

профессиональное
ОБРАЗОВАНИЕ

МАСТЕР МАНИКЮРА И ПЕДИКЮРА



УХОД ЗА НОГТЯМИ
ТЕХНОЛОГИЯ МАНИКЮРА
НЕЙЛ-АРТ
ПЕДИКЮР



**Алеся Анатольевна Гриб
Наталья Брониславовна Шешко
Мастер маникюра и педикюра**

*Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=184532
Мастер маникюра и педикюра: Современная школа; Москва; 2009
ISBN 978-985-513-514-3*

Аннотация

Книга раскрывает секреты мастеров маникюра и педикюра. Советы по уходу, средства и приемы могут быть использованы как в домашних условиях, так и в том случае, если вы работаете в салоне. Современные стили маникюра, обзор средств для ухода за ногтями, техника наращивания ногтей и нанесения на ногтевые пластинки сложных узоров перестанут быть секретом для вас. А если вы намерены оказывать такого рода услуги книга поможет сориентироваться в выборе аппаратуры и методов работы на ней. Обзор цен на услуги, оборудование и материалы поможет вам сделать свое хобби прибыльным бизнесом.

Содержание

История маникюра	4
Уход за руками	6
Красивые руки – визитная карточка женщины	6
Как содержать руки в порядке	7
Строение ногтей	9
Программа ухода за руками в домашних условиях	10
Гимнастика для рук	11
Массаж рук	12
Очищение рук после грязной работы	13
Ванночки для рук	14
Маски для рук	16
Мастер маникюра и педикюра	18
Профессиональный маникюр и педикюр	18
Рабочее место	23
Санитарные требования к работе маникюрного кабинета	25
Конец ознакомительного фрагмента.	28

Наталья Шешко

Мастер маникюра и педикюра

История маникюра

Согласно древней легенде тела Адама и Евы были покрыты твердым материалом, напоминавшим ногти и заменявшим одежду. После дегустации яблока с дерева познания чудесный покров уцелел лишь на пальцах. Супружеская чета прикрылась листьями инжира, а ногтями стала дорожить вдвойне, ибо они напоминают человеку о покинутом рае.

Слово «маникюр» имеет латинские корни: «manus» в переводе означает «рука» и «сиге», а «уход».

История маникюра восходит к Древнему Египту. Еще в те далекие времена люди заботились о красе ногтей. В 1964 году в Египте была обнаружена гробница, в которой покоились Нианкханум и Ханумхотеп. Согласно спискам придворных фараона Нусера эти люди являлись «хранителями и мастерами ногтей фараона». А это значит, что они были первыми известными нам мастерами маникюра.

В Древнем Египте выбор цвета для окрашивания ногтей строго регламентировался сословной принадлежностью. Так, лица, царской семьи, или же имеющие высокое положение в обществе могли красить ногти яркими насыщенными тонами, рабы же довольствовались лишь бледными пастельными тонами. Вместо лаков использовались растительные красители. Так, египтянки укрепляли ногти специальными растительными составами, отчего их маникюр был зачастую зеленого цвета. Особенно популярным средством для окрашивания ногтей на протяжении всего средневековья была хна.

Длина ногтей тоже имела свою историю. Во все времена длинные ногти были привилегией высших сословий. Средневековые китайцы отращивали ногти безумной длины. В руках с такими ногтями, считали они, сосредоточены богатство и власть. Если не было возможности отрастить длинными натуральные ногти, использовали специальные нарастители, которые удлинняли ногти на несколько сантиметров. Именно благодаря такой моде сейчас широко распространено наращивание ногтей.

В средневековой Европе маникюр был запрещен. За него красавицу могли отправить на костер, как за колдовство и ворожбу. Но и тогда прекрасные дамы думали о красе ногтей, полируя их до блеска специальной, обтянутой замшей дощечкой.

В XIX веке маникюр имел большое распространение как среди женщин, так и среди мужчин. Эталоном красоты считались не накрашенные ярко, а ухоженные и тщательно отполированные ногти. Первый лак для ногтей появился в 1932 году он был классического ныне красного цвета.

Однако широкое распространение как отдельная отрасль косметических услуг маникюр приобрел лишь к 50-м годам XX века.

В это же время появилось наращивание ногтей. Впервые искусственные ногти были разработаны в 1957 году компанией Nails System International.

Для наращивания в 1957 году начали применять акрил, использующийся дантистами, а для моделирования ногтей – формы из фольги. Это стало настоящим переворотом. Любой упругий материал шел в ход. Даже отрезанные натуральные ногти приклеивались к кончику ногтя и покрывались кусочком бумаги. Именно с этого момента искусство маникюра получило новую жизнь.

В 1976 году благодаря голливудским киностудиям вошел в моду искусственный маникюр (акрил френч). У режиссеров была вечная забота – сделать, чтобы ногти актрис соот-

ветствовали любой эпохе и обстановке. Технология френч-маникюра решила эту проблему. Шикарные ногти актрис стали выглядеть абсолютно натуральными, гармонируя с любыми костюмами. Акрил-френч сочетает в себе прочность акрила и элегантность френч-маникюра. Для шикарного блеска рекомендовалось покрытие ногтей блеск-гелем.

Сейчас маникюр представляет собой систему ухода за руками. В современном понимании это не только красивые ногти, но и лечебно-восстановительные процедуры, уход за кожей рук, технологии создания искусственных ногтей.

Отдельное место в маникюре занимает нейл-арт – искусство украшения ногтей.

Истории известен Шридхар Чиллалу из Пуны (Индия) – обладатель самых длинных ногтей в мире. Свисающие до земли причудливыми спиралями, они были измерены дерматологами 10 июля 1998 года. Тогда их общая длина на одной левой руке составила 6,15 метра! Удивительно, но ногти рекордсмена мира абсолютно здоровы.

Современное значение слова «маникюр» – гигиеническая обработка с целью придания рукам красивого вида. Красота немыслима без здоровья, поэтому маникюр – это еще и средство профилактики возможных заболеваний кожи и ногтей рук и ног. Выделяют еще и так называемый медицинский маникюр, который необходим людям, страдающим различными кожными или грибковыми заболеваниями.

Наиболее часто делают гигиенический, или косметический, маникюр. В основе его лежит удаление либо коррекция кутикулы (кожицы у основания ногтя), обработка ногтевого валика (кожи по бокам пальцев), полировка самой ногтевой пластины и придание ей желаемой формы.

Данный список можно дополнить защитными процедурами, так называемым «запечатыванием» ногтей, во время которого ноготь шлифуется, в его поверхность втирается питательный крем, а затем масло, придающее ногтям здоровый блеск. После такой обработки ногти можно не покрывать лаком, но по желанию клиента на них может быть нанесено декоративное покрытие. Особенно полезна эта процедура людям с проблемными ногтями, поскольку питательные вещества остаются в ногтевой пластине в течение двух недель и предохраняют ее от расслаивания и пересыхания.

Различают три основные разновидности гигиенического маникюра: классический, европейский и аппаратный. Не так давно появился и четвертый вариант – SPA-маникюр. В зависимости от способа размягчения и удаления кутикулы можно разделить маникюр на сухой и мокрый. Часто профессионалы употребляют выражения обрезной и необрезной маникюр. Каждый из вариантов? это отдельная технология. Конечно, каждый вид обработки имеет свои плюсы и минусы. Но и профессиональный, и домашний маникюр начинается с ухода за руками.

Уход за руками

Красивые руки – визитная карточка женщины

Руки могут сказать о женщине многое. Руки чаще выдают возраст женщины. Они чаще других частей тела подвергаются воздействию активных механических, температурных и химических раздражителей. Кожа рук рано высыхает, истончается, утрачивает эластичность, с возрастом на ней появляются пигментные пятна и морщины. А ведь ухоженные, мягкие руки – это то, что привлекает, создает впечатление о человеке. В далекие времена, когда рыцари могли только мечтать о прекрасной даме, самым заветным их желанием было притронуться к руке любимой. А дамы тщательно следили за состоянием своих рук, чтобы кавалер еще раз восхитился бархатистостью и нежностью кожи.

«Чтобы руки женщины были красивыми, они должны быть праздными», – писал Александр Дюма в середине XIX века. Сейчас наши женщины постоянно трудятся, их ручки то моют посуду, то чистят овощи, то делают уборку – значит, их надо постоянно защищать. Руки у женщин практически всегда на виду. Женщины обычно эмоциональны, они любят жестикулировать при разговоре, им нравится стучать ноготками по столу, они не преминут подать руку для поцелуя, если такая возможность представится. Особенно женщины любят показывать свои руки, если они красивы. Как сделать, чтобы было что показать?

Моющие и чистящие вещества, стиральный порошок, почва при работе в огороде плохо влияют на состояние кожи рук. Без специального ухода их кожа становится сухой, грубой, трескается, шелушится.

Кожа на тыльной поверхности рук содержит очень мало сальных желез, а на ладонях они вообще отсутствуют. Поэтому гидролипидная пленка кожи, обеспечивающая ей естественную защиту, в области кистей рук выражена очень слабо. К тому же эпидермис этой зоны содержит мало воды – в 4–5 раз меньше, чем кожа лица. В результате кожа кистей рук очень часто бывает обезвоженной.

Как содержать руки в порядке

Первое, что необходимо соблюдать, если вы желаете иметь красивые и ухоженные руки – это сохранять их в чистоте и сухости. Мойте руки теплой водой с туалетным мылом, содержащим жиры и спирты, которые ослабляют действие щелочи, находящейся в воде. Длительные внешние раздражения приводят к ослаблению местного иммунитета и возникновению вирусных поражений кожи рук, в том числе бородавок, папиллом, кератом. Ежедневно удаляйте грязь из-под ногтей, для этого пользуйтесь специальной палочкой или щеткой. Конец палочки обмотайте ватой и осторожно удалите грязь, скопившуюся под ногтем. Не применяйте для чистки острые и металлические предметы – они могут повредить внутреннюю чувствительную часть ногтя. Если руки сильно загрязнены после выполнения какой-то работы, мойте их мягкой щеткой, не царапающей кожу.

После мытья насухо вытрите руки махровым полотенцем и вотрите в них питательный крем или масло. Втирая крем, массируйте руки от кончиков пальцев по направлению к кисти, что улучшает кровообращение и очень полезно для кожи.

Для питания и смягчения кожи рук используйте кремы, специально предназначенные для этого. Они смягчат и увлажнят кожу рук, сделают ее бархатной, гладкой и упругой. Большинство кремов для рук содержат вещества, необходимые для кожи: жиры, витамины, ферменты и экстракты лекарственных растений. Нанесение крема на область кутикулы активными массирующими движениями великолепно активизирует кровообращение ногтевого ложа и сглаживает все неровности и небольшие заусенцы.

Кроме роста кутикулы, небрежное отношение к ногтям в течение длительного времени приводит и к другой неприятности – росту заусениц. Если кожа на руках потрескалась, стала шероховатой, нужно воспользоваться кремом, обладающим бактерицидным и противовоспалительным действием.

Массаж области кутикулы производится очень мягкой щеткой, предварительно намыленной глицериновым или детским мылом. При этом происходит легкий пиллинг, освобождающий кутикулу от отмерших чешуек кожи и, главное, предупреждающий образование неэстетичных трещин, куда впоследствии может забиваться грязь.

Если руки запущены лучше использовать специальное масло для кутикулы.

Неправильный уход за ногтями приводит к образованию заусениц, которые портят вид рук и мешают. Заусеницы – показатель состояния кожи. Их нельзя выдергивать, лучше аккуратно подпилить и зашлифовать.

Кроме того, необходимо делать ванночки и, конечно же, просто-напросто руки необходимо защищать. Для этого **используются перчатки, защитные кремы и пасты**. Не все могут работать в перчатках. Но стоит привыкнуть к тому, чтобы выполнять в них грязную работу. Достаточно недели тренировки, как работа начнет спориться в ваших руках, а кожа не будет растрескиваться и шелушиться, доставляя вам неприятные ощущения, ногти станут меньше ломаться и слоиться.

Размер перчаток должен соответствовать размеру рук. Слишком маленькие перчатки сжимают руки и легко рвутся. Очень большие перчатки создают неудобства во время работы.

Перед надеванием резиновых перчаток руки тщательно моются, хорошо просушиваются и посыпаются тальком. После окончания работы руки моются в перчатках, затем перчатки снимаются, прополаскиваются внутри, высушиваются и с обеих сторон посыпаются тальком или крахмалом. Хранятся перчатки в сухом месте вдали от нагревательных приборов, огня. Держать руки в перчатках длительное время не рекомендуется, так как выделяющийся под ними пот раздражает кожу рук.

После снятия перчаток руки моются в теплой воде, высушиваются и в кожу втирается жирный крем для сухой кожи, или специальный крем для рук.

Кстати, перчатки имеют древнюю историю, о которой хотелось бы попутно рассказать.

Еще в Древнем Египте женщины защищали руки во время работы и еды специальными мешочками. Уже в то далекое время перчатки были скорее не украшением, а необходимой частью гардероба, причем не столько в странах с холодным климатом, сколько в странах, где не так тепло круглый год, как в Египте. Но будучи предметом утилитарным, перчатки, как и любая вещь, носили отпечаток и своего века, и своих хозяев. Средневековые еще не знают перчаток с пятью пальцами. Однако тогда перчатки ярко свидетельствовали о благосостоянии своих владельцев: богатые люди расшивали их драгоценными камнями, вышивали золотой и серебряной нитью. Такие перчатки принадлежали высшим слоям населения – королям и высшему духовенству.

Эпоха Возрождения ввела новую моду на перчатки. Впервые появляются известные нам перчатки с пятью пальцами: вместе с вязаными чулками приходит мода и на вязаные перчатки. Если в XVI столетии их вяжут, то в следующих двух еще и вышивают. На рубеже XIX–XX веков прочное место в индустрии моды занимают дамские нитяные перчатки. Днем дамы носили перчатки с пальцами, вечерний же вариант – без пальцев, показывая тем самым, что они элегантная деталь образа.

Белые перчатки надевали на бал, черные – к траурному костюму, желтые – на охоту. Длина перчатки зависит от длины рукава: чем рукав короче, тем перчатка длиннее. К женскому вечернему платью, оголявшему плечи, прилагались митенки почти до середины плеча.

В правилах этикета точно расписано, что делать перчатками в разных ситуациях, а связаны эти правила с символикой рук. Прежде существовал обычай снимать правую перчатку при приближении к алтарю в церкви или к знатной особе, тем самым показывая свою покорность и смирение. Ведь перчатка – это часть защитного облачения, в первую очередь облачения воина, который действует правой рукой. Снимая с нее перчатку, ты разоружаешься перед Богом или перед человеком выше тебя по рангу. А брошенная в лицо или под ноги перчатка – это оскорбление, вызов на дуэль.

«Перчаточный» этикет доставлял мужчинам прошлых столетий истинные мучения. Мужчина предпочитал носить этот предмет туалета в руках, чтобы не оплошать и не нарушить какой-нибудь пункт правил этикета, за что его сочтут невежей. Испанский вельможа не смел оставаться в перчатках в присутствии папы и короля, в церкви, на похоронах, во время траура и торжеств. В других странах нельзя было снимать перчатки зубами, подавать в них руку и вообще что-нибудь брать в перчатках. Словом, существовал свод правил, когда мужчина, принадлежащий к высшему обществу, имел право носить перчатки.

А с женщиной дело обстояло почти в точности до наоборот. Если она, подавая руку мужчине, снимет с нее перчатку – это знак расположения и милости, но отнюдь не рабской покорности. Строгий этикет защищал руки женщины перчатками, как ноги длинной юбкой, на протяжении долгих веков. Еще в XIX столетии в русском обществе всерьез дискутировался вопрос: должна ли дама постоянно носить перчатки или в домашней обстановке она может позволить себе показаться на глаза семье и челяди с голыми руками?

В Киевской Руси было принято брать перчатки в уплату таможенной пошлины. А в деревнях после свадьбы, на которую обязательно дарились рукавицы, невеста уносила их в клеть, чтобы они принесли богатый урожай. Вообще в народном сознании варежки обладают доброй силой. Пара валяных рукавиц стерегла приданое невесты от нечистого духа. В рукавицах даже стригли волосы, полагая, что от этого последние станут лучше расти.

Однако изобретательная человеческая воля способна использовать в злых целях и такой невинный предмет, как перчатки. Французская королева Екатерина Медичи подарила супруге короля Наваррского перчатки, надушенные ядом, от которого та вскоре скончалась.

Строение ногтей

Ногти? это производные клеток кожи. Рост ногтя начинается в *ногтевом ложе*, где располагается *матрица*. В матрице формируются клетки ногтя. Видимая часть матрицы – это *лунка ногтя*. Состояние ногтей напрямую связано с обменом веществ и общим состоянием здоровья. Нарушения общего обмена или болезни сердечно-сосудистой системы отражаются на процессе формирования ногтя. Поэтому утолщенные или деформированные ногти часто являются показателем серьезных заболеваний.

Края ногтевой пластинки покрыты *кутикулой* – слоем клеток эпидермиса, имеющим защитную функцию. Но чрезмерное разрастание кутикулы приводит к образованию заусениц, под отслоившимся краем кутикулы скапливаются загрязнения. Руки выглядят неряшливо, но, кроме того, загрязнения могут стать источником инфицирования. Кожные валики по бокам ногтя имеют то же назначение, что и кутикула, и точно так же могут, чрезмерно разрастаясь и высыхая, становиться причиной загрязнений и образования заусениц.

Сама ногтевая пластинка состоит из *кератина* – белка, который синтезируется в организме из аминокислот. Этот белок является основным элементом не только ногтей, но и кожи, а также волос. Кератин, содержащийся в ногтях, более плотный, что обусловлено наличием в молекуле кератина большего количества серы, а точнее, аминокислоты цистеина. Качественный состав кератина специфичен для каждого человека и во многом определяется генетическими факторами. Именно поэтому у одних ногти твердые и жесткие, у других – тонкие и т. д. Кератин располагается в толще ногтя слоями, между которыми находятся липидоподобные вещества и вода. Эти прослойки придают ногтевой пластинке эластичность и блеск.

Ноготь *гигроскопичен*, то есть обладает способностью впитывать воду, при этом он увеличивается в толщину и становится менее твердым. Помимо серы в ногте содержатся другие микроэлементы: кальций, хром, фосфор, селен и цинк. Чаще всего в организме достаточно названных элементов, однако в результате нарушения их усвоения ногтями могут возникать нарушения в строении ногтя.

Скорость роста ногтей составляет примерно 3 мм в месяц. Полное обновление ногтевой пластинки происходит примерно за полгода. Как известно, скорость роста ногтей у различных людей неодинакова.

В период роста всего организма, а также в периоды усиленной выработки гормонов (переходный возраст, беременность) ногти растут быстрее. Рефлекторно ускоряется рост ногтей и при регулярном их стачивании или механическом раздражении. Это может быть регулярный массаж, работа, пальцами, а также привычка грызть ногти.

После достижения половой зрелости ногти растут медленнее. Замедляется их рост и при недостатке кровообращения, а также в случаях нарушения обмена веществ.

Программа ухода за руками в домашних условиях

Красивые руки требуют постоянного ухода, стоит лишь полениться и забросить их хотя бы на один день, как руки немедленно напомнят о себе сухостью, натянутостью кожи, а если за руками не ухаживать более длительное время, то проблем не избежать. Поэтому мы предлагаем комплексную программу по уходу за кожей рук и ногтями.

Утренний уход. Руки моются теплой водой или водой комнатной температуры с мылом. В идеале мыло не должно содержать щелочи, сейчас в продаже имеется большой выбор жидкого мыла, которое не травмирует кожу рук. Мытье рук в очень холодной в горячей воде также обезжиривает кожу и делает ее шероховатой.

После мытья руки обязательно вытирают насухо. Если на них остается влага, то на улице кожа рук обветривается, грубеет, часто на ней появляются даже трещины.

Перед выходом на улицу руки следует смазать кремом для рук. Зимой не забывайте о теплых варежках.

Дневной уход. Руки моют перед приемом пищи и по мере загрязнения теплой водой с мылом или протираются лосьоном. Для ухода за кожей рук и ее очищения можно использовать очищающие салфетки, но это не касается мытья рук перед обедом. Летом, если руки потеют, протирайте их чаще. Для питания кожи втирайте в нее несколько раз в течение дня крем.

Вечерний уход. Уход за кожей рук вечером производится более полно и тщательно.

Руки моют теплой водой с нейтральным мылом. Для лучшего очищения кожи делаются ванночки: теплые с раствором уксусной кислоты или лимонного сока, солевые. После мытья и ванночек руки вытирают насухо полотенцем.

Для сохранения красоты рук обязательны массажи и кремы. Крем втирается движениями, подобными движениям при надевании перчаток, то есть от конца пальцев к их основанию и далее? всей ладонью, то одной рукой, то другой. После втирания крема производится массаж кожи аналогичными движениями. В процессе массажа последовательно выполняют поглаживания, растирания, разминание и похлопывание кожи. Вечером для смазывания кожей рук применяют более жирные кремы. При этом во время втирания рекомендуется сделать несколько простейших гимнастических упражнений для рук.

Гимнастика для рук

1. Сжимание и разжимание кистей.
2. Сядьте за стол и проимитируйте игру на пианино, стараясь, чтобы все пальцы двигались отдельно. Поднимайте пальцы как можно выше.
3. Вращайте кисть сначала в одну сторону, затем в другую. Повторите это упражнение несколько раз в каждую сторону.
4. Вытяните руки вперед. Вращайте кистями 10 раз по часовой стрелке и 10 раз против часовой стрелки.
5. Сложите ладони и с силой толкайте их друг к другу.
6. Повращайте руками над головой.
7. Поднимайте руки вверх и резко опускайте вниз, размахивая ими, как птица крыльями перед тем, как взлететь. Повторите 10 раз.
8. Держите руки ладонями вниз, переплетите пальцы, медленно, круговым движением поверните руки ладонями вверх, одновременно раскрывая пальцы. Повторите последовательно действие в обратном порядке.
9. Опустите руки вниз и энергично встряхните ими? сначала только кистями, затем до локтя и, наконец, всей рукой.

Хорошими упражнениями для пальцев являются печатанье на машинке, игра на пианино и шитье.

Гимнастику для рук лучше всего делать, когда руки согреты. Упражнения должны выполняться очень аккуратно? никогда не доводите до того, чтобы суставы одеревенели и стали слишком напряженными. Чтобы укрепить пальцы, попробуйте сжимать кулаки, зажав в них катушки с нитками. После выполнения упражнений ополосните руки холодной водой.

Массаж рук

Часто руки страдают от *недостаточного кровообращения*. У многих женщин руки холодные – это доказательство того, что периферическая кровеносная система не обеспечивает потребности организма. Улучшение кровоснабжения ускоряет регенерацию кожи, следовательно, улучшает ее внешний вид. Массаж кистей рук благотворно отражается не только на состоянии кожи, но и на общем самочувствии, улучшая тонус и успокаивая нервы, поскольку именно здесь сосредоточено большое количество нервных окончаний.

Прежде чем начинать массаж, смажьте руки питательным кремом или растительным (лучше всего оливковым) маслом. При выполнении массажа важно строго соблюдать последовательность: сначала вы должны массировать **первый и пятый** пальцы, затем – **второй и четвертый** и, наконец, **третий и первый**. **Начинайте выполнять массаж с левой руки.**

1. Спиралеобразным движением массируйте пальцы в направлении от ногтя к основанию, продолжая движение по тыльной стороне ладони к запястью.

2. Медленно разомните каждый палец от его кончика до основания. После чего последовательно поворачивайте пальцы, держа их при этом за кончики, сначала в одну, затем в другую сторону.

3. Массируемую руку поставьте на локоть, пальцы поднимите вверх. Положите ладонь правой руки на тыльную поверхность левой, а первый палец? на ее ладонь. Спуститесь вниз до середины ладони, легко фиксируя первым пальцем. Движение проделайте вниз до запястья. Теперь перейдите на боковую поверхность ладони и двигайтесь до локтя.

4. Интенсивно подергайте 3–4 раза, как бы вибрируя, пальцы рук, держа каждый за его кончик.

5. Положите руку на стол, а ладонью другой плавно скользите по ней от кончиков пальцев до основания кисти, как бы поглаживая ее.

6. Переверните руку ладонью и фалангами полусогнутых пальцев другой руки совершите 3–4 растирающих вращательных движения.

Завершите массаж поглаживанием.

После выполнения массажа левой руки, перейдите к правой и проделайте с ней то же самое. Остатки крема удалите влажной салфеткой.

Очищение рук после грязной работы

Весной и летом наши милые женщины заняты хлопотами в огороде. Кожа после таких работ стягивается, в поры попадает грязь, которую практически невозможно очистить при помощи обычного мыла. Здесь хорошим помощником может оказаться **лимонная кислота** или **листья щавеля**. Насыпьте в ладони немного лимонной кислоты, добавьте несколько капель воды и потрите ладони. Через несколько секунд грязь отойдет. Решив очистить руки при помощи листьев щавеля, вы можете просто потереть ими ладони. Если же грязь въелась слишком сильно, то можно попробовать потереть руки **ломтиком лимона**. А чтобы очистить ногти и укрепить их, разрежьте лимон пополам и опустите в каждую половинку пальцы. Подержите 5 минут.

Однако лучший способ очищения рук – это недопущение к ним грязи.

Для этого вы можете сделать **искусственные «перчатки»**: возьмите 1/4 стакана теплой воды, 2 грамма пищевого желатина, 15 граммов крахмала, 20 граммов талька, 2 грамма борной кислоты. Все хорошо перемешайте, нанесите на кисти рук и высушите. Теперь можете работать, а когда закончите, просто вымойте руки.

Иногда при выполнении ремонта в квартире, несмотря на перчатки, на кожу рук попадает **краска**. Если не найдется растворителя, то можно воспользоваться следующим способом: насыпьте в ладони немного (достаточно 1 чайной ложки) стирального порошка, добавьте 1 чайную ложку подсолнечного масла и потрите смесью руки – краска отойдет.

Пасты и мази для защиты рук

Пасты и мази защищают кожу рук от раздражающих веществ. Они наносятся на кисти тонким слоем.

При домашних работах руки чаще всего защищаются. Наш старый добрый силиконовый крем, вполне подходит для этого. Но есть и много других, более современных и действенных средств, как отечественных, так и импортных. Главное – не забывать, что **защитный крем наносится на время и после выполнения грязной работы его нужно смыть**. При использовании каждого нового крема нужно проводить тест на чувствительность, чтобы избежать нежелательных явлений в виде раздражения или аллергических реакций.

Мазь домашнего приготовления на основе пчелиного воска оказывает благотворное действие на кожу рук. Чтобы ее приготовить, необходимо сварить яйцо вкрутую, вытащить желток, размять его, добавить в желток 4 грамма пчелиного воска, растопленного на водяной бане, и подливать персиковое масло, пока смесь не достигнет густоты мази. Использовать мазь каждый вечер.

Еще один секрет хорошего состояния кожи рук заключается в очищающем средстве, которым вы пользуетесь. Выбирайте при очищении рук нещелочное или малощелочное мыло, жидкое мыло. Такое мыло является наиболее щадящим для кожи рук. Для поддержания кислотности полезно, хотя бы перед сном, споласкивать руки подкисленной водой. Для получения такой воды разведите в 1 литре кипяченой воды 1 чайную ложку столового уксуса.

Ванночки для рук

Ванночки применяются для восстановления эластичности и мягкости кожи, предотвращения ее быстрого увядания и появления морщин. Наряду с ванночками используются питательные маски.

Руки моют теплой водой с мылом и насухо вытирают, маска – кашица – наносится на кожу рук так же, как и крем. После нанесения маски для лучшего всасывания ее руки забинтовывают на 1–2 часа или на более длительное время.

Продолжительность ванночки зависит от имеющегося в распоряжении свободного времени и длится от 5 до 30 минут.

Молочная ванночка. В эмалированную или стеклянную посуду налейте 0,5 литра теплого молока и погрузите в него руки на 10–15–20 минут. После ванночки вотрите крем для сухой кожи, сделайте массаж и гимнастику для рук.

Масляная ванночка. Погрузите руки на 30 минут в разогретое растительное масло (оливковое, персиковое, кукурузное). После ванночки промокните их мягкой, хорошо впитывающей влагу салфеткой, затем вотрите в кожу массажными движениями сок половины лимона, сделайте массаж и гимнастику.

Солевая ванночка. Растворите в 1 литре воды (а еще лучше в настое трав: 2 столовые ложки смеси ромашки, шалфея, мяты, укропа, цвета липы заварите 1 литром кипятка, настаивайте 15–20 минут) 2 столовые ложки морской соли. После ванночки сделать массаж и гимнастику для рук.

Картофельная ванночка. Сварите на ужин картофель, а воду с него слейте в отдельную емкость. Когда отвар остынет до температуры 37 градусов, погрузите в него руки и подержите 10 минут. После этого кожа станет гладкой и бархатистой.

Травяная ванночка. Приготовьте отвар из ромашки, шалфея, мяты или льняного семени. Для залейте 1 столовую ложку любой из перечисленных выше трав 1 стаканом кипятка, немного остудите и поместите руки в теплый отвар на 10 минут.

Масляно-уксусная ванночка. Смешайте 1 стакан любого теплого растительного масла и 1 стакан яблочного уксуса. Погрузите в ванночку руки на 10 минут.

Йодированная ванночка. В 2 стакана теплой воды добавьте и 2 чайные ложки йодированной соли, 2 столовые ложки растительного масла. Опустите в жидкость руки и подержите 10 минут. Ванночка хорошо воздействует на кожу рук.

Ванночка против мозолей. В 1 литре теплой воды разведите 1 чайную ложку натертого на терке хозяйственного мыла. Добавьте 1 чайную ложку пищевой соды, 1 чайную ложку нашатырного спирта. Такая ванночка способствует устранению мозолей, поэтому ее следует наносить только на внутреннюю сторону ладоней. После ванночки мозоли тщательно очистите пемзой, а затем смажьте эти места борным вазелином или противовоспалительным кремом.

Смягчающая ванночка. Растворите 1 чайную ложку соды в 1 литре воды с шампунем. Погрузите руки в жидкость на 10 минут. Эта ванночка помогает избавиться от мозолей. Подержав в ней руки, осторожно пемзой удалите мозоли и смажьте кожу питательным кремом.

Капустная ванночка.

Смешайте в равном количестве сок квашеной капусты и молочную сыворотку. Погрузите руки в жидкость на 10 минут. Эта ванночка полезна для грубой, шершавой кожи. После процедуры смажьте кожу питательным жирным кремом.

Заживляющая ванночка (для потрескавшихся на морозе рук). Залейте 1 столовую ложку семени льна 0,5 литра горячей воды и взбалтывайте в течение 10 минут. Опустите руки в жидкость на 20 минут.

Крахмальная ванночка. Добавьте 1 столовую ложку крахмала на 1 литр воды. Погрузите руки в жидкость на 15 минут. После этого сполосните руки и смажьте питательным кремом. Такая ванночка эффективно борется с трещинами и мозолями не только на руках, но и на подошвах ног.

Ванночки от потливости рук. 1. Поварите 1 столовую ложку дубовой коры в 1 литре воды в течение 10 минут. Подождите, пока отвар немного остынет и опустите в него руки 5–10 минут.

2. Залейте 1 столовую ложку шалфея на 1 стаканом кипятка. Подождите, пока отвар немного остынет, и погрузите в него руки на 5–10 минут.

3. Влейте 2 столовые ложки уксуса в 1 литр теплой воды. Погрузите в жидкость руки на 5–10 минут.

Делайте эти ванночки 3–4 раза в неделю.

Ванночка от покраснения рук. Контрастные ванночки из холодной и горячей воды помогут от покраснения рук. Поместите руки в горячую воду на несколько секунд, затем – в холодную, чередуйте смену ванночек до 20 раз. После этого смажьте кожу рук жирным кремом.

Ванночка при трещинках и порезах. Подержите руки в теплой воде с добавлением нескольких кристаллов марганцовки. Кристалликов добавляйте столько, чтобы вода стала розовой. После этого смажьте трещинки йодной настойкой. Если же кожа в порезанных местах воспалилась, сделайте повязку с пяти процентной синтомициновой эмульсией.

Парафинотерапия

Парафиновая маска, или обертывание, – это очень действенная процедура по уходу за кожей рук. В последнее время она пользуется большой популярностью в салонах красоты. Суть процедуры в том, что после очищающей ванночки, отшелушивания и массажа на руки, покрытые слоем крема, наносится жидкий парафин, который застывает при комнатной температуре. Сверху надевают целлофановые перчатки, а затем руки укутывают или надевают махровые варежки. Получается «компресс», который оказывает благотворное действие на кожу рук.

Рис Парафинотерапия

Согретая кожа раскрывает поры, в ней усиливается обмен веществ. В результате теплового воздействия происходит глубокое прогревание кистей рук, снимается напряжение мышц и связок, утихает боль в суставах. Происходит смягчение, увлажнение и питание кожи. Кожа рук становится гладкой, подтянутой и упругой.

Парафиновая маска восстанавливает кожу, которая подверглась воздействию холода и влаги, обладает омолаживающим, регенерирующим эффектом, увлажняет и питает ее. Эта процедура является и лечебной, ведь парафиновые аппликации используются для лечения миозитов, артритов и артрозов.

Маски для рук

Сохранить мягкую, бархатистую кожу рук помогут питательные маски. Их существует великое множество.

Желтково-медовая маска. Желток, столовую ложку меда, 1 чайную ложку толочка смешайте, разотрите. Смажьте этой смесью руки и держите 15–20 минут. Смойте чистой теплой водой. Можно добавить в маску 10–15 капель лимонного сока.

Медовая маска. Столовую ложку меда смешайте с 1 ложкой глицерина, 1 желтком и добавьте немного воды. Эту смесь нанесите на руки на 20 минут, затем смойте водой комнатной температуры.

Масляно-желтковая маска. Смешайте желток, 1 столовую ложку растительного масла, чайную ложку меда и вотрите в кожу рук на 15–20 минут. Смойте теплой водой и нанесите на кожу крем.

Желтково-кукурузная маска.

Взбейте яичный желток с 1 столовой ложкой растительного масла, 1 чайной ложкой кукурузной муки и добавьте немного чайного настоя. Полученной смесью смажьте руки и через 15–20 минут смойте водой без мыла.

Глицериновая маска. Смешайте 50 граммов глицерина с 1 чайной ложкой нашатырного спирта и нанесите на влажные руки. Через 15 минут смойте теплой водой.

Ромашковая маска. Столовую ложку ромашки залейте стаканом кипятка, дайте настояться, процедите и залейте полученным отваром 1 столовую ложку крахмала. Нанесите смесь на руки на 25–30 минут.

Картофельная маска. Сварите 2–3 картофелины, протрите их и смешайте до кашицеобразного состояния с молоком. Нанесите кашу на руки или погрузите руки в это пюре, до его остывания. Смойте маску теплой водой и нанесите крем для сухой кожи.

Отбеливающие маски. 1. Протрите на кожу рук лимонным соком, через несколько минут смойте его и смажьте руки жирным кремом.

2. Смешайте 2 столовые ложки кислого молока с половинкой небольшой отварной картофелины, нанесите кашу на руки и держите 10 минут, а затем смойте теплой водой.

Крем для рук

Крем – это самое древнее косметическое средство. Он представляет собой смесь жиров растительного и животного происхождения, жироподобных веществ, эмульгаторов и воды. Жировые вещества, проникая в кожу, пропитывают и размягчают ее поверхностный слой, придают ему упругость и эластичность, предохраняют от воздействия вредных веществ, сохраняют молодость и придают ухоженный вид.

Некоторые кремы для рук можно приготовить в домашних условиях. Они очень полезны для кожи рук и ногтей, смягчают кожу и питают ее. Для большей эффективности в кремы добавляют биологически активные вещества: витамины, экстракты лекарственных растений, ягод, овощей. Кроме того, в состав кремов входят комплексы веществ, оказывающих защитное, гигиеническое или профилактическое воздействие.

Лечебный крем. Смешайте 3 грамма порошка корней лапчатки и 0,5 стакана размягченного сливочного масла. Варите на водяной бане 10 минут, непрерывно помешивая деревянной лопаточкой, затем остудите. Крем обладает лечебным действием, способствует быстрому заживлению трещинок на коже.

Смягчающий крем. Взбейте 1 яичный желток, добавьте несколько капель оливкового масла и 0,5 чайной ложки меда, тщательно перемешайте полученную массу с 30 граммами сливочного масла. Крем наносите на чистую и сухую кожу. Храните приготовленный крем в холодильнике не более 4 дней, поэтому не делайте слишком большой объем.

Крем-желе. Намочите 6 граммов желатина в 100 миллиметрах воды, когда масса разбухнет, прибавить 80 граммов глицерина и 50 граммов меда. Крем, содержащий глицерин, наносите только на влажную кожу.

Фито крем. Смешайте в равных частях траву календулы, ромашки лекарственную, подорожник большой и череду трехраздельную. Возьмите 1 столовую ложку смеси трав и залейте в термосе 1 стаканом кипятка, настаивайте 6 часов, процедите. Отдельно смешайте до однородной массы 50 граммов сливочного масла с 1 чайной ложкой меда. Добавьте 1 чайную ложку травяного настоя и все перемешайте. Крем храните в холодильнике.

Необязательно крем готовить самим. Сейчас в продаже огромное количество самых разнообразных видов кремов, которые призваны решить любые проблемы с вашими руками. Силиконовые кремы образуют на коже защитную водоотталкивающую пленку, вазелин защищает руки от воздействия моющих веществ, химикатов, от ветра и пыли. Кремы, содержащие ультрафиолетовые фильтры, предохраняют кожу летом от вредного воздействия солнечных лучей. Кремы, в состав которых входят пчелиный воск, настойки липового цвета, полевого хвоща, натуральные жирные вещества, стимулируют процессы обмена веществ, питают и тонизируют кожу. Экстракт ромашки, содержащийся в креме, обладает противовоспалительным действием, предупреждает преждевременное увядание кожи, придает ей упругость и эластичность. Увлажняющими веществами являются глицерин, отвары рябины и зверобоя. В качестве смягчающих средств выбирайте крем с содержанием ланолина и воска лепестков розы.

Мастер маникюра и педикюра

Профессиональный маникюр и педикюр

Мастер маникюра и педикюра – востребованный и высокооплачиваемый работник. Развитие такого рода услуг за счет новых технологий, а также мода делают эту профессию перспективной и интересной. Не менее перспективным выглядит и открытие маникюрного кабинета или салона красоты. Рентабельность салона зависит от его уровня и оснащения. Традиционные ванночки и обычный маникюр не относятся к дорогим процедурам, зато ногтевой дизайн, SPA-процедуры, наращивание ногтей, фоторисунки и прочие новинки, несмотря на стоимость оборудования, довольно рентабельны, и пример прайс-листа типичного московского салона красноречиво говорит об этом:

Наименование	Цена, руб.
Наращивание ногтей	
Гель, смола	1700
Гель, смола-френч	2000

Наименование	Цена, руб.
Акрил	1700
Акрил-френч	2000
Дизайн-акрил (аквариумный, объемный)	2300
Коррекция	50 % от стоимости наращивания
Нейл-арт	
Френч-маникюр	250
Дизайн	400
Пирсинг с подвеской	250
Стразы, хрусталики	15
Педикюр	
SPA-педикюр «ОРІ»	550
Аппаратный педикюр	1000
Бор	100
Массаж	70
Нанесение лечебного масла на ногти	50
Парафинотерапия ног	400
Педикюр «Классический» без покрытия	550
Педикюр (комбинированный)	700
Педикюр детский	250
Шлифовка пяток	300

Если вы хотите заниматься маникюром и педикюром профессионально, вы можете получить профессию «Мастер маникюра и педикюра» в профессионально-техническом училище, колледже, техникуме или на курсах. Обучение в специальных учебных заведениях, конечно, дает более глубокое понимание предмета. Но, к сожалению, учебные программы не всегда успевают за развитием новых технологий и чаще всего не учитывают модных тенденций, которые к тому же меняются слишком быстро. А обучение на курсах несколько поверхностно и иногда очень дорого. Например, стоимость обучения на таких курсах в Москве колеблется от 100 до 1000 у. е. При том количестве курсов, которое предлагает реклама, сориентироваться не так легко. Разумеется, практика в хорошем салоне и знакомство с последними новинками – это большое преимущество, однако курсы не гарантируют трудоустройства, а работодатели отдают предпочтение работникам со стажем. Сделать правильный выбор вам помогут ваши будущие коллеги – поинтересуйтесь у мастеров, которых

считаете хорошими, где учились они, мастера также часто владеют информацией о репутации тех или иных курсов.

Что же дальше? Насколько реально устроиться в хороший салон начинающему мастеру? Шанс этот довольно велик, особенно если учесть, что салонный бизнес развивается, и постоянно открываются все новые подобные предприятия. Вы сами можете стать владельцем салона или кабинета. Найти работу, где, как обещает реклама курсов, мастер может зарабатывать «от 400 у. е.», не так просто. Обычно мастерам маникюра и педикюра платят 30–50 % от оплаты клиентом, или фиксированную плату плюс проценты (последнее реже). Очевидно, что указанный заработок возможен в хорошем дорогом салоне, где стоимость услуг достаточно велика. Для успешной продажи своих услуг современному мастеру нужно быть высококвалифицированным специалистом, легко разбирающимся в причинах возникновения проблем и в методах их устранения, ориентироваться на рынке профессиональных средств и различных методик, и искренне стремиться помочь клиенту с помощью правильно подобранной программы. Конечно, большое разнообразие препаратов для маникюра и ухода за кожей и ногтями на современном косметическом рынке порой ставит в тупик даже самых опытных мастеров. Чтобы понять, какой крем подходит для работы с руками того или иного типа кожи, в чем заключаются его преимущества, необходимо знать состав применяемых средств, а также желательно знать действие каждого компонента на кожу и ногти.

Кадры – одна из самых важных основ успеха деятельности любого предприятия. Кадровые проблемы становятся все более злободневными и актуальными. У многих руководителей возникают вопросы и проблемы при создании успешной команды, позитивного и творческого настроя к работе у специалистов салона красоты.

В индустрии красоты наступает пора профессионалов, многие клиенты «ногтевых» студий и салонов красоты все более требовательны и подготовлены.

Оценка перспектив развития предприятий индустрии красоты как отрасли обслуживания человека показывает, что в дальнейшем на этом рынке будут успешно развиваться студии и салоны, которые предоставляют своим клиентам услуги высокого качества, полностью выполняют и даже превосходят пожелания клиентов, создают в своей студии комфортную для посетителей психологическую атмосферу. Все эти моменты напрямую зависят от коллектива предприятия? от «команды».

Поэтому чтобы заинтересовать работодателя, необходимо доказать, что вы поможете ему в осуществлении главных целей:

- ◆ удовлетворенные и преданные студии клиенты;
- ◆ постоянное повышение доходности предприятия.

Чтобы получить высокооплачиваемую работу в престижном месте, нужно помнить, что руководители очень серьезно относятся к подбору кадров, и исходить из требований, которые предъявляют работодатели.

Первый этап – это ваши профессиональные навыки и качества. Нужно иметь сертификат об образовании, желателен опыт работы, знание, умение и желание выполнять все необходимые должностные и функциональные задачи.

Второй этап – психологический портрет. Для большинства престижных салонов и организаций одних профессиональных качеств недостаточно, и они проводят с кандидатами собеседование или предлагают заполнить различные анкеты (психологическое тестирование, резюме, телефонный звонок (голос, речь), собеседование (поведение, манеры, жесты, речь, устная и письменная информация), особенности почерка, по чертам лица).

Почерк каждого человека индивидуален и своеобразен. Использование информации о человеке, заложенной в почерке, дает возможность руководителю лучше понять особенно-

сти своих сотрудников. При этом нет хороших и плохих почерков. Особенности **почерка** рассказывают о таких чертах человека, как:

- ◆ работоспособность;
- ◆ дееспособность;
- ◆ склонность к тратам или накоплениям;
- ◆ смелость или осторожность;
- ◆ уровень оптимизма, порядочности, самомнения, коммуникабельности и других важных черт.

Поэтому при заполнении различных анкет, помните: ваш почерк изучается также тщательно, как и ответы.

Резюме дает информацию о:

- ◆ опыте работы;
- ◆ общем и профессиональном образовании;
- ◆ профессиональной подготовке;
- ◆ семейном положении, наличии детей;
- ◆ социальном положении;
- ◆ отдельных личных чертах, увлечениях;
- ◆ мотивах устройства на работу.

Телефонный звонок при устройстве на работу подскажет руководителю о некоторых особенностях успешности работы, например, будущего администратора (как одной из ключевых фигур «ногтевой» студии):

- ◆ особенности интонации (интенсивность, громкость, тембр, темп, интонационное ударение),
- ◆ коммуникативные способности, в том числе способность связно излагать свои мысли.

Ответ по телефону должен быть доброжелательным, внимательным, мягким, заинтересованным.

Поведение человека при собеседовании по жестам, положению рук, ног, головы, глаз, манере держаться, одежде говорит руководителю студии о:

- ◆ уверенности в себе;
- ◆ открытости / закрытости позиции, в том числе доверительности;
- ◆ заинтересованности в работе (разговоре);
- ◆ поведении в стрессовой ситуации, ведь собеседование – это стресс;
- ◆ желании доминировать (слегка отклоненная прямо поставленная голова) или подчиняться (наклоненная вперед шея);
- ◆ желании выдать желаемое за действительность (в т. ч. положение глаз при ответе на вопросы – в одну сторону глаза идут при воспоминании, в другую при придумывании);

Психологическое тестирование с использованием профессиональных тестов позволяет дополнительно получить информацию о сотруднике.

Третий этап – испытательный срок. В это время все то, что вы о себе рассказали, а также ваша пригодность как специалиста и члена коллектива проходит проверку. Наберитесь терпения, новичка в этот период часто провоцируют. Естественно, его нагружают именно той работой, которую больше никто не хочет делать. Это пройдет, если вы выдержите испытательный срок. Но нельзя не предупредить, что испытательным сроком пользуются иногда просто для того, чтобы экономить. Тогда в любом случае вам не подпишут контракт, а возьмут кого-то еще с испытательным сроком. Что может помочь вам? Только отзывы клиентов, для которых вам следует стать «своим» мастером. Чем больше клиентов будет приходить именно к вам, тем прочнее ваше положение и выше зарплата.

Четвертый этап – оформление деловых отношений. Следует правильно оформить трудовые отношения с будущим начальником, соблюсти все юридические нормы трудового законодательства. Несоблюдение юридических процедур может создать потом у руководителя различные сложности, вплоть до штрафов. Относитесь серьезно к документам.

Рабочее место

Рабочее место мастера маникюра – это *маникюрный стол*. Мастер и клиент находятся друг против друга. Для педикюра клиента усаживают в *педикюрное кресло*, мастер же находится напротив, на отдельном кресле.

К выбору или оценке уже имеющегося маникюрного стола и педикюрного кресла нужно подойти очень серьезно, ведь именно это клиент увидит в первую очередь.

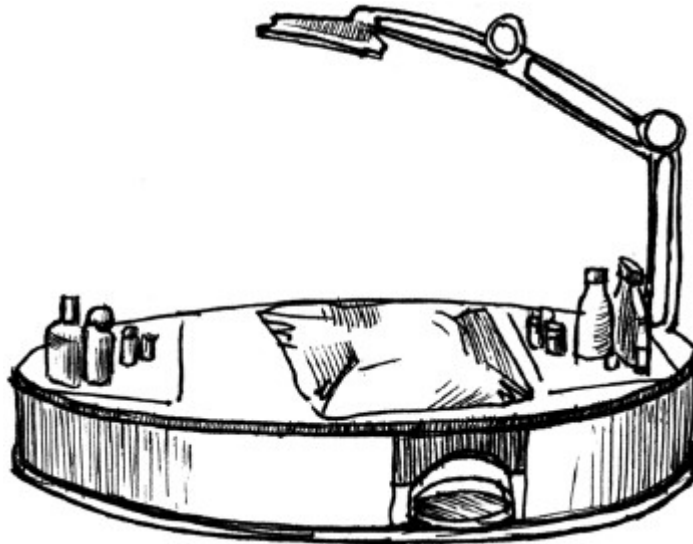


Рис Маникюрный стол

Современный рынок профессионального оборудования предлагает огромное разнообразие таких столов и кресел. Цены на столы от 100 у. е., на кресла – от 150 у. е. Однако при выборе мы советуем смотреть не столько на внешний и эстетический вид, сколько на размеры и качество материала, из которого изготовлено оборудование.

На столе должны помещаться не только руки: ваши и клиента, но и все необходимые инструменты. Также желательно наличие ящиков для хранения материалов, различных подставок и лотков.

Руки клиента во время маникюра располагаются на подушке, покрытой гигиеническим материалом. После каждого клиента она дезинфицируется. Для ванночек в дорогих салонах используют специальный прибор, где поддерживается постоянная температура жидкости. Но наличие такого прибора не исключает простых ванночек, тем более что в настоящее время в салонах используются различные рецепты и программы ухода за руками.

Инструменты и приспособления должны располагаться удобно для мастера, но не создавать загромождения.

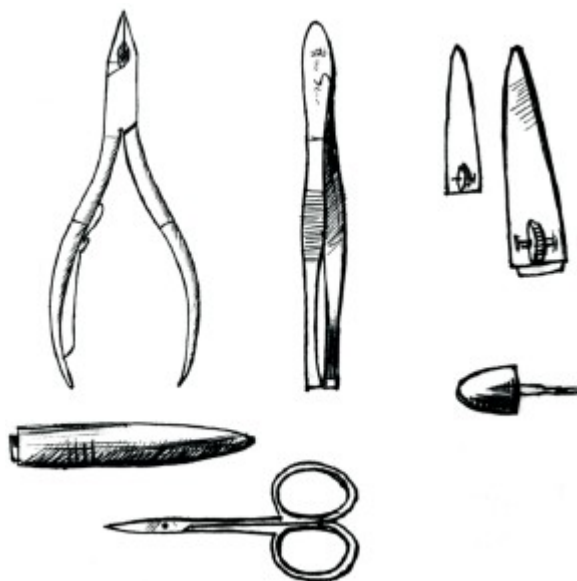


Рис Профессиональный маникюрный набор

Профессиональные маникюрные наборы, представляют собой полный косметический набор, предназначенный для создания маникюра и педикюра на уровне лучших косметических салонов. Его можно использовать для обработки как натуральных, так и акриловых ногтей. Он может работать от электросети или на батарейках, имеет два режима скорости и шесть приспособлений (один остроконечный камень, абразивный колпачок для удаления мозолей, шлифовальный диск, один диск для грубой полировки, один диск для тонкой обработки и мини-вентилятор для быстрой сушки ногтей). В набор входят также четыре профессиональных аксессуара (ножницы, кусачки для ногтей рук и ног, приспособление для придания формы кутикуле).

В комплектацию входят **инструменты профессионального уровня:**

- коническая пилочка для ногтей;
- коническая насадка для снятия кутикул;
- мелкий абразивный диск для обработки ногтей;
- полирующий диск для удаления выступов;
- мелкий полирующий диск для наведения глянца;
- фен-насадка для ускорения сушки лака на ногтях;
- маникюрные щипцы;
- педикюрные щипцы;
- штифт для удаления кутикул;
- разделители пальцев;
- резчики мозолей;
- педикюрные щетки;
- пемза;
- режущие инструменты: кусачки для ногтей, ножницы, пинцеты;
- полотенца;
- различные клеенки и салфетки;
- перчатки;
- средства дезинфекции.

Санитарные требования к работе маникюрного кабинета

Все требования исчерпывающе приведены в официальных документах. Приведем выдержки из действующего СанПиНа (введенного в 2003 году), которые касаются маникюрных и педикюрных кабинетов.

4.4. Кабинеты: косметический, маникюра и педикюра – должны размещаться в отдельных изолированных помещениях. В парикмахерских залах до 3 рабочих мест допускается размещение одного рабочего места для маникюра при наличии дополнительной площади не менее 6 кв.м. В косметических кабинетах допускается организация до 3 рабочих мест при условии их изоляции перегородками высотой 1,8–2,0 м. В педикюрных кабинетах должно быть не менее 2 ванн для ног с подводкой горячей и холодной воды.

4.5. Рабочие места оборудуются мебелью, допускающей обработку моющими и дезинфицирующими средствами и расположенной так, чтобы обеспечить возможность уборки, не загромождать источник света, не загромождать проходы.

4.6. Не допускается размещение в парикмахерских залах и кабинетах оборудования и предметов, не имеющих отношения к выполняемым работам на конкретном участке.

4.7. Расстояние между рабочими местами (креслами туалетного стола) должно быть 1,8 м от крайнего кресла до стены? 0,7 м. При 2-рядном и более расположении кресел расстояние между рядами должно быть не менее 5 м.

Рабочая и домашняя одежда персонала должна храниться в индивидуальных шкафах.

4.12. Кладовые для хранения чистого и использованного белья, парфюмерно-косметических, а также моющих, дезинфицирующих и педикулицидных средств должны быть отдельными. Помещения для хранения чистого белья и парфюмерно-косметических средств оборудуются стеллажами или шкафами; для грязного белья? ларями. В парикмахерских до 5 рабочих мест допускается хранение чистого белья, парфюмерно-косметической продукции, моющих, дезинфицирующих, педикулицидных средств в отдельных шкафах в подсобном помещении.

4.13. Стирка использованного белья и рабочей одежды должна проводиться в прачечных. Допускается организация стирки использованного белья непосредственно в парикмахерской при наличии специально выделенного помещения с подводкой горячей и холодной воды и специального оборудования? «мини-прачечная». Стирку и с использованного белья и рабочей одежды необходимо проводить по режимам стирки, обеспечивающим обеззараживание.

4.16. Парикмахерские залы, косметические, маникюрные и педикюрные кабинеты должны быть оборудованы бактерицидными ультрафиолетовыми облучателями закрытого типа (рециркуляторами) с безозоновыми бактерицидными лампами для обеззараживания воздуха в помещениях в присутствии людей. Установка и эксплуатация бактерицидных облучателей проводятся в соответствии с руководством по использованию ультрафиолетового бактерицидного излучения для обеззараживания воздуха и поверхностей в помещении.

4.17. Учет работы регистрируется в специальном журнале по каждому бактерицидному облучателю.

Журнал является официальным документом, подтверждающим работоспособность и безопасность эксплуатации бактерицидной установки.

В журнале должны быть зарегистрированы все бактерицидные установки, находящиеся в эксплуатации в парикмахерской.

Контрольные проверки состояния бактерицидных установок осуществляются представителями органов госсанэпиднадзора. Результаты проверки фиксируются в протоколе

и заносятся в журнал с заключением, разрешающим дальнейшую эксплуатацию. В случае отрицательного заключения составляется перечень замечаний с указанием срока их устранения.

Ответственной за правильное ведение журнала и его сохранность является администрация парикмахерской, в ведении которой находятся помещения с бактерицидными установками.

Содержание основной части журнала:

Наименование и габариты помещения, м ²	
Номер и место расположения установки	
Номер и дата акта ввода бактерицидной установки в эксплуатацию	
Система обеззараживания	
Объект обеззараживания	
Условия обеззараживания (в отсутствие/в присутствии людей)	
Длительность и режим облучения (непрерывный или повторно-кратковременный режим облучения)	
Гарантийный срок хранения	
Вид микроорганизмов (санитарно-показательный или иной)	
Срок замены ламп (прогоревших установленный срок службы)	

4.18. К эксплуатации бактерицидных облучателей допускается обученный персонал.

4.19. Замеры ультрафиолетового излучения от бактерицидных облучателей должны проводиться после каждой замены ламп.

4.20. Не допускается применение оборудования, являющегося источником шума, вибрации, ультрафиолетового, инфракрасного, электромагнитного излучений, не прошедшего гигиенической оценки.

Производственные и санитарно-бытовые помещения оборудуются стационарными санитарно-техническими приборами. Горячая и холодная вода подводится ко всем раковинам, ваннам для ног и другому санитарно-техническому оборудованию.

<...>

6.6. При отсутствии централизованной системы канализации условия сброса сточных вод должны отвечать требованиям СанПиН 2.1.5.980–00 «Гигиенические требования к охране поверхностных вод» (не нуждаются в государственной регистрации. Письмо Министерства юстиции Российской Федерации от 01.11.2000 № 9295–ЮД) и СП 2.1.5.1059–01 «Гигиенические требования к охране подземных вод от загрязнения» (зарегистрированы в Министерстве юстиции Российской Федерации 21 августа 2001 г., регистрационный № 2886).

6.7. Размещение парикмахерских в зданиях без устройства внутреннего водопровода и канализации не разрешается.

Все помещения и оборудование должны содержаться в чистоте. Профилактическая дезинфекция должна обеспечивать снижение микробной контаминации поверхностей, мебели, оборудования, воздуха, обеззараживание инструментов, белья, спецодежды и других предметов, используемых в работе. Для профилактической дезинфекции применяются дезинфекционные средства, разрешенные для применения в соответствии с их назначением Минздравом России в установленном порядке.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.