

Утверждено
директором ООО «Сензор»

Солодиловой Д.С.
(Приказ № 2/23 от 14.08.2023 г.)



**Дополнительная общеразвивающая
программа обучения
«Лазерная эпиляция»**

2023 год
г. Шахты

Содержание программы

Образовательная программа - комплекс основных характеристик образования (объем, содержание, планируемые результаты) и организационно-педагогических условий, который представлен в виде учебного плана, календарного учебного графика, рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), иных компонентов, оценочных и методических материалов, форм аттестации.

Наименование разделов программы	Страница
Пояснительная записка	3
Календарный учебный график	6
Учебный план	7
Содержание рабочей программы	8
Условия реализации программы	10
Формы аттестации	13
Фонд оценочных средств	15
Методические рекомендации	16

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность

Лазерная эпиляция является самой нужной и востребованной услугой в бьюти сфере для избавления от нежелательной растительности на теле. Эффект от лазерной эпиляции длится от 1 до 5 лет. Спрос на хороших мастеров лазерной эпиляции невероятно высок.

Лазерная эпиляция – это современное направление обучения, которое предоставит действующим специалистам качественную базу для дальнейшей работы в выбранной сфере. Такое обучение актуально по той причине, что способы удаления нежелательных волос на теле постоянно обновляются. Данное направление косметологии пользуется огромным спросом, регулярно появляются новые способы эпиляции, новые средства и инструменты. Уследить за новинками может каждый, но важно своевременно и регулярно обучаться и развиваться в выбранном направлении. С нами вы сможете усовершенствовать имеющуюся базу, повысить уровень своих знаний и приобрести еще больше сведений для безопасной и качественной работы с клиентами.

Цель дополнительной общеразвивающей программы – изучение основ выполнения лазерной эпиляции, введение в профессиональную деятельность.

Задачи программы

Обучающие:

- сформировать целостное представление о профессиональной деятельности путем приобретения теоретических знаний и практических навыков;
- подготовить обучающихся к полноценной работе непосредственно сразу после обучения;
- стимулировать развитие творческого потенциала специалистов, путем постоянного саморазвития;

Развивающие:

- развитие интереса к практической деятельности в области лазерной эпиляции;
- развитие познавательного интереса, включенности в познавательную деятельность;
- развитие навыков организации и осуществления сотрудничества с педагогами, клиентами;
- развитие творческих, коммуникативных и организационных способностей, необходимых для последующего профессионального образования и трудовой деятельности;

Воспитательные:

- воспитание аккуратности, трудолюбия, целеустремленности, терпения, положительного отношения к труду;
- создание комфортной обстановки, атмосферы доброжелательности, сотрудничество.

Дополнительная общеразвивающая программа направлена на формирование и развитие следующих компетенций:

- умение организовать рабочее место;
- уметь определять объем работ и потребности расхода материалов для выполнения работ;
- знать правила техники безопасности при выполнении лазерной эпиляции;
- знание необходимых инструментов для выполнения процедуры;

Ожидаемые результаты освоения программы:

- умение проводить эстетическую коррекцию волосяного покрова тела либо его отдельных частей лазерной эпиляцией;
- формирование знаний и умений, необходимых для работы в качестве мастера лазерной эпиляции;
- консультировать клиентов по домашнему профилактическому уходу за телом после процедуры лазерной эпиляции;
- умение оценивать свои профессиональные интересы и склонности к изучаемым видам трудовой деятельности, составлять жизненные и профессиональные планы.

Дополнительная общеразвивающая программа формирует общие представления о специфике работы мастера по лазерной эпиляции, об основных видах материалов и инструментов, о технологии выполнения работ, об основных правилах техники безопасности при выполнении работ.

Программа «Лазерная эпиляция» разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказа Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по ДОП;
- Приказа Минпросвещения России от 30.09.2020 № 533 О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по ДОО;
- Приказа Минтруда России 2018 №298н Стандарт педагога дополнительного образования детей и взрослых;
- Примерных требований к дополнительным образовательным программам 06-1844 от 11.12.2006.

Программа по виду образования – дополнительное образование, подвид – дополнительное образование взрослых и детей.

Направленность (профиль) программы - социально-гуманитарная.

Адресат программы.

Программа рассчитана на взрослое население, от 18 лет. Без предъявления требований к уровню образования и стажу работы.

Курс рассчитан на категории: мамам в декрете, работающим мастерам, всем

желающим сменить профессию, желающим начать свой бизнес, всем, кому интересна лазерная эпиляция.

Нормативный срок обучения – 20 ч.

Продолжительность обучения- 5 дней.

Режим занятий: 5 дневная рабочая неделя, продолжительность 1 занятия – 45 минут, с перерывом не менее 10 минут, продолжительность занятий не более 5 часов в день.

Форма обучения – очная, по адресу: Ростовская область, г. Шахты, ул. Пролетарская 188.

Форма занятий – индивидуальная, групповая.

Формы организации образовательного процесса.

В процессе работы используются различные формы занятий: традиционные, практические занятия, лекции, мастер-классы и т.д. Для решения поставленных задач используются общепедагогические методы:

- проблемно-поисковый;
- объяснительно-иллюстрированный;
- эвристический;
- модульный.

В программе значительное место отводится практическим занятиям, необходимым для овладения навыками проведения лазерной эпиляции.

Итоговый документ – сертификат об обучении.

2. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№	Наименование темы	Всего, часов	Период обучения
1	Что такое лазерная эпиляция. Историческая справка.	1	1 день обучения
2	Анатомия и физиология волос	1	
3	Помещение, оборудование и материалы	1	
4	Подробный сравнительный анализ видов эпиляции и депиляции	2	
5	Современная лазерная эпиляция и ее отличия	8	2-3 день обучения
6	Лазеры в косметологии. Классификация лазеров	2	4 день обучения
7	Показания и противопоказания	2	
8	Психология общения с клиентом	1	5 день обучения
9	Итоговая аттестация	2	
10	Итого	20	

3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Форма обучения очная, нормативный срок обучения – 20 ч.

Продолжительность занятий– теоретического и практического занятия составляет 1 академический час (45 минут); практическое занятие составляет 1 час (60 минут)

№	Наименование темы	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Т	П*	
1	Что такое лазерная эпиляция. Историческая справка.	1	0,5	0,5	Текущий контроль
2	Анатомия и физиология волос	1	0,5	0,5	Текущий контроль
3	Помещение, оборудование и материалы	1	0,5	0,5	Текущий контроль
4	Подробный сравнительный анализ видов эпиляции и депиляции	2	1	1	Текущий контроль
5	Современная лазерная эпиляция и ее отличия	8	4	4	Промежуточный контроль
6	Лазеры в косметологии. Классификация лазеров	2	1	1	Текущий контроль
7	Показания и противопоказания	2	1	1	Текущий контроль
8	Психология общения с клиентом	1	0,5	0,5	Текущий контроль
9	Итоговая аттестация	2	-	2	Зачет
10	ИТОГО	20	9	11	

Т- теоретические занятия, П- практические занятия

* Обучение проводится на моделях.

4. СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Тема 1. Что такое лазерная эпиляция. Историческая справка

Теория: Сущность методики. Принцип работы. Введение в профессию. История возникновения депиляции в древних мирах. Классификация технологий в современном мире.

Практическая работа: Составление таблицы «Разновидность процедур эстетической коррекции волосяного покрова и их различия».

Тема 2. Анатомия и физиология волос

Теория: Анатомия кожи, особенности. Структура и строение волос. Виды и особенности строения. Особенности влияния на структуру волоса и состояние кожи эстетической коррекции волосяного покрова. Гипертрихоз и гирсутизм что это? Развитие волоса. Фазы роста волос. Возможные аллергические реакции.

Практическая работа: Зарисовка схемы строения волос.

Тема 3. Помещение, оборудование и материалы

Нормативно-правовые вопросы, регулирующие деятельность лазерного кабинета. Санитарно-эпидемиологические требования к содержанию помещения, оборудованию. Организация рабочего места. Оснащение кабинета.

Разбор инструментов. Выбор пинцетов. Дезинфекция. Предстерилизационная очистка инструментов. Стерилизация.

Требования пожарной безопасности.

Практическая работа: отработка практических навыков пользования инструментом и оборудованием.

Тема 4. Подробный сравнительный анализ видов эпиляции и депиляции

Что такое депиляция? Что такое эпиляция? Фотоэпиляция. Лазерная эпиляция. Элос эпиляция. Восковая депиляция. Сахарная депиляция. Электроэпиляция.

Практическая работа: отработка практических навыков пользования инструментом и оборудованием.

Тема 5. Современная лазерная эпиляция и ее отличия

Принцип действия лазерного удаления волос. Отличия эпиляции лазером от других видов. Метод воздействия. Продолжительность выполнения процедуры. Количество процедур. Зона обрабатываемой области. Стоимость сеансов. Техника и методики процедур диодной лазерной эпиляции.

Подготовка к салонной процедуре лазерной эпиляции. Виды анестезии. Инвазивная. Аппликационная. Риски. Правила. Безопасная анестезия «чулком».

Что такое вольфрамовая нить? В каких областях она применяется? Диаметры, размеры. Особенности работы на нити. Иглы. Диаметры. Производители. Сплав. Особенности работы.

Уход за кожей после процедур. Уход за лицом. Уход за телом. Обзор средств по типам кожи. Загар. Бассейн. Распаривание.

Практическая работа: отработка практических навыков пользования инструментом и оборудованием.

Тема 6. Лазеры в косметологии. Классификация лазеров

Типы лазеров и их опасность. Александритовый лазер. Рубиновый лазер. Неодимовый лазер. Диодный лазер. ЭЛОС эпиляция. Техника безопасности при работе на лазерных аппаратах. Виды процедуры. Контактный. Бесконтактный

Практическая работа: отработка практических навыков пользования инструментом и оборудованием.

Тема 7. Показания и противопоказания

Лазерная эпиляция: плюсы и минусы. Противопоказания. Беременность. Грудное вскармливание. Медицинские условия. Медикаментозное лечение. Свежий загар. Келоидные рубцы. Поражения кожи и открытые раны. Недавнее использование воска / выщипывание. Гирсутизм. Объемные родинки. Возможные последствия и побочные эффекты лазерной эпиляции. Мнения врачей о противопоказаниях лазерной эпиляции.

Практическая работа: отработка практических навыков пользования инструментом и оборудованием.

Тема 8. Психология общения с клиентом

Психология общения с клиентом: мотивы и иллюзии. Психологическая первопричина. Объективный взгляд. Доверие и ответственность.

Практическая работа: Тренинг общения с клиентом.

Итоговая аттестация. Зачет.

5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация дополнительной общеобразовательной программы предполагает наличие учебного кабинета.

Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета:

посадочные места по количеству обучающихся;

рабочее место преподавателя;

комплект учебно-наглядных пособий;

персональный компьютер/ноутбук

Оборудование для практических занятий:

комплект мебели для оказания косметических услуг (кушетка косметологическая, стул мастера, столик косметологический);

аптечка;

раковина;

зеркало;

системы хранения (белье, расходные материалы, косметические средства);

корзины для использованного белья;

компьютер, колонки;

мультимедиа

бактерицидный рециркулятор;

диагностические лампы (Лампа Вуда, лампа-лупа);

многофункциональные косметические комбайны;

переносные компактные аппараты;

стерилизатор, (сухожаровой шкаф);

У.Ф. шкаф для хранения продезинфицированного инструмента.

комплект журналов по соблюдению дезинфекционного режима;

контейнер для предварительного замачивания и дезинфекции инструментов;

воскоплавы (кассетные, баночные);

Оборудование и технологическое оснащение рабочих мест:

комплект мебели для оказания косметических услуг (кушетка косметологическая, стул мастера, столик косметологический);

комплект белья для косметологической кушетки: плед, чехол.

полотенце махровое/полотенце вафельное;

папка-планшет;

диагностические лампы (лампа-лупа);

воскоплав (баночный, кассетный);

комплект инструментов: пинцет, прямые ножницы, посуда и емкости: миска для воды, мерный стакан для дезинфицирующего средства, мерный стакан для косметических средств, мерный стакан для воды, лоток почкообразный, миски (6-9 см), миска резиновая 13-15см);

одноразовые расходные материалы: комплект одноразового белья для клиента (кимоно/пеньюар, тапочки, шапочка, фиксатор для волос), простыни

одноразовые, пелерина на завязках, маска косметологическая, полотенца одноразовые, полоски для депиляции, ватные палочки, ватные диски, маска 3-х слойная на резинке, перчатки, нетканые салфетки/спонжи, крафт-пакеты, салфетки косметические, фартук полиэтиленовый.

Аппарат для электроэпиляции и коагуляции (российского и иностранного производства)

Информационно-методическое обеспечение программы

Список рекомендуемой литературы

1. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 43.02.12 Технология косметических услуг.

2. Дрибноход Ю.Ю. Косметология Ростов н/Д: Феникс, 2014.

3. Крестьянинова О.А. Полная энциклопедия косметологии «Сова» СПб

4. Ужегов Г.Н. Болезни кожи. Профилактика и лечение. Ростов н/Д: Феникс, 2014

Электронные издания (электронные ресурсы)

<http://www.anatomy.tj>

<http://www.anatomcom.ru>

Дополнительные источники

1. Дрибноход Ю.Ю. Косметика. Косметология. ИД «Весь» СПб

2. Ветрова А. Визажист, стилист, косметолог. Ростов н/Д: Феникс, 2014

3. Kosmetik international русское издание, М, с1995-2016

4. Колесникова А. Б. Косметический массаж. Феникс, 2014.

5. Озерская О.С. Косметология. СПб. 2008

Кадровые условия реализации программы

Образовательный процесс по образовательной программе обеспечивает педагогические работники, соответствующие требованиям в сфере образования, Приказу Министерства труда и социальной защиты РФ от 5 мая 2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

Преподаватели должны иметь - Высшее образование или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования «Образование и педагогические науки» или Высшее образование либо среднее профессиональное образование в рамках иного направления подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования при условии его соответствия дополнительным общеразвивающим программам, дополнительным предпрофессиональным программам, реализуемым организацией, осуществляющей образовательную деятельность, и получение при необходимости после трудоустройства

дополнительного профессионального образования по направлению подготовки «Образование и педагогические науки».

Особые условия допуска к работе - Отсутствие ограничений на занятие педагогической деятельностью, установленных законодательством Российской Федерации.

Прохождение обязательных предварительных (при поступлении на работу) и периодических медицинских осмотров (обследований), а также внеочередных медицинских осмотров (обследований) в порядке, установленном законодательством Российской Федерации.

Организации образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Обучение лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов по дополнительным общеобразовательным программам осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния их здоровья. Занятия для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов организуются совместно с другими обучающимися.

Образовательная деятельность лиц с ограниченными возможностями здоровья по дополнительным общеобразовательным программам осуществляется на основе дополнительных общеобразовательных программ, адаптированных при необходимости для обучения указанных лиц. Сроки обучения по дополнительным общеразвивающим программам для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов с учетом особенностей их психофизического развития при необходимости могут быть увеличены.

6. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Оценка качества освоения дополнительной общеразвивающей программы проводится в отношении соответствия результатов освоения дополнительной программы заявленным целям и планируемым результатам обучения.

Оценки качества разработки и реализации дополнительных программ осуществляется посредством: текущей, промежуточной и итоговой аттестации.

Текущий контроль

Текущий контроль успеваемости проводится с целью получения оперативной информации о качестве усвоения обучающимися учебного материала, управления учебным процессом и совершенствования методики проведения занятий.

Форма текущего контроля - устный опрос на занятии.

Критерии оценивания текущей аттестации:

- правильность ответа по содержанию занятия (учитывается количество и характер ошибок при ответе);
- полнота и глубина ответа (учитывается количество усвоенных фактов, понятий и т.п.);
- сознательность ответа (учитывается понимание излагаемого материала);
- логика изложения материала (учитывается умение строить целостный, последовательный рассказ, грамотно пользоваться специальной терминологией);
- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи (учитывается умение использовать наиболее прогрессивные и эффективные способы достижения цели);
- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе (учитывается грамотно и с пользой применять наглядность и демонстрационный опыт при устном ответе);
- использование дополнительного материала (обязательное условие);
- рациональность использования времени, отведенного на задание (не одобряется затянутость выполнения задания, устного ответа во времени, с учетом индивидуальных особенностей обучающегося).

Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация обучающихся предназначена для определения степени достижения учебных целей при изучении тем программы в целом.

Форма промежуточного контроля – зачет в форме устного опроса.

Критерии оценивания промежуточной аттестации

Отметка «зачтено» выставляется обучающемуся, знающему программный материал, грамотно и по существу излагающему его, который не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач.

Отметка «не зачтено» выставляется обучающемуся, который не знает

значительной части программного материала, допускает существенные ошибки.

Итоговая аттестация

Освоение дополнительной общеразвивающей программы завершается итоговой аттестацией обучающихся в форме, определяемой образовательной организацией самостоятельно.

К итоговой аттестации допускается обучающийся, не имеющий задолженности и в полном объеме выполнивший учебный план (индивидуальный учебный план) по дополнительной общеразвивающей программе.

Объем времени аттестационных испытаний, входящих в итоговую аттестацию обучающихся, устанавливается учебным планом дополнительной общеразвивающей программы.

Итоговая аттестация не может быть заменена оценкой уровня знаний на основе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

Освоение учебных предметов заканчивается зачетом в форме выполнения практической работы.

При оценивании результатов обучения учитываются результаты выполнения практической работы на модели, по теме итогового задания.

Критерии оценивания итоговой аттестации

Рационально размещает на рабочем месте инструменты и выбирает необходимые косметические средства; соблюдает технику безопасности в работе и правила личной гигиены; доводит до клиента информацию о характере предоставляемой услуги; аккуратно выполняет работу; достигает конечного результата в процедуре лазерной эпиляции.

Тематика практических заданий

Технология работы и нюансы на различных участках тела:

- Зона над верхней губой.
- Подбородок.
- Брови.
- Шея, грудь
- Белая линия живота.
- Бикини классика. Глубокое бикини.
- Межягодичная область.
- Ноги.

По результату успешной сдачи итоговой аттестации, обучающемуся выдается сертификат об обучении. Лицам, не прошедшим итоговой аттестации или получившим на итоговой аттестации неудовлетворительные результаты, а также лица освоившим часть дополнительной общеразвивающей программы и (или) отчисленным из организации, выдается справка об обучении или о периоде обучения по образцу, самостоятельно устанавливаемому организацией.

Документ об обучении выдается на бланке, образец которого самостоятельно устанавливается организацией.

7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Примерные вопросы для промежуточной аттестации

1. Что такое лазерная эпиляция?
2. Какое оборудование используется во время процедуры?
3. Безопасно ли лазерное излучение?
4. Правда ли, что лазерное воздействие может вызвать рак кожи?
5. Является ли лазерная эпиляция болезненной процедурой?
6. Могут ли после лазерной эпиляции появиться вросшие волосы?
7. Правда ли, что после процедуры могут появиться рубцы?
8. Сбривать ли волосы при подготовке к проведению эпиляции?
9. Выпадут ли все волосы после одной процедуры?
10. Сколько сеансов необходимо провести для полного удаления волос?
11. Почему не рекомендуется делать лазерную эпиляцию при загаре?
12. Можно ли делать лазерную эпиляцию светлых волос?
13. Можно ли проводить лазерную эпиляцию, будучи беременной или сразу после родов?
14. Влияет ли менструальный цикл на процесс лазерной эпиляции?
15. Как реагирует кожа на процедуру?

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Лекционный материал

Стандартные требования

Лазерная эпиляция основывается на применении специального аппарата, который эффективно воздействует на фолликулы волос, разрушая их и препятствуя дальнейшему росту. Чтобы полностью удалить растительность с ног, рук, зоны бикини и других областей, нужно знать как подготовиться к процедуре и сколько потребуется сеансов. К каждому из них следует тщательно подготовиться.

Основные правила и рекомендации, следовать которым обязательно:

Ограничиваем контакты с прямыми солнечными лучами. Если не получается это сделать, перед каждым выходом на улицу наносим на кожу крем с высоким уровнем защиты.

Прекращаем использование автозагаров.

На время подготовки перестаем посещать солярий. На момент процедуры кожа должна быть максимально светлой. Это позволит лазеру эффективнее бороться с растительностью.

Не используем травмирующие способы удаления волос – важно сохранить структуру. Допускается применение бритвенных станков, которые влияют исключительно на длину покрова.

Длина волос должна быть – не менее 2 и не более 5 миллиметров. На консультации косметолог озвучит точное значение, в зависимости от выбранной области: руки, ноги, лицо, зона бикини и пр.

За 2-3 дня ограничиваем использование косметических средств, а также кремов, лосьонов на основе спирта. Кожа должна быть чистой. В противном случае лазеру будет труднее обрабатывать поверхность, а также возможны ожоги.

За две недели до процедуры ограничиваем прием лекарственных препаратов. Перестаем пить антибиотики тетрациклинового ряда.

Посещаем дерматолога для определения противопоказаний и возможных ограничений по лазерной эпиляции, и не забываем спросить что нужно сделать перед сеансом.

Подготовка кожи к лазерной эпиляции и противопоказания

Лазерная эпиляция требует подготовки кожи и обладает определенными ограничениями, которые можно разделить на две группы: относительные и абсолютные. В первом случае процедура проводится, но только с разрешения врача. Во втором – придется искать другой способ удаления волос.

К временным запретам относят:

Простудные заболевания.

Загорелая кожа.

Болезни кожи: псориаз, экзема, различные дерматиты и пр.

Повреждения кожи: царапины, трещины, порезы.

Пигментные пятна и родинки.

Период кормления.

Беременность.

Варикозное расширение вен.

Аллергические реакции на некоторые компоненты используемых при эпиляции препаратов.

Возраст до 18 лет.

К полным противопоказаниям относят:

Герпес.

Наличие седых или рыжих волос.

Злокачественные новообразования.

Индивидуальная непереносимость лазерного излучения.

Сахарный диабет последних стадий.

Грибковые и половые болезни (только обработка зоны бикини).

Хорошо подготовить кожу и себя к лазерной эпиляции – это исключить любые противопоказания или ограничения. Важно вовремя пройти обследование, чтобы избежать неприятных результатов.

Подготовка перед лазерной эпиляцией и что нужно сделать

Эпиляция лазером много лет остается единственным, по-настоящему эффективным методом избавления от нежелательной растительности. Но все может пойти по иному сценарию, если пренебречь подготовкой перед лазерной эпиляцией. Мало соблюдать стандартные требования.

Важно знать что нужно сделать все по инструкции косметолога в несколько этапов:

За полтора месяца до процедуры. Если после консультации со специалистом была назначена дата первого сеанса, за 6 недель стараемся исключить из жизни эпилирующие средства, разрушающие структуру покрова. Лазер влияет только на здоровую растительность с полным набором элементов – волосок и фолликул. От загара также придется отказаться. Кожа бронзового цвета перетягивает на себя часть светового излучения, что снижает эффективность обработки и создает неприятные ощущения. Наличие загара часто приводит к ожогам.

За 2 недели. Когда до сеанса остается 14 дней, следует сократить физические нагрузки. У наиболее активных людей после лазерной эпиляции чаще происходит развитие фолликула. Процедура не дает желаемого результата. Также отказываемся от бани, сауны и бассейнов. Если не соблюсти данное правило, возможно возникновение воспалительного процесса.

Накануне лазерной эпиляции. За один день до процедуры корректируем длину волос на нужном участке кожи. Используем для этого бритвенный станок.

День сеанса. Прийти к косметологу нужно с очищенной кожей. На ней не должно быть никаких косметических средств. За 45-60 минут специалист обрабатывает поверхность обезболивающими составами. Если ранее были проявления герпеса и прочие подобные высыпания, то необходимо принять

противовирусный препарат. Это необходимо для предупреждения рецидива.

Опытные косметологи работают последовательно. Каждый шаг имеет особое значение и влияет на результат лазерной эпиляции.

Этапы лазерной эпиляции после подготовки

Подготовили кожу? Наступает день обработки ног, рук, груди и других участков лазером. Сделать облучение на чистой, здоровой поверхности не только безболезненно, но и эффективно. Основные этапы:

Специалист диагностирует кожу, определяет фототип, структуру волос, и настраивает оборудование. Определяет оптимальную длину и мощность лазера.

По желанию (если низкий болевой порог) косметолог наносит на кожу крем с ледокаином – поверхностное обезболивание. Можно обойтись и без него, если пациент уверен в комфорте проводимого облучения.

На обрабатываемую область накладывается специальный состав, который равномерно охлаждает поверхность и обеспечивает лучшее взаимодействие лазера с волосяным покровом.

Подготовленная кожа обрабатывается лазерными лучами. Каждый последующий импульс накладывается с частичным покрытием участка предыдущего – внахлест. Специалист не экономит вспышки, а тщательно прорабатывает каждый миллиметр зоны. Такой подход гарантирует отсутствие пропусков и равномерное поражение волос.

На облученную кожу наносится восстанавливающее, успокаивающее средство. Косметолог дает рекомендации по дальнейшему уходу и подготовке к другим сеансам.

После осмотра обработанного участка кожи назначается дата следующего приема.

Уход за кожей после лазерной эпиляции

Если вы доверились опытному косметологу и сумели тщательно подготовиться, вернуться к обычной повседневной жизни легко. Требуется лишь следовать простым рекомендациям по уходу за обработанной кожей:

Первые часы после лазерной эпиляции. Охлаждаем покровы. Простой способ – прикладывание кубиков льда, завернутых в тряпку из натуральных материалов. Ощущение жжения устраняется таблетками парацетамола. Если необходимо нанести макияж, делаем его легкими движениями. Сильное трение приводит к повреждению кожи. В некоторых случаях после аппаратной терапии появляются отеки вокруг фолликулов. Лечить их нужно максимально бережно – аккуратно втираем успокаивающий крем.

Сутки спустя. В течение 24 часов воздерживаемся от ванны и горячего душа.

2 дня спустя. Допускается использование духов и дезодорантов. Ограничиваем физические нагрузки. Повышенное потоотделение и перепады температуры не способствуют быстрому восстановлению кожи.

3 дня спустя. Носим одежду исключительно из натуральных, мягких

тканей. Грубые материалы раздражают нежные покровы. Не плаваем в хлорированной воде.

1 неделя спустя. Можно немного загорать. Желательно наносить кремы с небольшим уровнем защиты. Сильное воздействие ультрафиолета еще губительно для обработанной кожи. Под запретом выщипывание волосков. Отмирающая растительность должна выпасть самостоятельно. Использование пинцета может привести к инфекциям и воспалениям.

После 14 дней. За это время облученные волосы должны полностью выпасть. Помочь с удалением может мягкий скраб. Отдаем предпочтение составам с кофе, сахаром, но без кислот.

После 3 недель. Выходим на улицу только с защитой от солнца.

В следующие дни пациент постепенно переходит к нормальной жизни.

Преимущества лазерной эпиляции

Если вы хотите добиться гладкой кожи, надо обязательно подготовиться к лазерной эпиляции. Процедура обладает преимуществами:

Удаление растительности в труднодоступных местах (бикини, подмышечные впадины). Косметолог без труда справляется с каждым сантиметром обрабатываемой области. После прохождения курса не остается ни одного волоска.

Безболезненность. Правильная подготовка перед лазерной эпиляцией – отсутствие неприятных ощущений во время облучения. Минимальный дискомфорт возможен на первых сеансах в виде легких покалываний, которые через несколько секунд пропадают.

Противовоспалительный и антибактериальный эффекты лазера. Аппарат абсолютно безвредный для человеческого организма. Не вызывает аллергических реакций.

Универсальность – проведение эпиляции в любое время года. Главное условие – отсутствие загара на коже, который усложняет обработку лазером.

Сохранение покровов кожи. В процессе обработки лазером не возникает повреждений: ран, порезов или царапин. Ожоги сведены к минимуму.

Решение проблемы вросших волосков. Световое излучение эффективно борется с некрасивой растительностью, которая «застряла» в толще эпидермиса и не поддается обычной бритве или выдергиванию.

Долговременный результат. Эффективная аппаратная терапия совместно с подготовкой обеспечивает сохранение гладкости на протяжении нескольких лет. В некоторых случаях волосы исчезают навсегда.

Популярность лазера с каждым годом все больше. Методика дает хорошие и почти постоянные результаты. Пациентов смущает только долгое восстановление после процедуры. Но, если правильно подойти к подготовке и следовать рекомендациям косметолога, получится избежать многих неприятных последствий.