

**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ФАРМАЦЕВТИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
факультет медико–фармацевтичних технологій
кафедра косметології і ароматології**

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

**на тему: «КОСМЕТОЛОГІЧНИЙ ДОГЛЯД ЗА ШКІРОЮ РУК ТА
НІГТЯМИ»**

Виконала: здобувачка вищої освіти 6 курс групи

ТПКЗм18(5,6з)-01

спеціальності: 226 Фармація, промислова фармація

освітньої програми Технології парфумерно –
косметичних засобів

Дарина НОВОСЕЛ

Керівник: професор закладу вищої освіти кафедри

косметології і ароматології, д.фарм.н., професор Олександр

БАШУРА

Рецензент: професор закладу вищої освіти, завідувач

каф. клінічної лабораторної діагностики, д.біолог.н.,

професор Римма ЄРЬОМЕНКО

Харків – 2024 рік

АНОТАЦІЯ

Розглянуто основні питання косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями в умовах косметологічних установ. На основі досліджень були розроблені, впроваджені та досліджені схеми косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями, зроблені висновки про високу результативність запропонованих програм. Загальний обсяг роботи – 53 сторінки. Робота складається зі вступу, 3 розділів, містить 3 таблиці, 27 рисунків, 51 посилання на літературні джерела, додатків.

Ключові слова: косметологічний догляд, шкіра рук, манікюр, старіння, SPA-манікюр.

ANNOTATION

The main issues of cosmetology care for the skin of the hands and nails in the conditions of cosmetology institutions are considered. On the basis of research, schemes of cosmetology care for the skin of the hands and nails were developed, implemented and studied, conclusions were drawn about the high effectiveness of the proposed programs. The total volume of work is 53 pages. The work consists of an introduction, 3 chapters, contains 3 tables, 27 figures, 51 references to literary sources, appendices.

Key words: cosmetology care, hand skin, manicure, aging, SPA-manicure.

ЗМІСТ

№ п/п	Назва	Сторінка
	ВСТУП	6
РОЗДІЛ 1	КОСМЕТОЛОГІЧНИЙ ДОГЛЯД ЗА ШКІРОЮ РУК ТА НІГТЯМИ	8
1.1.	Будова нігтя	8
1.2.	Косметологічний догляд за шкірою рук та нігтями	11
1.3.	Європейський манікюр	12
1.4.	Класичний обрізний манікюр	15
1.5.	Апаратний манікюр	16
1.6.	Французький манікюр	18
1.7.	SPA-манікюр	19
1.8.	Масаж рук	20
1.9.	Нарощування нігтів	23
1.10.	Педикюр	25
1.11.	Розслаблюючий масаж ніг	26
	Висновки до розділу 1	27
РОЗДІЛ 2	ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ЧАСТИНА. ОБ'ЄКТИ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ	28
2.1	Характеристика об'єктів дослідження	28
2.2.	Методи дослідження	31
	Висновки до розділу 2	33
РОЗДІЛ 3	РОЗРОБКА, ВПРОВАДЖЕННЯ ТА ДОСЛІДЖЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ СХЕМ КОСМЕТОЛОГІЧНОГО ДОГЛЯДУ ЗА ШКІРОЮ РУК ТА НІГТЯМИ	34
3.1.	Попереднє дослідження: оцінка клінічної картини і визначення стану шкіри в проблемних зонах	34
3.2.	Стратегія і розробка схем косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями	37

3.3.	Результати, отримані після проведення косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями	51
	Висновки до розділу 3	52
	ВИСНОВКИ	53
	СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	54
	ДОДАТКИ	60

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

ГАГ – глікозаміноглікани

ГК – гіалуронова кислота

МС – мікоз стоп

МШ – мікози шкіри

НФаУ – Національний фармацевтичний університет

ОД – одиниця дії

ОС – оніхомікозу стоп

ПАК – показник абсолютної користі

ПМШ – поверхневі мікози шкіри

ПОК – показник відносної користі

СГКС – глюкокортикостероїди

ТА – топічні антимікотики

ТЕПВ – трансепідермальна втрата вологи

ХВН – хронічна венозна недостатність

ЦД – цукровий діабет

IFN γ – гама інтерферон

IL – інтерлейкін

TNF α – фактор некрозу пухлин

ВСТУП

Актуальність обраної теми. Наші руки завжди на увазі. Навіть побіжний погляд на руки може багато розповісти про звички їх власника та його ставлення до самого себе. Доглянуті, здорові, красиві, вони є показником успішності, самоповаги, гідності. За день руки встигають переробити сотню справ і тому особливо потребують уваги та турботи. Шкіра рук особливо вразлива, тому що містить дуже мало води. Кількість сальних залоз на її поверхні невелика, а на долонях вони зовсім відсутні. Не дивно, що процеси старіння у шкірі рук протікають у 10 разів інтенсивніше, ніж у шкірі обличчя. Втраті зовнішньої привабливості шкіри рук також сприяють природні фактори, такі як ультрафіолет, морозне або, навпаки, сухе та гаряче повітря, бруд, та агресивні хімічні речовини. Так, часте та тривале вплив миючих засобів призводить до порушення місцевого імунітету та розвитку шкірних захворювань, у тому числі алергічних дерматитів та екземи [1, 6, 19].

Мета дослідження: косметологічний догляд за шкірою рук та нігтями, розробка, впровадження та дослідження ефективності схем догляду.

Завдання дослідження:

- проаналізувати літературні дані щодо косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями;
- провести аналіз сучасних методів косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями;
- провести комплексні дослідження з метою обґрунтування схем косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями;
- дослідити показники якості запропонованих схем косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями, визначити найбільш ефективні схеми.

Об'єкт дослідження: 8 клієнтів, косметичні засоби та апаратні методики, використовувани в ході роботи.

Предметом дослідження є косметологічний догляд за шкірою рук та нігтями, розробка, впровадження та дослідження ефективності схем догляду в умовах косметологічного закладу, які би відповідали технічним та нормативним вимогам та були економічно вигідними і ефективними.

Методи дослідження. Теоретична частина магістерської роботи проводилася методами аналізу та синтезу інформації про косметологічний догляд за шкірою рук та нігтями. Також використовувалися сучасні методи діагностики стану шкіри, прийоми порівняння, проведення експерименту та візуалізації отриманих даних.

Практичне значення отриманих результатів. Проведено аналіз даних наукової літератури щодо косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями.

Елементи наукових досліджень: впровадженні та дослідженні ефективності схем косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями.

Апробація результатів дослідження і публікації: прийнято участь у Науково – практичній конференції з міжнародною участю, присвячена 30 – річчю заснування Інституту підвищення кваліфікації спеціалістів фармації Національного фармацевтичного університету «Безперервний професійний розвиток фармацевтичних працівників: сучасний стан, проблеми та перспективи» 01 – 02 листопада 2023 року; IV Всеукраїнської науково-практичній конференції з міжнародною участю «YOUTH PHARMACY SCIENCE» 6-7 грудня 2023 р.

Структура та обсяг кваліфікаційної роботи. Магістерська робота викладена на 53 сторінках машинопису, складається зі вступу, трьох розділів, загальних висновків, списку використаних джерел літератури та додатків. Робота ілюстрована 3 таблицями та 27 рисунками. Список використаної літератури містить 51 джерел, у тому числі 51 іноземних авторів.

РОЗДІЛ 1. КОСМЕТОЛОГІЧНИЙ ДОГЛЯД ЗА ШКІРОЮ РУК ТА НІГТЯМИ

Дерматокосметологи радять дбати про руки не менш ретельно, ніж про обличчя [2, 4, 8]. Якщо шкіра рук суха, крем слід наносити після кожного контакту з водою і обов'язково після миття рук. До речі, для останнього краще використовувати засоби з нейтральним рН і пом'якшувальними добавками (ланолін, протеїни, воски, різні олії, жирні кислоти та ін.).

Не варто думати, що креми для рук – найпростіший і найдешевший косметичний продукт. Компанії зі світовими іменами присвячують їх створення не менше часу, ніж розробці інших засобів догляду. Зволожуючі креми швидко вбираються і рекомендуються для застосування в теплу пору року. Поживні підійдуть власникам дуже сухої та схильної до подразнення шкіри та для використання в холодну погоду. Лікувальні креми діють на шкіру рук інтенсивніше, сприяють її регенерації, борються з мікротріщинами та огрубінням. Найчастіше це досить «важкі» засоби, що рекомендуються для епізодичного використання.

Після 40-45 років і без того тонка і суха шкіра рук стає ще сухішою і стоншується, порушується її водний баланс. Саме тому засоби для рук anti-age містять підвищену кількість поживних та вологоутримувальних компонентів, насамперед рослинних олій, а також антиоксиданти та компоненти, що прискорюють регенерацію (вітаміни А та Е, коензим Q10, біофлавоноїди). Вони не тільки звожують та живлять, але й розгладжують зморшки, освітлюють пігментні плями. Пізньої осені та взимку для профілактики старіння шкіри рук варто використовувати засоби з АНА-кислотами (креми, гомажі, маски та інші) [1, 3, 11].

1.1. Будова нігтя

Ніготь – це рогова платівка, що лежить на нігтьовому ложі. Нігтьове ложе складається з епітелію та сполучної тканини. Епітелій нігтьового ложа,

або піднігтьова платівка (гіпоніхій, hyponychium) представлений ростковим шаром епідермісу. Нігтьова пластинка, що лежить на ньому, є його роговим шаром. Нігтьове ложе з боків і біля основи обмежене шкірними складками – нігтьовими валиками (заднім та бічними).

Рістковий шар їхнього епідермісу переходить в епітелій нігтьового ложа, а роговий шар насувається на ніготь зверху (особливо на його основа), утворюючи наднігтьову пластинку, або шкірку (епоніхій, eponychium), звану іноді кутикулою нігтя [5, 7, 11, 13].

Між нігтьовим ложем та нігтьовими валиками є нігтьові щілини. Нігтьова (рогова) платівка своїми краями вдається у ці щілини. Вона утворена щільно прилеглими один до одного роговими лусочками, у яких міститься твердий кератин.

Нігтьова платівка поділяється на корінь, тіло та вільний край. Корінням нігтя називається задня частина нігтьової платівки, що лежить у задній нігтьовій щілині. Лише невелика частина, кореня виступає через задню нігтьову щілину у вигляді білуватої ділянки напівмісячної форми. Решта нігтьової пластинки, розташована на нігтьовому ложі, становить тіло нігтя. Вільний кінець нігтьової платівки – край виступає межі нігтьового ложа [3, 17, 20].

Сполучна тканина нігтьового ложа містить велике кількість волокон, частина яких розташовується паралельно нігтьової пластинки, а частина перпендикулярно до неї. Останні досягають кістки кінцевої фаланги пальця та з'єднуються з її окістям. Сполучна тканина нігтьового ложа утворює поздовжні складки, у яких проходять кровоносні судини.

Ділянка епітелію нігтьового ложа, на якому лежить корінь нігтя, є місцем його зростання і зветься нігтьової матриці, у якій постійно відбувається процес розмноження та ороговіння клітин. Рогові лусочки, що утворюються, зміщуються в нігтьову платівку, яка внаслідок цього збільшується у довжині, т. е. відбувається зростання нігтя. Сполучна тканина

нігтьової матриці утворює сосочки, в яких розташовуються численні кровоносні судини (рис. 1.1.).



Рис. 1.1. Будова нігтьової пластини

Зростання нігтів

Зростання нігтя відбувається за рахунок розподілу епітеліальних клітин матриксу – оніхобластів. Матрікс знаходиться під заднім нігтьовим валиком і пов'язаний із коренем нігтя. Матрікс є основною частиною зони зростання. Від стану матриксу залежить стан нігтьової пластини. За добу ніготь дорослу людину зростає на 0,11 мм, у дитини на 0,04-0,06 мм. Але з віком зростання нігтів сповільнюється. Повне оновлення нігтьової пластини відбувається за 105 днів. На ногах нігті ростуть значно повільніше, ніж на руках. У теплий час роки наші нігті ростуть набагато швидше [4, 8, 11, 19].

Хімічний склад нігтьової пластини

Матрікс складається з кератиноцитів, які швидко розмножуються. Білки (кератини), з яких складається нігтьова пластинка, мають екстремально високий (до 10%) вміст аніонних амінокислот, порівняно з іншими тканинами. Тому зміст кальцію в нігтях також аномально висока. Така будова забезпечує специфічну властивість нігтя – його твердість [2, 7, 9, 14]. Між волокнами кератину розташовані шари жиру та води. Так само складовими тканини нігтя є такі речовини, як ліпіди (холестерин), сірка, амінокислоти, кальцій, фосфор, цинк та ін. [6, 10, 17, 20].

1.2. Косметологічний догляд за шкірою рук та нігтями

Манікюр – процедура догляду за руками. Манікюр – це ретельний догляд не лише за нігтями, а й за руками. Доглянуті руки з акуратним манікюром – ознака елегантності, акуратності та доглянутості.

Різновиди манікюру та педикюру:

За статтю:

- жіночий;
- чоловічий;
- дитячий.

При чоловічому манікюрі нігті лаком не покриваються, хоча можна покрити їх базовим засобом для зміцнення та захисту нігтів. Крім того, при чоловічому манікюрі кутикулу видаляють, обрізаючи. При дитячому манікюрі кутикула взагалі не видаляється, а тільки відсувається, манікюр робиться в основному, щоб прибрати задирки.

За способом розм'якшення кутикули:

- «мокрый» – кутикулу розмочують водою;
- «сухий» – при якому на кутикулу наносять спеціальний засіб для видалення кутикули. Ці засоби зволожують, пом'якшують і допомагають видалити пересохлу кутикулу. Основним компонентом таких засобів є фруктові кислоти, що полегшують видалення мертвих клітин шкіри;
- «гарячий» – кутикулу розмочують спеціальним розігрітим лосьйоном).

За способом видалення кутикули:

- класичний обрізний;
- європейський необрізний [21, 26, 29].

Порядок виконання манікюру. Перед процедурою руки і інструменти дезінфікуються. Якщо на нігтях є лак, то його знімають. Нігті підпилюють, надаючи їм форму. Далі кутикула розм'якшується і видаляється/відсувається одним з методів. Потім нігті поліруються. Наприкінці процедури нігті покриваються спочатку базовим захищаючим покриттям, потім лаком та

зверху верхнім покриттям, і, якщо потрібно, проводиться сушіння лаку [22, 27, 30]. Тривалість манікюру: від 20 до 2 годин.

Курс. Класичний обрізний – 1 раз на тиждень, європейський необрізний – 1 раз на два тижні.

Можливі ускладнення. При неправильно проведеному манікюрі можна заробити інфекцію, травмувати корінь нігтя.

Догляд після процедури. Рекомендується вдома використовувати спеціальні засоби для домашнього догляду, наприклад, масло для догляду за кутикулою [22, 27, 30-32].

1.3. Європейський манікюр

Для європейського манікюру знадобиться:

- рушник або серветка;
- засіб для видалення кутикули;
- універсальна пилка для нігтів;
- паличка із апельсинового дерева;
- засіб, що уповільнює зростання кутикули або поживний крем;
- покриття для нігтів.

Процедура починається з надання нігтям форми. За можливості, потрібно уникати використання ножиць для нігтів. Обрізати ніготь необхідно невеликими частинами за один раз, щоб уникнути тріщин та розшарування. Форму нігтям краще всього надавати за допомогою м'якої пилки – це запобіжить розшарування нігтьової пластини. Пилочки для нігтів відрізняються за абразивністю (шорсткістю покриття) та формою. Оптимально зручний розмір таких пилок становить 18-20 см [12].

Металеві пилочки для нігтів шкідливі, тому що дряпають і ранять їх, і можуть спричинити розшарування нігтів (рис. 1.2.).



Рис. 1.2. Європейський манікюр

Види пилок для нігтів (рис. 1.3.):

- груба – призначена для обробки лише штучних нігтів;
- середня – для обпилювання форми та довжини натуральних нігтів;
- м'яка – використовується на остаточному етапі обробки нігтів;
- дуже м'яка – для підготовки нігтів до полірування;
- пилка для надання дзеркального блиску поверхні нігтів.



Рис. 1.3. Види пилок для нігтів

Підпилювати нігті необхідно в одному напрямку, щоб не зашкодити їм. Пилочку слід тримати під невеликим кутом і вести її від кожного краю до центру довгими помахами. Потім край нігтя необхідно відполірувати, щоб він не був гострим [24-28].

Щоб нігті не ламалися, форма має бути овальна або напівквадратні. Існує універсальна пилка, яка поєднує у собі не менше 4-х поверхонь.

Форма нігтів (природна) може бути овальною, круглою, квадратної та трикутної. Причому, якщо дивитися на нігті збоку, їх поверхня може бути плоскою або опуклою. Плоским овальним нігтям підійде будь-яка форма. Овальним опуклим або круглим опуклим нігтям – квадратна чи напівквадратна. Для власниць плоских круглих нігтів, підійде та, яка подобається більше всього. Для обох видів квадратних нігтів рекомендується квадратна форма, а для трикутної лунки – класична (за бажанням – полуквадратная). Правильна форма нігтів прикрасить руки і візуально подовжить пальці (рис. 1.4.).



Рис. 1.4. Форма нігтів

На прилеглу шкірку наносять спеціальний засіб для видалення кутикули. Як зазначалося вище, ці засоби звожують, пом'якшують і допомагають видалити пересохлу кутикулу, а основним їх компонентом є фруктові кислоти, що полегшує видалення мертвих клітин шкіри. Витримувати засіб належить 1-2 хвилини або час, вказаний на упаковці. Далі апельсиновою паличкою потрібно акуратно видалити омертвілу шкірку. Паличка з апельсинового дерева має оптимальну м'якість та щільність, не травмує нігтьову пластину і не розщеплюється [34-38]. Залишки для видалення кутикули стирають рушником або паперовою серветкою. Потім

наноситься живильне масло для нігтя та кутикули, його втирають масажними рухами на всю нігтьову та навколонігтьову поверхню.

На завершення процедури на ніготь і прилеглу шкірку необхідно нанести живильний крем з вітамінами або спеціальний зміцнюючий засіб [12, 18, 21, 40, 43].

1.4. Класичний обрізний манікюр

Перед процедурою руки та інструменти дезінфікуються. Якщо на нігтях є лак, його знімають. Нігті підпилюють, надаючи їм форму. Після надання нігтям потрібної форми, переходять до приготування ванни для рук.

Розм'якшивши кутикулу, обережно відсувають її до навколонігтьових валиків. Для цього рекомендується використовувати дерев'яну паличку апельсинового дерева. При проведенні обрізного манікюру, кутикула видаляється за допомогою спеціальних ножичок, кусачок чи манікюрних щипчиків [29, 36-39]. Дані інструменти обов'язково повинні бути гострими, тому що погано заточений інструмент буде відтягувати кутикулу, замість того, щоб відкушувати її. По закінченню обрізного манікюру, на шкіру навколо нігтів наноситься живильне масло або крем для рук та нігтів із вмістом вітамінів та мінералів. Далі легкими рухами масажують кожен палець, від кінчика до основи, одночасно відсуваючи кутикулу (рис. 1.5.).



Рис. 1.5. Класичний обрізний манікюр

1.5. Апаратний манікюр

Апаратний манікюр – це сучасна технологія, яка нещодавно з'явилася на ринку, але відразу стала популярною. Виконується за допомогою спеціального апарату. За своїм зовнішнім виглядом він нагадує бормашину. Існують різні насадки, кожна з яких виконує свою функцію. Цими насадками і виконується вся робота, яку в класичному манікюрі роблять за допомогою ножиць. Апарат не обрізає кутикулу, а звільняє її лише від омертвілих клітин, залишаючи саму кутикулу непошкодженою. Цей різновид манікюру відноситься до одного з щадних видів обробки шкіри пальців рук та дбайливого догляду за нігтями [18, 25, 28]. Він виконується тільки на сухій шкірі та особливо рекомендується людям, які мають проблемні нігті з нерівною поверхнею, ребристі, пошкоджені, суху шкіру та швидко зростаючу кутикулу.

Професійні апарати оснащені пілососом та вентилятором, вбудованим у ручку мотора, що дозволяє працювати без перегрівання навіть на максимальній швидкості 35000 оборотів. Великий асортимент фрез, що додаються, допомагає майстру в роботі з натуральними нігтями та різними штучними матеріалами.

Підготовка до манікюру: ретельно обробляють руки майстра та клієнта дезінфікуючим засобом. Відсуваємо кутикулу дерев'яною паличкою, пілочкою абразивністю 220 grit надаємо нігтям бажану довжину та форму.

Крок 1. Наносимо на кутикулу засіб для розм'якшення кутикули.

Крок 2. За допомогою голкоподібної алмазної дрібноабразивної фрези починається обробка кутикули з бічних валиків. Обертання фрези зворотний рух руки, проводиться в одному напрямку. Швидкість обертання фрези – не більше 12000 об/хв.

Крок 3. Цією ж фрезою, з тією ж швидкістю обертання, продовжується рух уздовж кутикули, піднімаючи її. Цей процес вимагає чіткого та акуратного виконання, щоб уникнути травм матриксу. Ручку апарату

тримають як авторучку, працюють тільки по шкірі, не торкаючись нігтя, щоб уникнути освіти поздовжніх борозен. Упор мізинця робочої руки іншу руку.

Крок 4. Підготовлену кутикулу видаляють дрібноабразивною алмазною фрезою «усічений конус», тримаючи її під кутом 45° до нігтьової пластини, не торкаючись поверхні нігтя. Швидкість обертання фрези у цьому випадку – не більше 10000 об./хв.

Крок 5. Проводять завершальне шліфування кутикули за допомогою алмазної дрібноабразивної кулеподібної фрези. Швидкість обертання фрези – не більше 12000 об./хв.

Крок 6. На оброблену кутикулу та нігтьові пластини наноситься масло. Олія захищає кутикулу від розривів і робить нігті міцними та еластичними, сприяє швидкому пом'якшенню та живленню ніжної шкіри навколо нігтя.

Крок 7. Полірують нігті по маслу двостороннім полірувальником. Ця процедура називається «запечатуванням нігтів». Щоб уникнути пересушування нігтя, в нігтьову пластину за допомогою поліруючої пилки втирається олія.

Крок 8. Перед нанесенням лаку знежирюються нігті. Потім наноситься базове захисне покриття. Базове покриття вирівнює поверхню нігтів, маскує їх неоднорідність, а також надає бездоганну гладкість, що дозволяє лаку лягати більш рівно. Крім цього, воно збільшує зчіплюваність лаку з нігтем, що значно покращує стійкість покриття. Захищає нігті від проникнення фарбуючих пігментів кольорового лаку та хімічних розчинників. Потім наносимо декоративний лак на вибір клієнта.

Крок 9. Закріплюємо лак закріплювачем (рис. 1.6).



Рис. 1.6. Апаратний манікюр

1.6. Французький манікюр

Французький манікюр народився в Голлівуді, а не в Франції, як вважають, близько тридцяти років тому [22, 24, 40]. Завдяки своїй універсальності цей вид манікюру дуже швидко став популярним у всьому світі. Французький манікюр, вишукано простий і природний, підходить до будь-яких рук і до будь-якого образу. Класичний варіант французького манікюру виглядає непомітно. Форма нігтя квадратна або напівквадратна, на відрослий край нігтя наноситься білий лак, а на весь ніготь – прозорий чи тілесний (рис. 1.7.).



Рис. 1.7. Французький манікюр

Для французького манікюру знадобиться:

- універсальна пилочка для нігтів;
- білий олівець або спеціальні смужки для французького манікюру;
- білий та тілесний лак для нігтів.

Для найпоширенішого французького манікюру потрібні 2 лаки: білий лак і лак тілесного (бежевого) кольору.

Але перш ніж переходити безпосередньо до фарбування, нігті спочатку необхідно обробити, надавши їм пилкою певну форму, зрізавши кутикулу і видаливши всі задирки, тобто виконати звичайний класичний манікюр. Потім білим лаком акуратно зафарбовуються виступаючі кінчики нігтів. При цьому

зручно використовувати аплікатори. Білий лак можна замінити спеціальним олівцем, що відбілює, яким зафарбовують весь виступаючий край нігтя зі зворотного боку. Наступним етапом, коли висохне білий лак, акуратно знімаються аплікатори та наноситься шар тілесного лаку. Коли підсохне і він, поверх нігтя наноситься прозорий лак-закріплювач.

1.7. SPA-манікюр

SPA-манікюр – процедура надзвичайно приємна і дуже корисна для шкіри рук та нігтів (рис. 1.8.). Усі етапи SPA-манікюру супроводжуються масажем. Спочатку – розслаблююча тепла ванна з морською сіллю та спеціально підібраними аромами, потім втирається охолоджувальний крем, після цього наноситься будь-який скраб, який змивається прохолодною водою. А на закінчення наноситься зволожуючий крем. Якщо ж нігті недоглянуті, варто зробити сухий манікюр.



Рис. 1.8. SPA-манікюр

Для SPA-манікюру знадобляться:

- зручна ємність для рук;
- невеликий рушник;
- морська сіль та ароматичні олії;
- крем із легким охолоджуючим;
- пілінг (скраб на основі водоростей та морських мінералів, або із грязями мертвого моря);
- зволожуючий крем.

1.8. Масаж рук

Масаж рук: види та користь

Масаж рук – напрочуд корисна процедура. Вона знімає втому, покращує кровообіг, благотворно впливає на нервову та серцево-судинну систему.

Види та дії масажу

Масажі рук розрізняються за призначенням та технікою виконання.

1. Лікувально-відновлювальні. Виконуються як на всю руку, так і на окремі її сегменти. Завдання таких масажів – повернення нормальної функції кінцівки після травм та інсультів, запобігання та розробка контрактур. Масаж прискорює зрощення кісток, відновлення м'язової та зв'язкової тканини. Лікувальні техніки включають терапію при хворобах суглобах.

2. Гігієнічні. Найбільш поширені масажі кистей. Їх часто виконують майстри манікюру як самостійні процедури та у складі комплексного догляду за шкірою рук.

3. Самомасаж – погладжування і масажування однієї руки інший або за допомогою масажних пристроїв (кільця суджок, масажні м'ячики та ін.).

4. Точкові. Майстер впливає на біологічно активні точки пальцями, голками, паличками, інструментами, виточеними із самоцвітів та ін.

5. Акупунктурні масажі рук є потужним інструментом нормалізації функціонального стану організму. Під час сеансу знімаються енергетичні блоки, заспокоюється нервова система, біль відступає.

6. Моделюючі. Масажі зменшення обсягів тіла. Їхнє завдання – надати м'язам тонус, зняти набряклість, вивести продукти розпаду та токсини тканин, стимулювати обмінні процеси, кровообіг. 10-15 процедур вистачає, щоб надати руці чіткіші, красивіші контури, підвищити щільність і гладкість шкіри. Проте без заходів, що підтримують (профілактичного масажу, фізкультури, помірною харчування), з часом ефект зникає.

7. Антицелюлітний. Забирає в'ялість, підтягує, розгладжує шкіру, зменшує об'єм у проблемній зоні.

8. Спортивний. Направлений виведення молочної кислоти з м'язів. Знімає напруження з м'язово-зв'язувального апарату, запобігає травмам, прискорює відновлення.

Користь масажу рук для організму

Кисті рук – карта тіла. Біологічно активні точки пов'язані з органами та тканинами. Досвідчений майстер з інтенсивності больового відгуку при натисканні точок безпомилково діагностує захворювання. Відсутність болючих відчуттів – показник нормальної роботи органу. Для лікування фахівець впливає певним чином на точки, рухаючись у суворій послідовності. Інша причина користі масажу рук – безпосередня близькість до серцевого м'яза. Масажні рухи покращують кровообіг та полегшують роботу серця. Верхні кінцівки більш чутливі ніж нижні або спина. Легкі рухи, що погладжують, швидко заспокоюють, знімають стрес, покращують настрій.

Методика виконання масажу рук

Перед початком масажу підніміть руку та злегка струсіть, це допоможе розслабити м'язи (рис. 1.9.).



Рис. 1.9. Масаж рук

1. На руки нанесіть товстий шар живильного крему або спеціальний лосьйон для масажу та розподіліть його по шкірі рук.

2. Візьміться за кисть праву руку своїми руками, праворуч і зліва. Розводьте пальці, розтягуючи кисть рухом упоперек, а потім зводьте пальці.

3. Переведіть руки до зап'ястя, що масажується: великі пальці зверху решта підведено під долоню. Великими пальцями промасируйте зверху область зап'ястя. Рухи легки і кругові.

4. Правою рукою повністю охопіть зап'ястя. Великий палець має бути внизу, а решта зверху. Зігніть руку і поставте на лікоть так, щоб вона утворила прямий кут плечем. Пригніть кисть і своєю лівою рукою м'яко натисніть на її. Потім потягніть пензель на себе.

5. Продовжуючи стискати зап'ястя правою рукою, лівою рукою м'яко відігніть всю кисть назад.

6. Опустіть руку та розгорніть її долонею вгору. Невеликими круговими рухами великих пальців промасируйте внутрішній бік зап'ястя. Поступово спускайтеся вниз до основ великого пальця та мізинця.

7. Мізинець вашої правої руки протисніть між мізинцем і безіменним пальцем руки партнера, а мізинець вашої лівої руки – між великим та вказівним пальцями. Ваші великі пальці лежать на середині долоні партнера, решта – підтримують її знизу. Масажними рухами розведіть великі пальці, одночасно натискаючи пальцями, підведеними під кисть. Потім промасируйте всю поверхню долоні невеликими круговими рухами великих пальців.

8. Переверніть кисть тильною стороною вгору та тримайте її за зап'ястя лівою рукою. Візьміться правою рукою за долоню та великим пальцем зверху, а вказівним – знизу по черзі промасируйте всі п'ясткові кістки долоні та простір між ними. Якщо потрібно, працюйте то однією, то іншою рукою по черзі.

9. Починаючи з основи, промасируйте кожен палець круговими рухами, повторюючи це 3 рази.

10. Своєю лівою рукою утримуйте зап'ястя, а великим і вказівним пальцями правої руки захопіть мізинець з боків і м'яким відтягуючим рухом

пропрасуйте його до самого нігтя. Тепер захопіть мізинець зверху та знизу і зробіть те саме. Почергово обробіть у такий спосіб кожен палець.

11. Закінчується масаж погладженням. Всі рухи необхідно зробити на іншій руці [33, 36, 40].

1.9. Нарощування нігтів

Нарощування нігтів з використанням гелю та акрилу дозволяє створити довговічний та привабливий зовні варіант реконструкції нігтьової пластини. Нігті при цьому залишаються гнучкими, але набувають додаткової міцності. Техніка нарощування нігтів акрилом дозволяє створити ніготь, за зовнішніми характеристиками майже не відрізняється від природного. У цьому використовується акрил або пудра, які швидко засихають і створюють натуральний відтінок нігтьової пластини.

Нарощування нігтів гелем – це ще один добрий спосіб зробити нігті привабливими. Нарощування нігтів таким способом дозволяє досягти гладкого блиску та відмінної форми. Щоправда, проблем із таким нігтем трохи більше – по-перше, при тріщині чи поломці нігтя його практично неможливо відкоригувати. По-друге, нарощування нігтів гелем має на увазі, що звичайним розчинником склад гелю з поверхні нігтя зняти не можна, тому застосовується спилювання поверхні до тих пір, поки не з'явиться натуральний ніготь. Але в різних випадках можуть відрізнитися не тільки матеріали, а й техніка нарощування нігтів. Найбільш простий спосіб нарощування нігтів – використання накладних платівок. Їх легко знайти практично у будь-якому косметологічному магазині. Звичайний ніготь перед цим знежирюють, покривають основою, потім клеєм, поверх якого накладають штучний ніготь [2, 35, 41].

Останній найчастіше виготовляють із пластику або нейлону. за бажанням таке нарощування нігтів закінчується обточуванням та корекцією. Це самий примітивний спосіб, відповідно, не найпривабливіший і довговічний, зробити цю процедуру можна також і в домашніх умовах.

Набагато більш цікаві та ефективні ті процедури, процесі яких нарощування нігтів відбувається на професійному рівні у спеціалізованому салоні.

Є два основні способи нарощування – з використанням типс і з використанням форм (рис. 1.10.). У першому випадку беруть готові штучні нігті, які попередньо нарощують на типсах, а застосовують таке нарощування нігтів тоді, коли необхідно подовжити основну нігтьову пластину. Типси кріпляться до нігтю на руці клеєм, потім поверхня вирівнюється шляхом спилювання, а самому нігтю надають потрібну форму та за бажанням покривають лаком. При цьому типса має займати більше половини довжини основного нігтя.



Рис. 1.10. Нарощування нігтів

Другий спосіб – нарощування нігтів на формах – більше сучасний. Це нарощування нігтів гелем, але за наявності виступаючого кінчика нігтя під нього підставляється форма, допомогою якої далі проводиться моделювання нігтя. Після такого подовження поверхня нігтя покривається акрилом або гелевим складом, що робить перехід від натурального нігтя до штучному непомітним. А якщо потрібно не тільки перетворити, а й зміцнити нігті, використовують таку процедуру як нарощування нігтів біогелем. Процедура нарощування триває менше двох годин, що дозволяє отримати швидкий і чудовий результат у самі стислі терміни. Корекція здійснюється кожні 2-3 тижні.

1.10. Педикюр

Педикюр – косметична процедура для ніг і нігтів, що виконується аналогічно манікюру рук. Педикюр можна робити і з лікувальною метою. Педикюр включає не лише догляд за нігтями, але й видалення змертвілих тканин стопи.

Техніка проведення апаратного педикюру (рис. 1.11.)

1. Наносимо дезінфікуючий засіб дії на руки майстра та на ноги клієнта.
2. На загрубілу шкіру ніг наносимо спеціальний гель-розм'якшувач на 10 хвилин, який впливає на ороговілі шари шкіри.



Рис. 1.11. Техніка проведення апаратного педикюру

3. Обробляємо область кутикули, використовуючи маленьку насадку приладу.
4. Більшою круглою насадкою приладу розбираємо ороговілість навколо нігтя.
5. При необхідності корекції довжини нігтя використовують кусачки. Подальше шліфування нігтьової пластини та моделювання форми виконують за допомогою насадки з білого каменю.
6. Серветкою знімаємо гель-розм'якшувач і видаляємо розм'якшений шар клітин зі стопи за допомогою апарату з насадками. Найбільш глибокі та більші ділянки можна попередньо зрізати спеціальним педикюрним верстатом.

7. Після обробки грубих ділянок шкіри на ноги наносимо лікувальні засоби на 10-15 хв.

8. Далі обробляємо область пальців ніг.

9. При врослому нігті на проблемну ділянку наносять розм'якшувач та дезінфікуючий склад.

10. Далі обробка пальців ніг виконується аналогічно обробці стопи, з використанням шліфувальної насадки, але меншого діаметра.

11. Масажними рухами втираємо захисну олію для ніг.

12. Покриваємо нігті лікувальним або декоративним лаком.

13. На закінчення наносять на шкіру пудру-присипку.

1.11. Розслаблюючий масаж ніг

Процедура починається з натискання на одну стопу, потім виконується відповідне натискання на іншій стопі і так далі. Таким чином, відбувається почергова та поетапна робота з обома ногами. Останні два натискання мають бути спрямовані на те, щоби розслабити ноги після масажу. Нижче наводиться схема натискань (рис. 1.12.):

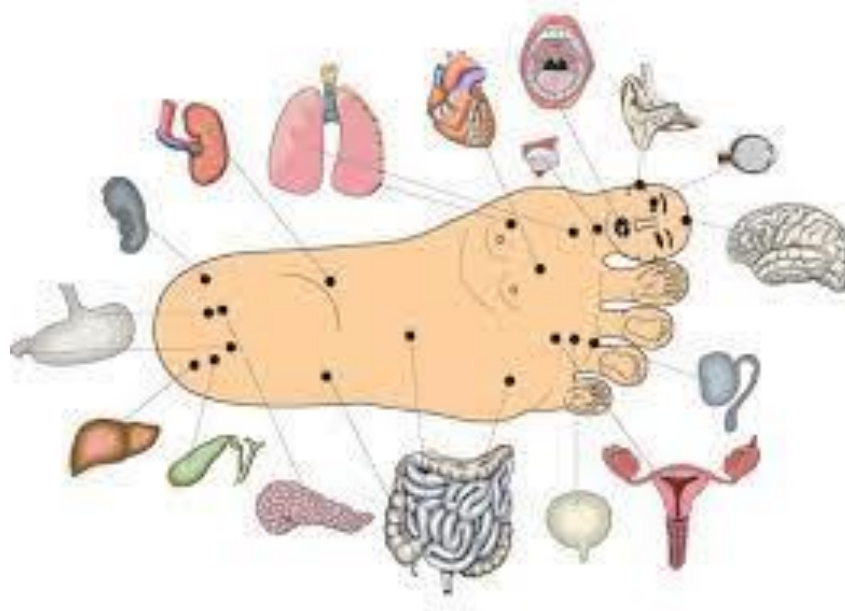


Рис. 1. 12. Схема натискань

1. Попросіть клієнта розслабити стопу, після чого виконуйте сильне натискання великим пальцем руки, поступово просуваючись вниз по всій довжині стопи.

2. Розташуйте долоні рук по обидва боки стопи, акуратно, але енергійно здавлюйте стопи, повертаючи її з сторони убік. При цьому руки косметолога та ноги клієнта повинні перебувати у постійній взаємодії.

3. Підтримуючи ногу за пальці однією рукою, виконуйте сильні натискання великим пальцем вільної руки на області діафрагми та сонячного сплетення, які розташовані практично в самому центрі відразу під подушечкою стопи.

4. Для того, щоб надати додатковий тиск на області діафрагми та сонячного сплетення, обережно нахиліть пальці стопи у напрямку до себе таким чином, щоб великий палець руки уперся в основу стопи.

5. Підтримуючи п'яту однією рукою і, утримуючи верхню частину стопи інший, акуратно робіть обертальні рухи стопою в одну, а потім в іншу сторону.

6. Утримуючи стопу однією рукою, іншою візьміться за великий палець. Злегка повертайте його протягом 5 секунд, потім легенько потягніть на себе. По черзі виконуйте це вправу на кожний палець.

2. Зафіксувавши верх стопи однією рукою, іншою – робіть кругове погладжування кісточками пальців подушечки стопи.

Висновки до розділу 1

1. Встановлено, що манікюр – це ретельний догляд не лише за нігтями, а й за руками, необхідний кожній людині. Доглянуті руки з акуратним манікюром – ознака елегантності, акуратності та доглянутості. Різновиди манікюру (педикюру) за статтю: жіночий, чоловічий та дитячий.

2. Виявлено, що нарощування нігтів гелем – це ще один добрий спосіб зробити нігті привабливими. Нарощування нігтів таким способом дозволяє досягти гладкого блиску та відмінної форми.

3. Доведено, що SPA-манікюр – процедура надзвичайно приємна і дуже корисна для шкіри рук та нігтів. Усі етапи SPA-манікюр супроводжуються масажем.

4. Виявлено, що апаратний манікюр – це сучасна технологія, яка нещодавно з'явилася на ринку, але відразу стала популярною. Виконується за допомогою спеціального апарату.

5. Нарощування нігтів гелем – це ще один добрий спосіб зробити нігті привабливими. Нарощування нігтів таким способом дозволяє досягти гладкого блиску та відмінної форми.

РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ЧАСТИНА. ОБ'ЄКТИ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Характеристика об'єктів дослідження

Сьогодні величезна кількість салонних процедур, які допоможуть упоратися із цими неприємними проблемами. Відчуттями від проведених процедур Вас, безумовно, порадують.

Процедури найбільш корисні та можливо здійснити в салонах:

- Кератин для нігтів.
- Запечатування нігтів.
- Полірування нігтів.
- Гель.
- Гель лак.
- Лак.

Об'єкти дослідження

Об'єктами нашого дослідження були 8 клієнтів, які добровільно погодились взяти участь в дослідженні ефективності розроблених нами схем косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями, косметичні засоби та апаратні методики, використовувані в ході роботи.

Вісім клієнтів, яких ми запросили для дослідження ефективності розроблених програм, проживали в м. Харкові, (25 – 40 років), мали однаковий ступінь косметичних недоліків нігтів, які ми визначили за допомогою відповідних методів діагностики шкіри [3, 11].

Косметологічний догляд за шкірою рук та нігтями

Ціль: створення оптимального косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями для поліпшення зовнішнього вигляду.

Показання: старіння рук, ослаблені нігтьові пластини.

Препарати: LCN (Light Concept Nails).

Обладнання: RuNail апарат (рис. 2.1.).



Рис. 2.1. RuNail апарат

Тривалість процедури: 30 хвилин.

Засоби, що використовуються в програмі

1. LCN (Light Concept Nails) – це відомий німецький бренд, що належить компанії Wilde Cosmetics GmbH, яка має представництва у 85 країнах світу. Інновації та багаторічний досвід дозволили їй зайняти лідируючі позиції. LCN спеціалізується на виробництві унікальних засобів для нігтів.

2.2. Методи дослідження

Результати досліджень

Динамічні спостереження

1. Візуальне обстеження раз тиждень
2. Корнеометрія

Діагностика шкіри візуальна, тактильна та інструментальна. Biologique Recherche має унікальний у своєму роді прилад для діагностики захворювань шкіри обличчя. Skin Instant Lab – це унікальна система для аналізу, діагностики та призначення продуктів і процедур (рис. 2.2.).

Під час першої консультації проводять ретельну дермокосметичну діагностику для виявлення конкретних проблем шкіри за допомогою.



Рис. 2.2. Skin Instant© Lab (Biologique Recherche)

Ця консультація включає три основні кроки:

1. Косметологічна оцінка шкіри. Ця оцінка базується на початковій візуальній діагностиці експерта та дермокосметичному опитувальнику.

2. Серія вимірювань за допомогою апарату SKIN INSTANT© LAB

Лабораторія Skin Instant© Lab складається з п'яти зондів, під'єднаних до комп'ютера, оснащеного програмним забезпеченням для діагностики та аналізу, спеціально розробленим Biologique Recherche. Ці вимірювання використовуються для визначення:

- Вміст вологи вимірюється корнеометрією.
- Невідчутна втрата води (IWL), також відома як трансепідермальна втрата води (TRWL), міра ефективності ліпідного бар'єру.
- Еластичність шкіри або здатність шкіри повертатися до початкової форми після деформації, виміряна кутометрією.
- Індекс меланіну шкіри, вимірювання «поглинання» для моніторингу змін пігментних плям.
- Вміст шкірного сала вимірюється фотометрією.

Дані зберігатимуться в персоналізованій історії, відстежуючи зміни в Skin Instants© з часом, щоб можна було динамічно коригувати рекомендації для створення об'єктивної довгострокової програми лікування.

Апарат Skin Instant® Lab

В основі методу Biologique Recherche лежить унікальна система аналізу, діагностики та призначення процедур і продуктів, які дозволяють відстежувати зміни в Skin Condition® у часі та адаптувати послуги до кожного конкретного випадку.

Принцип дії. Прилад Skin Instant®Lab включає 5 зондів для вимірювання рівня гідратації, трансепідермальної втрати вологи, еластичності, пігментації, секреції шкірного сала. Діагностика проводиться за допомогою комп'ютера зі спеціальною програмою, розробленою спеціально для Biologique Recherche для аналізу отриманих даних. Після дермокосметичного аналізу та остаточного діагнозу Skin Instant®Lab підключається до бази даних Biologique Recherche і пропонує список продуктів і процедур, адаптованих спеціально до стану вашої шкіри®.

Фотографування клієнтів. Стандартні проекції положення клієнта щодо фотокамери, умови (кут освітлення) і тип плівки. Знімки в проекціях: анфас, профіль, $\frac{3}{4}$ справа і зліва, вид спереду при закинутою голові [55, 59].

Висновки до розділу 2

1. Наведені об'єкти дослідження, охарактеризовані апаратні методи діагностики шкіри, які використовувалися для діагностики косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями.

2. Представлений комплекс косметичних засобів і методів діагностики, які використовували в ході дослідження запропонованих схем косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями

РОЗДІЛ 3. РОЗРОБКА, ВПРОВАДЖЕННЯ ТА ДОСЛІДЖЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ СХЕМ КОСМЕТОЛОГІЧНОГО ДОГЛЯДУ ЗА ШКІРОЮ РУК ТА НІГТЯМИ

3.1. Попереднє дослідження: оцінка клінічної картини і визначення стану шкіри в проблемних зонах

Запечатування – це найефективніший метод завдовжки 30 хвилин. Він прекрасний для тонких, тендітних і нігтів, що шаруються. Спочатку майстер наносить пошарово нігтьові пластини, вітаміни, протеїни та «кришталеві мінерали». Після цього нігті підпилюють, пом'якшують їх у ванночці та шліфують. Втирання мінералів та вітамінів нагадує процедуру масажу. Запечатані нігті вирівнюють, краще ростуть, отримуючи захист і харчування, а це означає, що вони зміцнюються завдяки плівці. Вигляд у таких нігтів, після інтенсивної терапії дивовижний. Рекомендується робити такі процедури двічі на місяць. Така процедура корисна і після зняття нарощених нігтів.

Гарячий манікюр – швидка допомога для ламких та хворих нігтів. Така процедура триває годину. Точно так занурюють пальці у ванну, в якій знаходиться лікувальний лосьйон. Майстер після цього наносить крем на кисті рук та робить масаж. Розпарені руки можуть набагато краще вбирати корисні речовини. В результаті отримуємо ніжну шкіру, красиві еластичні нігті та пом'якшену кутикулу. Все це отримують, завдяки рідкому та теплому парафіну та засобам які містять у собі гліцерин, ланолін, кераміди, вітамінні олії, які в послідовності майстер наносить на руки. Відразу після першого сеансу можливо помітити результат, але фахівці стверджують, що необхідно провести кілька сеансів.

Теплий манікюр – це аналог гарячому. Дуже добре впливає оживляючий лосьйон «Віталкрім» і в результаті – м'яка та зволожена шкіра рук, здорові кутикули, укріплені нігтьові пластини та покращений стан слабких нігтів.

Парафінотерапія посилює та доповнює шляхетну дію гарячого та теплового манікюру. Під час парафінових процедур, руки та нігті інтенсивно зволожуватись, оздоровляться та просочаться. Такі процедури дуже корисні в холодну пору року.

Японський манікюр є не лише корисним, а й дуже приємною процедурою, яка забезпечить комплексне лікування проблемних нігтів. Її тривалість триває близько години, а складається з кількох етапів, але з них – діагностика. Після цього майстер приймається за кутикулу, зміцнює та зволожує нігті спеціальними сіруватками, а потім запечатує поверхні нігтьових пластин. У процесі завдають десятки різних препаратів, які складаються з природних інгредієнтів. Чудовим є сухий масаж Atsui. Руки розігріваються у спеціальній пічці, після чого їх масажують мішечком із кварцовим піском.

Моделювання нігтів одним сеансом зможе виправити усі недоліки. Така методика приховає їх під шаром нігтя і за дві години ваші нігті будуть вже довгими, красивими та гладкими. Сьогодні гель визнають одним із найкращих методів захисту натуральних нігтів, причому вони і дихають, і ростуть ще здоровіше.

Об'єктами нашого дослідження були 8 клієнтів, які добровільно погодилися взяти участь в дослідженні ефективності розроблених нами програм, а також самі схеми косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями і косметичні засоби та апаратні методики, використовувані в ході роботи.

Вісім клієнтів, яких ми запросили для дослідження ефективності розроблених схем косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями, проживали в м. Харкові, (25 – 40 років), мали однаковий ступінь старіння поверхні кистей рук та ослаблені нігтьові пластини, які ми визначили за допомогою відповідних методів діагностики шкіри.

В ході роботи нами був проведений аналіз сучасних підходів до косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями умовах косметологічних установ і зібраний анамнез клієнтів з досліджуваної групи.

Середній вік клієнтів складав $34,3 \pm 1,7$ років.

Перед складанням схем косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями дані про кожного клієнта заносилися в його особисту карту.

Спеціальні методи дослідження проводилися до початку курсу терапії та через 7 днів після останньої процедури та включали вивчення якісних характеристик шкіри із застосуванням корнеометрії (рис. 3.1.), за допомогою різних спеціалізованих насадок апарату SKIN INSTANT© LAB Biologique Recherche (табл. 3.1.).



Рис. 3.1. Апарат SKIN INSTANT© LAB Biologique Recherche

Критерії відбору клієнтів: старіння рук, ослаблені нігтьові пластини

Критерії виключення: наявність протипоказань до проведення гарячих процедур (локальне запалення); індивідуальна нестерпність препаратів; серед відносних протипоказань – дисморфофобія, неадекватна оцінка можливостей препарату та методу.

Ціль: створення оптимального косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями для поліпшення зовнішнього вигляду.

Показання: старіння рук, ослаблені нігтьові пластини.

Препарати: LCN (Light Concept Nails.

Обладнання: RuNail апарат (рис. 2.1.).

Таблиця 3.1.

Показники досліджуваної групи клієнтів до проведення косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями

№ п/п	Візуальне обстеження	Апаратні методи дослідження	
		Корнеометрія	
Досліджувана група клієнтів	1	старіння рук, ослаблені нігтьові пластини	45 од
	2	старіння рук, ослаблені нігтьові пластини	42 од
	3	старіння рук, ослаблені нігтьові пластини	43 од
	4	старіння рук, ослаблені нігтьові пластини	33 од
	5	старіння рук, ослаблені нігтьові пластини	30 од
	6	старіння рук, ослаблені нігтьові пластини	44 од
	7	старіння рук, «зморшкуваті руки»	40 од
	8	старіння рук, ослаблені нігтьові пластини	39 од

3.2. Стратегія і розробка схем косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями

Кажуть, вік жінки можна визначити по її руках, адже це – наша «візитна картка». М'яка, ніжна шкіра та доглянуті нігті привертають чоловічі погляди, і саме на пальчиках часто судять про доглянутість їхньої господині. Жіночі руки є не лише «дзеркалом» ставлення жінки до себе, а й відбивають її ставлення до світу.

Прагнучи до ідеалу, сучасні дівчата йдуть на серйозні витрати: вдаються до дорогих процедур догляду в нігтьових студіях, використовують фірмові косметичні засоби. Саме тому питання, як домогтися «оксамитових» ручок і зберегти сімейний бюджет є дуже актуальним. На сьогоднішній день з'явилася альтернатива дорогим салонним процедурам у вигляді гарячого

манікюру – ефективного способу домогтися гладких і ніжних рук в домашніх умовах.

Запечатування нігтів воском – популярна та затребувана процедура, що дозволяє зберегти красу та доглянутий вигляд надовго навіть при ослаблених нігтьових пластинах. Нігті набувають блиску, відновлюється їхня структура. Процедура є не лише косметичною, а й лікувальною. Ефект зберігається близько трьох тижнів і з кожним разом нігті стають дедалі міцнішими і привабливішими.

LCN-система запечатування нігтів воском

LCN (Light Concept Nails) – це відомий німецький бренд, що належить компанії Wilde Cosmetics GmbH, яка має представництва у 85 країнах світу. Інновації та багаторічний досвід дозволили їй зайняти лідируючі позиції. LCN спеціалізується на виробництві унікальних засобів для нігтів (рис. 3.2.).



Рис. 3.2. LCN-система запечатування нігтів воском

Процедура LCN запечатування нігтів передбачає використання воску, виробленого цією компанією для зміцнення та оздоровлення нігтьової пластини. На нігтях утворюється тонка непомітна оку плівочка, яка уберігає

від негативного зовнішнього впливу. Нанесення складу здійснюється досить швидко, а результати варті уваги.

- Відновлюється міцність нігтів.
- З'являється здоровий і природний блиск та гладкість.
- Зменшується або припиняється розшаровування нігтьової пластини.

Завдяки запечатування вільного краю нігтя можна відростити власний манікюр значної довжини.

- Нігті насичуються вітамінами та мінеральними речовинами, прискорюється їх зростання.
- Зникає неприємний жовтуватий відтінок.

Для процедури воскового запечатування нігтів використовуються лише якісні та натуральні склади. Після відвідування салону можна вести звичний спосіб життя, не переживаючи за стан нігтів та покриття.

Нами розроблена схема № 1 косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями, яка складається з наступних процедур:

- використовується процедура LCN запечатування нігтів – 1-2 процедури:
- гарячий манікюр – 4 процедури;
- парафіноterapia – 12 процедур (табл. 3.2.).

Таблиця 3.2.

Основні етапи схеми косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями

Етапи	Методика	К – сть процедур на тиждень	К – сть процедур на етапі	Разом
1 етап	гарячий манікюр	1	4	4
2 етап	парафіноterapia	3	12	12
3 етап	процедура LCN запечатування нігтів	1	1	1

Сама програма здійснювалася поетапно протягом 4 тижнів.

Протокол процедури запечатування нігтів

1. Стандартно поєднується звичайний манікюр та запечатування нігтів. Після того, як нігті та кутикула упорядковані, майстер наносить на нігті спеціальний віск натурального походження (рис. 3.3.).



Рис. 3.3. Віск натурального походження LCN

2. Далі поверхня ретельно полірується за допомогою блоку, виготовленого з натуральної замші (рис. 3.4.). При цьому проводиться запечатування краю нігтя. Це важливо задля збереження цілісності структури пластини, що запобігає її розшарування.



Рис. 3.4. Поверхня полірується за допомогою блоку, виготовленого з натуральної замші

3. Надлишки воску знімаються серветкою.

4. Після процедури запечатування нігтів масло або живильний крем втираються у пластину та кутикулу. Це необхідно для надання блиску та насичення вітамінами (рис. 3.5.).



Рис. 3.5. Результат запечатування краю нігтя

Особливості воску. У складі LCN-пасти для запечатування нігтів є лише натуральні компоненти.

- Натуральний бджолиний віск. Він містить провітамін А, а також смоли та склеюючі частинки, що виробляються бджолами. Вони заповнюють дрібні тріщини на нігтях, вирівнюють пластину, в цілому покращуючи якість структури нігтів, підвищуючи еластичність та міцність.

- Олія насіння моркви. Будучи природним антиоксидантом, сприяє регенерації клітин. Має зволожуючий, поживний та пом'якшувальний ефект. Має властивості природного антисептика.

- Протеїни шовку. Відповідають за зміцнення та захист, створюючи непомітну плівочку на поверхні.

- D-пантенол. Інша назва – вітамін В5. Запобігає розшаровуванню, появі сколів, тріщин.

Показання до запечатування нігтів:

- Ломкі та ослаблені нігті.
- Повільне зростання нігтів.

- Тьмянний колір.
- Після нарощування.

Протипоказання для процедури:

- Надзвичайно тонкі нігті. В цьому випадку небажаний будь-який вплив пилками.
- Обрізний манікюр. Процедуру краще відкласти на день-два, поки кутикула відновиться.
- Довгий манікюр, який планується зрізати. Запечатування торців нігтя у разі неактуально.

Сухість шкіри на руках – проблема номер один сучасної жінки. Домашній персонал можуть дозволити собі одиниці, звичайні жінки змушені день за днем використовувати миючі засоби, гумові рукавички, які викликають сухість і зневоднення шкіри на руках, ламкість нігтів. Через це наші руки покриваються зморшками, шкіра тріскається, виникають задирки, шаруються і ламаються нігті, загальний вигляд перестає бути привабливим. Отже, падає і настрій, і самооцінка жінки. Прості процедури по догляду за шкірою рук ефекту вже не дають або він досить нетривалий.

Справжнім порятунком для рук можна вважати гарячий манікюр – сучасну процедуру, нескладний і ефективний варіант догляду за руками і нігтями. Результатом регулярного проведення гарячого манікюру є гладка, як шовк, шкіра рук і міцна нігтьова пластина. Іноді майстри використовують термін «SPA-манікюр», але це все ж таки неправильно, так як за фактом гарячий манікюр з маслом або кремом істотно корисніше і в разі ефективніше, ніж SPA варіант (рис. 3.6.).



Рис. 3.6. SPA-манікюр

Можна вважати, що коріння цієї процедури сягає далеко вглиб століть: здавна жінки використовували лосьйони, олії та ефект пари для лікування та збереження привабливого зовнішнього вигляду. Сучасний варіант має ту ж мету, проте має суттєві відмінності в ефективності та техніці проведення.

Особливості та переваги

На відміну від стандартних прийомів, техніка проведення гарячого манікюру потребує спеціального обладнання, що працює в режимі нагрівання та режимі підтримки температури. Таким диво-апаратом є ванна, призначена для розігріву олії, крему або лосьйону. Часто жінки сумніваються, чи не можна адаптувати звичний варіант із паровим нагріванням, але звичайним тут не обійтись: адже ванна повинна підтримувати оптимальну температуру весь час проведення процедури. На ринку представлена велика кількість подібних ванн, відрізняються вони, як правило, лише ціною. Апарат нагріває масляний розчин до певної температури, а потім підтримує до закінчення процесу (рис. 3.7.).



Рис. 3.7. Ванна для розігріву олії, крему або лосьйону

Протягом процедури гарячого манікюру використовується лосьйон, що містить поживні компоненти. Висока температура активної речовини сприяє активізації важливих внутрішньоклітинних процесів, підігрітий лосьйон

покращує потік крові, пори розкриваються, в результаті корисні речовини краще проникають усередину і благотворно впливають на шкіру рук та нігті (рис. 3.8.).



Рис. 3.8. Процедура гарячого манікюру

Таким чином, гарячі розчини зволожують і живлять шкіру ефективніше, ніж крем або лосьйон. Не дарма гарячий манікюр ще називають королівським, олійним та лікувальним. Перевагою цього є його універсальність: він підходить клієнтам різного віку, а результат від нього очевидний після перших процедур (рис. 3.9.).

У манікюру з гарячим лосьйоном чи олією майже відсутні протипоказання, проте за наявності відкритих ран чи грибкових уражень шкіри робити його не можна.



Рис. 3.9. Результат після проведення гарячого манікюру

Технологія виконання

Для виконання знадобляться:

- Знезаражуючий засіб (спиртовий розчин або антибактеріальне мило цілком підходять);
- Пилка для нігтів;
- Спеціальна ванна;
- Паличка для видалення кутикули;
- Масляний лосьйон (рис. 3.10.).



Рис. 3.10. Косметичні засоби та обладнання для виконання гарячого манікюру

Процедуру виконували покроково:

1 етап. Очищення. Під час проведення гарячого манікюру під дією тепла відбувається розкриття пор, але це, на жаль, сприяє кращому проникненню не тільки активних речовин, а й будь-яких інших, зовсім не корисних. Якщо на руках знаходяться частинки жиру, поту або бруду, підвищується можливість отримати подразнення, а позитивного ефекту від процедури не буде. Саме тому не варто нехтувати очищенням рук. Для цього підійде спеціальний спрей, розчин на основі спирту чи мило типу Safeguard. Залишки старого покриття слід видалити за допомогою спеціальної рідини.

2 етап. Маніпуляція з нігтями. За допомогою манікюрних ножиць та пилки надавали нігтям необхідну довжину та форму. Короткі нігтики можна почистити пушером.

3 етап. Ванночка. Почати слід з підготовки рідини, для цього лосьйон наливали у ванну та розігрівали до температури 35 градусів. Після цього потримали пальці у розігрітому лосьйоні 20-25 хвилин. Відразу після цього

ніжно утралі лосьйон, виконували масаж кожного пальчика, помасажували кисті рук і дали засобу повністю вбратися. Руки промокнули попередньо охолодженим рушником, це допомогло видалити залишки лосьйону та сприяло закриттю пор (рис. 3.11.).



Рис. 3.11. Етапи виконання гарячого манікюру

4 етап. Видалення кутикули. Наступним етапом потрібно зробити видалення кутикули будь-яким із доступних способів. Найбільш щадним прийнято вважати спосіб з використанням апельсинової палички. Тепер можна покрити нігті лаком чи захисним засобом.

Результатом регулярного використання гарячих ванн було поліпшення стану нігтів і підвищення еластичності шкіри рук, зменшились сухість, ламкість, розшаровування і задирки. Нагрітий лосьйон позитивно впливав на суглоби, тому процедура особливо хороша для людей похилого віку, любителів в'язання та шиття, професійних музикантів.

Поради фахівців

Досвідчені майстри постійно знаходять ноу-хау, що дозволяють робити процедури ефективніше. На думку фахівців, дуже важливий правильний вибір при придбанні лосьйону або крему для процедури. При покупці лосьйону важливо вивчити, що входить до його складу. У хороший засіб повинні входити фруктові олії, різноманітні вітаміни та мінерали (рис. 3.12.).



Рис. 3.12. Домашній догляд

Виконувати гарячий манікюр майстри рекомендують до 4 разів на місяць. Косметичні розчини можна чергувати. Гарячий спосіб манікюру просто незамінний в осінньо-зимовий період, коли ручки потребують особливо ретельного догляду.

У лосьйоні міститься велика кількість корисних інгредієнтів: фруктові олії та кислоти, екстракт женьшеню, вітамінні комплекси, фахівці рекомендують використовувати процедуру для відновлення нігтьових пластин після зняття нарощених елементів (рис. 3.13.).



Рис. 3.13. Використання гарячих ванн

Парафінотерапія кистів рук і стоп

За своєю суттю, парафінотерапія – це занурення кистей рук у підігрітій у спеціальному апараті парафін (руки мають бути підготовлені та зволожені спеціальним кремом), після чого вони закріплюються особливими поліетиленовими рукавичками, а після цього на них надягають теплі махрові рукавички для створення теплових опадів. ефект.

Парафін здатний тривалий час зберігати в шкірі тепло, а потім поступово його віддавати. Коли речовина стикається з поверхнею шкіри, то нагріває її на кілька градусів, при цьому пори відкриваються, а потові залози починають працювати в активнішому режимі – відбувається так званий ефект сауни, що очищає організм від токсинів та інших шкідливих речовин. Коли парафін починає остигати, то сильно зневоднена шкіра починає витягувати з нього воду і поживні елементи, а всі шкідливі речовини залишаються в парафіні. Крім того, парафінотерапія забезпечує шкірі ефект ліфтингу, оскільки, коли парафін остигає, він стискається, і компресія сприяє омолодження шкіри (рис. 3.14.).

Вже після першого сеансу був помітний результат: гладка пружна і зволожена шкіра.



Рис. 3.14. Парафіноterapia рук

Регулярне проведення процедури парафінотерапії допомагало досягти тривалого ефекту омолодження та зміцнення шкіри рук. Результат посилює нанесення перед процедурою косметичних сироваток, кремів і емульсій — парафін збільшив проникнення цих речовин, отже, підвищилась еластичність і пружність шкіри. Крім іншого, парафіноterapia благотворно діяла на суглоби (рис. 3.15.).



Рис. 3.15. Після першого сеансу був помітний результат

Процедура парафінотерапії для рук

На одну процедуру парафінотерапії кистей рук потрібно не більше 500 г парафіну. Необхідно враховувати, що парафін це одноразовий продукт, тобто наносити його повторно не можна.

Перед процедурою парафін необхідно розтопити. Це можна зробити кількома способами: в мікрохвильовій печі, духовці або на водяній бані, а також застосовуючи спеціальні нагрівальні пристрої для парафінотерапії.

Процедура парафінотерапії складається з етапів:

- 1 етап. Добре вимили ділянки шкіри, на які буде нанесено парафін.
- 2 етап. Змастили руки кремом.
- 3 етап. Занурили кисті рук попередньо розтопленим парафіном.
- 4 етап. Кисті рук обмотали поліетиленовим пакетиком або надягніть поліетиленові рукавички.
- 5 етап. Поверх поліетилену, накрили кисті рушником і залишили приблизно на 20 хвилин.
- 6 етап. Після закінчення процедури знімали рушник і поліетилен і змили парафін під теплою водою.

Процедуру парафінотерапії для рук можна легко зробити самостійно в домашніх умовах.

Парафінотерапія застосовується для омолодження та зволоження різних ділянок тіла. Внаслідок своєї великої теплоємності парафін нагріває ділянку тіла, що призводить до ефекту сауни. Під плівкою з парафіну, шкіра розігрівається та кровотеча посилюється. Охолоджуючи, парафін починає зменшуватися в об'ємах, що, у свою чергу, збільшує еластичність та вологість шкіри.

Користь парафінотерапії для рук:

- Зволоження шкіри рук, відновлення водного балансу.
- Виведення токсинів.
- Відновлення та загоєння тканин.
- Тонізування м'язів.
- Поліпшення кровообігу.

Протипоказання: підвищений тиск, діабет, захворювання шкіри, відкриті рани або висипання на тілі, варикозне розширення вен у оброблюваних місцях.

3.3. Результати, отримані після проведення косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями

Після проведення схеми косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями у досліджуваної групи клієнтів спостерігаються наступні зміни (табл. 3.3.):

Таблиця 3.3.

Показники досліджуваної групи клієнтів після проведення косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями

№ п/п	Візуальне обстеження	Апаратні методи дослідження	
		Корнеометрія	
Досліджувана група клієнтів	1	зміцнення нігтьової пластини	65 од
	2	зміцнення нігтьової пластини	65 од
	3	збільшення еластичності та зволоженості шкіри, зміцнення нігтьової пластини	68 од
	4	зміцнення нігтьової пластини	69 од
	5	збільшення еластичності та зволоженості шкіри, зміцнення нігтьової пластини	72 од
	6	збільшення еластичності та зволоженості шкіри, зміцнення нігтьової пластини	59 од
	7	збільшення еластичності та зволоженості шкіри, зміцнення нігтьової пластини	60 од
	8	збільшення еластичності та зволоженості шкіри, зміцнення нігтьової пластини	71 од

Загалом позитивна динаміка спостерігалася в 8 клієнтів: 7 людей показали відмінні результати, 1 людина середні результати. Небажаних ефектів і дискомфорту не було. Доведено, що розроблена схема ефективна при корекції старіння рук.

Висновки до розділу 3

1. На основі проаналізованих схем діагностики шкіри, був визначений перелік досліджень косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями.

2. Були досліджені склади інших косметичних схем косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями та вивчені різні методики, які застосовуються у сучасній косметології.

3. На основі досліджень були розроблені, впроваджені та досліджені схеми косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями в умовах косметологічного закладу. Вибрані косметичні засоби та апаратні методики, які виступатимуть у складі схем корекції даного стану, які будуть надавати необхідний ефект.

3. Доведено, що розроблена схема косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями ефективна.

4. Загальна оцінка клієнтами розробленої схеми косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями була оцінена переважною кількістю як дуже ефективна, комфортна, що забезпечує високу комплаєнтність клієнтів (99%).

5. Запечатування нігтів воском – популярна та затребувана процедура. Нігті набувають блиску, відновлюється їхня структура. Процедура є не лише косметичною, а й лікувальною. Ефект зберігається близько трьох тижнів і з кожним разом нігті стають дедалі міцнішими і привабливішими.

6. Справжнім порятунком для наших рук можна вважати гарячий манікюр – сучасну процедуру, нескладний і ефективний варіант догляду за руками і нігтями. Результатом регулярного проведення гарячого манікюру є гладка, як шовк, шкіра рук і міцна нігтьова пластина.

7. Парафіноterapia застосовується для омолодження та зволоження різних ділянок тіла.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз літературних джерел довів, що актуальною проблемою практичної косметології є розробка схем косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями.

2. Наведені об'єкти дослідження, охарактеризовані апаратні методи діагностики шкіри, які використовувалися для аналізу схем косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями. Представлений комплекс косметичних засобів і методів діагностики, які використовували в ході дослідження запропонованих схем косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями.

3. На основі проаналізованих схем діагностики шкіри, був визначений перелік досліджень яким повинна підвергатися схема догляду за шкірою рук та нігтями.

4. На основі досліджень була розроблена, впроваджена та досліджена схема косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями в умовах косметологічного закладу.

5. Таким чином, на підставі отриманих клінічних результатів корекції, підтверджених даними корнеометрії можна вважати ефективною і доцільною розроблену схему.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Chandana T, Saritha C, Shankaraiah P. Comparison of safety and efficacy of luliconazole and other antifungal agents. *Inter J Phar Scien Research*. 2014. Vol. 5, No 1. P. 1-9.
2. Cui L., Jia J., Guo Y., Liu Y., Zhu P. Preparation and characterization of IPN hydrogels composed of chitosan and gelatin cross-linked by genipin. *Carbohydrate Polymers*. 2014. Vol. 99. P. 31- 38.
3. Current status of apiration the national university of pharmacy modern directions in chemistry, biology, pharmacy and biotechnology / A. I. Tikhonov et al. Lviv : Lviv polytechnic publishing house, 2015. P. 190195.
4. Da Silva B.C.M., Paula C.R., Auler M.E. et al. Dermatophytosis and immunovirological status of HIV-infected and AIDS patients from Sao Paulo city, Brazil. *Mycoses*. 2014. No 1. P. 12-22.
5. Dessinioti C, Katsambas A. Acneiform eruptions. *Clin Dermatol*. 2014. Vol. 32, No 1. P. 24-34.
6. Dokazatelnyj opit terapii mycozov kozi. Posobije dlja vrachej. Izdaniye 2-e ispravlennoye. Pod red. Sergeev AYu. *Natsionalnaja akademija mycokologii*. 2016. P. 40.
7. Federalnije klinicheskije rekomendatsie. Dermatovenerologija 2015: Bolezni kozi i infeccii, peredavaemije polvim putjem. 5-izd., perer. i dopol. M.: *Delovoj ekspress*. 2016. P. 768.
8. Fu J., Schlenoff J.B. Driving forces for oppositely charged polyion association in aqueous solutions: enthalpic, entropic, but not electrostatic. *J Am Chem Soc*. 2016. Vol. 138, No 3. P. 980–990.
9. Genetic, Molecular, and Cellular Determinants of Sex-Specific Cardiovascular Traits / Vaura F. et. al. *Circulation research*. 2022. Vol. 130. P. 611–613.

10. Gubanova E.I., Starovatova P.A., Rodina M.Y..12-month effects of stabilized hyaluronic acid gel compared with saline for rejuvenation of aging hands. *J Drugs Dermatol*. 2015. Vol. 4, No 3. P. 288-298.
11. Gupta AK, Foley KA, Versteeg SG. Nem Antifungal Agent and New Formulations Against Dermatophytes. *Mycopathologia*. 2016. Vol. 7. P. 1-15.
12. Hertz-Kleptow D, Hanschmann A, Hofmann M, Reuther T, Kerscher M. Facial skin revitalization with CPM®-HA20G: an effective and safe early intervention treatment. 2019. Vol. 12, No 126. P. 572.
13. Identification of Triclosan Intermediates Produced by Oxidative Degradation Using TiO₂ in Pure Water and Their Endocrine Disrupting Activities / K. Sankoda et al. *Bulletin of Environmental Contamination and Toxicology*. 2016. Vol. 86, № 5. P. 470–475.
14. Ito S, Wakamatsu K, Sarna T. Photodegradation of Eumelanin and Pheomelanin and Its Pathophysiological Implications. *Photochem Photobiol*. 2017 Sep 5. doi: 10.1111/php.12837.
15. Ito S., Wakamatsu K., Sarna T. Photodegradation of Eumelanin and Pheomelanin and Its Pathophysiological Implications. *Photochem Photobiol*. 2017 Sep 5. doi: 10.1111/php.12837.
16. Ito S., Wakamatsu K., Sarna T. Photodegradation of Eumelanin and Pheomelanin and Its Pathophysiological Implications. *Photochem Photobiol*. 2017 Sep 5. doi: 10.1111/php.12837.
17. Jordan D.R., Stoica B. Filler migration: a number of mechanisms to consider. *Ophthalmic Plastic & Reconstructive Surgery*. 2015. Vol. 3, No 4. P. 257–262.
18. Kayitmazer A.B., Koksal A.F. Complex coacervation of hyaluronic acid and chitosan: effects of pH, ionic strength, charge density, chain length and the charge ratio. *Soft Matter*. 2015. Vol. 11, No 44. P. 8605–8612.
19. Kerscher M., Eiben-Nielson C., Kleine-Boerger, L., Haas, H., Sattler, S., & Sattler, G. Restylane Skinboosters for improved facial skin quality using two treatment sessions. 2017. No 22. P. 97.

20. Khan H.S, Dudhgaonkar S, Bende MM, Wankhede S. Comparison of efficacy, safety and cost-effectiveness of clotrimazole 1% cream and sertaconazole 2% cream in patients suffering from of mild to moderate tinea corporis, attending tertiary care hospital out-patient department: a randomized, open-labeled, comparative, parallel group trial. *Inter J Basic Clinical Pharmacol.* 2015. Vol. 4. P. 75-81.
21. Bobro S. G. Development prospects for gel treatment acne. Actual questions of development of new drugs : abstracts of XX international scientific and practical conference of young scientists and student, April 22–23, 2014, Kharkiv. Kharkiv : NUPh, 2014. P. 86.
22. Bobro S. G., Tikhonov A. I., Blazheyevskiy M. Y. Quantitive determination of azelaic acid in «Propolis» gel with the propolis phenolic hydrophobic drug for treating acne. *Journal of Pharmacy and Pharmacology.* 2015. Vol. 3, № 2. P. 7379.
23. Khare S, Nagar R, Saify B. Comparative fssessment of the effectiveness and safety of Sertaconazole cream versus Terbinafine cream versus Luiliconazole versus Clotrimazole cream in patients with tinea cruris. *Inter J Contemporary Med Research.* 2016. Vol. 3, No 1. P. 191-195.
24. Koosha M., Mirzadeh H.. Electrospinning, mechanical properties, and cell behavior study of chitosan/PVA nanofibers. *Journal of biomedical materials research.* 2015. Vol. 103, No 9. P. 3081-3093.
25. Kovtun V. B., Sidorenko O. G., Khomiakova M. D., Levandovskiy I. A. Retinoids in dermatology: functional activity and prospects of synthetic analogues. *Biotechnologia Acta.* 2020. Vol. 13, No 5. P. 32-41.
26. Kroepfl L., Emer J.J. Combination Therapy for Acne Scarring: Personal Experience and Clinical Suggestions. *J. Drugs Dermatol.* 2016. Vol. 15, No 1. P. 1413–1419.
27. Kumar VK. A study of comparative assessment of the efficacy and safety of sertaconazole 2% cream versus terbinafine 1% cream in patients with

- dermatophytoses of skin. *J Evidence Based Med & Helthcare*. 2015. Vol. 2. P. 5839- 5846.
28. Larson A.A., Goldman M.P. Recalcitrant rosacea successfully treated with multiplexed pulsed dye laser. *J Drugs Dermatol*. 2017. No 6. P. 843-845.
29. Layton A. The use of isotretinoin in acne. *Dermatoendocrinology*. 2019. Vol. 1, No 3. P. 162–169.
30. Lora V., Capitanio B., Ardigo M. Noninvasive, in vivo assessment of comedone re-formation. *Skin Res. Technol*. 2015. Vol. 21, No 3. P. 384–386.
31. Lukasheva N.N., Tkachenko S.B., Potekaev N.N., Kuz'mina T.S., Vasilevs-kaya EA. Reflectance in vivo confocal laser scanning microscopy: the his- tory of creation, the principle of operation, the possibilities of application in dermatology. *Clinical dermatology and venereology*. 2018. Vol. 5. P. 10–15.
32. Lynn D.D., Umari T., Dunnick C.A., Dellavalle R.P. The epidemiology of acne vulgaris in late adolescence. *Adolesc. Health Med. Ther*. 2016. Vol. 7. P. 13–25.
33. Maljarchuk AP, Sokolova TV, Montes Rossel KV. Epidemiologicheskaja znachimost aktivnosti vijavlenija mycozov stop u razlichnih kontingentov naselenija. *Uspechi medicinskoj mycologii*. 2017. No 17. P. 69-71.
34. Malyarchuk TA, Sokolova TV. Complicated mycosis of the feet: the tactics of its treatment with sertaconazole. *Dermatovenerologiya i ehsteticheskaya medicina*. 2014. Vol. 21, No 1. P. 187-188.
35. Man, J.J., Beckman, J.A., Jaffe, I.Z. Sex as a biological variable in atherosclerosis. *Circ. Res*. 2022. Vol. 126. P. 1297–1319.
36. Manfredini M., Greco M., Farnetani F., Mazzaglia G., Ciardo S., Bettoli V., et al. In vivo monitoring of topical therapy for acne with reflectance confocal microscopy. *Skin Res. Technol*. 2017. Vol. 23, No 1. P. 36–40.
37. Matushevskaya TV, Svirshchevskaya EV. Topical forms of sertaconazole in the treatment of fungal infections of the skin. *Vest Dermatol Venerol*. 2014. Vol. 5. P. 106-111.

38. Mehrasa M., Asadollahi M. A. Electrospun aligned PLGA and PLGA/gelatin nanofibers embedded with silica nanoparticles for tissue engineering. *International Journal of Biological Macromolecules*. 2015. Vol. 79. P.687-695.
39. Miller, A. Treatment of erythema angiectactic rosacea with a KTP YAG laser. *J. Drugs Dermatol*. 2015. Vol. 4, No 6. P. 760-762.
40. Mitura S., Sionkowska A. &Jaiswal A. Biopolymers for hydrogelsin cosmetics: review. *J Mater Sci: Mater Med*. 2020. Vol. 31, P. 50.
41. Muzzarelli R.A., Mehtedi M.E. Genipin-Crosslinked Chitosan Gels and Scaffolds for Tissue Engineering and Regeneration of Cartilage and Bone. *Marine Drugs*. 2015. Vol. 13, No. 12. P. 7314-7338.
42. Nenoff P, Krüger C, Paasch U, Ginter-Hanselmayer G. Mycology — an update Part 3: Dermatomycoses: topical and systemic therapy. *JDDG: J Deutschen Dermatologischen Gesellschaft*. 2015. Vol. 13, No 5. P. 387-411.
43. Riahi RR, Bush AE, Cohen PR. Topical Retinoids: Therapeutic Mechanisms in the Treatment of Photodamaged Skin. *Am J Clin Dermatol*. 2016. Vol. 17, No 3. P. 265-276.
44. Savchenko NV, Burceva GN, Sergeev YuV. To the characteristic of antimicrobial activity of sertaconazole. *Uspekhi medicinskoj mikologii. Nacionalnaya akademiya mikologii*. 2016. Vol. 15. P. 175-179.
45. Sergeev AYu, Burtseva GN, Nikolaevskiy BO, Sergeev YuYu. The evidence behind effective treatment of tinea infections with sertaconazole. *Immunopatologiya, allergologiya, infektologiya*. 2015. Vol. 4: P. 92-104.
46. Sokolova TV, Malyarchuk AP, Saverskaya EN, Montes Rossel KV, Malyarchuk TA. Mycology today. Pod red. Djakov YuT, Sergeev AYu. Glava: Athlete's foot: a review on its classification, pathogenesis and clinical presentation. *Nacionalnaya akademiya mikologii*. 2016. No 3. P. 139-159.
47. Sokolova TV, Malyarchuk TA. Multicenter survey of tinea pedis in Russia. Finding the cause strategy of inefficiency and objectifying the evaluation of topical antifungal therapy. *Immunopatologiya, allergologiya, infektologiya*. 2014. Vol. 2. P. 66-78.

48. The influence of natural surfactants on the stabilization of oil–water emulsions / N. A. Nebogina et al. *Petroleum Chemistry*. 2014. Vol. 50, № 2. P. 158–163.
49. Tikhonov O. I., Bobro S. G. Studyng “Propolis-Gel” pharmacological activity. *The Pharma Innovation Journal*. 2016. Vol. 5, № 6. P. 26-30.
50. Van Zuuren EJ, Fedorowicz Z, El-Gohary M. Evidence-based topical treatments for tinea cruris and tinea corporis: a summary of a Cochrane systematic review. *Br J Dermatol*. 2015. Vol. 172, No 3. P. 616-641.
51. Yuan Shao, Tianyuan He, Gary J. Fisher, John. Molecular basis of retinol anti-aging properties in naturally aged human skin in vivo. *Int J Cosmet Sci*. 2017. Vol. 39, No 1. P. 56-65.

ДОДАТКИ



Міністерство охорони здоров'я України

Національний фармацевтичний університет



СЕРТИФІКАТ

Цим засвідчується, що

**Ладигіна К.А.,
Масна В.В.,
Новосел Д.А.**

Науковий керівник:
Башура О.Г.

брав(ла) участь у роботі IV Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю

YOUTH PHARMACY SCIENCE

Ректор НФаУ,
д. фарм. н., проф.



Алла КОТВИЦЬКА

6-7 грудня 2023 р.
м. Харків,
Україна

30 років
ІПКФ

СЕРТИФІКАТ №220

засвідчує, що

Новосел Д. А

Взяв(ла) участь у Науково-практичній конференції з міжнародною участю, присвяченій 30-річчю заснування Інституту підвищення кваліфікації спеціалістів фармації Національного фармацевтичного університету

БЕЗПЕРЕРВНИЙ ПРОФЕСІЙНИЙ РОЗВИТОК ФАРМАЦЕВТИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ: СУЧАСНИЙ СТАН, ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ

тривалістю 6 годин (0.2 кредита ЄКТС)

Досягнуті програмні результати навчання:

- Демонструвати інноваційність та лідерство у професійній діяльності, результатом яких є підвищення мотивації та здатності до навчання та професійного зростання.
- Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів до конкретних ситуацій професійної діяльності.

В.о. ректора
Національного фармацевтичного університету

Алла КОТВИЦЬКА

Директор Інституту
підвищення кваліфікації спеціалістів фармації НФаУ

Олександр ПІМІНОВ



м. Харків, 01.11.2023



Національний фармацевтичний університет

Факультет медико–фармацевтичних технологій
Кафедра косметології і аромології
Ступінь вищої освіти магістр
Спеціальність 226 Фармація, промислова фармація
Освітня програма Технологія парфумерно–косметичних засобів

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувачка
кафедри
косметології і
аромології
Оксана РЯБОВА

«01» вересня 2023 року

ЗАВДАННЯ
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ ЗДОБУВАЧКИ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Дарини НОВОСЕЛ

1. Тема кваліфікаційної роботи : «Косметологічний догляд за шкірою рук та нігтями »
керівник кваліфікаційної роботи: Олександр БАШУРА, д.фарм.н., проф.
затверджений наказом НФаУ від «01» листопада 2023 року № 242
2. Строк подання здобувачем вищої освіти кваліфікаційної роботи: грудень 2023 р.
3. Вихідні дані до кваліфікаційної роботи: викладена на 59 сторінках машинопису і складається зі вступу, трьох розділів, списку використаних джерел, що містить 51 найменування, серед яких 48 – іноземна. Обсяг основного тексту 53 сторінки.
4. Зміст розрахунково – пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити): збір даних літератури, щодо косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями у салоні краси, досліджувати ефективність запропонованих схем корекції на різних етапах їх впровадження.
5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень): таблиць – 3, рисунків – 27.

6. Консультанти розділів кваліфікаційної роботи

Розділ	Ім'я, ПРІЗВИЩЕ, посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання Видав	Завдання Прийняв
1	Олександр БАШУРА, професор закладу вищої освіти кафедри косметології і ароматології	01.09.2023	01.09.2023
2	Олександр БАШУРА, професор закладу вищої освіти кафедри косметології і ароматології	12.09.2023	12.09.2023
3	Олександр БАШУРА, професор закладу вищої освіти кафедри косметології і ароматології	5.11.2023	5.11.2023

7. Дата видачі завдання: «01» вересня 2023 року.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Термін виконання етапів кваліфікаційної роботи	Примітка
1	Узагальнення даних наукової літератури щодо косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями. Оформлення розділу 1.	Вересень	Виконано
2	Визначення об'єктів та методів дослідження. Оформлення розділу 2.	Жовтень	Виконано
3	Дослідження та опробування косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями. Оформлення розділу 3.	Листопад	Виконано
4	Розробка, впровадження та дослідження ефективності косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями. Оформлення розділу 3.	Листопад	Виконано
5	Оформлення магістерської роботи.	Грудень	Виконано
6	Оформлення документів до захисту.	Січень	Виконано

Здобувачка вищої освіти _____

Дарина НОВОСЕЛ

Керівник кваліфікаційної роботи _____

Олександр БАШУРА

ВИТЯГ З НАКАЗУ № 242
по Національному фармацевтичному університету
від 01 листопада 2023 року

Затвердити тему, керівника та рецензента кваліфікаційної роботи здобувачу вищої освіти заочної форми здобуття освіти факультету медико-фармацевтичних технологій НФаУ 2024 року випуску:

№ з/п	Прізвище, ім'я по батькові здобувача вищої освіти	Тема кваліфікаційної роботи (українською мовою)	Тема кваліфікаційної роботи (англійською мовою)	Керівник кваліфікаційної роботи	Рецензент кваліфікаційної роботи
1.	Новосел Дарина Андріївна	Косметологічний догляд за шкірою рук та нігтями	Cosmetic care for the skin of the hands and nails	проф. Башура О. Г.	проф. Єрмоменко Р.Ф.

ПІДСТАВА: службова записка завідувача кафедри про затвердження теми кваліфікаційної роботи, керівника та рецензента.

З оригіналом згідно:

Декан факультету медико-фармацевтичних технологій _____ О.І. Набока

ВИСНОВОК
комісії з академічної доброчесності НФаУ про проведену експертизу
щодо академічного плагіату у кваліфікаційній роботі
№ 124887 від « 27 » грудня 2023 р.

Проаналізувавши випускню кваліфікаційну роботу за магістерським рівнем здобувача вищої освіти денної форми навчання Новосел Дарини Андріївни, 6 курсу, _____ групи, спеціальності 226 Фармація, промислова фармація, на тему: «Косметологічний догляд за шкірою рук та нігтями / Cosmetic care for the skin of the hands and nails», Комісія з академічної доброчесності дійшла висновку, що робота, представлена до Екзаменаційної комісії для захисту, виконана самостійно і не містить елементів академічного плагіату (копіляції).

Голова комісії,
професор



Інна ВЛАДИМИРОВА

6%

12%

ВІДГУК

**наукового керівника на кваліфікаційну роботу ступеня вищої освіти
магістр, спеціальності 226 Фармація, промислова фармація**

Дарини НОВОСЕЛ

на тему: «Косметологічний догляд за шкірою рук та нігтями».

Актуальність теми. Доглянуті, здорові, красиві, вони є показником успішності, самоповаги, гідності. За день руки встигають переробити сотню справ і тому особливо потребують уваги та турботи. Шкіра рук особливо вразлива, тому що містить дуже мало води. Кількість сальних залоз на її поверхні невелика, а на долонях вони зовсім відсутні. Не дивно, що процеси старіння у шкірі рук протікають у 10 разів інтенсивніше, ніж у шкірі обличчя.

Практична цінність висновків, рекомендацій та їх обґрунтованість.

Наукові положення, висновки і рекомендації, сформульовані у роботі, базуються на експериментальних даних і логічно витікають з отриманих результатів.

Оцінка роботи. Випускна кваліфікаційна магістерська робота виконана на достатньо високому науковому рівні. Результати експериментів статистично оброблені та представлені у роботі у вигляді таблиць та рисунків. Висновки узагальнено, що є логічним завершенням теоретичних експериментальних досліджень.

Загальний висновок та рекомендації про допуск до захисту. Випускна кваліфікаційна магістерська робота Дарини НОВОСЕЛ відповідає усім вимогам, що висуваються до магістерських робіт, і може бути представлена до захисту у Екзаменаційну комісію Національного фармацевтичного університету.

Науковий керівник

Олександр БАШУРА

08.12.2023 р.

РЕЦЕНЗІЯ

**на кваліфікаційну роботу ступеня вищої освіти магістр, спеціальності
226 Фармація, промислова фармація**

Дарини НОВОСЕЛ

на тему: «Косметологічний догляд за шкірою рук та нігтями».

Актуальність теми. Наші руки завжди на увазі. Доглянуті, здорові, красиві, вони є показником успішності, самоповаги, гідності. За день руки встигають переробити сотню справ і тому особливо потребують уваги та турботи. Шкіра рук особливо вразлива, тому що містить дуже мало води. Кількість сальних залоз на її поверхні невелика, а на долонях вони зовсім відсутні. Не дивно, що процеси старіння у шкірі рук протікають у 10 разів інтенсивніше, ніж у шкірі обличчя.

Теоретичний рівень роботи. Базуючись на літературних даних, автором обґрунтована доцільність розробці, впровадження та ефективності схем косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями в умовах косметичного закладу.

Пропозиції автора з теми дослідження. Запечатування нігтів воском – популярна та затребувана процедура. Нігті набувають блиску, відновлюється їхня структура. Процедура є не лише косметичною, а й лікувальною. Ефект зберігається близько трьох тижнів і з кожним разом нігті стають дедалі міцнішими і привабливішими. Справжнім порятунком для наших рук можна вважати гарячий манікюр – сучасну процедуру, нескладний і ефективний варіант догляду за руками і нігтями. Результатом регулярного проведення гарячого манікюру є гладка, як шовк, шкіра рук і міцна нігтьова пластина.

Практична цінність висновків, рекомендацій та їх обґрунтованість. Наукові положення, висновки і рекомендації, сформульовані у роботі, базуються на експериментальних даних і логічно витікають з отриманих результатів.

Недоліки роботи. По тексту зустрічаються граматичні помилки та невдалі вирази.

Загальний висновок і оцінка роботи. Випускна кваліфікаційна магістерська робота Дарини НОВОСЕЛ по результатам досліджень і виконаному об'єму може бути представлена до захисту у Екзаменаційну комісію НФаУ.

Рецензент _____ професор Римма ЄРЬОМЕНКО

12.12. 2023 р.

**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ФАРМАЦЕВТИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

**Витяг з протоколу
засідання кафедри косметології і аромології НФаУ
№ 11 від 18 грудня 2023 року**

Голова: завідувач кафедри, кандидат мед. наук, доц. Рябова О.О.

Секретар: доц. Мартинюк Т.В.

ПРИСУТНІ: зав. каф., доц. Рябова О.О., проф. Башура О.Г., проф. Філіпцова О.В., доц. Мартинюк Т.В., доц. Петровська Л.С., доц. Пасічник О.В., ас. Ковальчук К.О.

ПОРЯДОК ДЕННИЙ:

1. Про представлення до захисту в Екзаменаційну комісію кваліфікаційних робіт здобувачів вищої освіти випускного курсу НФаУ 2024 року випуску

СЛУХАЛИ: Про представлення до захисту в Екзаменаційній комісії кваліфікаційної роботи на тему: «Косметологічний догляд за шкірою рук та нігтями» здобувача вищої освіти випускного курсу НФаУ 2024 року випуску Дарини НОВОСЕЛ

Науковий (– ві) керівник (– ки) проф. Олександр БАШУРА
Рецензент проф. Римма ЄРЬОМЕНКО

УХВАЛИЛИ: Рекомендувати до захисту кваліфікаційну роботу здобувача вищої освіти 6 курсу ТПКЗм18(5,6з)-01 групи Дарини НОВОСЕЛ
(прізвище, ім'я)

на тему: «Косметологічний догляд за шкірою рук та нігтями»

Голова

завідувач кафедри,
канд.мед. наук, доц.

(підпис)

Оксана РЯБОВА

Секретар

доцент

(підпис)

Тетяна МАРТИНЮК

НАЦІОНАЛЬНИЙ ФАРМАЦЕВТИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

**ПОДАННЯ
ГОЛОВІ ЕКЗАМЕНАЦІЙНОЇ КОМІСІЇ
ЩОДО ЗАХИСТУ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ**

Направляється здобувачка вищої освіти Дарина НОВОСЕЛ до захисту кваліфікаційної роботи за галуззю знань 22 Охорона здоров'я спеціальністю 226 Фармація, промислова фармація освітньою програмою Технологія парфумерно–косметичних засобів на тему: «Косметологічний догляд за шкірою рук та нігтями».

Кваліфікаційна робота і рецензія додаються.

Декан факультету _____ / Ольга НАБОКА /

Висновок керівника кваліфікаційної роботи

Здобувачка вищої освіти Дарина НОВОСЕЛ в процесі роботи встановила загальні напрямки косметологічного догляду за шкірою рук та нігтями в умовах косметичного закладу. Дарина НОВОСЕЛ допускається до захисту даної випускної кваліфікаційної магістерської роботи в Екзаменаційній комісії НФаУ.

Керівник кваліфікаційної роботи _____ Олександр БАШУРА
«8» грудня 2023 р.

Висновок кафедри про кваліфікаційну роботу

Кваліфікаційну роботу розглянуто. Здобувачка вищої освіти Дарина НОВОСЕЛ допускається до захисту даної кваліфікаційної роботи в Екзаменаційній комісії.

Завідувачка кафедри

косметології і аромології _____ Оксана РЯБОВА

«18» грудня 2023 року

Кваліфікаційну роботу захищено
у Екзаменаційній комісії

« 09 » _____ лютого _____ 2024 р.

З оцінкою _____

Голова Екзаменаційної комісії,
доктор медичних наук, професор

_____ / Людмила БОЛОТНА /