

OBSAH

1	Úvodem	9
1.1	Dějiny a vývoj kosmetiky, význam pojmu krása	9
1.1.1	Pravěk	9
1.1.2	Starověk	10
1.1.3	Středověk a novověk	13
1.1.4	Vývoj kosmetiky v našich zemích	14
1.2	Náplň, poslání a rozsah kosmetické péče	16
	<i>Kontrolní otázky</i>	16
2	Anatomie kůže	17
2.1	Pokožka	18
2.2	Škára	20
2.3	Podkožní vazivo	21
	<i>Kontrolní otázky</i>	21
3	Adnexa kůže – přídatné kožní orgány	22
3.1	Mazové žlázy	22
3.2	Potní žlázy	22
3.3	Vlasy	23
3.4	Nehty	26
	<i>Kontrolní otázky</i>	27
4	Fyziologie kůže	28
4.1	Ochranná funkce kůže proti vlivům vnějšího prostředí a termoregulační funkce	28
4.2	Smyslová funkce kůže	31
4.3	Sekreční činnost kůže	32
4.4	Depotní činnost kůže	32
4.5	Bariérová, resorpční a respirační funkce kůže	33
4.5.1	Bariérová (obránná) funkce	33

4.5.2	Resorpční (vstřebávací) a respirační (dýchací) funkce	34
	Kontrolní otázky	35
5	Vzhled kůže	36
5.1	Kožní povrch – kožní rýhy a vrásky, zbarvení a tloušťka kůže	36
5.2	Topografická anatomie kůže	37
5.3	Stárnutí kůže, prevence v kosmetice	38
	Kontrolní otázky	40
6	Základní pravidla kosmetické péče	41
6.1	Postup kosmetického ošetření, kosmetické úkony	42
6.2	Hygienické minimum pro pracovníky provozoven služeb	42
6.2.1	Hygienické a bezpečnostní předpisy	43
6.2.2	Zásady při používání prádla pro zákazníky	51
6.2.3	Prostorové členění a vybavení provozoven hygienickým zařízením	51
6.3	Kartotéční záznam	52
	Kontrolní otázky	54
7	Péče o ruce	55
7.1	Leštění a lakování nehtů	64
7.2	Modelace nehtů	66
7.3	Masáž rukou	67
7.4	Parafínový zábal	71
	Kontrolní otázky	74
8	Barvení obočí a řas	75
	Kontrolní otázky	77
9	Posouzení pleti – kosmetická diagnóza	78
9.1	Promaštění	79
9.2	Tonus a turgor	81
9.3	Vrásky	82
9.4	Barva kůže	85
9.5	Odchylky od normy	85
9.6	Tvar obličeje	91
	Kontrolní otázky	93

10	Čištění pleti	94
10.1	Povrchové čištění pleti	94
10.1.1	Druhy čisticích přípravků	94
10.1.2	Technologický postup	96
10.1.3	Přípravky podle typu pleti	96
10.2	Napárka obličeje	97
10.3	Hluboké čištění pleti	100
10.3.1	Technologický postup	100
	<i>Kontrolní otázky</i>	101
11	Pleťové masky a zábaly	102
	<i>Kontrolní otázky</i>	108
12	Ošetření jednotlivých typů pleti	109
12.1	Normální pleť	109
12.2	Smíšená pleť	112
12.3	Suchá pleť	115
12.4	Mastná pleť	118
12.5	Citlivá pleť	120
12.6	Stárnoucí pleť	122
12.7	Rozšířené žilky – kuperóza	125
	<i>Kontrolní otázky</i>	126
13	Poškození kůže chybnými kosmetickými úkony a kosmetickými přípravky	127
	<i>Kontrolní otázky</i>	128
14	Přístroje používané v kosmetických salonech	129
	<i>Kontrolní otázky</i>	138
	Literatura	139