

Budapesti Komplex Szakképzési Centrum
Erzsébet Királyné Szépészeti Szakgimnáziuma

kozmetikus belső gyakorlati vizsgaszabályzata

BUDAPESTI KOMPLEX SZAKKÉPZÉSI CENTRUM
ERZSÉBET KIRÁLYNÉ SZÉPÉSZETI SZAKGIMNÁZIUMA

KOZMETIKUS

GYAKORLATI KÖZTES ÉS SZAKMAI VIZSGA

SZABÁLYZATA

A szakmai anyagot készítette: Kállai Krisztina, Horváth Istvánné, Birényi Zsuzsa, Lovas Erika, Drofti Melinda, Lukács Krisztina, Bódi Edit
Szerkesztette: Kállai Krisztina

Minden jog fenntartva

FELADATTÓL FÜGGETLENÜL SZÜKSÉGES A VIZSGÁN:

- kezelőágyhuzat, vagy lepedő a kezelőszék beterítésére
- kb. 50x100 cm-es frottír törölköző a szék fej felőli végének beterítésére
- kezelő ruha a modellnek
- hajpánt és hajháló/sapka a modellnek
- papucs a modell lábára
- takaró vagy egy fürdőlepedő a vendég betakarására, ha fázna
- kis szeméttároló (kiskuka)
- vattatartó
- a modell arcának letisztítására alkalmas anyag (arctej, tonik, tisztító zselé v. hab), vatta, v. kiskendő, frottírkesztyű
- dekoráció (szerény, nem nagy helyet foglaló), lehet pl. egy díszgyertya, szárazvirág kompozíció, szobrocska, üvegkavicsok... Allergizáló dekoráció (pl. erősen illatozó potpourri, füstölő) kerülendő!
- a munkaruhán elhelyezett kitűző a vizsgázó teljes nevével
- munkanapló

Minden felhasznált textília fehér színű legyen.

Fertőző betegségben szenvedő tanuló és modell nem vehet részt a vizsgán.

A modell kezelése által érintett bőrfelületén bőrbetegség nem lehet (nem fertőző sem).

Modell csak **18. életévét betöltött nő** lehet. (Ez alól kivételt képez a diagnosztizálás vizsgafeladat, amelynél a modell életkorát tekintve lehet 14-18 év közötti, neme lehet férfi is.)

A modell lehet kozmetikustanuló vagy végzett kozmetikus is, de nem kommunikálhatnak a vizsga ideje alatt.

A vizsgafeladatokra vonatkozó **ellenjavallatokat** a vizsgán is be kell tartani.

A modellen semmilyen **ékszer** nem lehet. Az arcán lévő piercinget a vizsga előtt el kell távolítani.

A vizsgázónak a **haját** össze kell fognia, óra, karlác, karkötő, gyűrű, hosszabb nyaklánc, lógó fülbevaló nem lehet. Ízléses, szolid piercinget viselhet a vizsgázó.

A **vizsgázó ruhája** lehet színes, egy vagy többrészes: nadrág vagy szoknya, felül póló, blúz, köpeny. A ruházat diszkréten nőies legyen: ne legyen átlátszó, nem lehet mélyen dekoltált, ujjatlan, nem lehet bő, lógó ujjú. Az alj nem lehet short, miniszoknya, testhez álló "cicanadrág". A munkaruhának makulátlanul tisztának, vasaltnak kell lennie. Céges logóval ellátott ruházat viselése megengedett.

A **vizsgázó körme** rövid, lekerekített legyen, átlátszatlan lakkot nem viselhet. Műkörmöt viselő tanuló nem kezdheti meg a vizsgázást.

Minden vizsgafeladatnál az alkalmazható bőr- és eszközfertőtlenítő termék nevét és hatóanyagát tudni kell.

A „szükséges anyagok és eszközök” címszó alatt felsoroltakat a vizsgázónak kell magával hoznia a vizsgafeladatok teljesítéséhez.

A vizsgáztató kozmetikus mesterek is viselnek kitűzőt, amelyen a nevük szerepel.

kozmetikus belső gyakorlati vizsgaszabályzata

Az elégtelen vizsgafeladatról jegyzőkönyv készül, melyben rögzítésre kerülnek a bukás pontos, kirészletezett okai. A jegyzőkönyvet a vizsgabizottság tagjain kívül a tanuló is aláírja, mellyel igazolja, hogy az abban foglaltakat tudomásul veszi.

Az értékelésnél figyelembe vesszük a megjelenést, munkanaplót, eszköz- és anyagok szakszerű, higiénikus állapotát, szakszerű munkavédelmi szempontoknak megfelelő alkalmazását.

A szakma munkavédelmi előírásainak nem megfelelő állapot esetén a vizsgázó a vizsgát nem kezdheti meg. Az esetről jegyzőkönyv kerül felvételre.

Tartalomjegyzék:

Borogatás

Tartós szempillafestés } a két feladat kivitelezése
Szemöldökfestés } együttesen 20 p

Szemöldök-igazítása 15 p

Kendőzés (alkalmi smink készítése soros vagy tincses műszempilla felhelyezésével)
köztes vizsgán 50 p, szakmai vizsgán 60 perc

Gyantázás saját modellen 15 p

Összefüggő iskolamasszázs saját modellen, bőrtípusnak megfelelően 30 p

Saját modell diagnosztizálása előre elkészített diagnosztikai lap alapján 10 p

Saját modell kezelése központilag kiadott kezelési terv minta alapján 100 p

Idegen modell diagnosztizálása központilag összeállított diagnosztikai lap kitöltésével 20 p

Idegen modell diagnosztizálása és kezelési terv készítése 80 p (40+40 p)

Tartós sminkkészítés plasztikon speciális arc-, illetve testkezelés saját modellen előre elkészített kezelési terv alapján 100 p (80+20 p)

Kozmetikában alkalmazott elektrokozmetikai alapkészülékek használata 10 p

BOROGATÁS

Szükséges anyagok és eszközök:

- gyógytea: felpuhító és/vagy nyugtató hatású legyen, pl. fehérmályva gyökér tea, hársfavirág tea, kamilla tea ... A teának melegnek kell lennie a felhelyezéskor. A borogatás hőmérsékletét a vizsgabizottság ellenőrzi.
- felpuhító pakolás (krém, gél...): hatóanyagát ismerni kell.
- termosz: a tea melegen tartására
- kiskendő (egy textil tetrapelenka egynegyede = textil nyomkodó kendő (vatta ne), vagy egy borogatáshoz előre kiszabott álarc alakú textília
- vesetál vagy más műanyag tál, amibe megmerítjük a kiskendőt
- folpack (vízszigetelő réteg)
- egy min. 50x100-as fehér frottír törölköző vagy két kisebb, amely azonban teljes fedést biztosít (mint hőszigetelő réteg)
- olló (a folpack elvágásához)

A bőrre felpuhító krémet/gélt csak akkor kell kenne a vizsgázónak a borogató textília alá, ha nem masszázst követően történik a borogatás felhelyezése.

Bórvizes vattakorongot csak úgy helyezzen a szemre a vizsgázó, hogy az ne érintkezzen a tisztítás által érintett bőrfelülettel, mert a bőrvíz savas pH-jú, nem szándékozunk tisztítás előtt összehúzni. A szemhéjra helyezett vattakorongot a puhító, nyugtató teával is át lehet itatni, de csöpögésmentesre ki kell nyomkodni.

Szigorúan csak az orrnyílások maradhatnak szabadon. Az orrhegyet is be kell borogatni, ügyeljünk az arc peremterületeinek befedésére is! A nyak középvonaláig érjen a borogatás.

A teával átitatott textília annyira legyen csak nedves, hogy abból nem csoroghat a tea.

kozmetikus belső gyakorlati vizsgaszabályzata
SZEMPILLAFESTÉS

Szükséges anyagok és eszközök:

- üvegtálka, pohárka a festék kikeveréséhez
- üveg- vagy műanyagpálca vagy páratka, de csak egyszer használatos eszközként.
Hegyes fogpiszkáló alkalmazása tilos!
- lemosó tál: lehet műanyag, kerámia, üveg, alakja illeszkedje az archoz
- fültisztító pálca, lehet kézzel készített is
- szemöblítő pohár
- szempillafestéshez alátét
- papír zsebkendő, papírtörölő
- vatta
- festőkönyv
- professzionális szempillafesték
- H₂O₂
- vazelin
- bőrvíz
- szemcsepp (műköny, Visine...)

A modell szempillája nem lehet előre befestett.

Az alátét lehet termékgorgalmazónál vásárolt, vagy a tanuló által elkészített – vattakorongból, kávé filterből, papírzsebkendőből, itatós papírból, szilikonból – csak esztétikus, valamint a szempilla méretének megfelelő legyen (tehát ne legyen se túl kicsi, se túl nagy), kontúrjai határozottak legyenek, ne legyen szöszsős.

A H₂O₂ koncentrációja a festégyártó által a használati útmutatóban előírt legyen.

Pillák tövével sminketovált modell nem hozható!

Minden első festés esetében el kell végezni a bőrpróbát, melyről nyilvántartást kell vezetni!

A nyilvántartás neve: „Festőkönyv”, ennek tartalmaznia kell a vendég adatait, a festékpórába időpontját, a felhasznált vegyi anyagokat, annak eredményét, a bőrpróbát végző személy (tanuló) és a modell aláírását. Továbbá a festék hatóanyagát és a márkanevét. A festőkönyvet minden vizsgán be kell mutatni.

A festés során a modellt a kezelőszékben ülő pozícióba helyezzük!

A megfelelő koncentrációjú H₂O₂ oldattal kikevert festék kb. tejföl sűrűségű legyen, ne legyen folyós, mert így könnyen belefolyhat a szembe!

Elegendő az alátétet vazelinnel bekenni, nem kell az alátét alatti bőrt is. Ha valaki a szem alatti területet is bevazelinossa, az ecsettel nem történhet.

A felső szemhéj pillákhoz közeli részét be kell vazelinózni. Erre a célra egyszer használatos (fültisztító pálcika), vagy könnyen fertőtleníthető eszközt alkalmazhat a vizsgázó (tehát ecsetet nem).

A festéket úgy kell felvinni, hogy a szempilla tövétől a szempilla végéig befedje azt, a sorban az első és az utolsó szál is festékes legyen!

Bármelyik festékfelhelyezési technika elfogadható, mindegy, hogy tincsesen készíti el a tanuló, vagy letapasztva, arra kell ügyelni, hogy minden szál szempilla a tövétől a hegyéig be legyen festve és a szemhéjon ne maradjon festék!

A festés végén az alátétet kívülről befelé emeljük le, és a kukába dobjuk (nem a lemosó tálba).

Festéklemosásnál elfogadható mind az orcára, mind az állkapocshoz helyezett lemosó tállal történő lemosás. A modell nyakába, fülébe ne csorogjon víz a lemosás során.

Budapesti Komplex Szakképzési Centrum
Erzsébet Királyné Szépészeti Szakgimnáziuma

kozmetikus belső gyakorlati vizsgaszabályzata

A vattacsomó segítségével a külső szemzugból induló befelé irányuló mozdulattal végezhető a lemosás. A lemosáshoz használt vattát nem dobhatja a vizsgázó a lemosótálba.

A festék lemosása után történik a bőrvizes öblögetés speciális szemöblögető pohárral. Az öblögetés kötelező. Az öblögetés történhet egy vagy két szemöblögető pohárkával. Az öblögetés ideje alatt a modell segíthet a vizsgázónak abban, hogy a vesetálat tartja a saját arca alatt.

Festés után, ha szükséges, csöpögtessünk szemcseppet a modell szemébe, majd borogassuk le.

A szakmai vizsgán sorsolt modellen kell bemutatni a feladatot.

kozmetikus belső gyakorlati vizsgaszabályzata
SZEMÖLDÖKFESTÉS

Szükséges anyagok és eszközök:

- szempilla- és szemöldökfesték: szigorúan csak szempilla- és szemöldökfesték használható, tehát hajfesték nem! A választott festék színe harmonizáljon a modell színvilágával. Tehát pl. egy szőke modellt barna festékekkel fessünk. Tudni kell a festék márkáját és hatóanyagait.
- hidrogén-peroxid oldat: töménysége a festék használati útmutatójában megadottal kell, hogy egyezzen. Lehet a zselés állagú vagy a víz folyékonyoságú változat is. Ha saját hígítású, csak deszt. vízzel hígított használható. Az oldatot tartalmazó flakonon szerepelnie kell a készítmény nevének és koncentrációjának, a készítés/felbontás dátumának (a H₂O₂ gyors bomlása miatt).
- keverőpohárka: anyaga lehetőleg üveg legyen (a műanyagot megfogja a festék, a fém gyorsítja a H₂O₂ bomlását)
- keverőpálca: anyaga lehet üveg vagy műanyag, fa (párátka) csak abban az esetben, ha minden festésnél újat használunk (higiéniai okok miatt. Hegyes fogpiszkáló nem használható.)
- fültisztító, vagy saját készítésű vattás végű pálcika (pl. fogpiszkálóra csavart vatta)
- vazelin
- vatta a lemosáshoz
- bórvíz (összetételét tudni kell: a bórsav 2%-os vizes oldata)

A modell szemöldöke nem lehet előre befestett.

A feladat jellege miatt olyan modellen nem mutatható be a feladat, akinek a szemöldöke tetovált, piercingezett.

A festék és a H₂O₂ aránya a használati útmutatóban előírt, nagyjából tejföl sűrűségű legyen.

A vizsgán nem használható a modell kérésére víz a H₂O₂ helyett.

A festék felvitelére ecset is alkalmazható.

A forma kialakításánál figyelembe kell venni az arc alkati adottságait. (pl. szögletes arcnál kerekített legyen az eleje, ne törjük meg az ívet, kifelé vékonyodjon, a szemöldök legmagasabb pontjának helye...)

A vazelines és a felesleges festék eltávolítására szolgáló pálcikát a tanuló saját kezére, csuklójára törölnie tilos, erre a célra használjon külön eldobható törülköndőt, zsebkeendő. A vizsgafeladat ettől nem érvénytelen, de jegylevonást von maga után.

A szemöldök körbevazelinezése alkalmazható, de nem kötelező.

Ha festék túlságosan megfogta a bőrt, emiatt a festés túl sötét lett, nem korrigálható szappanos vattával.

Bórvizes vattával áttörölendő a szemöldök a festés után (fixálás, nyugtatás).

A szakmai vizsgán sorsolt modellen kell bemutatni a feladatot.

kozmetikus belső gyakorlati vizsgaszabályzata
SZEMÖLDÖK FORMÁZÁSA

Szükséges anyagok és eszközök:

- jó minőségű csipesz: rozsdamentes acélból készült, lehet ferde vagy egyenes végű, nem éles (sarkain lekerekített), jól illeszkedjen, záródjon a vége amikor összenyomjuk
- eszközfertőtlenítő a csipeszre. Nevét és hatóanyagát tudni kell.
- bőrpuhító krém (paraffin-szénhidrogén tartalmú: vazelines, paraffin olajos. A puhító krém hatóanyagát tudni kell).
- vatta
- bőrvíz (összetételét tudni kell: a bórsav 2%-os vizes oldata)
- szemöldök kefe a szemöldök fésülésére
- nyugtató krém (pl. Alsol, Bepanthen, Neogranormon... hatóanyagát tudni kell)

Olyan modellt kell hozni, akinek a szemöldökén bemutatható a vizsgafeladat (vannak felesleges szálak a szemöldökében).

Addig ne kezdje meg a vizsgázó a szedést, amíg a vizsgáztatók oda nem érnek a tanulóhoz, hogy látható legyen a feladat a munka végzése közben.

A csipeszt eszközfertőtlenítővel a szedés előtt fertőtleníteni kell.

Nem szükséges minden egyes eltávolított szál után egyenként áttörölni a bőrvizes vattával a szemöldököt.

A szemöldököt kívülről befelé, középen a fejtető irányából kell szedni. Csipeszelés közben nagyon fontos a bőrt kifeszíteni. A kifeszítésnél kis területet kell kifeszíteni, azt, amelyiken éppen csipeszel a vizsgázó, nem egyszerre a szemöldök teljes hosszát.

A szedést a vizsgázó arról az oldalról végzi, amelyikről jól hozzáfér a modellhez, szedés közben oldalt is válthat.

A vizsgázó a modell háta mögött ülve és a modellel szemben állva is csipeszelhet.

A puhító és nyugtató krém lehetőleg ne legyen azonos. Ha eleve zsíros az arc bőre (pl. masszáz után következik a szemöldökszedés feladata), nem kell bekenni, de akkor is tudnia kell a puhító krém hatóanyagát.

KENDŐZÉS

Szükséges anyagok és eszközök:

Nappali kikészítésnél:

- eszközök: szivacsok, ecsetek, szemöldök kefe, fültisztító (igény szerint, egyedileg)
- anyagok: alapozó, korrektor, púder (kő vagy por), pirosító, szem- és szájkontúr ceruza, szemhéjpúder, szempillaspirál, rúzs és/vagy szájfény.

Délutáni és esti kikészítésnél:

- eszközök: szivacsok, ecsetek, szemöldök kefe, fültisztító (igény szerint, egyedileg)
- anyagok: alapozó, korrektor, púder (kő vagy por), pirosító, szem- és szájkontúrceruza, szemhéjpúder, csillámpor, műszempilla, tus, szempillaspirál, rúzs és/vagy szájfény.
- tonik a kendőzés előtti zsírtalanításhoz

A modell nem lehet tetovált a smink által érintett területen (száj, szem, szemöldök).

A bőrt zsírtalanítani kell smink előtt, mert az előző vizsgafeladatokról gyakran zsíros a bőr.

Ügyelni kell az egyenes alapozásra (hajtóig, az áll-nyak vonalánál ne legyen éles határ, a bőr színének megfelelő árnyalattal). Az alapozó felvitelére használható szivacs, ecset, de akár ujjakkal is felvihető.

Szemhéjra minimum 3 szín (vagy egy szín 3 árnyalata) használata kötelező nappali sminknél is. Fontos a színek összedolgozása, az átmenet készítés, ne legyen éles határ közöttük.

A szem, száj kontúrozása nappali, délutáni és esti sminknél is kötelező.

Ha rúzs helyett csak szájfényt használ a vizsgázó, a szájfény nem lehet szintelen.

A szemöldököt is hangsúlyozni, formázni kell.

A tus használatánál elvárás az egyenes, egyenes vonalvezetés.

Tincses műszempilla felhelyezésénél minimum 3-3 tincset kell felragasztani.

A szem-száj hangsúlyozásánál ügyelni kell a helyes arányra (vagy szemhangsúlyos, vagy szájhangsúlyos legyen a smink).

A smink elkészítésénél figyelembe kell venni a modell korát, egyéniségét, ügyelni kell a színharmóniára.

A kendőzés befejeztével a hajpántot, sapkát le kell venni a modell fejéről, és a frizuráját is rendezni kell. Kiegészítők használata javasolt. Pl. hajdísz, sál.

A modell a vizsgafeladat megkezdése előtt átöltözhet abba a ruhába, amelyhez a smink készül.

GYANTÁZÁS

Szükséges anyagok és eszközök:

- a gyantázó gépet az iskola biztosítja, de gyantapatronról, (80 v. 100 ml-es kiszerezésű), vagy konzervgyantáról a vizsgázónak kell gondoskodnia
- lehúzó csíkok
- bőrfertőtlenítő (gyantázás előtt-után), a készítmény nevét, hatóanyagát tudni kell
- hintőpor
- gyantázás utáni nyugtató készítmény, nevét, hatóanyagát tudni kell
- olaj a gyantamaradék bőrről történő eltávolítására
- bajusz gyantázása esetén bőrvizes borogatás kellékei vagy hűsítő párna

A vizsgázó a saját gépét is hozhatja, amennyiben az megfelel a munkavédelmi szabályoknak.

A modell bőrét elő kell készíteni: fertőtlenítés és - ha szükséges - hintőporozás.

Olyan modellt kell hoznia a vizsgázónak, aki tudomásul veszi a rá váró szőrtelenítést. Pl. ha bajusz gyanta a teljesítendő feladat, akkor legyen a modell felkészítve arra, hogy azt a műveletet igenis el fogják végezni: „nekem még nem volt, fáj...”, inkább a lábam... stb. kifogásokkal nem élhet.

A gyantapatron görgőfejét ellenőrizni kell a művelet előtt, hogy forog-e.

Lábgyantázásnál térdtől bokáig húzzuk a gyantacsíkot, nem csak félig.

A papír belesimítása a gyantába fentről lefelé és oda-vissza is történhet.

A bőr ellentartása, megfeszítése papírcsík lehúzásakor szükséges.

A csíkot a bőrrel párhuzamosan egy határozott mozdulattal kell lehúzni. A vizsgázó utána kezét a szőrtelenített felületre helyezheti (fájdalomcsillapítóként, csökkenti az esetleges szövetek közé történő savókiszivárgást = ödémaképződést). Aki így gyantáz, annak annyira be kell gyakorolnia a műveletet, hogy ne zavarja a ragacsossá vált kéz a további munkavégzésben.

A vizsgázó az általa megszokott testhelyzetben gyantázhat: szemből vagy oldalról. Viszont a kezét ne cserélgesse, végig az egyik kezét használja lehúzásra és a másikat simításra, ellentartásra.

Szőrnövekedési rendellenességekre, szőrtüszőgyulladásra tudjon a vizsgázó megnevezni, javasolni termékeket és eljárásokat.

A szakmai vizsgán hónalj, kar vagy bikinivonal gyantázását kell bemutatni.

A hagyományos gyanta helyett cukorgyanta is alkalmazható.

MASSZÁZS

Szükséges anyagok és eszközök:

- masszázskrém: bőrtípusnak megfelelő, jól csúszó
- olaj (szükség esetén, a krém csúszósságának fokozására, bőrtípusnak megfelelő legyen)
- tálka, amibe kitesszük a masszázskrémeket, hogy ne a masszázskrém tégelyébe nyúlják a vizsgáló, anyaga lehet üveg, műanyag, fém
- spatula a masszázskrém tégelyből való kivételéhez

Ügyelni kell a megfelelő székbeállításra (vérnyomás-fejmagasság).

A vizsgáló kezének hőmérséklete kellemes legyen, melegítse be kezét, karját, hátizmait a masszázs előtt.

Egyenes háttal, testtől emelt könyökkel kell masszírozni.

A vizsgáztatók nem tehetnek fel kérdést a masszázs anatómiájával kapcsolatosan. Idegkilépési pontokat nem kell bemutatni a vizsgán. (BKIK, 2011. 01. 24., 2012. 02. 07.)

A masszázs megkezdésekor a krémet nem lehet előre csomókba, pontokba feltenni.

Ügyeljen a vizsgáló arra, hogy annyi masszázskrémeket tegyen ki a tégelyből a tálkába, hogy masszázs közben nem nyúlhat kézzel a tégelybe. A masszázskrémről – ha annak állaga megengedi – egy adagot az alkarra is vihet fel a vizsgáló, ha nem szeretne tégelybe nyúlítani a masszázs során. A bőrre felvitt krém mennyiségére is figyelni kell: se túl sok, se kevés ne legyen. A modell haja ne legyen krémes, rendezhető maradjon a frizura.

A masszázs közbeni krémfelvétel során nem akadhat meg a masszázs, egyik kéz mindig a modell bőrén legyen, folyamatosnak kell lennie a kontaktusnak.

A modell bőrének erőteljes kipirosodását kerülni kell. Olyan modellen kell bemutatni a feladatot, akinek bőre nem érzékeny a mechanikai igénybevételre és az alkalmazott krémre, olajra.

Mártogatás, vizezés a vizsgán megengedett.

Az 1./13. évfolyam végén csak iskolamasszázst kell bemutatni. A vizsgán tehát az alábbi mozdulatokat kell tudni bemutatni – az alábbi mozdulatok kérhetők:

- felületi és mély simítás, örvénylő v. körkörös simítás, lift
- felületi és mély dörzsölés
- felületi csipkedés, mély csipés
- gyúrás
- felületi ütögetés, zongorázás, legyezés
- a szem körkörös izomzatának masszírozásához két mozdulatot kell ismerni: a hüvelykujjakkal végzett (amikor a két kozmetikus ujj az állon támaszkodik) és a két oldalon egyszerre, szimmetrikusan a 3. vagy a 3-4. ujjakkal végzett mozdulat.

A 2./14. évfolyam végén és a szakmai vizsgán már üzleti masszázst kell bemutatni.

A vizsgákon a tanulóknak először be kell mutatnia egy 10 perces összefüggő masszázst.

Értékelési szempont a masszázs felépítettsége, egészének üteme, a mozdulatok megfelelő időbeli elhelyezése (mozdulatok sorrendisége) a masszázs során. Az összefüggő masszázs bemutatásakor értékelésre kerül, hogy mennyire sikerült felvennie a vizsgálónak a zene ritmusát, mennyire vette figyelembe modellének bőrtípusát.

Budapesti Komplex Szakképzési Centrum
Erzsébet Királyné Szépészeti Szakgimnáziuma

kozmetikus belső gyakorlati vizsgaszabályzata

Ezután a vizsgabizottság tagjai kérik az egyes mozdulatokat bemutatni. (Mindenki egyszerre zongorázik, mindenki egyszerre gyúr...)

Értékeli a vizsgabizottság, hogy a mozdulatok mennyire szabályosak, a masszázsfogások irányát betartja-e a vizsgázó.

Az iskolamasszázsban nem szereplő, más masszázstípusból (relax, svéd ...) átvett mozdulatokat 14. évfolyamon már kötelező a vizsgázónak a masszázsába beépítenie.

A befejező lépést külön mozdulatokból építse fel a vizsgázó, ne csak egy-egy simító mozdulat legyen az.

Az iskola masszázsban a kulcsoló mozdulat alkalmazása nem megengedett.

kozmetikus belső gyakorlati vizsgaszabályzata
BAJUSZSZŐKÍTÉS

Szükséges anyagok és eszközök:

- szőkítő (blanche) por
- H₂O₂ (3-6 %)
- vazelin
- bőrvíz
- nyugtató hatású krém, zselé, hatóanyagát tudni kell
- tálka a pép kikeveréséhez
- spatula a pép felkenéséhez és eltávolításához
- vatta a lemosáshoz és a borogatáshoz
- kiskendő v. parírtörő

Csak teljesen ép felületen végezhető a szőkítés.

A por és a H₂O₂ aránya kb. 1:2-höz. A szőkítő állagának tejfölszerűnek kell lennie, mert így nem folyik meg.

A vazelint a szőrnövésellentétes irányban, vékonyan és egyenletes vastagságban kell felhelyezni. A szőkítő pépet szintén a szőrnövésellentétes irányban kell felkenni, majd lesimíthatni, hogy a szőrszálak vége ne álljon ki a pépből.

A szőkítő pépet spatulával kell eltávolítani, majd vizes vattával alaposan le kell mosni, végül bőrvízzel át kell törölni a kezelt felületet. Lemosás után a felületet szárazra kell törölni és a nyugtató krémmel v. zselével be kell kenni.

Bőrvizes borogatást is fel kell helyezni a teljes nyugtatás és pH visszaállítás miatt.

A vizsgafeladat végrehajtása akkor megfelelő, ha minden szál egyenletesen kiszőkült, és nem vörös színű, valamint a kezelt felületen nem látható irritáció nyoma.

Abban az esetben, ha a szőkítő pakolás nagyon híg, lefolyik a kezelt felületről, jegylevonás jár.

A tanulóknak ismernie kell a szőkítő por összetételét:

- oxidálószer (Na-perborát, perszulfátok)
- lúgosító szerek (szódabikarbóna)
- sűrítőanyag (magnézium-szilikát, nyákanyagok), tenzidek, festékkadalékok, komplexképzők

kozmetikus belső gyakorlati vizsgaszabályzata
KEZELÉSI TERV, DIAGNOSZTIZÁLÁS

szükséges anyagok és eszközök:

- kezelési terv: A dokumentum ne hulljon szét lapjaira, a vizsgáztató bele tudjon írni (ne legyen fóliázott, ne legyen genotherm fóliában a papír).
A kezelési terv lépéseinek sorrendje igazodhat annak a cégnek a kezelési sorrendjéhez, amellyel dolgoznak a tanulók (lehet a végén is masszírozni, lehet előbb táplálni, mint összehúzni...)
A kezelési tervet NE ÍRJA ALÁ, ne pecsételje le a mester! (Elfogultság kizárása érdekében.) Ehhez kapcsolódva: a vizsgáztató részéről nem etikus feltenni azt a kérdést, hogy kinél tanul a tanuló.
- a kezelési terv szalonkezelésre vonatkozó részében konkrét termékeket kell megnevezni.
Azokat a termékeket, amelyeket nem használunk a vizsga során (pl. összehúzó pakolás), nem kell feltétlenül elhozni, ezekről a készítményekről elegendő egy INCI szerinti összetételt tartalmazó termékismertető katalógust magánál tartania a vizsgázónak.
- spatula és tálka a pakolás felhelyezéséhez
- a pakolás eltávolítására alkalmas eszköz (pl. kistörölköző, frottír kesztyű, kiskendő...)

Ennél a vizsgafeladatnál kivételesen a modell 14-18 év közötti és/vagy férfi is lehet!

A bőrtípust az arc, nyak dekoltázs területén kell meghatározni, de a fedetlen testtájak szembeötlőbb elváltozásait is (pl. hegek, anyajegyek) meg kell említeni.

A szabadon maradó testtájakon (kar, nyak, dekoltázs, hát felső része) diagnosztizálást nehezítheti egy nagyobb felületű testtetoválás, ezért ennek a megengedhető mértékét tenyéryniben maximalizáljuk.

Minden régiót (homlok, orr, áll, orcák, nyak, dekoltázs) külön kell jellemezni. Azonosság esetén egyben is tárgyalható (pl. nyak, dekoltázs gyakran egyforma, vagy a homlok és az áll), de ha szükséges tovább bonthatók az egyes régiók: pl. orcán belül az orr melletti orcarész, vagy a fül előtti rész gyakran eltér az orca többi részétől. Vagy pl. a homlok két oldala lehet más, mint a homlok középső része...) A T-vonal, V- vagy fordított V-vonal kifejezések nem használhatók.

Korpás szeborreás, felsz. víz. bőrtípus is lehet zsírfényes, felfénylő.

Ha a szeborreá típusa kérdéses:

- ahol a komedók lágyak, ott olajos szeborreás,
- ahol kemények a komedók, ott korpás szeborreás, felsz. víz. a bőrtípus.

Kerülendő olyan bőrtípusú modell hozása, akinek a normáltól alig tér el a bőrtípusa, akinek rendellenességek alig figyelhetők meg a bőrén. (Azaz akinek a bőréről „nincs mit mondani”.)

A modell bőrtípusának meghatározásánál

- nem kötelező használni a kombinált bőrtípus kifejezést
- a domináns bőrtípus aláhúzható, illetve azt írja előre a felsorolásban a tanuló
- a kombináltságba bele kell számítani a szemkörnyék, nyak, dekoltázs bőrét is
- a kombináltság vizsgálatánál figyelembe kell venni a gyulladásra hajlamos érzékeny, a szederjes és az aknés bőrtípust
- elfogadható az önmagában csak felszíni vízhiányos bőr, mint bőrtípus
- elfogadható az önmagában csak olajos szeborreás bőr, mint bőrtípus (felszíni vízhiány nélkül)
- elfogadható a kezdődő mélyrétegi vízhiány, felszíni vízhiány, mint bőrtípus
- elfogadható a 'visszahúzó szeborreá' kifejezés és az 'enyhén szeborreás' jelző
- a hiperhidratált bőrtípus nem alapbőrtípus

kozmetikus belső gyakorlati vizsgaszabályzata

A bőr elemzésénél:

- nem fogadható el a korának megfelelő, normálba hajló kifejezés
- nem elegendő annyit írni: „nem megfelelő”, meg kell adni, hogy hogyan tér el az optimálistól: csökkent v. fokozott (kivétel a szaruképzés).

Minden optimálistól való eltérést magyarázzon, indokoljon egy mondatban.

Mindig adjuk meg, a helyet is a jellemzés mellé: Mi, hogyan és hol tér el a normálishoz képest?

MINTA DIAGNOSZTIZÁLÓ LAP

A segédanyagokat törölni kell a beadandó, kész kezelési tervben!

Diagnosztizálás

A modell kora: év

A modell foglalkozása:

Szubjektív tünetek: Amit a célirányos kérdésekre a modell elmond:

táplálkozás, folyadékfogyasztás, élvezeti cikkek fogyasztása, mozgás, friss levegőn való tartózkodás, terhesség, szoptatás, nagyobb műtét, vagy műtét a közelmúltban, betegségek, szedett gyógyszerek (név és hatóanyag szerint), allergia, házi ápolásra használt kozmetikumok, és hogy azokra hogyan reagál a bőre, érzékeny-e valamire..., mikor volt utoljára kozmetikusnál, stresszes-e az élete, milyen anyagcseréje ...

Az anomáliákat kell beírni, amik befolyásolják bőrének állapotát. Tehát azt, hogy nem dohányzik, nem allergiás, nem terhes..., azt nem. Kivételt csak az az eset képezzen, ha fiatal, egészséges modelljéről alig akad közlésre érdemes információ.

Objektív tünetek:

Értelemszerűen a területek összevonhatóak, illetve más felosztásban is jellemezhetőek!

Ez egy kitöltési segédanyag. Minden területnél szerepelnie kell a 6 tünetnek. Természetesen azt írja le, ami látható!

színe lehet:	fénye lehet:	tapintása lehet:	pórusai lehetnek:	comedói lehetnek:	rugalmassága lehet:
-üde -enyhén eritémás -kipirulásra hajlamos -sápadt, fakó -napbarnított (=szolibarna) -kreol	-tompá -matt -zsírfényes -felfénylő	-bársonyos -kissé érdes -érdes -zsíros, síkos	-zárt -szűk -nyitott -tág	-lágycak, -könnyen ürülők -kemények, nehezen ürülők -fekete fejúek (nyílt) -fehér fejúek (zárt) -fonalszerűek -bugyorszerűek	-megfelelő -kismértékben csökkent -csökkent

Arc két oldala:

Homlok-orr-áll:

Szemkörnyék:

Nyak és dekoltázs:

kozmetikus belső gyakorlati vizsgaszabályzata

Rendellenességek:

1. Faggyútermelés szempontjából: Minden optimálistól való eltérést le kell írni. *(Megfelelő vagy nem megfelelő, ezen belül csökkent/fokozott.)* Mindig meg kell adni a helyet is a jellemzés mellé (pl. fokozott a faggyútermelés a ... részeken, máshol megfelelő)!

2. Hidratáció szempontjából: Minden optimálistól való eltérést le kell írni. *(Megfelelő vagy nem megfelelő, ezen belül csökkent/fokozott.)* Mindig meg kell adni a helyet is a jellemzés mellé.

- hám:

- irha:

3. Izomtónus szempontjából: Minden optimálistól való eltérést le kell írni. *(Megfelelő vagy nem megfelelő, ezen belül csökkent/fokozott.)* Mindig meg kell adni a helyet is a jellemzés mellé.

4. Keringés szempontjából: Minden optimálistól való eltérést le kell írni. *(Megfelelő vagy nem megfelelő, ezen belül csökkent/fokozott.)* Mindig meg kell adni a helyet is a jellemzés mellé.

Amennyiben van egy pár hajszálértágulata, ne írjuk, hogy a keringése fokozott, ha egyébként sápadt. Írjuk ki, hogy artériás, vagy vénás hajszálerek láthatóak-e.

5. Szaruképzés szempontjából: Minden optimálistól való eltérést le kell írni. Mindig meg kell adni a helyet is a jellemzés mellé. A szaruképzésnél, ha az nem megfelelő (pl. az olajos szektoránál és az alipikus bőrtípusoknál), elegendő azt írni: nem megfelelő, nem kell megadni, hogy csökkent vagy fokozott.

6. Pigmentáció szempontjából: Minden optimálistól való eltérést írjon le! *(Megfelelő, nem megfelelő, ezen belül csökkent/fokozott.)* Mindig meg kell adni a helyet is a jellemzés mellé.

7. Szőrnövés szempontjából: Minden optimálistól való eltérést le kell írni. *(Megfelelő vagy nem megfelelő, ezen belül csökkent/fokozott.)* Ne azt írja, hogy megerősödött lanugó szálak, hanem elemezze pontosan, amit lát: színe, hossza, sűrűsége, vastagsága. Nem mindenkinek van egyszerre mind a négy elváltozás.

A modell bőrtípusa testtájanként:

Értelemszerűen a területek összevonhatóak, illetve más felosztásban is jellemezhetőek!

- Az arc két oldala:
- Homlok-orr-áll:
- Szemkörnyék:
- Nyak:
- Dekoltázs:

Összegezve a modell bőrtípusa:

Elemi elváltozások: Milyen elemi elváltozások és pontosan mely területen láthatók, az áttekinthetőség érdekében felsorolás jellegűen (folt, göbök, csalángöb, hólyagok, ciszta, repedés, pikkely, pörk, heg).

kozmetikus belső gyakorlati vizsgaszabályzata

Szövegszaporulatok: Milyen szövegszaporulatok és pontosan melyik területen láthatók, az áttekinthetőség érdekében felsorolás jellegűen (fibróma, anyajegyek, egyéb növedékek)

A kezelés célja, alapelvei: Ez egy kitöltési segédanyag, válassza ki a bőrtípusnak megfelelőket!

- a bőr letisztítása, tonizálása
- a felhalmozódott szarupikkelyek eltávolítása,
- bőrlégzés normalizálása
- szaruképzés normalizálása
- a modell bőrtípusának megfelelően a keratinképzés normalizálása
- a bőr felpuhítása
- komedók eltávolítása
- faggyúmirigy működésének normalizálása, csökkentése az adott területeken
- a hám/keratin hidratálása
- a bőr mélyebb rétegeinek hidratálása
- az érzékeny, gyulladásra hajlamos területen az erek összehúzása, nyugtatása, gyulladás csökkentése
- regenerálás
- a bőr életerejének a megtartása
- táplálás
- ránckezelés: a meglévő degenerációs ráncok mélységének csökkentése, kezelése
- a bőr rugalmasságának megőrzése, fokozása
- fiatalkori szeplők, terhességi májfoltok halványítása
- fényvédelem
- a vastagabb, sűrűbb, hosszabb és sötétebb lanugó szálak eltávolítása (pubertáskorban a szálak szőkítése)
- tanácsadás az otthoni bőrápoláshoz
- kerülni kell a magas etanol-, koleszterintartalmú kozmetikumok alkalmazását
- kerülni kell az illat- és festékanyagokat
- kerülni kell a szélsőséges kozmetikai eljárásokat

Otthoni ápolásra konkrét termékeket kell ajánlani, a termék megnevezésével. Meg kell adni:

- reggel, este: a konkrét arctej, tonik vagy egyéb letisztításra alkalmas kozmetikum (pl. hab, gél...) megnevezése
 - nappalra: a konkrét nappali krém (fényvédőt tartalmazzon), kézkrém, testápoló, ajakbalzsam
 - éjszakára: a konkrét éjszakai krém, szemránccsoporsó, szemránckrém.
 - hetente: peeling, pakolás vagy egyéb ötlet, javaslat
- Ezek a termékek ne legyenek egy az egyben azonosak a szalonkezelés anyagaival.

Utókezelés:

- Kiegészítő kezelés: pl. két hetente enzim peeling, masszáz, ultrahang ...
- Havonta: tisztító kezelés, pakolás, maszk (gumi, csokoládé, gipsz, paraffin, parafangó, oxigén, alga, termoálarc)
- Kúraszerűen javasolt: pl. testkezelés, testtekeresés, vákuum, interferencia, fászlizás, infrasauna, feng-shui, hullámmasszázs, mikrodermabrázió, hidroabrázió, halványítás
- Gépi kezelések (kötelező!): ultrahang, iontoforézis, hideg-meleg vasalás, tű nélküli mezoterápia, rádiófrekvencia ...

kozmetikus belső gyakorlati vizsgaszabályzata

Ajánlás az otthoni ápolásra:

- alkalmazza az általam ajánlott, bőrtípusának megfelelő kozmetikumot
- fogyasszon kevesebb fűszeres ételt, édességet
- fogyasszon több zöldséget, gyümölcsöt
- fogyasszon napi 2-2,5 liter vizet, gyógyteát, frissen facsart gyümölcs és zöldséglevet
- tartózkodjon sokat a friss levegőn
- mozogjon rendszeresen, lehetőleg friss levegőn
- tavasszal és nyáron fokozottan figyeljen a bőr fényvédelmére
- javaslom, hogy évente menjen el bőr-, bel-, nőgyógyászati és mammográfiai kivizsgálásra
- a szubjektív tünetekben megjelenő problémák, káros szenvedélyek kerülése, elhagyása

1./13. évfolyam végén csak diagnosztizálni kell az idegen modell bőrtípusát, elemi elváltozásokat, meg kell határozni a kezelés célját, de a kezelési tervet nem kell elkészítenie. A diagnosztika elkészítésének ideje 20 perc.

A szakmai vizsgán az idegen modell diagnosztizálása mellett kezelési tervet is kell készíteni. Itt 40 perc felkészülési idő áll a tanulók rendelkezésére, melyben a vizsgázók a feladat első pár percében szubjektív tünetekre vonatkozó kérdéseket tehetnek fel a modelleknek.

A vizsgáztató kozmetikus mester az általa ellenőrzött, kikérdezett kezelési tervet aláírja.

A kezelés menete:

Kizárólag az EU területén forgalomba-hozatali engedéllyel rendelkező, professzionális (csak kozmetikus szakembereknek értékesített) termékekkel készíthető a kezelési terv. A kezelési sort egy cég termékeiből kell összeállítani (nem kombinálhatók a kül. cégek termékei)

A hatóanyagoknál 2-4 hatóanyagot kell megnevezni. Hatóanyagoknak az számít az adott lépésnél, ami a kívánt hatást eléri: pl. a letisztításhoz ami eltávolítja szennyeződéseket a bőr felszínéről (pl. tenzid, zsíradék, lásd a 20. oldalon található táblázatban!

A hatóanyagoknál nem kell megnevezni a növény hatóanyagát, elegendő a növény megnevezése, ha az INCI szerinti összetételben csak a növény neve szerepel.

A vizsgázó a felelete során - a termék hatóanyagainak ismertetésekor - használhatja a terméken lévő INCI-listát.

Az alkohol-tartalmú tonikoknál, fertőtlenítő oldatoknál meg kell adni az alkohol koncentrációját (amennyiben az tudható).

Az összehúzást és táplálást helyspecifikusan kell megtervezni. Amennyiben a modell bőrtípusa megkívánja, akár 2 összehúzó és 4-5 féle tápláló pakolást kell feltenni. A szemre és a szájra is kell tápláló pakolást írni, a kettő akár azonos is lehet. A dekoltázsra és a nyakra, a felkarra is szükséges a pakolást felkenni. A szemre nem szükséges bőrvizes vagy egyéb hatóanyagot vattakorongot helyezni, de alkalmazható.

A pakolást nem szabad a hajba, hajpántba belekenni, de a két orrnyílás közötti és a felső ajak feletti bőrrész (bajusz területe) legyen bekenve. A dekoltázs teljes felszíne, a vállak és a felkarok felső fele legyen bekenve. Ecsettel készített díszítő mintát ne alkalmazzon!

A pakolást nem közvetlenül a tégelyből, hanem kistálkából vagy kézfejről (de tenyérből nem!) lehet felvinni a modell bőrére. (Hogy elkerüljük a tégelybe való visszanyúlást.)

Nappali vagy éjszakai krémeket nem fogadható el pakolásként.

Zselé abban az esetben alkalmazható tápláló pakolásként, amennyiben a hiányzó zsírsavak pótlására a kezelés későbbi fázisában (pl. egy második masszázis során) sor kerül.

kozmetikus belső gyakorlati vizsgaszabályzata

A pakolás tetszőlegesen felvihető (kézzel, spatulával, ecsettel) és lemosható (vattakorong, nedves kiskendő, szivacs, frottír kesztyű ... Szivacs választása esetén - higiéniai okokból - még nem használt, bontatlan csomagolásból elővett szivaccsal mosható le a pakolás.)

Minden termék a saját eredeti csomagolásában legyen kirakva, fel kell tüntetni a felbontás dátumát. A tanműhelyes tanulókra vonatkozóan: egy csoportban vizsgázóknak lehetnek közös tégelyben a termékek. Pl. két tanműhelyes tanulónak vagy egy gazdálkodó szervezetnél tanulónak lehet egy tégely masszázskréme, egy tégely peelingje ...

A vizsgafeladathoz kapcsolódó elméleti tananyagrészekből tehetnek fel kérdést a vizsgabizottság tagjai. Vitás elméleti kérdés esetén, keressenek, kérdezzenek az iskolában tartózkodó kozmetikus szak- v. anyagismeret tanárt, lehetőleg az adott osztályt tanítót.

Az elektrokozmetika feladat bemutatása:

- szakszerű üzembe helyezés, beállítások, a készülék működésének gyakorlati bemutatása saját modellen
- ismerje a készülék javallatait, ellenjavallatait
- a szakmai vizsgán az alábbi készülékek szerepelhetnek (tétel húzás alapján): gőzölő, vapon, mikrodermabrázió, hidroabrázió, frimátor, iontoforézis, ultrahang, v. hideg-meleg arcvasaló vagy melegvasaló.

Tartós sminkkészítés plasztikon speciális arc-, illetve testkezelés saját modellen előre elkészített kezelési terv alapján:

1. Tartós sminkkészítés
2. Speciális arckezelés
3. Speciális testkezelés

A vizsgázónak legkésőbb a vizsgára jelentkezésig el kell döntenie, hogy mely vizsgafeladatot kívánja elvégezni a vizsgán.

Tartós sminkkészítéshez szükséges eszközökről és anyagokról a vizsgázónak kell gondoskodnia! A tartós sminkkészítésnél a vizsgázónak olyan területet kell választani, amely a vizsgafeladat időtartamába (80 p) belefér.

A speciális arc- és testkezeléshez szükséges elektrokozmetikai készüléket az iskola, az egyéb eszközöket és anyagokat a vizsgázó saját magának biztosítja.

Speciális arc- illetve testkezeléskor az alábbi kezelések végezhetők:

Arckezeléskor: spa, lifting, anti-aging, hámlasztó, halványító, szem-, nyak- és dekoltázskezelés végezhető különleges hatóanyagokkal a bőrtípusnak megfelelően. A különleges hatóanyagok mellett speciális elektrokozmetikai készülékeket is be lehet építeni a kezelés menetébe.

Testkezelésnél: kézzel végzett teljes testmasszázs, spa, body wrapping, vákuum, interferencia, ingeráram, stb.

Testkezelésnél meg kell adni a bőrfelszín letisztítására használt termékeket (lemosó, peeling), anyagcsere-fokozó hatóanyagokat, technikát és/v. gépi kezelést.

Megjelenítendő, megjeleníthető hatóanyagok az egyes kezelési lépéseknél

INCI-ből kell tájékozódni!

Ez az elvi alap:

Ezek csak példák:

lemosóban	arctejben: - zsíradék - tenzid arcvízben: - etanol, izopropil-alkohol (Lehetőleg %-ban kifejezett érték!) - tenzid felhabzó lemosóban: tenzid lemosó olajban: zsíradék	növényi: kókuszolaj, ásványi: paraffinolaj izopropil-mirisztát, TEA-szappan Coco-betain Na-lauril-szulfát, Cocamidopropil-betain jojobaolaj
tonikban	sav (pH-helyreállítás, ha szükséges) tenzid vagy etanol, IPA (lemosó zsírmaradékának eltávolítása)	citromsav, almasav coco-glucoside, coco-glutamát
peelingben	mechanikaiban: ami szemcse, (és ami lúgosít, mert szennylazító, puhító) kémiaiban: AHA, BHA, PHA biológiaiban: fehérjebontó enzimek	cukor, tengeri homok, TEA-szappan almasav, szalicilsav, laktobionsav papain, ficin
masszázs- krémekben	növényi zsíradék ásványi zsíradék tenzid hidratáló anyagok	olíva olaj, shea vaj paraffin olaj, vazelinolaj PEG 80 aloe vera, gyümölcsök leve
felpuhítóban	zsír-bontó enzim emulgeálók hidratálók	lipáz, Na-cetearyl-szulfát, lipoaminosavak, TEA-szappan urea, metil-cellulóz
fertőtlenítőben	fertőtlenítő vegyületek atomos oxigén Az etil-alkohol nem fertőtlenít olyan töménységben, ahogy a bőrre felvihető!	cetrimid, klórhexidin H ₂ O ₂ -ből
táplálóban	a bőr saját anyagait visszapótló anyagok: zsírpótlók hidratálók vitaminok kollagén, elasztin, hyaluronsav, peptidek, nyomelemek működést javítók, segítők: antioxidánsok vérbőségfokozók és nyugtatók regenerálók (fibroblaszt-aktiválók)	kakaóvaj, ceramidok Na-laktát, gyümölcsök leve C-vitamin, Q ₁₀ csalán és kamilla fitoösztrogének, őssejt-kivonat, citokinek
összehúzóban	összehúzó nyugtató hámképző	csersav, bőrkósav pantenol, allantoin β-karotin, allantoin
elbocsájtó krémekben	UV-filter bőrtípusnak megf. tápláló TEWL-csökkentő (zsíradék)	TiO ₂ , cinnamátok makadámia dió olaja, biotin méhviasz, ricinus olaj