
Требования в помещению косметического кабинета

Регламентируются тремя сводами правил:

1. Санитарно-эпидемиологические правила и нормы (СанПиН) 2.1.2.2631-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству, оборудованию, содержанию и режиму работы организаций коммунально-бытового назначения, оказывающих парикмахерские и косметические услуги», вступившие в силу 1 августа 2010 года.
2. Федеральный закон РФ от 22 июля 2008 г. № 123-ФЗ «Технический регламент о требованиях пожарной безопасности», действующий с 1 мая 2009 года.
3. Строительные нормы и правила (СНиП) 31-06-2009 «Общественные здания и сооружения» (актуализированная редакция СНиП 2.08.02-89*), утвержденные приказом Минрегиона России от 1 сентября 2009 г. № 390 и начавшие действовать 1 января 2010 года.

Требования в помещению косметического кабинета

- В косметических кабинетах допускается организация до 3 рабочих мест при условии их изоляции перегородками высотой 1.8–2.0 м.
- В жилых домах должна быть организована автономная вентиляция
- В подвальных помещениях лампы дневного света с усиленной светопередачей

Материалы (водостойкие краски, эмали, кафельные и глазурованные плитки, материалы с ламинированным покрытием и другие), используемые для отделки помещений, должны иметь документы, подтверждающие в установленном порядке безопасность используемой продукции. Поверхности стен, потолков и полов, наружная и внутренняя поверхность мебели должны быть гладкими, легко доступными для влажной уборки и устойчивыми к обработке дезинфицирующими средствами.

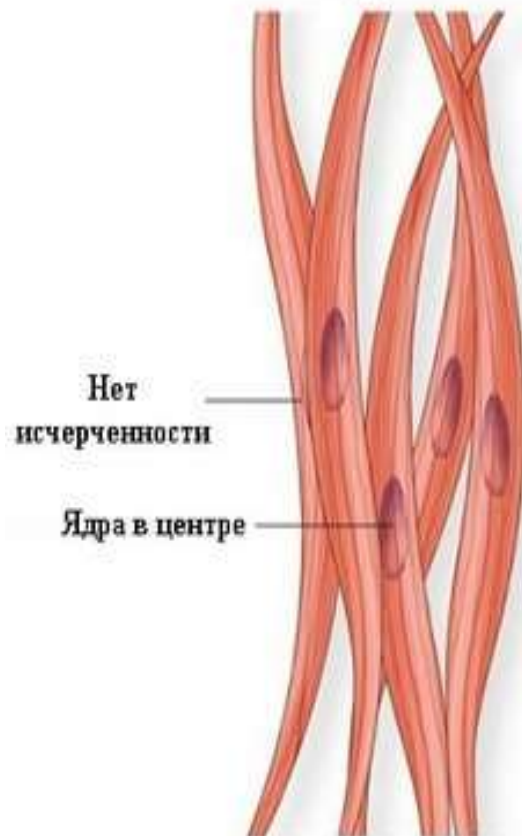
Миостимуляция

- **Электромиостимуляция/мионейростимуляция** — метод восстановительного лечения, в основе которого лежит электрическая стимуляция нервов и мышц, осуществляемая посредством передачи тока с заданными характеристиками от миостимулятора к телу человека через электроды. Широко применяется для реабилитации пациентов после травм, с заболеваниями центральной и периферической нервных систем, в профессиональном спорте и косметологии.

Миостимуляция



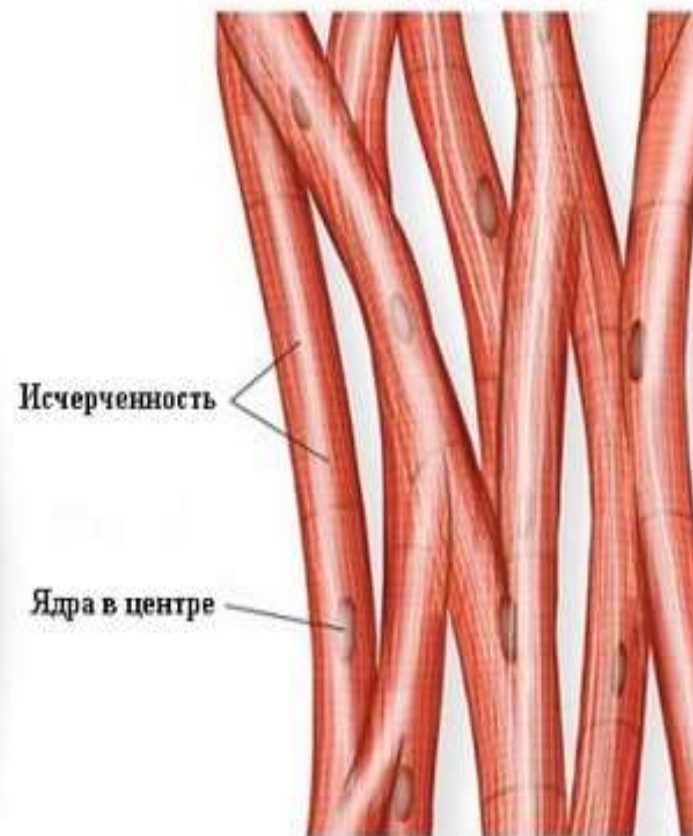
Гладкая

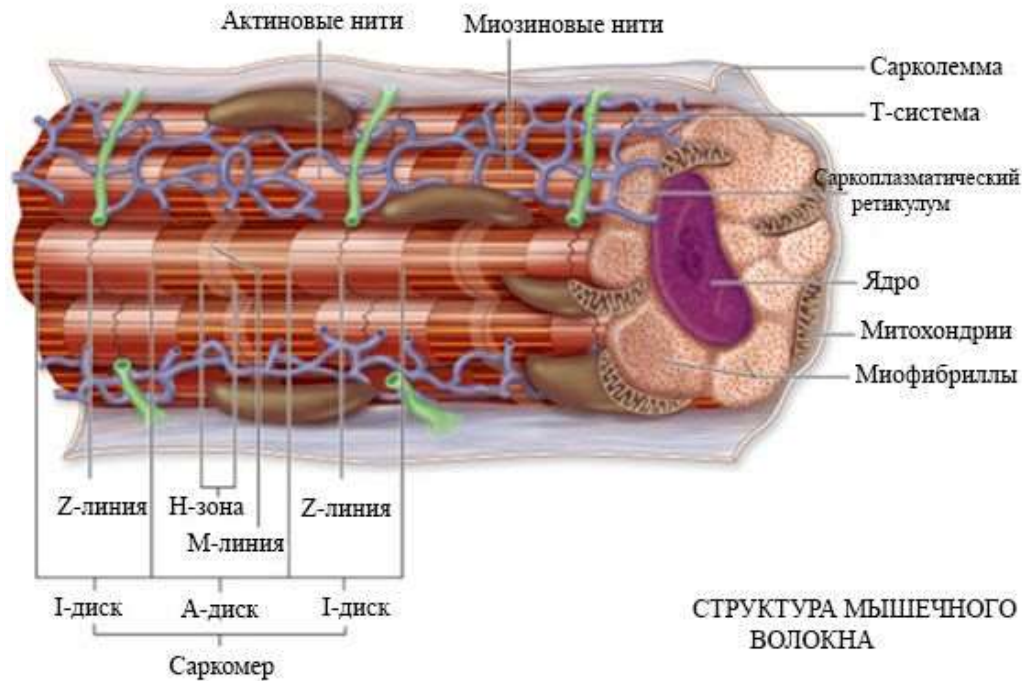


Скелетная

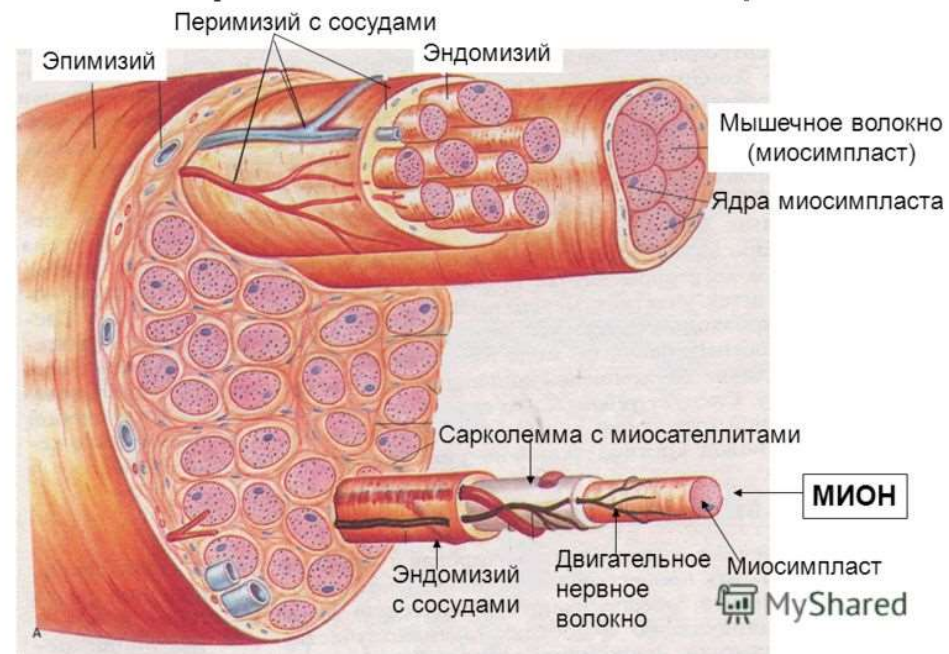


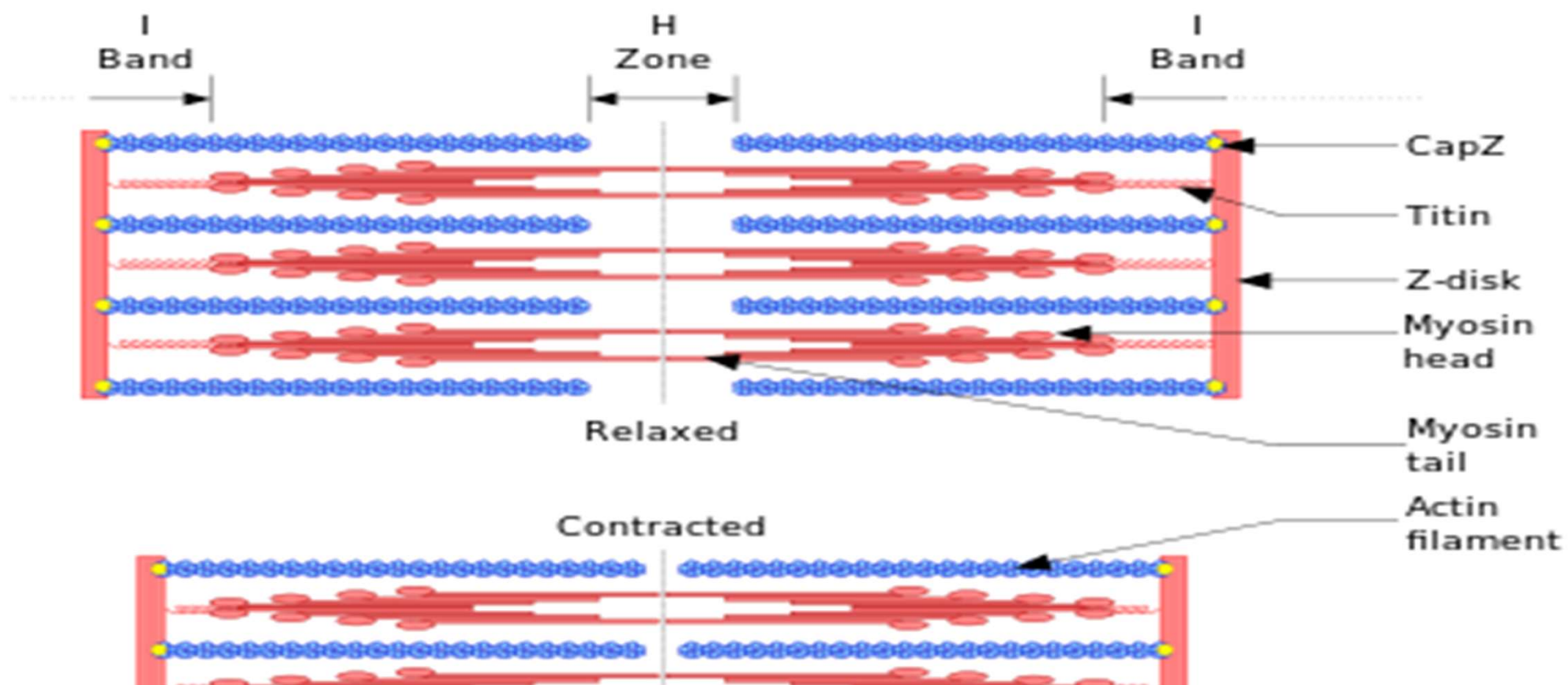
Сердечная

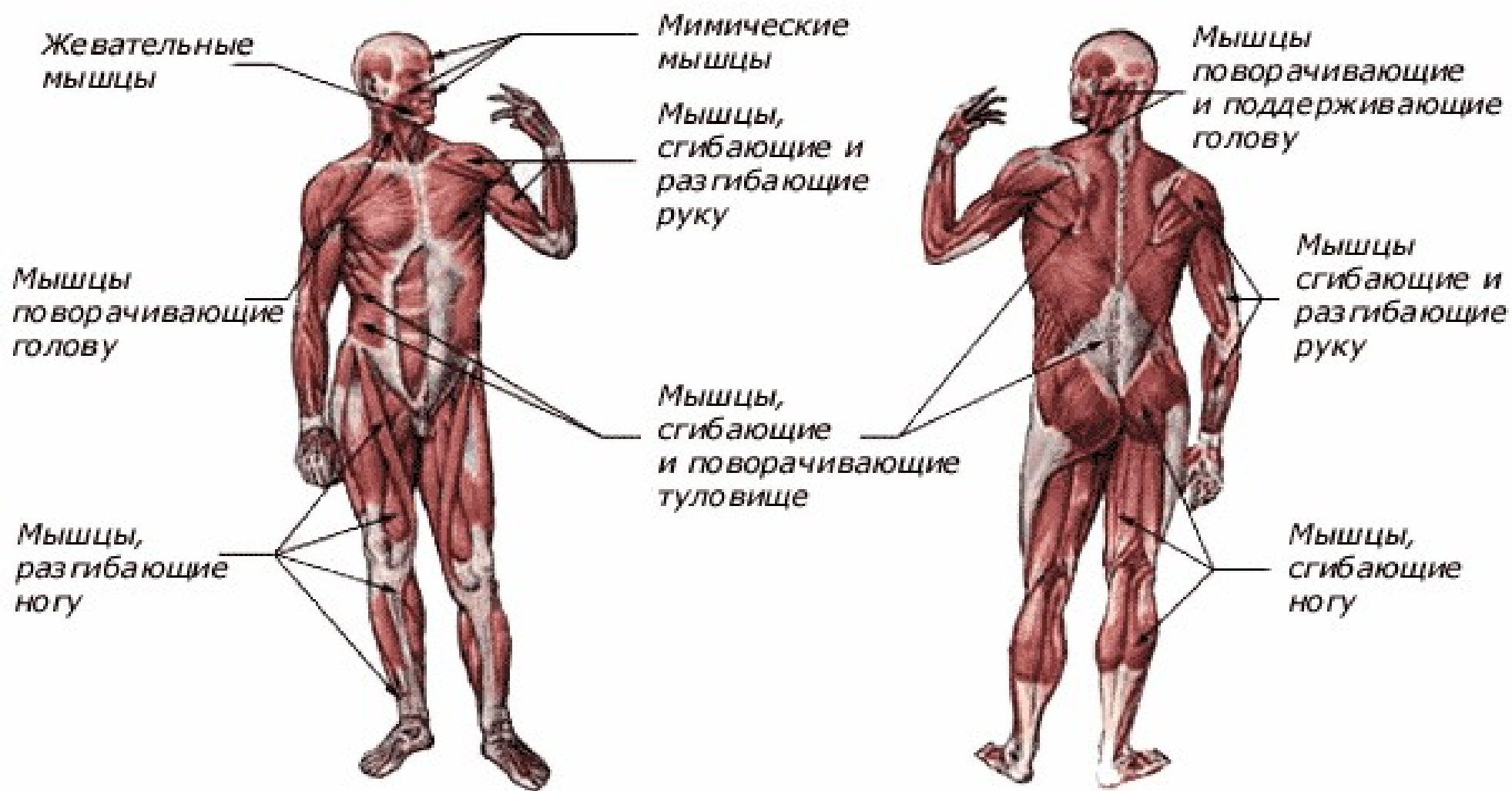




Строение скелетной мышцы

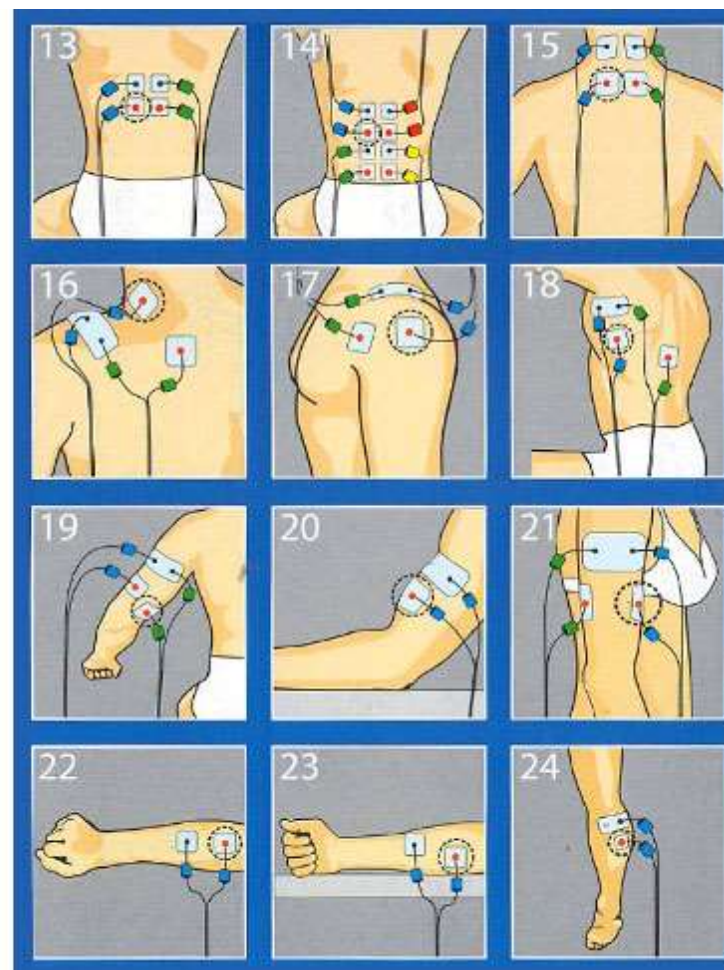
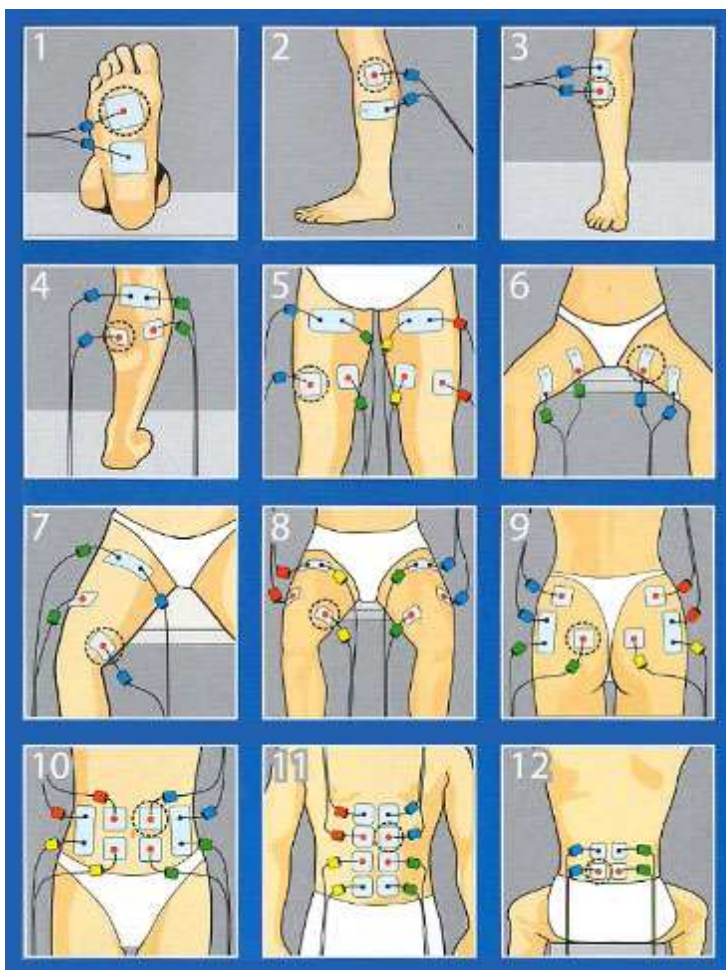








Миостимуляция



Миостимуляция

- **Снижение тургора кожи**
- **Целлюлит**
- **Гипотония мышц**
- **По назначению лечащего врача:**
 - **Атрофия мышц (состояние после длительной иммобилизации)**
 - **Параличи и парезы**
 - **Склонность к атонии полых органов**

Противопоказания

- Общие
- Возраст до 18 и после 60 лет
- Беременность, лактация.
- Инфекционные заболевания
- Воспалительные заболевания (в том числе хронические)
- Новообразования (в том числе оперируемые доброкачественные, онкология в анамнезе)
- Хронические соматические заболевания в стадии декомпенсации (Дыхательная система: ХОБЛ, бронхиальная астма и т.д. Сердечная недостаточность, пороки сердца, наличие кардиостимулятора. Пищеварительная система: болезнь Крона, НЯК, гепатиты. Ревматоидные заболевания. Эндокринопатии (сахарный диабет, тиреотоксикоз, ОСТЕОПОРОЗ), варикозное расширение вен голени и т.д).

Противопоказания

- Аутоиммунные заболевания
- Болезни нарушения свертывания крови
- Склонность к образованию келоидных рубцов
- Нервно-психические расстройства (в том числе эпилепсия, эмоциональная лабильность)
- Кожные заболевания (псориаз, ИАП, красный плоский лишай)

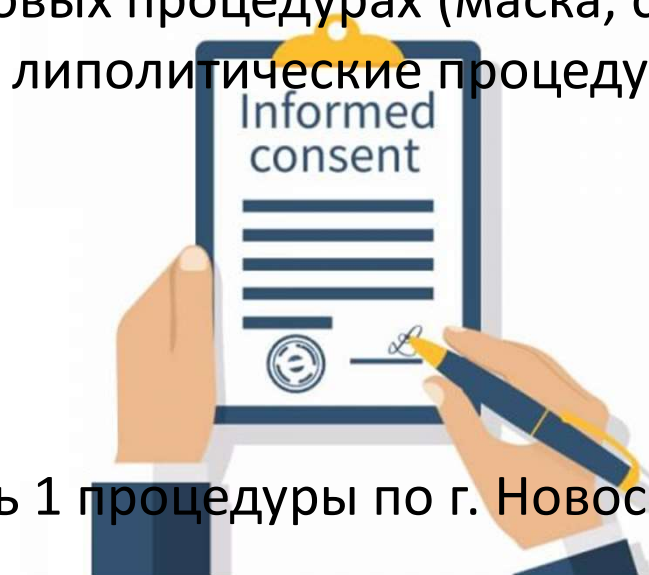
Местные

- Нарушение целостности кожных покровов (ссадины, признаки инфекционного процесса)
- Воспалительный процесс.
- Наличие рубцов
- Грыжи передней стенки живота
- Радиолифтинг (по лицу):
 - + Острая форма аспе
 - + Розацеа (купероз 3-4 стадия)
 - + Наличие имплантов (золотые нити, металлоконструкция)

Проведение процедуры

- Индивидуальная карта клиента:
- ✓ Информированное согласие
- ✓ Протоколирование (замеры, фото до и после, график посещений с пометками о реакциях, и подписью клиентов)
- ✓ План посещений (режим и сочетание)
- Процедуру возможно сочетать:

Лицо – в любых уходовых процедурах (маска, сыворотка, финиш-крем);
Тело - лимфодренаж, липолитические процедуры.



- Средняя стоимость 1 процедуры по г. Новосибирск – 600 р.

Соотношение талии и бёдер, или Индекс талия/бёдра

- (аббревиатуры **СТБ**, **ИТБ** и **WHR**, от англ *Waist–hip ratio*) — безразмерное соотношение, определяемое делением окружности талии на окружность таза (под «бёдрами» в данном случае понимается тазобедренная область).
- Например, человек с окружностью талии 76 см и окружностью таза 97 см имеет соотношение талии и бёдер примерно 0,79.

Соотношение талии и бёдер, или Индекс талия/бёдра

DGSP (Германия) ^[12]		ВОЗ (ООН) ^[10]		NIDDK (США) ^[11]	
Женщины	Мужчины	Женщины	Мужчины	Женщины	Мужчины
недостаток веса	Неизвестно	Неизвестно	Неизвестно	Неизвестно	Неизвестно
нормальный вес	< 0,80	< 0,90	Неизвестно	Неизвестно	Неизвестно
избыточный вес	0,80-0,84	0,90-0,99	Неизвестно	Неизвестно	Неизвестно
ожирение	> 0,85	> 1,00	> 0,85	> 0,90	

Индекс массы тела

ИМТ (англ. *body mass index (BMI)*, — величина, позволяющая оценить степень соответствия

Массы человека и его роста

Индекс массы тела рассчитывается по формуле

где:

- m — масса тела в килограммах

- h — рост в метрах,

и измеряется в кг/м^2 .

Например, масса человека = 106 кг, рост = 168 см.

$\text{ИМТ} = 106 : (1,68 \times 1,68) = 37,55 \text{ кг/м}^2$

Индекс массы тела

Индекс массы тела	Соответствие между массой человека и его ростом
16 и менее	Выраженный дефицит массы тела
16—18,5	Недостаточная (дефицит) масса тела
18,5—24,99	Норма
25—30	Избыточная масса тела (предожирение)
30—35	Ожирение
35—40	Ожирение резкое
40 и более	Очень резкое ожирение

Сравнение процедур

	Радиолифтинг	Вакуум	Миостимуляция	Прессотерапия	Кавитация	Криолиполиз	Липосоник
Принцип работы	Нагрев до 42 С, Деструктуризация коллагена, Стимуляция метаболизма, Улучшение кровообращения, Ускорение обменных процессов.	Лимфодренаж периферических сосудов Ускорение лимфотока Увеличение местной энергизатраты Улучшение кровообращения за счет стимуляции оттока лимфы	Стимуляция мышечных волокон Восстановление мышечного потенциала Ускорение метаболизма Увеличение энергопотребности Глубокий лимфодренаж (магистральные сосуды)	Лимфодренаж магистральных сосудов Стимуляция лимфотока	Уменьшение объема адипоцитов Повышение биодоступности и липидов	Охлаждение ПЖК Запуск апоптоза адипоцитов Уменьшение количества жировых клеток	Гибель жировых клеток за счет высокой энергии сфокусированного ультразвука

Сравнение процедур

	Радиолифтинг	Вакуум	Миостимуляция	Прессотерапия	Кавитация	Криолиполиз	Липосоник
Показания	Дряблость кожи, Целлюлит, Отечный синдром (без сосудистой патологии), локальные жировые ловушки, в комплексе в борьбе с лишним весом, излишним объемом пжк	Застой в лимфатическ ой системе Целлюлит Пониженны й тургор кожи	Атония / гипертонус мышц Пониженный тургор кожи, Отечный синдром	Отечный синдром	Локальные жировые отложения	Локальные жировые отложения в комплексной борьбе с лишним весом,	Жировые ловушки

Сравнение процедур

	Радиолифтинг	Вакуум	Миостимуляция	Прессотерапия	Кавитация	Криолиполиз	Липосоник
Мишени	Дерма, гиподерма Коллагеновые волокна, Капилляры Фибробласты Адипоциты,	Гиподерма, дерма Лимфатичес кие капилляры	Мышечные волокна, Миоциты	Магистральные лимфатические сосуды	Гиподерма Жировые клетки (клеточная стека, «жировая капля»)	Гиподерма Адипоцит (ядро клетки)	Гиподерма Адипоцит(ядро клетки)

Сравнение процедур

	Радио лифтинг	Вакуум	Миостимуляция	Прессотерапия	Кавитация	Криолиполиз	Липосоник
Область воздействия (обрабатываемые за время 1 процедуры)	Бедра Ягодицы Живот Спина	Все тело*	Все тело (учитывая функцию всех мышц)	Верхний плечевой пояс Ноги	Жировые ловушки (локальное воздействие)	Локальные жировые отложения	Локальные жировые отложения Со специальной предварительной разметкой

Сравнение процедур

	Радиолифтинг	Вакуум	Миостимуляция	Прессотерапия	Кавитация	Криолиполиз	Липосоник
Контактная среда	Контактный гель	Масло Глицерин	Контактный гель	Одноразовый костюм	Контактный гель	Салфетка +/- антифриз	Контактный гель
Длительность единовременного воздействия (мин)	35-45	35-45	30-50	30-45	Максимально 25-30 мин - зона, Симметричные зоны – 20	не более 50	Учитывая протокол аппарата
Частота проведения	1 раз в 7 дней	1 раз в 2-3 дня (до 3 раз в неделю)	2-3 раза в неделю	2 раза в неделю	1 раз в неделю	на одну зону 1 раз/ 1-2 месяц	на одну зону 1 раз/ месяц-два

Сравнение процедур

	Радиолифтинг	Вакуум	Миостимуляция	Прессотерапия	Кавитация	Криолиполиз	Липосоник
Количество процедур в курсе	6-12	10-20	10-20	10 -20 Возможно единовременн ое воздействие	6-12	6-10 (воздействие на разные зоны) максимум 3 раза - на один и тот же участок	
Поддерживающие сеансы	1 раз в месяц	1раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в неделю	1 раз в месяц	не требуется	Не требуется
Повторение курса	1 раз в2 года	1 раз в год	1 раз в год	1 раз в год	1 раз в год		

Сравнение процедур

	Радиолифтинг	Вакуум	Миостимуляция	Прессотерапия	Кавитация	Криолиполиз	Липосоник
Допустимое сочетание в один день	Прессотерапия, Вакуумно-роликовое воздействие, миостимуляция	все виды воздействия, в том числе мезотерапия по телу, ручной массаж	наиболее эффективные: вакуумно-роликовые, прессотерапия	все виды воздействия	Лимфодренаж любого вида	лимфодренаж, миостимуляция	Допустимое сочетание в один день

*Главное в работе с вашим клиентом – правильно
услышать его желания, и хорошо донести суть вашей
работы.*

*Любой курс процедур будет более эффективным, если
дополнить его питьевым режимом.*

Благодарим за внимание!