

**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI KAMBAG'ALLIKNI
QISQARTIRISH VA BANDLIK VAZIRLIGI
BAND BO'LMAGAN AHOLIGA
XIZMAT KO'RSATUVCHI «ISHGA MARHAMAT»
MONOMARKAZI**



**NEYL STILIST
YO'NALISHI UCHUN O'QUV QO'LLANMA**



Jizzax 2023

1. Ishni boshlashdan oldin xavfsizlik talablari

2.1. Maxsus kiyimlarni ignalar, ignalar bilan pimlamang va o'tkir, mo'rt yoki sinadigan narsalarni cho'ntagingizda saqlamang (qaychi, tirnoq kartalari, simni kesgichlar, shisha tayoqchalar, idishlar va boshqalar).

2.2. Tashqi tekshirish orqali tekshirish:

elektr rozetkalari, rozetkalari, ishlatilgan elektr jihozlarining quvvat simlari, stol chiroqlari (yalang'och bo'laklarning yo'qligi, elektr o'tkazgich simlarining burilishi va buralib qolishi), elektr asbobining ish holatida ekanligiga va elektr tarmog'idagi kuchlanish va elektr moslamasining kuchlanishiga mos kelishiga ishonch hosil qiling;

elektr jihozlarini topraklama ulanishlarining mavjudligi va ishonchligi (uzilishlar yo'qligi, asbobning tok o'tkazmaydigan qismlari va topraklama simlari orasidagi aloqa kuchi), topraklama bo'lmasa yoki ishonchli bo'lmasa, ishlamang;

Ish joyining yoritilishining etarliligi, agar kerak bo'lsa, yonib ketgan lampalarni almashtirishni yoki ko'proq yoritishni ta'minlaydigan chiroqni o'rnatishni talab qilsa, stol chiroqni mijozning qo'lga tushishi uchun yo'naltiring;

ish stoli va stulning (stulning) xizmatga yaroqliligi va barqarorligi.

2.3. Keraksiz harakatlanishni oldini olish uchun ishchi aksessuarlari qulay tarzda joylashtirilishi kerak:

o'ng tomonida, dezinfektsiyalangan manikyur stoliga yoki steril peçete ustiga, ish uchun zarur bo'lgan steril vositalarni qulay va xavfsiz joylashtiring;

Lak bilan flakonlar, eritma bilan idishlar, bir piyola issiq suv va boshqa moslamalar chap tomonidagi stolga qo'yilishi kerak;

kattalashtirish stakanini tayyorlang;

paxta terini tayyorlang va lakni olib tashlash, tirnoq rulolarini moylash, himoya kremi surtish va hokazo uchun qopqoqli bankaga joylashtiring;

qon ketishini to'xtatish uchun kompozitsiyani, shuningdek keng bo'yinli idishga spirtli ichimliklarni qo'ying.

2.4. Foydalanish qulay bo'lgan joyda ishlaydigan oyoq pedali bilan iflos kir yuvish uchun chelakni joylashtiring.

2.5. "ETON" kosmetologiya apparati to'liqligini tekshiring; mikromotorni elektron blokga ulang; uchini mikromotorga ulang va kerakli shakllantirish va abraziv ko'krakni uchida mahkamlang.

2.6. Shaxsiy foydalanish uchun sochiqni tayyorlang.

2.7. Tibbiy kabinetda kerakli dezinfektsiyalash vositalari va kiyimlarning mavjudligini tekshiring.

2.8. Idishdagi qopqoqlarning zichligiga, idishlarni dezinfektsiyalash vositalari va boshqa suyuqliklar, kremlar (nomi, konsentratsiyasi, tayyorlash sanasi) bilan etiketkasini tekshiring. Ish paytida ishlatiladigan barcha suyuqliklar, malhamlar, kremlar flakon (konteyner) tarkibiga to'g'ri keladigan aniq belgilarga ega bo'lishi kerak.

2.9. Qo'llardagi ochiq yaralar bilan ishlamang. Qo'llardagi barcha teri shikastlanishlarini barmoq uchlari, yopishqoq gips bilan himoya qiling.

2.10. Ish paytida bilaguzuk, soatlar, uzuk taqmang.

2.11. Ishlatilgan elektr asboblarning barcha nosozliklari, elektr simlari, yoritish va boshqa muammolarni bevosita rahbaringizga xabar qiling va ular bartaraf etilgandan keyingina ish boshlang.

1-MAVZU: NEYL-STILIST XONASIDA TEXNIKA XAVFSIZLIGI

Reja:

1. Texnika xavfsizligi.
2. Yong'in xavfsizligi.
3. Xavf manbalari.

Ish vaqtida xavfsizlikni ta'minlash uchun har bir usta xonani toza saqlashi, vaqti-vaqti bilan dizinfeksiya qilishi, sterilizatsiya qilish uchun maxsus jihoz va vositalarga, shuningdek shaxsiy himoya vositalariga ega bo'lishi kerak. Biroq ularning mavjudligi har doim ham xavfsizlik kafolati bo'lmaydi. Bir qarashda manikurchining ishi oddiygina ko'rinadi, lekin aslida unday emas. Bu zararli omillar ta'siriga bog'liq bo'lib, u bir qator kasbiy kasalliklarning rivojlanishiga, shuningdek, mutaxassis yoki mijoz uchun jarohatlar, kuyishlar va boshqa baxtsiz hodisalarga olib kelishi mumkin.

Manikurchining birinchi yordam qutisida quyidagilar bo'lishi shart:

- 70% etil spirti;
- 5% yod eritmasi;
- vodorod peroksidi;
- bint, leykoplastir;

lateks qo'lqop

Yuqorida keltirilgan xavf omillarini hisobga olgan holda, manikurchi kasal bo'lib qolmasligi uchun, shuningdek, baxtsiz hodisalardan o'zini himoya qilishga yordam beradigan bilimlarga ega bo'lishi kerak.

1. Nosoz holatdagi elektr o'tkazuvchi simlar tok urish xavfini orttiradi. Bunday simlarni o'z bilganicha ta'mirlash aslo mumkin emas. Tarmoqda elektr uzilishi kuzatilganda, barcha qurilmalar o'chirilishi shart.

2. Manikurchi ish jarayonida laklar, aseton, xlor, ozon, metil va etil kabi allergiyaning rivojlanishiga olib keladigan zaxarli uchuvchan va yonuvchan moddalarni o'z ichiga olgan ko'plab vositalar bilan ishlaydi. Shuning uchun xonani havo tozalovchi moslamalar bilan jihozlash shart.
3. Turli xil yuqumli kasalliklardan himoyalaniishning eng yaxshi usuli, mijozlarga rezina qo'lqop taqqan holda xizmat ko'rsatishdir. Mikrobdan himoyalaniish uchun, qo'shimcha himoya vositasi sifatida usta yuziga niqob taqishi va dezinfeksiyalash vositalaridan foydalangani ma'qul.
4. Mijozlarning xavfsizligini ta'minlash uchun manikurchilar yilda bir marta majburiy tibbiy ko'rikdan o'tishadi.

Savollar:

1. Manikurchining xonasidagi asosiy xavf manbalariga nimalar kiradi?
2. Birinchi yordam qutisida nimalar bo'lishi shart?

2-MAVZU: QO'LLARNING GIGIYENASI

Reja:

1. Manikur ustasi xavfsizligi.
2. Antiseptiklardan foydalanish.
3. Manikur ustasi gigiyenasi.

Ma'lumki, infeksiyalarning 80 foizi qo'llar orqali yuqadi. Manikurchining ishi esa mijozlarning terisi bilan doimiy aloqa qilish bilan bog'liq. Shuning uchun mutaxassisning qo'llari gigiyenasi juda muhim hisoblanadi.

Xo'sh, bu qanday amalga oshiriladi?

Qo'llarni maxsus antiseptik bilan tozalab olinadi. Preparatni qo'lning barcha qismlariga, ya'ni kaftlar, kaftlarning orqa qismi, barmoqlar va tirnoqlarga yaxshilab surtiladi. Bunda qo'llar quruq bo'lishi juda muhim rol o'ynaydi. Aks holda namlik preparatning dezinfeksiyalash xususiyatini kamaytiradi. Bundan

tashqari, preparat teriga salbiy ta'sir ko'rsatishi ham mumkin. Agar B gepatiti virusi yoki sil bilan kasallanish xavfi mavjud bo'lsa, jarayon takrorlanadi.

Antiseptik bilan ishlov berishdan oldin, manikurchining tirnoqlari olingan va lok surtilmagan bo'lishi kerak. Shuningdek, turli xil zargarlik buyumlarini va qo'l soatlarini ham yechib qo'yilsa maqsaga muvofiq bo'ladi.

Savollar:

1. Manikurchining qo'llari gigiyenasi nima uchun kerak?
2. Antiseptik nima?
3. Antiseptikning samaradorligini nima pasaytirishi mumkin?

3-MAVZU: TIRNOQLARNING ANATOMIYASI VA FIZIOLOGIYASI

Reja:

1. Tirnoqlar anatomiyasi.
2. Tirnoqning tuzilishi.
3. Tirnoqning o'sishi va tuzilishi.

Tirnoq anatomiyasi va fiziologiyasini o'rganish uchun siz, avvalo, tirnoq xossalari bilib olishingiz kerak:

- barmoq uchlarini shikastlanishlardan himoya qilish;
- terining qichishini yo'q qilish.

Tirnoq – barmoqlarni himoya qiluvchi shoxsimon tuzilma hisoblanadi. Tirnoq barmoq bolishi ustidan chiqqan erkin qism, tana va ildizdan iborat. Tirnoq o'rnining ildiz va chuqurcha bilan qoplangan qismi matritsa deyiladi. Matritsa hujayralarining ko'payishi tufayli tirnoq barmoq uchiga qarab asta-sekin o'sib boradi. Bir kecha-kunduzda o'rta hisobda 0,1–0,2 mm o'sishi hisobiga, taxminan 100 kunda to'liq yangilanadi. Inson tanasida tirnoqlarning paydo bo'lishi u hali homilalik davrida yuz beradi. Bu davrda tirnoq asta-sekinlik bilan shakllanadi.

Tirnoq roliklari – bu tirnoq plastinkasiga o'tish nuqtasida sinuslarni hosil qiladigan teri hosilalaridair.

Тirnoq sinuslari – bu tirnoq plastinkasining yon tomonidan ham, yon silindrlardan ham eng muhim joydir. Manikur qilish jarayonida sinuslarga alohida e’tibor berish kerak. Chunki bu joylarga yetarli darajada ishlov berilmasligi lok va sun’iy materiallarning tezda ajralishiga olib keladi.

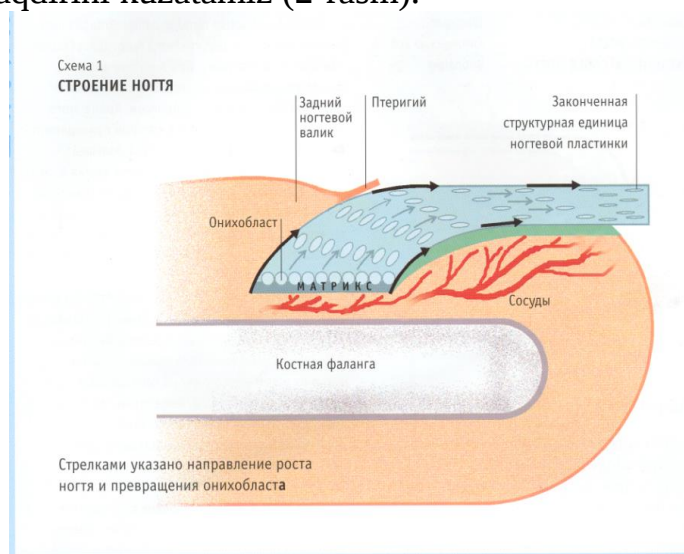
Kutikula ikki qismdan iborat:

- haqiqiy kutikula (terining keratinlangan qatlami – uni manikur jarayonida olib tashlash mumkin);
- eponixiy (jonli kutikula hujayralari – bunga esa tegish mumkin emas).



1-rasm. Tirnoq tuzilishi chizmasi.

Tirnoq shakllanishining rasmlari aniq bo’lishi uchun biz bitta matritsali hujayraning taqdirini kuzatamiz (2-rasm).



2-rasm. Tirnoqning tuzilishi.

Onixoblast

Orqa tirnoq vali.

Pterigiy.

Tirnoq plastinkasining tugallangan struktura birligi.

Tomirlar.

Suyak falangasi.

Strelkalar bilan tirnoq o'sishi yo'nalishi va onixoblastga aylanishi ko'rsatilgan.

Shunday qilib, matritsa hujayralarining bo'linishi natijasida ikkita hujayra hosil bo'ladi, ulardan biri onasi (onixoblast) bo'lib, matritsa zonasida qoladi va birmuncha vaqt o'tgach yana bo'linadi. Yangi tug'ilgan hujayra darhol ikkinchi katakchada paydo bo'ladi va unda qattiq keratin sintezi jarayonlari boshlanadi. Bundan tashqari, yangi tug'ilgan hujayra o'zidan oldingi hujayrani oldinga suradi. Shunday qilib o'sish (tirnoqning oldinga surilishi va qisman qalinlashish) sodir bo'ladi. Yosh hujayraning ko'rinishi sharsimon va oq rangda (lunula) bo'ladi. Bu matritsa hujayralarining massasi bo'lib, unga shaffof va oq rang berilgan.

4-MAVZU: TIRNOQ KASALLIKLARI VA PATOLOGIYASI

Reja:

1. Keng tarqalgan tirnoq kasalliklari.
2. Tirnoq kasalliklarini davolash.

Tirnoq plastinkasi kasallanganda, uning rangi va tuzilishida muammoli o'zgarishlar paydo bo'ladi. Quyida tirnoqlarda uchraydigan kasalliklar bilan tanishib chiqamiz.

Pigment anomaliyalari

Ushbu kasallikning belgilari quyidagicha bo'lishi mumkin. Tirnoq plastinkasida g'ayritabiiy rangdagi (jigarrang, sariq, ko'k, qizil va boshqalar) dog'lar paydo bo'ladi. Tirnoq plastinkasining rangi o'zgarishiga jigar, yurak va endokrin tizimidagi kasalliklar sabab bo'lishi mumkin. Shuningdek, antibiotik va boshqa dorilarning qo'llanilishida ham tirnoq plastinkasining rangi o'zgarishi kuzatilgan.

Tirnoq shikastlanishi

Odatda, qo'l yoki oyoqdagi tirnoqlar shikastlanish tufayli deformatsiyalanadi. Qattiq urilish ta'sirida tirnoq plastinkasi ostidagi qon ketishi, tirnoq rangining qora ranggacha o'zgarishiga olib keladi. Bunday jarohatlar uchun maxsus davolash talab qilinmaydi. Shunchaki tirnoq tiklanishi uchun vaqt kerak bo'ladi.

Tirnoq kasalliklarini davolash

Tirnoqlarni davolash usuli kasallikning sababiga va muayyan muammoni hal qilishning an'anaviy usullariga bog'liq. Muammoni hal qilishning bir necha usuli mavjud:

- **Dori-darmonlar.** Mikozi yoki psoriaz bilan og'rikan bemorlarda shifokor kerakli testlarni o'tkazadi va dori-darmonlarni buyuradi. Asosiy muammoga qarshi kurashadigan dorilarga qo'shimcha ravishda, bemorga jigar va ovqat hazm qilish organlarining faoliyatini qo'llab-quvvatlaydigan dorilar ham buyuriladi. O'z holingizcha davolanishingiz bilan xayotingizni xavf ostiga solishingiz mumkin.
- **Sirtqi davolash.** Dori-darmonlardan tashqari, shifokor tashqi foydalanish uchun ham dorilar buyuradi. Bu har qanday krem va malham bo'lishi mumkin.
- **Jarrohlik amaliyoti.** Afsuski, ba'zi hollarda tirnoq plastinkasini saqlab qolishning iloji bo'lmaydi. Jarrohlik amaliyotidan keyin shifokor bemorga reabilitatsiya muolajalarini buyuradi.

Savollar:

1. Tirnoq kasalliklarini sanab bering.
2. Mikozi nima?

3. Tirnoq kasalliklarini davolash usullarini sanab bering.
4. Panaritsiy qanday kasallik?

5-MAVZU: TIRNOQLARNING SHAKLI VA UZUNLIGI

Reja:

1. Tabiiy tirnoqlarning asosiy shakllari.
2. Pilkalash texnikasi.
3. Pilkalar turlari.



4-rasm. Tirnoq shakllari: 1 – oval; 2 – bodomsimon; 3 – to'rtburchak; 4 – stilet; 5 – dumaloq.

1. Oval (tuxumsimon) shakl.

O'rta uzunlikdagi tirnoqlar uchun eng ma'qul shakl. Chunki oval shakl barmoqlarni vizual ravishda uzun ko'rsatadi.

Oval shakl kalta va yo'g'on barmoq egalariga tavsiya qilinadi. Barmoqlarining uchki qismi ingichka insonlarga oval tirnoq qo'llarning tabiiy tusini beradi. Tirnoqlari kalta mijozlarga ham oval shakl juda mos tushadi.

Tirnoqlarga qanday qilib oval shakl beriladi:

- Tirnog'ingizga lak surtilgan bo'lsa, o'chirib tashlang.

- Pilhani mahkam ushlab, tirnoqning bir chetiga bosing va bir tarafga qarab pilkalashni boshlang. Keyin boshqa tarafini ham shu yo'sinda pilkalang.
- Oval shakl berish uchun barcha tirnoqlarni aylana harakat bilan pilkalang.
- Ish yakunida tirnoq ustidan buff yurgizib ularga jilo bering.

2. Bodomsimon shakl.

Eng keng tarqalgan shakllardan biri. Bodomsimon tirnoqlar nozik va nafis barmoq sohibalariga juda mos keladi. Bu shaklning yutug'i shundaki, unga surtilgan har qanday rangdagi lak chiroyli ko'rinadi.

Bodomsimon shakl kimlarga tavsiya qilinadi:

- Tirnoq plastinkalari uzun bo'lgan barmoq sohibalariga.
- Barmoqlari kalta va yo'g'on bo'lgan ayollarga.

Qanday qilib tirnoqlarga bodomsimon shakl beramiz:

- Tirnoq plastinkasiga razm solib, qirralarga qanday ishlov berishni taxminan aniqlab oling.
- Qaychi yoki kusachki (sizga qaysi biri bilan ishlash qulay bo'lsa) yordamida tirnoqning kvadrat burchaklarini kesib, trapetsiya shakliga keltirib oling. **Muhim estatma!** Tirnoq tagidan erkin qirraga silliq o'tish uchun, burchaklarni ildizga taqamasdan biroz chekkaroqdan oling.
- Endi tirnoq burchaklariga pilka yordamida ishlov berib, tomchi yoki bodom shaklini chiqarib olamiz.

3. To'rtburchak.

To'rtburchak shakldagi tirnoqlarni nozik qo'llar va ingichka barmoqlari bo'lgan qizlar tanlaydi, chunki bu shakl barmoqlarni vizual ravishda cho'zib, toraytiradi.

To'rtburchak shakl kimlarga tavsiya qilinadi:

- Ingichka barmoq sohibalariga.

- Ingichka qo‘l sohibalariga.

Qanday qilib tirnoqlarga to‘rtburchak shakl beramiz:

- Avval tirnoqning bir tarafini ehtiyotkorlik bilan pilkalab tirnoqni tekislab oling.
- Keyin tirnoqni o‘rtaroq qismidan burchak chiqarib kesib oling.
- Yakunida yumshoq pilka bilan burchaklarni yumaloqlan

6-MAVZU: ZAMONAVIY DEZINFEKSIYA VA STERILIZATSIYA USULLARI

Reja:

1. Dezinfeksiyaning asosiy qoidalari.
2. Asboblarni sterilizatsiya qilish qoidalari.
3. Sterilizator turlari.

Manikur asboblarini sterilizatsiya va dezinfeksiyalash manikur jarayonining muhim qismidir. Tirnoq plastinkasi yoki uning atrofidagi teri shikastlangan bo‘lsa, gigiyenaga rioya qilish bilan siz xavfsizlikni kafolatlagan bo‘lasiz. Chunki issiq havo va namlikning yuqoriligi mikroorganizmlarning sporalari tarqalishiga keng sharoit yaratadi. Buning oqibatida jiddiy muammolar kelib chiqishi mumkin.

Manikur anjomlarida to‘planishi va hosil bo‘lishi mumkin bo‘lgan mikroorganizmlarni butunlay yo‘q qilish uchun ularni muntazam ravishda sterilizatsiya va dezinfeksiya qilish kerak. Bu nafaqat go‘zallik salonlarida mutaxassis tomonidan amalga oshirilishi mumkin, balki uyda mustaqil ravishda manikur qiladigan ayollarga ham tegishli. Sterillovchi vositani, ishlov berish vaqtini va haroratini, shuningdek sterillash usulini to‘g‘ri tanlab, siz sterilizatsiya va dezinfeksiyaning samaradorligini oshirishingiz mumkin.

Manikur asboblarini qayta ishlash bosqichlari

Manikur amalga oshirilgandan so‘ng, maxsus uskunalar yordamida qurilmalarni, shuningdek dezinfeksiya va sterilizatsiya uchun preparatlarni dezinfeksiya qilish kerak. Bunday holda, siz ishda bevosita ishlatilgan narsalarni emas, balki ayni paytda ish stolida turgan anjomlarni ham qayta ishlashingiz kerak.

Zararsizlantirish sifatini oshirish uchun quyidagi ketma-ketlikka amal qilasiz:

- Barcha sirtqi ifloslanishlar olib tashlanadi – tirnoq bo‘lagi, teri, qon dog‘lari, qoplama va hokazo. Bu mexanik ravishda cho‘tka yoki maxsus qurilma yordamida amalga oshiriladi. Agar ko‘zga ko‘rinib turgan kirlarni tozalamasdan sterillasak, dog‘lar asbob yuzasiga yana ham kuchli yopishib qoladi;
- Zararsizlantirish turli infeksiyalar, zamburug‘lar, viruslar va zararli mikroorganizmlarni yo‘q qilish uchun bajariladi. Rakovina ichida, sirt ustida, havoda infeksiya tarqalishining oldini olish uchun bu bosqichdan o‘tish zarur. Maxsus dezinfeksiyalovchi moddalarni foydalanish ko‘rsatmalariga muvofiq ishlatish shart;
- Sterilizatsiya. Dezinfeksiyadan keyin qolishi mumkin bo‘lgan mikroorganizmlarning sporalarini to‘liq yo‘q qilish uchun amalga oshirilgan yakuniy bosqich. Asboblarda bu amaliyotdan so‘ng to‘g‘ri saqlangan bo‘lsa, u butunlay toza va xavfsiz bo‘ladi. Buning uchun maxsus uskuna va eritmalar, bosim yoki issiqlik effektlaridan foydalaniladi.

Ifloslanishni tozalash va dezinfeksiya qilish bosqichini birlashtirishga imkon beruvchi usullar ham bor. Misol uchun, mexanik tebranish bilan ultratovush sterilizator tomonidan amalga oshirilishi mumkin. Kimyoviy moddalar yordamida esa dezinfeksiya va sterilizatsiya qilinadi.

7-MAVZU: NOZIK TIRNOQLARNI MUSTAHKAMLASH

Reja:

1. Tirnoqlar uchun vitaminlar.
2. Tirnoqlar uchun shifobaxsh vannalar.

Dorixonalarda sotiladigan go‘zallik

A va E vitaminlari har bir dorixonada sotiladi. Siz ularni alohida yoki birlashtirilgan holdagisini ham sotib olishingiz mumkin. Aevit – aynan shu vitaminlarning birlashtirilganidir. Ularni har kuni toza tirnoq plastinkasiga surtib,

kerakli ozuqani olsak bo'ladi. Bu bilan biz tirnoqlarimizning sinishini ham bartaraf etgan bo'lamiz. Profilaktika vaqtida biz har qanday lak va qoplamalardan vaqtincha voz kechishimizga to'g'ri keladi. Chunki vitamin tarkibidagi yog'lar qoplamani tirnoqdan tez ko'chib ketishiga sabab bo'ladi.

Baza yoki bio gel bilan tirnoqlarni mustahkamlash

Mukammal go'zal manikurga nuqsonlarsiz, silliq va kuchli tirnoqlar bilan erishiladi. Bazaning yaxshi tanlovi gel-lak qoplamining eng muhim qismidir, chunki uning sifati chidamlilikka bog'liq bo'ladi. To'g'ri tanlangan baza yuqori sifatli manikurni bajarish, tirnoqlarni butunlay kengaytirish imkonini beradi, toza ko'rinadi, buzilmaydi va yorilmaydi. To'g'ri mustahkamlangan va yaxshi tayyorlangan tirnoqlarda har qanday qoplama mukammal tarzda kiyiladi va 6–8 haftagacha o'z holatini yaxshi saqlaydi.

Parafin yordamida davolash: mum (vosk) va qo'lqop

Parafin va mum – tirnoq o'sishini mukammal ravishda rag'batlantiradi. Shuningdek, qo'l terisi va tirnoq plastinkasini namlantirib, silliqligini ta'minlaydi. Kosmetik parafin kosmetika do'konlarida sotiladi va foydalanish juda oson. Parafinni idishga solib uni qaynoq suv yordamida eritib, bir necha tomchi bodom yog'i qo'shing va bilagingizga qadar surtib, maxsus qo'lqoplarni (ularni parafin sotiladigan do'kondan topasiz) qo'yib, bir yoki ikki soat ushlab turasiz. Ha, amaliyot biroz vaqtingizni oladi. Lekin juda samarali.

8-MAVZU: MANIKUR XONASI UCHUN QO'YILADIGAN UMUMIY TALABLAR

Reja:

1. Bino va mebel.
2. Uskunalar.
3. Xavfsizlik.

Birinchi taassurot eng turg'undir. Muolajalar amalga oshiriladigan xona shinam va ozoda bo'lishi kerak. Devor va mebellar ochiq ranglarda bo'lgani

ma'qul. Derazasi bor xonani tanlash tavsiya etiladi, ular nafaqat kerakli yorug'likni ta'minlaydi, balki xonani amaliyotlar orasida shamollatishga imkon beradi.



9-rasm. Muolajalar xonasining ko'rinishi.

Albatta, xona qafasga ham o'xshab qolishi kerak emas. Xonada stol, ikkita stul, materiallar uchun stol, ochiq tokcha, sterilizatsiya uchun alohida joy bo'lishi kerak. Stolda qo'llar uchun stend, qoplamalar, palitralar, chiroq, narxlar ro'yxati ko'rsatilishi mumkin. Qo'llarni yuvish uchun rakovina ortiqchalik qilmaydi. Axlat qutisi kabi muhim tafsilotlarni ham esdan chiqarmang, siz ham oyoq panjasi uchun stulcha qo'yishingiz mumkin.

Uskunalar

Uskunalar – tirnoq salonining ajralmas qismi hisoblanadi. Eng muhimidan boshlaymiz – sterilizatsiya. Jiddiy masala jiddiy yondashuvni talab qiladi. Barcha turdagi bakteriyalar, viruslar, infeksiyalarni to'liq tozalash uchun bir necha bosqichdan o'tish kerak:

- oldindan sterilizatsiya qilish;
- sterilizatsiya qilish;
- to'g'ri saqlash.

Asbob yuzasini tozalash uchun dezinfeksiyalovchi eritma bilan ultratovushli vannalar mos keladi. Glasperlenli (sharchali) sterilizator virus va mikroblarning ayrim turlarini olib tashlashga yordam beradi, lekin to'liq xavfsizligini ta'minlamaydi. Sterilizatsiya quritish-isitish asbobida amalga oshirilishi lozim. Har bir asbobni alohida qilib kraft paketga joylashtirib, yuqori haroratda sterilizatsiya qilinadi (220°C gacha). Yaxshilab ishlov berilgandan so'ng asboblarda UV-sterilizatorda saqlanadi, bu esa amaliyotda to'liq xavfsizlikni

ta'minlashning yagona yo'li hisoblanadi. Ta'kidlash joizki, sterilizatsiya qilinadigan joy mijozga aniq ko'rinib turishi kerak. Shunda hech qanday nizolar bo'lmaydi.

Har bir narsada ideallikni xohlar ekanmiz, asosiy uskunalar biz uchun yetarli bo'lmaydi. Bundan tashqari, quyidagi uskunalarni sotib olishimiz mumkin:

- Tirnoqlar ustida ishlaganda barcha zararli changlarni to'playdigan ish stoli changyutgichi;
- Ventilator – issiq mavsumda qulay haroratni ta'minlaydi (ayniqsa, derazalar bo'lmasa);
- Xonadagi patogen viruslar, bakteriyalar va mikroblarni butunlay yo'q qilishga yordam beradigan kvars chirog'i.

9-MAVZU: MANIKUR TURLARI

Reja:

1. Manikur turlari.
2. Teriga ishlov berish usullari.
3. Teriga ishlov berishning quruq va nam texnikasi.
4. SPA-manikur.

Hozirgi kunda laklar ranglar uyg'unligiga qarab tanlanmoqda. Nostandart tirnoqlardan, bachkana zarlardan va tirnoqlarga chiziladigan maxsus rasmlardan o'zgarishlardan cho'chimaydigan, tasavvuri keng mijozlar foydalanishmoqda.



Apparat manikuri.

Apparat manikuri – bu kutikulani o'lik hujayralardan ozod qiladigan va kutikulaning o'zini saqlab qoladigan (yevropa) manikuraning bir turi. Manikur, asbobning uch qismida tez aylanadigan, almashtiriladigan, silliqlash uchlari bo'lgan asbob yordamida amalga oshiriladi.



O'tkir tig'li asboblarda bajariladigan manikur.

Ushbu manikur ishonchsizligi tufayli ko'plab mamlakatlarda taqiqlangan. Amaliyot davomida kutikulaga shikast yetishi va infeksiya yuqtirib olish xavfi mavjud. Bundan tashqari, manikurchi mohir usta bo'lmasa, keyinchalik kutikulada burmalar paydo bo'lishi mumkin.



Yevropacha manikur (o'tkir tig'larsiz).

Yevropacha manikurning asosiy afzalligi va ajralib turadigan xususiyati shundaki, tirnoq atrofidagi teri kesilmaydi, balki orqaga suriladi, lekin qolgan barcha amaliyotlar klassik manikurdagi kabi bir xilda amalga oshiriladi. Kutikula maxsus emulsiyalar va moylar bilan yumshatiladi, tirnoq plastinkasi esa silliqatlanadi. Bu usul mutlaqo xavfsiz bo'lib, nozik teri egalari va qon tomirlari yaqin joylashganlar uchun juda mos keladi.



Fransuzcha manikur.

Manikurning eng mashhur va eng nafis turi fransuz manikuridir. U ORLY fransuz dizaynerlari tomonidan har qanday kiyim va har qanday holat uchun mos keladigan universal manikur sifatida yaratilgan. Fransuz manikurining o'ziga xos xususiyati tirnoqning uchiga urg'u berishdir. Professional tilda ushbu turdagi manikur «French» deb ataladi.



Issiq manikur.

Issiq manikur quruq teri egalariga, shuningdek, sovuq mavsumda tavsiya etiladi. Bu alohida amaliyot sifatida yoki tirnoq yuzasini kengaytirish bosqichi sifatida belgilanishi mumkin.



SPA-manikur.

SPA-manikuri qo'llarni har tomonlama parvarish qilishdir. Ushbu tizim qo'lingizni nafaqat mukammal holatda saqlashga, balki turli yuqumli va zamburug'li kasalliklar kelib chiqishining oldini olishga yordam beradi.



Art manikur.

Art manikur yoki neil art – bu tirnoqlarni bezash san'ati. Tirnoqlarni bezatish stikerlar, sun'iy tirnoqlar va trafaretlar yordamida amalga oshiriladi. So'nggi yillarda shaffof sun'iy tirnoq yuzasiga chizilgan suratlar urfga kirmoqda.

10-MAVZU: TIRNOQ PLASTINKALARINI SILLIQLASHTIRISH

Pilka turlari

Pilkalarning grit (qum) hajmiga ko'ra turlari va ularning maqsadi:

- 60–100 grit. Eng qattiq tirnoq pilkasi. Ular pedikur uchun mos keladi va qadoqni osonlik bilan tozalaydi;
- 100–240 grit. Biroz yumshoq, lekin nisbatan qattiq pilka. Ularda faqat sun'iy tirnoqlarni pilkalash mumkin. Hatto qalin tabiiy tirnoqqa ishlov berilishi tirnoq qatlamini jarohatlashga olib keladi;
- 100–180 grit. Eng ko'p qirrali variant. Bu qattiqlikdagi pilkalar har qanday tabiiy va sun'iy tirnoqlar uchun mos keladi;
- 250–400 grit. Tirnoqlarga shakl berish jarayonini yakunlab beradi;
- 400–900 grit. Yumshoq pilka. Tirnoqlarni porlatish jarayoniga tayyorlashga yordam beradi;
- 900–1200 grit. Bu yumshoq bafklar, ular yordamida tirnoqlarga zarar bermasdan ko'zgu kabi porlatishingiz mumkin.



11-rasm. Pilkalar va ularning grit (qum) hajmiga ko‘ra turlari.

Savollar:

1. Manikur jarayonida tirnoq pilkasining o‘rni qanday?
2. Qanday universal pilkalarni bilasiz?
3. Baf va pilkaning bir-biridan farqi nimada?

11-MAVZU: KLASSIK MANIKUR VA UNING BOSQICHLARI

Reja:

1. Klassik manikur tushunchasi.
2. Terini ishlov berishga tayyorlash.
3. Opil shakllari.
4. Teri turiga qarab vannalar tanlash.

Klassik yoki o‘tkir qirrali asboblardan yordamida amalga oshiriladigan manikur go‘zallik salonlarida eng keng tarqalgan usul hisoblanadi. Bu iliq hammom bilan kutikulani yumshatish va metall asbob bilan ortiqcha terini olib tashlashni o‘z ichiga oladi. Kutikulalarning to‘g‘ri olinishi barmoqlarga chiroyli va nozik ko‘rinish beradi. Tirnoq plitalari tartibga solingandan so‘ng, ularga rangli yoki shaffof lak surtiladi. Qoplama manikurning to‘liqligini beradi.

To‘g‘ri manikur uchun sizga bir qator vositalar va materiallar to‘plami kerak bo‘ladi. Bular:

- vanna;
- kutikulalar uchun pusher yoki apelsin tayoqchalari;

- manikur qaychisi;
- pilkalar;
- qo‘l va tirnoq uchun krem;
- dezinfeksiyalash vositasi;
- tirnoqlarni tozalash vositasi;
- baza;
- rangli lak;
- himoya qoplami;
- lakni qurituvchi vosita.
- Agar tirnoqlarga lak surtilgan bo‘lsa, uni tirnoqlarni tozalash vositasi (aseton) bilan olib tashlash kerak.
- Tirnoqlarni diqqat bilan o‘rganib chiqing va agar kerak bo‘lsa, ularni qaychi yordamida bir xil yoki kerakli uzunlikda qisqartiring.
- Pilka yordamida tirnoqlarga kerakli shakl bering. Lekin bunda keskin harakatlar qilmang. Pilkani tirnoq bo‘ylab uzun va yumshoq harakatlantiring. Albatta, bunda tirnoq burchagidan markaziga qarab, pilkani tirnoqqa ozgina egri qilgan holda pilkalanadi.
- Tirnoqlarga kerakli shakl berilganda, kutikulani yumshatish uchun yog‘ bilan moylanadi va bir hovuch tuz qo‘shilgan issiq sovunli suvga botiriladi.
- Tirnoq atrofidagi teri yumshatilib, oq rangga kirganda (taxminan 15 daqiqadan so‘ng), kutikulani orqaga surish uchun tayoqcha yoki metall asbob (lopatka) yordamida muloyimlik bilan tirnoqlarga zarar bermasdan kutikulani orqa tomonga siljiting. Yon silindrlarni tirnoq plastinasi yuzasidan uzoqlashtirish kerak, shunda ularni kesib tashlash osonroq bo‘ladi.
- Teri siljiganida tirnoq quritilishi kerak. Endi qaychi yordamida tirnoq burchagidan boshlab yon valiklarni kesib olamiz. Keyin kutikulaga o‘tamiz. Oxirida ikkinchi yon tomondagi valikni kesib olamiz. Tirnoq atrofidagi terini kesib olish manikurning juda muhim bosqichi hisoblanadi. Kutikulani juda ehtiyotkorlik bilan kesib olish kerak. Shuni unutmangki, kutikula matritsani himoya qiladi. Shuning

uchun kutikulani juda chuqur olib tashlash tirnoqning notekis o'sishiga va infeksiya tushishiga olib kelishi mumkin. Bundan tashqari, chandiqli, qizarib ketgan kutikula hech kimning qo'lini bezatmaydi.

- Barcha harakatlar ikkinchi qo'l uchun ayni tarzda takrorlanadi va qo'llarini toza suv bilan yuvib olinadi.

12-MAVZU: YEVPACHA MANIKUR VA UNING BOSQICHLARI

Reja:

1. Yevropa manikurining asosiy tushunchasi.
2. Terini qayta ishlashga tayyorlash.
3. Yevropa manikurini bajarish texnikasi.

Yevropa manikurining klassik manikurdan farqi, yumshoqligi va xavfsizligidadir. Manikurning bu turida, tirnoq atrofidagi terining shikastlanishi va tasodifan infeksiya tushishiga olib keladigan jarohatlar bo'lishi xavfi yo'q.

Gap shundaki, yevropa manikurida ko'p miqdorda piling tamoyili bo'yicha ishlaydigan maxsus tozalovchi suyuqlikdan foydalaniladi. Maxsus suyuqlik o'lik terining zarralarini tom ma'noda eritib yuboradi va ularni qirib tashlashga yordam beradi. Bu amaliyotdan so'ng o'lik terini oddiy tayoqcha yordamida olib tashlash oson bo'ladi. Shuning uchun bu manikur turini teri va tirnoqlarga hech qanday zarar keltirmaydigan usul deb bimalol ayta olamiz.

1. Bu amaliyotdan so'ng faqatgina kutikulani tirnoq ildizi tomon surish qoladi. Natijada tirnoqlar anchagina «toza» ko'rinadi.
2. Tirnoqlarga kerakli shakl bering.
3. Tirnoq plastinkasini yog'sizlantirish va lak bilan qoplash uchun uni tayyorlang.
4. Amaliyot oxirida kutikulani maxsus yog' bilan yog'lab oling.

13-MAVZU: KOMBINATSIYALANGAN MANIKUR VA UNING BOSQICHLARI

Reja:

1. Kombinatsiyalangan manikurning asosiy tushunchalari.
2. Kombinatsiyalangan manikurni bajarish texnikasi.
3. Apparat manikuri.

Umuman olganda, manikurning bir turidan bir necha bosqichni birlashtirgan har qanday manikurni birlashgan (kombinatsiyalangan) manikur deb atash mumkin. Lekin, ko'pincha bu o'rinda mutaxassislar apparat manikurining klassik yoki yevropacha manikur bilan kombinatsiyasini nazarda tutishadi.

Kombinatsiyalangan manikurni bajarish texnikasi

Bu manikur qanday qilinishini bilish uchun, apparat va klassik manikurning birlashishini ko'rib chiqamiz. Buning uchun quyidagi asboblari kerak bo'ladi:

- quvvati 35 W dan kam bo'lmagan qurilma (apparat);
- kesgichlar (mutaxassisning odatdagi standart to'plamiga quyidagilar kiradi: sopol, ya'ni keramik konus, olmosli kichik silindr, olmosli katta va kichik konus, abrazivli alanga, fissurali kesgich);
- silliqlash dastagi (kalrachok)
- bafik;
- pilka;
- pusher;
- praymer (degidratator);
- tirnoq olgich.

Mutaxassisning o'zi uchun esa qo'lqop, niqob, vityajka, dezinfeksiyalash vositalari va ular uchun idishlar kerak bo'ladi.

Apparat manikuri

Bu ham manikurning bir turi bo'lib, unda tirnoq va kutikula mexanik mashina yordamida kesiladi. Bu usul bizga Germaniyadan kirib kelgan. Tartibsevar nemis xalqi amaliyot vaqtini qisqartirish va manikurning kamroq shikast yetkazadigan usulini topdilar. Agar siz qaychi tasodifan terini kesib ketishiri va noqulayliklarni yomon ko'rsangiz, u holda apparat manikuri aynan siz uchun.

Amaliyot turli shakl va kattalikdagi kesgichlar yordamida bajariladi. Ular yordamida siz eski gel-lak qoplamasini olib tashlashingiz va yetarli darajada chuqur manikur qilishingiz mumkin.

14-MAVZU: ERKAKLAR MANIKURI

Reja:

1. Erkaklar manikuri turlari.
2. Erkaklar manikuri bajarish texnikasi.
3. Erkaklar manikuri va ayollar manikuri o'rtasidagi farq.

Erkaklar manikuri turlari

Salonlarda erkaklarga manikur uchun bir necha variantlarni taklif qilish mumkin. Umumiy qoida: erkaklar tirnoqlari bo'yicha mutaxassisga marojaat qiling, chunki faqat ayollar qo'lini manikur qilishni biladigan mutaxassisning ishi sizda salbiy taassurot qoldirishi mumkin. Shunday qilib, erkaklar uchun mos bo'lgan manikur texnologiyalarini o'rganamiz.

Klassik manikur.



18-rasm. Klassik manikurni bajarish.

Bu manikur qaychi va pilka yordamida amalga oshiriladi va qo'l terisi vannada oldindan yumshatiladi. Bu jismoniy mehnat qiladigan odamlarning qo'llariga qo'llanilishi mumkin bo'lgan yagona manikur usulidir.

Yevropa manikuri.



19-rasm. Yevropa manikurini bajarish.

Vannada qo‘l terisini oldindan yumshatishni talab qilmaydigan «quruq» manikur turi. Bu usulda kutikulalar kesilmaydi, lekin maxsus tayoq bilan ko‘chiriladi. Tirnoq pilka yordamida sayqallanadi va vitaminlar bilan oziqlantiriladi. Manikurning nozik tabiati tufayli uni qo‘l terisi nozik bo‘lgan erkaklar uchun tavsiya etiladi. Shuning uchun xira va dag‘al terida bu manikurning samarasi sezilmaydi.

Professional uskuna yordamida bajariladigan manikur.



Issiq manikur.



21-rasm. Issiq manikur.

Turli xil manikur texnikasini birlashtirilgan usul – mijozning qo‘llari turli shifobaxsh, namlovchi, tinchlantiruvchi moddalar tarkibi bilan to‘yintirilgan suvga

oldindan botiriladi, keyin uqalanadi. Bunday muolajalar yordamida siz turli xil tirnoq va kutikulalar kasalliklaridan qutulishingiz mumkin. Agar qo'llaringiz nozik teriga ega bo'lsa, noqulayliklarning oldini olishingiz mumkin.

15-MAVZU: SUN'IY TIRNOQLAR VA ULARNI O'STIRISH TEXNOLOGIYASI

Reja:

1. Sun'iy tirnoq o'stirish turlari.
2. Gel yordamida sun'iy tirnoq o'stirish texnikasi.
3. Tipslar yordamida sun'iy tirnoq o'stirish.

Gel yordamida tirnoq o'stirilganda juda tabiiy va chiroyli ko'rinadi. Bunda maxsus gelga o'xshash materiallar ishlatiladi. U o'z-o'zidan qattiqlashadi, lekin uni tuzatish uchun UV-lampa talab qilinadi.

Ishlab chiqaruvchilar tomonidan ishlab chiqarilgan turli xil tipslar tirnoqlar dizaynining turlarini ko'paytirishga yordam beradi. Ishlab chiqarishning muhim sharti elastiklik va mustahkamlik hisoblanadi.

Tirnoqlarni akrigel yordamida sun'iy o'stirish.

Akril bilan ishlash juda qulay va juda ko'p afzalliklarga ega:

- O'tkir yoki yoqimsiz hid bo'lmasligi;
- Amaliyot uchun qo'shimcha vositalar kerak emas, akrigelni gel yoki akril uchun ishlatadigan odatdagi kist bilan yotqizish mumkin;
- Poligeldan ajralib chiqmaydi, zarralar butun jarayon davomida havoda suzmaydi;
- Chiziq hosil qilmaydi;
- Allergiya chaqirmaydi;
- Gel bilan ishlaganda ko'proq vaqt tejaladi;
- Chidamliligi yaxshi;
- Tirnoqlarning maksimal tabiiy ko'rinishi;
- Quritish vaqtida qo'llar kuymaydi.

Mana, akrigelning afzalliklarini bilib oldik, endi uning yordamida tirnoqni sun'iy o'stirishni qadamma-qadam ko'rib chiqish mumkin.

Muhim: poligel bilan tirnoq o'stirishda ba'zi ishlab chiqaruvchilar maxsus suyuqlikdan foydalanishni talab qiladi. Ammo agar u mavjud bo'lmasa, muammo oddiy spirt yordamida osongina hal qilinadi.

Akrigel yordamida sun'iy tirnoq o'stirish uchun kerak bo'ladigan asbob va xomashyolar:

- Poligel;

- Baza qoplamalari;
- Manikur vositalari – kistlar, salfetaklar, qaychi va boshqalar;
- Antiseptik;
- Yog‘sizlantiruvchi vosita;
- Praymer;
- Pilkalar va baflar;
- Dizayn uchun dekorativ elementlar;
- Led yoki UV-lampa.

16-MAVZU: QO‘LNI UQALASH (MASSAJ) VA SPA-MANIKUR

Reja:

1. Qo‘llar uchun SPA-parvarish (skrab-uqalash-krem).
2. SPA-manikur.
3. Qo‘lni uqalash.

Qo‘llar uchun SPA-parvarish (skrab-massaj-krem).

SPA-manikur keng qamrovli parvarish bo‘lib, unga quyidagilar kiradi: terining keratinlangan qatlamini yumshoq, lekin samarali skrab bilan olib tashlash, yuqori sifatli namlantiruvchi va yumshatuvchi yog‘lar bilan massaj qilish va oxirida teriga oziqlantiruvchi krem bilan ishlov berish.

Avvaliga qo‘llar dezinfeksiyalovchi vositalar bilan ishlov beriladi va yumshatuvchi moylar bilan vannaga botiriladi. Keyin sochiq bilan quritib, aylana massaj harakatlari bilan skrab qo‘llaniladi.

SPA-manikur.

Bu odatiy manikur jarayoniga yoqimli aromaterapiya, tinchlantiruvchi massaj va qo‘llaringizga qo‘shimcha g‘amxo‘rlik qilishingiz bo‘ladi.

Qo‘llarni parafin bilan o‘rash.

Qo‘llar ko‘pincha quruqlikdan, yorilishdan, qizarish va qavariqdan aziyat chekadi. Birgina qo‘llarni parafin bilan o‘rash bu muammolarga chek qo‘yishi mumkin. Bu usul terini mukammal oziqlantirib, qarishini sekinlashtiradi.

Dastlab qo‘l terisi gel-piling yordamida massaj harakatlari bilan tozalanadi. Keyin krem niqobi qo‘llaniladi, undan keyin qo‘llar iliq parafinga botiriladi. Doimiy haroratni saqlab turish uchun qo‘llarni zarqog‘oz bilan o‘rab, maxsus qo‘lqop kiydiriladi. 20 daqiqadan so‘ng sovigan parafin olib tashlanadi.

Qo‘l massaji.

Qo'l massaji har qanday manikurning yakunlovchi bosqichi hisoblanadi. Massaj vaqtida mutaxassislar qo'l va barmoqlarga katta e'tibor berishadi. Sharq nuqtayi nazariga ko'ra, qo'llarda umurtqa pog'onasining barcha qismlari, qovuq, ichak, o'pka, quloq, ko'z va boshga bog'liq nuqtalar joylashgan. Bu nuqtalarni yaxshi bilish barcha organlarning yanada to'g'ri ishlashiga yordam beradi. Shuning uchun qo'l massaji butun tanaga foydali ta'sir ko'rsatadi.

Massajni kichik barmoqdan boshlang, uni tirnoqning o'rtasidan boshlash tavsiya etiladi. Ko'rsatkich va bosh barmoq bilan yengil aylanma harakatlarda 4–6 marta barmoq boshidan uning asosigacha uqalab boriladi va xuddi shu yo'sinda orqaga qaytiladi.

Topshiriq:

1. SPA-manikurini bajaring.
2. Qo'l massajini bajaring.

17-Mavzu: Dekorativ Manikюр

Manikюр - bu chora-tadbirlar majmui, buning natijasida tirnoq va qo'llarning ko'rinishi yaxshilanadi, terapevtik va dekorativ yo'nalishga ega. Biz manikyurning barcha turlarini tahlil qilamiz. Manikюр - bu chora-tadbirlar majmui, buning natijasida tirnoq va qo'llarning ko'rinishi yaxshilanadi, terapevtik va dekorativ yo'nalishga ega. Biz manikyurning barcha turlarini tahlil qilamiz va asosiy xususiyatlarni, afzalliklarini, kamchiliklarini va kontrendikatsiyasini tasvirlaymiz. Kosmetik va tibbiy Manikюр tibbiy va kosmetikdir. Tibbiy manikюр tirnoq qo'ziqorini kabi bir qator kasalliklarni davolashda zarur bo'lgan chora-tadbirlarning bir qismidir. Qo'llarning turli xil deformatsiyalari, ko'pincha barmoqlarning tirnoqlari va falanjlari uchun buyuriladi. Tibbiy manikюр quyidagilarni o'z ichiga oladi:

Manikюр tibbiy va kosmetikdir. Tibbiy manikюр tirnoq qo'ziqorini kabi bir qator kasalliklarni davolashda zarur bo'lgan chora-tadbirlarning bir qismidir. Qo'llarning turli xil deformatsiyalari, ko'pincha barmoqlarning tirnoqlari va falanjlari uchun buyuriladi. Tibbiy manikюр quyidagilarni o'z ichiga oladi: Mashg'ulotlar maxsus ma'lumotga ega bo'lgan shaxs tomonidan o'tkaziladi; Davolash tibbiy muassasada amalga oshiriladi; Manikyurning xatti-harakatlarida bepushtlik shartlari; Dori-darmonlar tirnoqlarga qo'llaniladi.

Tirnoqlarni qayta ishlashning tejamkor usullari qo'llaniladi, bu har doim kesilmagan ko'rinishdir. 14 yoshgacha bo'lgan bolalarning tirnoq plastinkasi yumshoq tuzilishga ega, noto'g'ri ishlov berish bilan tirnoq plastinkasining deformatsiyasiga olib kelishi mumkin. Kutikula yumshatilgandan keyin muloyimlik bilan orqaga suriladi. Faqat allergik reaksiyaga olib kelmaydigan sertifikatlangan bolalar mahsulotlari qo'llaniladi. Bolalar tirnoqlari bilan ishlash uchun faqat nozik taneli shisha tirnoq fayllari kerak.

Klassik manikyur qirrali deb ham ataladi. Rossiyada bu bugungi kunda tez-tez bajariladigan manikyurlardan biridir. Texnologiya juda oddiy, u quyidagi majburiy tartiblarga to'g'ri keladi: Tirnoqlarga to'g'ri shakl beriladi; O'simlik preparatlari, dengiz tuzi bilan qo'l hammomini qo'llang. Davomiyligi 10 daqiqa. Yumshatilgan kesikula tel kesgichlar yoki maxsus qaychi bilan kesiladi.

Issiq manikyur klassik, evropa bilan yaxshi ketadi. Bu mo'rt tirnoqlar, quruqlikning kuchayishi, kesikulaning shikastlanishi bilan ajoyib natija beradi. Issiq manikyur printsipli 40 ° S gacha bo'lgan haroratni isitadigan va ushlab turadigan qurilmadan foydalanishga asoslangan. Yog ', iliq loson terini yumshatadi, qon aylanishini oshiradi, foydali elementlar chuqurroq kirib boradi, protsedura ta'siri kattaroq bo'ladi.

18-Mavzu: Xina chizish usullari.

REJA:

- 1. Yorqin va ekzotik dizaynlar**
- 2. Xina tatuirovkasi**

Yorqin va ekzotik dizaynlarni yaratish uchun xina qo'llash usullari va maxsus texnikasi ming yillar davomida sayqallangan. Hozirgi vaqtda biotatu asosan tayyor pastadan foydalanadi, uni ishlatishdan oldin aralashtirish kerak emas. Pasta qulay uchlari bo'lgan quvurlar va konuslarda ishlab chiqariladi. Chizish jarayoni iloji boricha sodda va faqat aniqlikni talab qiladi. Hatto chizishni bilmaganlar ham maxsus trafaretlar yordamida chiroyli rasm chizishlari mumkin. Bio xina tatuirovkasini qanday qilish kerak: ko'rsatmalar 1. Terini tayyorlash Vaqtinchalik tatuirovka chizilgan joyni sovun bilan tozalash va quritish tavsiya etiladi. Siz engil peeling skrabini qilishingiz mumkin. Xina naqshining mustahkamligi va yorqinligi uchun teriga juda nozik bir maxsus qatlam qo'llanilishi mumkin. 2. Ilova

Agar naychada tayyor xina pastasi bo'lsa, maxsus nozik uchi (shu jumladan) foydalaning. Uchidan boshlab, pasta teriga nozik bir qatlamda osongina qo'llaniladi. Agar uchi teshigi tiqilib qolsa, uni igna bilan tozalashingiz mumkin. Xina naqshini bir qatlamda, taxminan 1-2 mm qalinlikda qo'llang. Yangi boshlanuvchilar stencildan foydalanishlari mumkin. Diqqat! Xina kuchli bo'yoqdir, shuning uchun xinani naqshning konturi bo'ylab aniq surting. Qo'llaringizni himoya qilish uchun bir martalik qo'lqoplardan foydalaning. 3. Quritish Xina naqshini qo'llaganingizdan so'ng, bo'yoq 20 dan 60 daqiqagacha - quruq plyonka

hosil bo'lguncha quritilishi kerak. Vaqt pasta turiga, teriga, qatlam qalinligiga bog'liq. Chizilgan rasmni quyoshda, infraqizil chiroq ostida va hatto sochlarini fen bilan quritishingiz mumkin, lekin issiq havo bilan emas. Quritgandan so'ng, naqshga zarar bermaslikka harakat qilib, ortiqcha xinani qo'llaringiz yoki yog'och spatula bilan ehtiyotkorlik bilan olib tashlang. 4. Ilovadan keyin Xina tatuirovkasini tuzatish uchun teriga bir tomchi evkalipt yog'ini surting yoki. 24-48 soat ichida chizmaga mexanik ta'sir qilmaslikka harakat qiling, uni sovun bilan yuvming. 5. Xina pastasini saqlash Foydalanishdan keyin xina undan to'kilmasligi uchun pasta trubkasini o'rab qo'ying. Foydalanishdan keyin xina muzlatgichda eng yaxshi saqlanadi. Agar siz uni uzoq vaqt saqlashni rejalashtirmoqchi bo'lsangiz, makaronni muzlatgichga qo'ying. Diqqat: Suyuq xinada allergik reaksiyalar mumkin! Foydalanishdan oldin tirsagining ichki qismiga xina qo'llang, bu xavfsiz ekanligiga ishonch hosil qiling. Xina tirnash xususiyati yoki shikastlangan teriga qo'llanilmasligi kerak. Ko'z bilan aloqa qilishdan saqlaning. Biotat mashg'ulotlari Siz bizning yordamimiz bilan an'anaviy hind uslubida mehendi va zamonaviy Evropa uslubida biotatuirovka qilishni o'rganishingiz mumkin! Materiallarni pochta orqali jo'natamiz, etkazib berishda naqd pul. Har bir inson tanadagi xina chizmalarini qanday qilishni o'rganishi mumkin!

19-Mavzu: Gel-laklarni tirnoqlarga surish usullari va tirnoqlar dizayni

REJA:

1.Modatendentsiyalari

2. Marsh, jigarrang yashil soyalar oltin dekor elementlari

Tezkor xonimlarni ajablantirish tobora qiyinlashadi, shuning uchun tirnoq san'ati ustalari moda yangiliklarini taklif qilishadi, ulardan biri "mushukning ko'zlari" uslubidagi mixlarning dizayni edi. Bu an'anaviy manikyurdan to'yganlar uchun yangi eslatma bo'ladi. Yumshoq rangdagi o'yin har qanday uzunlikdagi mixlarni bezatadi va bunday manikyur har qanday hodisa yoki faqat kundalik kiyim uchun tegishli bo'ladi. Fotosurat bilan manikyurning moda ranglari "Mushukning ko'zlari" ning ta'siri tegishli turdagi jel laklaridan foydalanishdan olinishi mumkin, bunday qoplama foydalanishga to'liq tayyor. Birinchi qatlamdan keyin chiroyli toshmalar olinadi va maxsus magnit jel laklari tirnoqlarga ajoyib effektlar yaratishi mumkin. Manikyurning rangi ham muhimdir. Yengil soyalar ko'zga tashlanmaydigan taassurot qoldiradi, quyuq to'yingan ranglar boy va zamonaviy ko'rinadi. Modatendentsiyalarini hisobga olgan holda manikyur rangini tanlash yaxshidir. Ko'pgina porloq qoplamalardan tanlashingiz mumkin, shuningdek,

maxsus tepadan foydalanib, mat effektini yaratishingiz mumkin. Yashil Uzoq, qisqa tirnoqlarda ajoyib ko'rinadi. Manikyurning yashil rangi o'z-o'zidan etarli, qo'shimcha bezaklarni talab qilmaydi. Ammo agar tanlangan dizayn buni nazarda tutsa, unda rinstones yoki toshlar bilan bezashni ishlatish yaxshiroqdir. Bunday dekor elementlari yashil mushuk ko'zlari manikyuriga mos keladi. Glitter, bulyon va boshqalar faqat yashil marigoldlarning ko'rinishini narxini pasaytiradi. Tasvirdagi haqiqiy zamonaviy eslatma manikyurning chuqur zumrad soyasi bo'ladi.

Marsh, jigarrang yashil soyalar oltin dekor elementlari bilan yaxshi ketadi. Botqoqning engil ohangi xrizoberil tosh bilan taqqoslanadi, uning tashqi o'xshashligi bilan. Bu soya eng ko'p mushukning ko'zini eslatadi. Qoplamadagi firuza yoki zumradning aksi kumush va oltin zargarlik buyumlari bilan muvaffaqiyatli bezatilgan bo'lishi mumkin. To'q rangli soyalar - qora va jigarrang. Agar mahalliy va xorijiy mashhurlarning tirnoqlarida quyuq soyalarni qo'llash chastotasini hisobga olsak, ularning trendda mavjudligi aniq bo'ladi. Va manikyurda "mushuk" to'lib ketishining mavjudligi modaistning tendentsiyaning barcha talablariga muvofiq qarash niyatlarini faqat ta'kidlaydi. To'q ranglar, ya'ni qora, jigarrang ranglar kundalik hayot, kechki sayr yoki bayramlar uchun dolzarbdir. Agar siz uni rinstones, qiziqarli naqsh bilan bezash bilan qo'shsangiz, ajoyib manikyur paydo bo'ladi.

20-MAVZU: PEDIKUR TARIXI

Reja:

1. Pedikurning kelib chiqishi.
2. Pedikur uchun kerak bo'ladigan xomashyo va asboblari.

Pedikur (lotin tilidan olingan bo'lib, *pedis* – oyoq va *cere* – parvarish degan ma'nolarni bildiradi) – oyoq barmoqlari uchun maxsus parvarish (masalan, qavariqlarni olib tashlash, tirnoqlarni pilkalash) yoki tirnoqlarga lak surtish.

Pedikurning vatani qadimgi Misrdir. O'sha vaqtlarda, odamlar oyoqni ichki organlar ishi uchun mas'ul bo'lgan juda muhim a'zo deb hisoblashgan. Oyoq parvarishlashda misrliklar oyoq massajiga alohida urg'u berishgan va oyoqlariga turli xildagi xushbo'y yog'lar surtishgan. Bundan tashqari, oyoqlarini xushbo'y suvda yuvish kundalik odatlari hisoblangan.

Mashhur malika Kleopatroning oyoqlarining go'zalligi uchun javobgar bo'lgan qullardan tashkil topgan guruhi bo'lgan. Ular Malikaning oyoqlarini turli

xushbo'y yog'lar bilan massaj qilardilar, so'ngra tovuş patlari bilan yelpib quritdilar.

O'tmishda bu yumushni sartaroshlar bajarishgan. Keyin bu xizmat tish davolash va boshqa tana a'zolarini parvarishlash usullari bilan birlashtirilgan. Mutaxassisliklar bo'linishi XIX asrda sodir bo'lgan. XX asr boshlarida Yevropada oyoq parvarishi bo'yicha ixtisoslashtirilgan muassasalar paydo bo'la boshladi. Bugungi kunda deyarli barcha go'zallik salonlari va studiyalar, shuningdek sartaroshxonalarda pedikur xizmati mavjud. Agar pedikur uchun zarur vositalar bor bo'lsa, uni uy sharoitida o'zingiz amalga oshirishingiz ham mumkin

21-Mavzu: Pedikyur xonasini jixozlash

REJA:

1.Manipulyatsiya

2. Afrodita yoki Solingenni usuli

Ayni paytda ko'plab go'zallik salonlari o'z xizmatlarini taklif qilishadi. Deyarli har bir bunday tashkilotda siz manikyur va pedikyurani olishingiz mumkin. Bu g'amxo'rlik elementlarini qo'llash bilan mos ravishda qo'llar va oyoqlarni davolashdir. Keratinlangan terini olib tashlashdan tashqari, usta tirnoqlarga alohida e'tibor beradi. Go'zallik salonlarida apparat pedikyurasi tobora ko'proq bajarilmoqda. Fotosurat bilan bosqichma-bosqich ko'rsatmalar sizning e'tiboringizga maqolada taqdim etiladi. Jarayonning xususiyatlari va asosiy qoidalari haqida bilib olasiz. Zaif jinsiy aloqa vakillarining ko'pchiligi go'zallik salonlariga tashrif buyurishdan bosh tortib, vaqt va pulni tejashga harakat qilishadi. Ular uyda pedikyur qilishadi. Ushbu qayta ishlash bo'yicha bosqichma-bosqich ko'rsatma ham quyida tavsiflanadi. Salon xizmatlaridan bosh tortishning yana bir sababi infeksiyadan qo'rqishdir. Axir, usta tomonidan sterilizatsiya qilinmagan asboblari orqali siz avvalgi mehmondan infeksiyani olishingiz mumkin. O'z qo'llaringiz bilan uyda pedikyurani qilish arziydimi? Bu masala bo'yicha yagona fikr yo'q. Ba'zi odamlar tirnoq va oyoqlarni uyda davolash salon xizmatlaridan ko'ra ancha xavfsizroq deb hisoblashadi. Boshqalar, o'z qo'llari noto'g'ri manipulyatsiya qilinishi mumkinligiga aminlar. Natijada tuzatib bo'lmaydigan oqibatlar bo'ladi.

Oyoqlarni o'zingiz davolashga arziydimi, bu har bir kishi uchun shaxsiy masala. Har holda, siz ishlash printsiplarini bilishingiz kerak. Quyidagi ko'rsatmalar sizga bu haqda aytib beradi. E'tibor bering, salon va uy pedikyurasini bajarish algoritmi juda boshqacha. Uyda pedikyur Manipulyatsiya uchun nima kerak? Bu paydo

bo'ladigan birinchi savol. Barmoqlarni qayta ishlashning eng oson va eng mashhur usuli bu. Uni amalga oshirish uchun sizga asboblari (qaychi, cımbız, tirnoq fayllari, bufflar va boshqalar), shuningdek, bir piyola suyuqlik kerak bo'ladi. Terini emdirish uchun siz maxsus tuz va ozuqaviy eritmalardan foydalanishingiz mumkin. Ular tayyor holda sotib olinadi. Agar so'ralsa, oddiy sabunlu suvdan foydalanishingiz mumkin. Ta'riflangan mahsulotlarga qo'shimcha ravishda sizga peçete, yog'sizlantiruvchi va plastinkaga qo'llaniladigan qoplama kerak bo'ladi. Agar so'ralsa, nemlendirici formulalar va oziqlantiruvchi kesikula va teri yog'laridan foydalanishingiz mumkin. O'z qo'llaringiz bilan uyda pedikyurani qanday qilishni ko'rib chiqing. Siz uchun bosqichma-bosqich ko'rsatmalar.

Ushbu turdagi oyoqlarni davolash uchun sizda maxsus qurilma bo'lishi kerak. Ko'pgina go'zallik salonlarida professional mashinalar qo'llaniladi, ularda turli shakl va qattqlikdagi nozullar qo'yiladi. Ulardan ba'zilari tirnoqlarni tozalash uchun mo'ljallangan, boshqalari esa oyoqlarni davolashadi. Hozirgi vaqtda kichik o'lchamdagi va batareyada ishlaydigan pedikyur fayllari juda mashhur bo'lib bormoqda. Ulardan biri Scholl, lekin siz Afrodita yoki Solingenni sinab ko'rishingiz mumkin. Bosqichma-bosqich ko'rsatmalar (pedikyurni qanday qilish kerak) har doim paketda. Ishni boshlashdan oldin uni diqqat bilan o'rganing va barcha shartlarga rioya qiling. Ammo izohlari bo'lmagan qurilmalar haqida nima deyish mumkin?

22-MAVZU: PEDIKUR TURLARI

Reja:

1. Pedikur turlari.
2. Oyoq terisining parvarishi texnikasi.

Ochiq poyabzallarda yaxshi parvarishlangan oyoqlar juda chiroyli ko'rinadi. Biz nafaqat yuzimiz, tanamiz va qo'llarimizga g'amxo'rlik qilishimiz, balki oyoqlarimizga ham yaxshigina e'tibor qaratishimiz kerak. Pedikurni faqat tirnoqlarni bo'yash deb o'ylamang. Agar muntazam pedikur va massaj bilan oyoqlaringizni parvarishlasangiz, oyoqlardagi charchoqlar tarqab, yurishingiz osonlashishini sezasiz. Xo'sh, nega oyoq parvarishini tishlarni tozalash, dush qabul qilish yoki yuz tozalash kabi muolajalarga tenglashtirmaslik kerak? Shu bilan birga, siz turli yo'llar bilan unga g'amxo'rlik qilishingiz mumkin: uyda kichik kamchiliklarni o'zingiz bartaraf eting yoki pedikur mutaxassisi bilan uchrashing

Pedikur turlari

O'tkir tig'li asboblari yordamida bajariladigan klassik usul.

Oyoqlar iliq suvda bug‘lanadi va terok, pemza va maxsus pichoq yordamida ishlov beriladi Kutikula qaychi va kusachka yordamida olib tashlanadi.

O‘tkir tig‘li asboblarsiz bajariladigan yevropacha usul.

Klassik uslubdan yagona farqi shundaki, kutikulalar kesilmaydi. Ular maxsus krem bilan yumshatiladi va keyin yog‘och tayoqcha bilan surib chiqiladi. Har amaliyotdan keyin teri borgan sari yupqalashadi.

O‘tkir tig‘li asboblarsiz bajariladigan yevropacha quruq usul.

Bu parvarish usulining o‘ziga xosligi shundaki, oyoqlar bug‘lanmaydi va usta metall asboblardan foydalanmaydi. Qavariqlar va o‘lik teriga yumshatuvchi vositalar yordamida ishlov beriladi, bu esa ularni qavatma-qavat olib tashlashni osonlashtiradi. Bu pedikur usuli gigiyenik usul bo‘lib, mayda yorilishlar va yaralar orqali zamburug‘ yoki boshqa infeksiyalar yuqish xavfini bartaraf etadi.

23-O‘tkir tig‘li asboblari yordamida bajariladigan klassik pedikyur.

1.Eski qoplama

2.Oyoqlarni bug‘lash

Agar siz klassik pedikyurani bajarmoqchi bo‘lsangiz, sizga quyidagi vositalar kerak bo‘ladi:

- Manikyur qaychisi;
- Kutikula uchun kusachka;
- Tirnoq uchun kusachka;
- Pusher;
- Kyuretk;
- Kutikulalarni yumshatish vositasi;
- Pilka;
- Oyoq uchun krem;
- Kutikula uchun yog‘;
- Oyoq uchun vanna.

1. **Eski qoplama** bor bo‘lsa olib tashlanadi va tirnoq uzunligiga shakl beriladi. Buning uchun, kusachka yordamida tirnoqni kerak uzunlikkacha kaltalatib olamiz, so‘ng burchaklarini olib tashlash uchun pilkadan foydalanamiz. Yodingizda tuting! Oyoq tirnoqlari noto‘g‘ri o‘shishining oldini olish uchun tirnoqlar to‘g‘ri kesilishi kerak.

2. **Oyoqlarni bug‘lash.** Bu bosqich aslida majburiy emas, lekin, agar siz to‘liq dam olib, nafaqat tirnoqlaringiz, balki oyoqlaringizga ham g‘amxo‘rlik

qilishni istasangiz, bu bosqichni o'tkazib yubormasligingiz kerak. Buning uchun iliq vanna tayyorlang va suv soviguncha (10–15 daqiqa yetarli) oyoqlarni ushlab turing. Suvga turli xil efir moylari, dengiz tuzi, yod, limon va boshqa foydali o'simlik damlamalarini qo'shishingiz mumkin. Har qanday holatda ham, oyoqlarni bug'lab darrov tirnoq olish yoki ularni pilkalash mumkin emas. To'g'ri, yumshoq tirnoqlarga ishlov berish oson bo'lishi mumkin, lekin tirnoqning o'ziga zarar yetkazish va tirnoq plastinkasi qatlamlari ko'chishi kuzatilishi mumkin.

3. **Dag'al teri parvarishi.** Bug'langandan so'ng, biz terining eng qo'pol qismlari bo'lgan tovon va barmoq yostiqchalariga pemza yordamida ishlov beramiz. Bu tarzda qadoqlar tozalanganda, teri yanada yumshoq bo'ladi. Agar siz oyoqlarni bug'lamagan bo'lsangiz, bu bosqich o'tkazib yuboriladi.

4. **Kutikulaning yumshashi.** Agar oyoqlarni bug'lamagan bo'lsangiz, u holda kutikulalar maxsus vosita yordamida yumshatilishi kerak. Shunchaki vositani tirnoq atrofi bo'ylab surtib chiqing va 2–3 daqiqa davomida qoldiring.

5. **Kutikulani siljitamiz.** Yumshatilgandan so'ng kutikulani yog'och tayoqcha yoki manikur lopatkasi yordamida tirnoqdan osonlik bilan olib tashlash mumkin. Tirnoqlarda ortiqcha narsa qolmasligi uchun pterigiyni ham xuddi shu tarzda olib tashlaymiz.

6. **Kutikulani kesamiz.** Buning uchun biz yumaloq uchli tirnoq qaychisidan foydalanamiz. Kutikulalarni doimiy ravishda olib yurish tavsiya etiladi. Bu burmalar paydo bo'lishining oldini oladi.

7. **Kutikulalarga yog' surtish.** O'lik terini olib tashlaganingizdan so'ng, yog surtish esingizdan chiqmasin. Bu bilan siz tirnoqning ildizini oziqlantirgan bo'lasiz.

24-MAVZU: O'TKIR TIG'LI ASBOBLARSIZ BAJARILADIGAN YEVROPACHA PEDIKUR

Reja:

1. Yevropacha pedikur tushunchasi.
2. Yevropacha pedikur uchun zarur asboblari.
3. Pedikur qilish texnikasi.

Texnologiyasi juda oddiy bo'lgan yevropacha pedikurni bosqichma-bosqich amalga oshiramiz:

- Eski lakni o'chirib tashlang.
- Kutikulani yumshatish uchun maxsus vosita surting.

- Pilka yordamida tirnoq atrofidagi dag'al terini pilkalang.
- Tirnoqlarga ehtiyotkorlik bilan shakl bering, aks holda tirnoq plastinkasi yonga o'sishi mumkin.
- Oyoqlarga yumshatuvchi birikma surting.
- 15–20 daqiqadan so'ng, o'lik teri qadoqlarini olib tashlash uchun pemza toshi bilan yaxshilab ishqalang.
- Oyoqlarga oziqlantiruvchi krem surting. Krem to'liq singishi uchun oyoqlarni massaj qiling.
- Tirnoqlarga rangli yoki shaffof himoya lakini surting.

Savollar:

1. Yevropacha pedikurni amalga ishirish bosqichlarini so'zlab bering.
2. Tirnoq plastinkasi yonga o'smasligi uchun nima qilish kerak?

25-MAVZU: APPARAT PEDIKURI

Reja:

1. Apparat pedikuri tushunchasi.
2. Apparat pedikuri afzalliklari.

Maxsus uskuna yordamida oyoq terisi va tirnoqlarni parvarish qilishga apparat pedikuri deyiladi. Bunda klassik uslubda bo'lgani kabi dag'al teri va qadoqlar o'tkir asboblardan kesilmaydi, balki silliqatlanadi. Uskuna daqiqasiga 30–50 ming marta aylanish tezligiga ega keskich (freza)lar bilan ishlaydi. Ular terining o'lik qismini yumshoqlik bilan olib tashlaydi va sog'lom teriga zarar yetkazmaydi.

Apparat pedikuri afzalliklari:

- Xavfsizlik – klassik uslubda bo'lgani kabi, terining tasodifan kesilishi yoki boshqa shikastlanishlar xavfi yo'q;
- Noziklik – nozik va nafis teri egalari va hatto bolalar uchun ham mos;
- Gigiyena – zamburug' bilan kasallanish ehtimoli yo'q, chunki teriga hech qanday zarar yetkazilmaydi;

- Uzoq muddatli natija – uskuna yordamida silliqlangandan so‘ng, teri uzoq muddat yumshoq bo‘lib turadi. Klassik pedikur har 2–3 hafta amalga oshirilishi lozim. Apparat pedikurini esa, o‘rtacha har 4–5 haftada bir marta amalga oshirilsa ham bo‘ladi.

Apparat pedikurini amalga oshirish uchun bizga uskuna bilan birga quyidagi qo‘shimchalar kerak bo‘ladi:

- tirnoqning haddan tashqari o‘sib ketgan chetini davolash uchun kichik diametrli apparat pedikur qo‘shimchalari (nozul);
- kutikula va yon rolik uchun igna shaklidagi va sharsimon burmalar (borlar);
- qadoqlarni olib tashlash uchun katta diametrli qo‘shimchalar (nozul).

Uskunadan tashqari, bizga vanna kerak bo‘ladi. Shuningdek, tirnoqlar uchun yumshoq baf, namlantiruvchi va oziqlantiruvchi krem kerak. Rangli dekorativ qoplamalarni ham esdan chiqarmaslik kerak.

Uskunani ishlatish texnologiyasi.

Uskunadan qoydalanish vaqtida intensivlikni tanlash muhim ahamiyatga ega. Agar frezani juda qattiq bossangiz, teriga zarar yetkazishingiz mumkin. Shuningdek harakat yo‘nalishi ham muhim ahamiyatga ega. Tajribali ustalar maslahati:

- mashg‘ulotda keskichlarning aylanish tezligini tavsiya etilgan tezlikdan pastini tanlang;
- nozulni ishlov beriladigan joyga 35 daraja burchak ostida joylashtiring;
- kutikulani tirnoq uzunligi bo‘ylab, tirnoq markazidan yon valiklarga qarab ishlov bering;
- keskich sirpanib ketmasligi uchun, aylanishiga teskari tomonga qarab harakatlantiring;
- kesgichni qattiq bosmang va uni bir joyda ushlab turmang, aks holda teri shikastlanishi mumkin;
- amaliyot so‘nggida oyoqlarga albatta krem surting.

26-MAVZU: SPA-PEDIKUR

Reja:

1. SPA-pedikurning asosiy tushunchalari.
2. SPA-pedikur uchun zarur materiallar.
3. SPA-pedikurni bajarish texnikasi.

SPA-pedikur – bu maxsus texnologiya bo‘lib, u nafaqat oyoqlarga sog‘lom ko‘rinish beradi, balki yoqimli his-tuyg‘ularni bag‘ishlaydi. SPA-pedikur dorivor o‘tlar va minerallarga asoslangan professional kosmetika yordamida amalga oshiriladi. SPA-pedikurning odatiy pedikurdan asosiy farqi terining saqlanib qolishi hisoblanadi. Dag‘al teri kesib yoki qirib olinmaydi. Balki uni yumshatish bilan tabiiy olib tashlanadi. Bu yumshoq bo‘lib, noqulaylik, kuyish, kesilish va boshqa noxush vaziyatlarga olib kelmaydi. Amaliyot uchun kamida 2 soat vaqtingiz ketadi. Agar vaqtingiz kam bo‘lsa, unda siz pedikurning boshqa turini tanlashingiz tavsiya etiladi. Ushbu amaliyotdan keyin oyoq terisi o‘z holatini 1 oygacha yaxshi saqlaydi.



34-rasm. SPA-pedikur turlari.

Savollar:

1. SPA-pedikur o‘z ichiga nimalarni oladi?
2. Jarayondan keyin ta’sir qancha vaqt davom etadi?
3. SPA-pedikur bajarishga qancha vaqt ketadi?

27-MAVZU: KOMBINATSIYALANGAN PEDIKUR.

Reja:

1. Kombinatsiyalangan pedikurning asosiy tushunchalari.
2. Ushbu ishlov berish texnikasining afzalliklari.

Oyoqlarni kombinatsiyalangan pedikur uchun tayyorlash paytida usta qo'llarini va amaliyot vaqtida ishlatiladigan barcha vositalarni dezinfeksiya qilishi kerak. Ayniqsa, jarayon go'zallik salonida amalga oshirilayotgan bo'lsa, dezinfeksiyaga alohida urg'u berish kerak. Chunki go'zallik saloniga turli xildagi aholi qatlamlari tashrif buyuradi. Agar kerak bo'lsa, tirnoqlardagi eski qoplamani olib tashlang. Eng muammoli joylarni topish uchun qayta ishlanadigan sohani tekshiring. Shu bilan birga, mutaxassis ushbu muammolardan qanday xalos bo'lishni va qancha mashg'ulot talab qilishini aniq tanlaydi.

Navbat vannaga. Bu bosqich nafaqat oyoqlarni toza holatga keltiradi, balki dag'al teri yumshatiladi. Vannaga turli efir moylari yoki dengiz tuzi qo'shish juda foydali. Albatta, tarkibida antiseptik bo'lishi kerak.

Oyoqlarni quriting. Yuqorida aytib o'tilganidek, nam oyoqlardan qadoq terini olib tashlash juda noqulay hisoblanadi.

Ba'zida vanna o'rniga teriga maxsus yumshatuvchi moddalar surtilib oyoq plyonka bilan 6 daqiqaga o'rab qo'yiladi (terining holatiga qarab vaqt uzaytirilishi mumkin). Belgilangan vaqtdan so'ng yumshatuvchi modda artib tashlanadi.

Avvaliga mutaxassis oyoqning tovon qismi va barmoq yostiqchalaridan o'lik terini ehtiyotkorlik bilan ajratib olishi kerak. Undan keyin teri silliqlash moslamasi bilan yanada silliqlanadi. So'ngra oyoqlar yuviladi, quritiladi va yumshatuvchi skrab surtiladi. Skrab yordamida yengil massaj qilingandan so'ng, yana yuvib, artiladi. Oxirgi bosqichda mineral niqob surtilib, 3–5 daqiqa qurishi kutiladi. Niqob quriganidan so'ng oyoqlar yana yuvib, quritiladi.



35-rasm. Kombinatsiyalangan pedikurni bajarish.

Teriga ishlov berilgandan so'ng tirnoqlarga o'tish mumkin. Usta kerakli uzunlik va shaklni beradi, undan keyin tirnoqlar atrofidagi teriga yumshatuvchi vosita bilan ishlov beriladi. Bu kutikulalarni olib tashlash uchun zarur bosqich hisoblanadi. So'ngra har bir tirnoqning yuzasi silliqatlanadi. Sayqallashda pilka yoki uskunadan foydalanish mumkin.

Teri va tirnoqlarni tartibga keltirgandan so'ng lak surtishni boshlash mumkin, dizayn, albatta, mijozning xohish-istaklarini inobatga olgan holda tanlanadi.

28-MAVZU: OYOQ MASSAJI

Reja:

1. Massaj tushunchasi.
2. Oyoq terisiga massajning ta'siri.
3. Uqalash texnikasi.

Oyoq massaji oyoqlarning shishishini va charchoq hissini yengillashtiradigan, shuningdek, butun tana holatini yaxshilaydigan samarali usuldir. Kutilgan natijaga erishish uchun amaliyotni to'g'ri bajarish muhim. Quyida oyoq massajining qanday turlari borligini va ularni to'g'ri bajarishni o'rganamiz.

Oyoqlarga krem yoki yog' surting. Bu massaj uchun maxsus vosita bo'lishi ham mumkin. Aylana harakatlar bilan oyoqni barmoqlardan tovonga qadar cho'zib uqalang. Har bir barmoqni alohida-alohida torting. Eng katta e'tiborni oyoq panjasining o'rta qismiga qaratish kerak. Ikkala qo'lning bosh barmoqlarini oyoq markaziga joylashtiring va oyoqni ko'targandek ular bilan yuqoriga harakat qiling. Xuddi shu harakatni pastga qarab takrorlaymiz. Bu massajning hech qanday nojo'ya ta'siri yo'q.



36-rasm. Oyoq massaji.

29-MAVZU: NEYL-ART

Neyl-art – bu tirnoqlarni bezash (bo'yash) usuli. U go'zallik salonlarida keng tarqalgan va mustaqil atama sifatida ishlatiladi.

Odatda, manikur va pedikur tirnoqlarni kesish va shakl berishni o'z ichiga olsa, neyl-artga tirnoqlarga bezak berish va amaliy san'at janri sifatida qarash mumkin.

Neyl-art turlari

Tirnoqlarga rasm chizish uchun quyidagi asboblardan kerak bo'ladi:

- Tirnoq dizayni cho'tkasi;
- Dotter («dots»);
- Odatdagi laklardan tashqari neyl-art uchun maxsus ishlab chiqariladigan bo'yoqlardan foydalaniladi;
- Akril bo'yoqlar (havaskor manikur uchun).

Stemping (stamping). Tirnoq dizaynini yaratishda naqshni tirnoqqa o'tkazish uchun o'yilgan naqshli plastinka va silikon shtamp ishlatiladi. Texnika tez va oson bajarilishi bilan faq qiladi.

Shuningdek, tirnoq dizayni usullari quyidagilarni o'z ichiga oladi:

- Fotodizayn (stikerlar yordamida amalga oshiriladi);
- Kombinatsiyalangan dizayn (aksessuarlar yordamida amalga oshiriladi).



37-rasm. Neyl-art turlari.

Savollar:

1. Neyl-art nima va u qanday bajariladi?

2. Stemping qanday bajariladi?

Foydalanilgan adabiyotlar

1. *Г.С. Зеленова*. Моделирование ногтей. – М.: ЗАО «ОЛЕХДУС», 2008.
2. *Ю.Ю. Дрибноход*. Пособие по маникюру и педикюру. – М.: Феникс, 2008.
3. *А. Гриб*. Мастер маникюра и педикюра. – М., 2009.

4. Internet manbalari:

www.parisnail.com

www.eminailstudio.com

<https://manikur.ru>

**JIZZAX SHAHAR “ISHGA MARHAMAT” MONOMARKAZI IJTIMOYI
TARMOQLARDAGI RASMIY SAHIFALAR, TELEFON RAQAM VA MANZIL**



  <https://t.me/Jizzaxmonomarkaz>

  www.facebook.com/groups/846863546175463

  [instagram.com/jizzaxmonomarkaz/](https://www.instagram.com/jizzaxmonomarkaz/)

  www.jizzaxmonomarkaz.uz

  [www.youtube.com/channel/
UC3g7rYnzhOiY81voDVGk0hA](https://www.youtube.com/channel/UC3g7rYnzhOiY81voDVGk0hA)

  72 223-81-42, Жиззах шаҳар,
Ш.Рашидов кўчаси, 44 уй

**Jizzax shahri “Ishga marhamat” monomarkazi
kasb yo’nalishlari va til kurslari kesimida
mavjud o’quv qo’llanmalar.**

Sartaroshlik (Ayollar, Erkaklar sartaroshi)	Neyl stilist	Tikuvchi	Kosmetolog	Uqalovchi
Oshpaz	Qandolatchilik	Kichik mehr shavqat hamshirasi	Yosh bolalar uchun enaga, tarbiyachi yordamchisi	Santexnika
Elektrik	Payvandlovchi	Issiqxona	Web dasturlash	1C buhgalteriya
Kompyuter savodhonligi	Rus tili	Ingliz tili	Koreys tili	Yapon tili