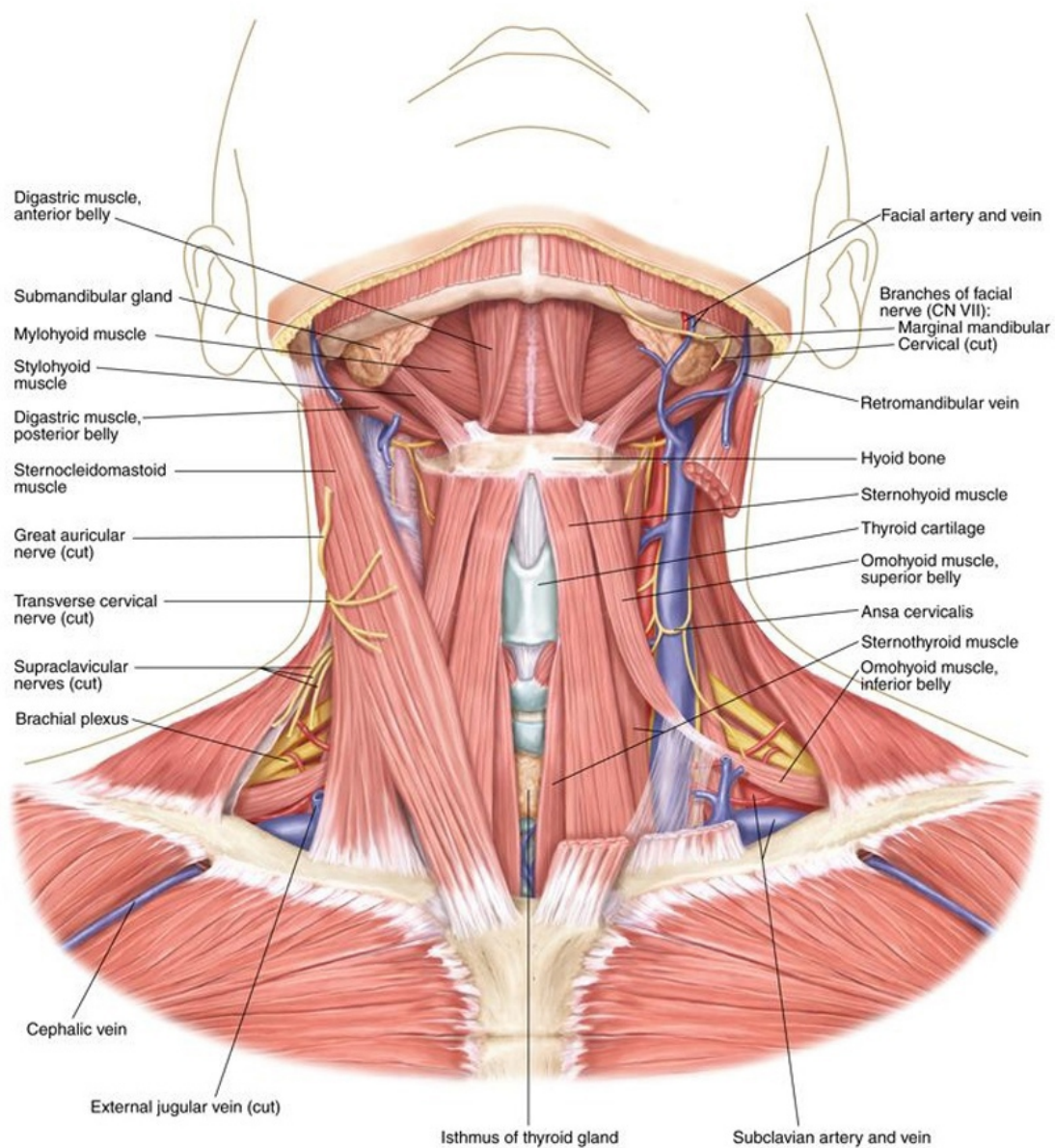
Медиальная группа мышц находится на передней поверхности позвоночника, от затылочной кости до 3-го грудного позвонка. Медиальная группа состоит из четырех мышц, три из которых прикрепляются к черепу. Длинная мышца головы отвечает за наклон шеи вперед в сторону. Длинная мышца шеи обеспечивает вращение головы, действуя с обеих сторон, наклоняет ее кпереди. Передняя прямая мышца головы наклоняет голову вперед. Латеральная прямая мышца головы наклоняет голову в сторону.

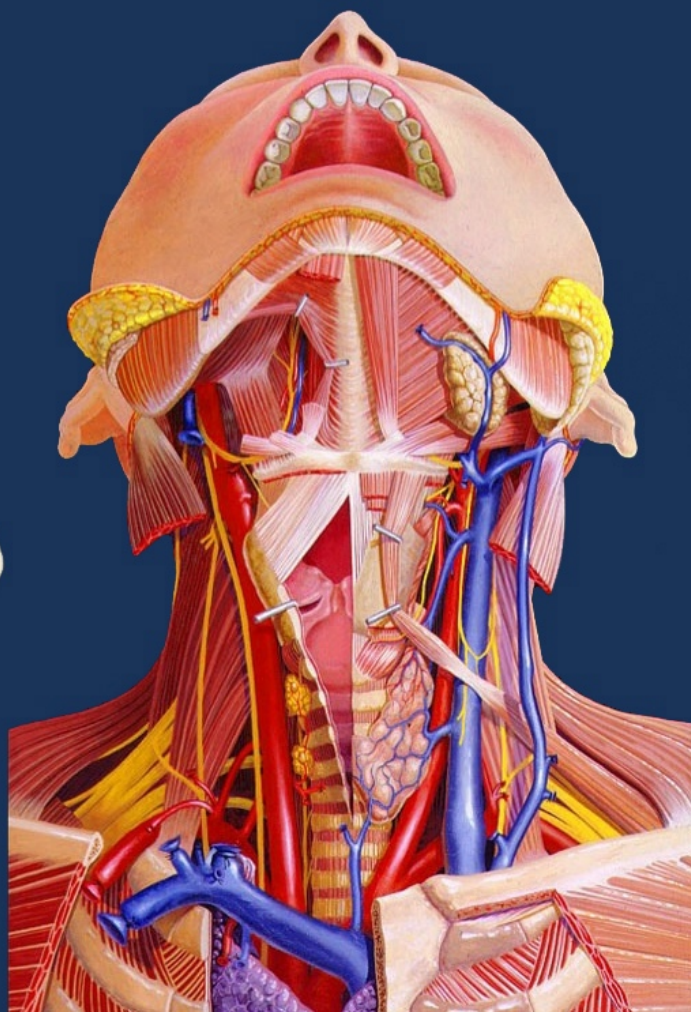
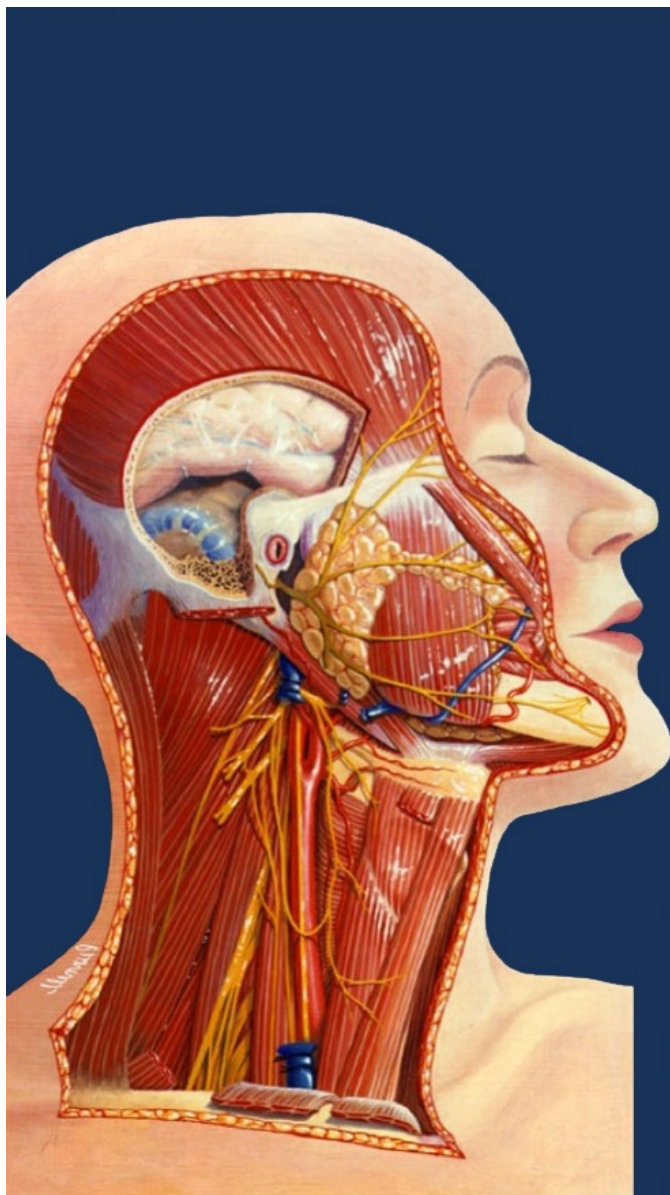
Подзатылочные мышцы состоят из четырех мышц — двух прямых и двух косых. Их функция – наклонять голову назад.

Мышцы шеи



- 1 — челюстно-подъязычная мышца;
- 2 — шилоподъязычная мышца;
- 3 — двубрюшная мышца: а) переднее брюшко, б) заднее брюшко;
- 4 — длиннейшая мышца головы;
- 5 — щитовидно-подъязычная мышца;
- 6 — длинная мышца головы;
- 7 — лопаточно-подъязычная мышца: а) верхнее брюшко, б) нижнее брюшко;
- 8 — грудино-подъязычная мышца;
- 9 — грудино-щитовидная мышца;
- 10 — мышца, поднимающая лопатку;
- 11 — длинная мышца шеи;
- 12 — передняя лестничная мышца;
- 13 — средняя лестничная мышца;
- 14 — задняя лестничная мышца





Фасции шеи

1 — жевательная фасция;

2 — щитовидная железа;

3 — фасция шеи;

4 — грудино-ключично-сосцевидная мышца;

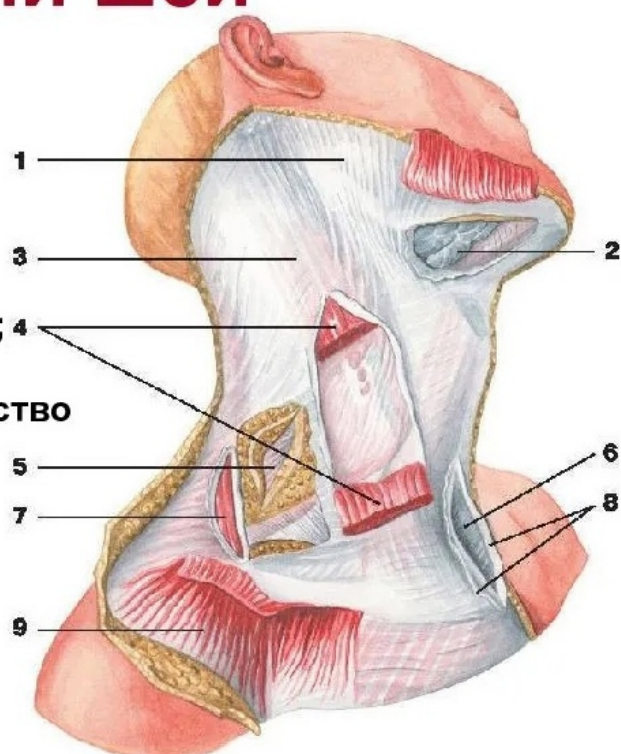
5 — предтрахеальная пластинка;

6 — надгрудное
межпозвоночное пространство

7 — трапециевидная мышца;

8 — поверхностная пластинка;

9 — подкожная мышца шеи



Глава 6. Этапы проведения процедуры

6.1 Протокол

Подготовка к процедуре

Отказ от загара на солнце и в солярии за 2 недели до процедуры.

Избегать травмирования кожи за 2 недели, не использовать скрабы в домашнем уходе.

За 3 дня до процедуры отказаться от приема некоторых лекарственных препаратов: коагулянтов, гормональных средств, антибактериальных средств. **Важно!** Для отказа от приема лекарств требуется предварительная консультация врача.

Консультация и выбор метода атравматической чистки, уточнение отсутствия противопоказаний, подбор косметики.

Демакияж и очищение кожи. Для жирной кожи мастер вспенивает очищающее средство в ладонях и наносит на влажную кожу, массирует 2-3 минуты и смывает водой. Для сухой и чувствительной используется очищающая эмульсия, которая наносится сухими руками на сухое лицо. Лицо очищается массажными движениями, после косметолог смачивает руки и повторяет массажные движения, уделяя особое внимание проблемным и загрязненным зонам. Эмульсия смывается водой.

Предпилинг. Мастер протирает специальным лосьоном лицо, включая веки и область вокруг губ. Средство не требует смывания.

Атравматическая чистка.

Кислотные средства могут наноситься в несколько слоев специальной кисточкой.

Далее может быть нанесен другой вид пилинга.

Средства с энзимами могут быть нанесены под пищевую пленку или салфетку.

Энзимный пилинг наносится слоем средней толщины, проводится массаж по массажным линиям, средство выдерживается согласно инструкции, примерно 10 мин, затем смывается водой.

Тонизация. Мастер протирает все лицо, включая веки ватным тампоном, смоченным в

тонизирующем лосьоне.

Использование LED-маски с выбранным светом: 10-20 минут.

Нанесение успокаивающей маски для закрытия пор, питания и увлажнения.

Важно! Маска выбирается по типу кожи. В местах, где кожа воспалена, наносится другой тип маски, специально разработанный для проблемных мест. Время выдержки выбирается согласно инструкции, примерно 15-20 мин.

Тонизация. Мастер протирает все лицо, включая веки ватным тампоном, смоченным в тонизирующем лосьоне.

Нанесение защитного крема или кремы с spf. На заключительном этапе косметолог точечно наносит на места воспалений подсушивающее средство.

6.2 Рекомендации и домашний уход

В течение недели не рекомендуется посещать бани, сауны, принимать горячую ванну, умываться горячей водой, загорать на солнце и в солярии, использовать косметику с агрессивным действием.

Рекомендуется поддерживать результат атравматической чистки правильно подобранным домашним уходом.