

Spis treści

1. Przepisy BHP dotyczące gabinetu kosmetycznego	1
1.1. Bezpieczeństwo pracy w gabinecie kosmetycznym	1
1.2. Regulacje prawne dotyczące pracy w gabinecie kosmetycznym	4
1.3. Higiena i ergonomia pracy	9
1.4. Wyposażenie i organizacja miejsca pracy w gabinecie kosmetycznym	14
2. Pielęgnacja kończyny górnej	21
2.1. Defekty i zmiany chorobowe dotyczące kończyny górnej	21
2.2. Budowa paznokcia	33
2.3. Manikiur – rodzaje	34
2.3.1. Manikiur biologiczny	34
2.3.2. Manikiur tradycyjny	36
2.3.3. Manikiur francuski	38
2.3.4. Spa manikiur	39
2.3.5. Manikiur japoński	39
2.4. Narzędzia i akcesoria stosowane w zabiegach manikiuru	39
3. Zabiegi pielęgnacyjne na dłonie	41
3.1. Preparaty kosmetyczne stosowane w pielęgnacji i upiększaniu dłoni	41
3.2. Zabiegi kosmetyczne z zakresu zdobienia i stylizacji płytki paznokcia	62

4. Pielęgnacja kończyny dolnej 67

4.1. Defekty i zmiany chorobowe dotyczące kończyny dolnej 67

4.2. Budowa stopy 73

4.3. Działania higieniczno-profilaktyczne dotyczące pielęgnacji
kończyny dolnej 74

4.4. Pedikiur kosmetyczny 76

4.5. Narzędzia i akcesoria stosowane w zabiegach pedikiuru
kosmetycznego 80

5. Zabiegi higieniczno-profilaktyczne dotyczące kończyny dolnej 83

5.1. Zabiegi profilaktyczne kończyny dolnej 83

5.2. Higieniczny dobór obuwia i bielizny 88

5.3. Preparaty kosmetyczne stosowane w pielęgnacji stóp 88

6. Masaż kończyny dolnej 93

7. Masaż kończyny górnej 111

8. Depilacja ciała 119

8.1. Składniki aktywne stosowane w depilatorach 120

8.2. Zabiegi depilacji woskiem 120

8.2.1. Rodzaje zabiegów depilacji woskiem 120

8.2.2. Przeciwwskazania do zabiegów woskiem 121

8.2.3. Techniki wykonania zabiegu 122

8.3. Inne metody depilacji 125

8.3.1. Epilacja elektryczna 126

8.3.2. Epilacja elektrolityczna 128

8.3.3. Epilacja laserowa 129

8.4. Depilatory a uczulenia 132

Písmiennictwo 133

Skorowidz 137