

رشته مراقبت و زیبایی

پیرایشگر موهای زائد با موم

آموزشگاه آزاد مراقبت و زیبایی

مهسا

نگارش:

فاطمه باستانی

کد ملی آموزش استاندارد:

۵۱۴۱-۵۷-۰۰۲-۱

**بهداشت فردی، مواد ضدعفونی کننده استریلیزاسیون و تفاوت آن با ضدعفونی کردن**

بهداشت به دو صورت عمومی و فردی می باشد، که در رعایت بهداشت عمومی همه افراد به نوعی موظفند، نکات بهداشتی را رعایت نموده، تا جامعه ای سالم داشته باشند. نظافت فردی نیز از وظایف بهداشتی هر فرد محسوب می شود. از آن جا که در سالن آرایشگاه، ارتباط بسیار نزدیک است، برای جلوگیری از امراض گوناگون، رعایت بهداشت فردی و بهداشت عمومی لازم و ضروری می باشد. در نظر نگرفتن اقدامات بهداشتی توصیه نشده در پیرایشگری، خلاف قانون محسوب شده و پیرایشگر متخلف تلقی می شود.

### **شرایط مناسب محیط کار**

- محیط کار باید کاملاً ضدعفونی شود و آب مصرفی باید سالم باشد.
- دیوار و کف سالن باید کاملاً تمیز، از جنس مقاوم، صاف و قابل شستشو باشد. قفسه، ویتترین و کمد کار قابل نظافت بوده و فاصله آن ها از زمین کم تر از ۲۰ سانتی متر نباشد.
- سطل زباله دارای درپوش، قابل حمل و به تعداد کافی در سالن موجود باشد و به موقع تخلیه شود.
- وضع و تعداد دستشویی مناسب بوده و سیستم فاضلاب بهداشتی باشد.
- هر فرد از صابون و حوله ی شخصی استفاده نموده و دارای کارت معاینه باشد.
- جعبه ی کمک های اولیه و کپسول اطفای حریق در دید عموم نصب شود.
- کلیه لوازم برقی قبل از استفاده باید کنترل شود.

### **استریلیزاسیون و تفاوت آن با ضدعفونی**

#### **متد اولدگی زدایی:**

**آلودگی زدایی دارای دو مرحله است:** نظافت و ضدعفونی. به خاطر داشته باشید که وقتی نظافت می کنید باید همه آلودگی ها از ابزار، وسایل و تجهیزات از طریق شستشو با صابون مایع، آب گرم و با استفاده از نظافت و ضدعفونی و تمیزکاری همه لوازم را مورد توجه قرار دهید. وقتی آلودگی سطح کاهش می یابد که، سطح به طور مناسب تمیز شده باشد. به نوبه خود این کار باعث کاهش خطر عفونت می شود. بیش تر آلوده کننده ها و عوامل بیماری زا از سطوح ابزارها و تجهیزات از طریق تمیزکردن مناسب از بین می رود. این که چرا نظافت حائز اهمیت است، بخشی از ضدعفونی ابزارها و تجهیزات است.

#### **متد ۲ آلودگی زدایی**

**متد ۲ آلودگی زدایی دو مرحله دارد:** نظافت و استریل کردن. واژه استریلیزه اغلب به طور ناصحیح مورد استفاده است.

استریلیزه کردن فرایندی است که به طور کامل همه موجودات میکروبی مانند، هاگ ها را تخریب می کند.

متدهای مؤثرتر استریل برای تجهیزات با فشار بالا مورد استفاده قرار می گیرند که موسوم به استریل با دیگ بخار است. تنها تمیزکردن ابزارها با بخار کافی نیست.

## مدیریت دفع پسماند و پسماند ویژه پزشکی

طبق ماده ۱۱ و ۱۲ و ۱۳ و ۱۴ ضوابط و روش‌های مدیریت اجرایی، پسماندهای پزشکی و پسماندهای وابسته وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی<sup>۱</sup> - سازمان محیط زیست به منظور مدیریت بهینه پسماند، مراکز تولید کننده پسماند پزشکی موظفند اقدامات زیر را انجام دهند:

الف- ترجیح بر استفاده از کالاهایی با تولید پسماند کم تر و غیر خطرناک (در مورد پسماندهای عادی (شبه خانگی) بیمارستانی، کالاهایی با تولید پسماند قابل بازیافت

ب- مدیریت و نظارت مناسب بر مصرف

پ- جدا سازی دقیق پسماند عادی از پزشکی ویژه در مبدأ تولید پسماند

ت- ترجیح بر استفاده از محصولات کم خطرتر به جای رنگ PVC و استفاده از رنگ‌های کم خطرتر به جای رنگ‌های پایه فلز

ث- اولویت استفاده از:

۱- پاک کننده‌های زیست تجزیه پذیر

۲- مواد شیمیایی ایمن تر

۳- استفاده از مواد با پایه آب به جای مواد با پایه حلال

ماده ۱۲: هر واحد باید برنامه عملیاتی مدیریت پسماند پزشکی ویژه خود را تهیه و در صورت مراجعه نمایندگان سازمان یا وزارت ارایه دهد.

ماده ۱۳: تولیدکنندگان پسماند پزشکی موظفند پسماندهای تولیدی خود را شناسایی و آمار تولید را به تفکیک عفونی، تیز و برنده، شیمیایی- دارویی و عادی به صورت روزانه ثبت نمایند.

ماده ۱۴: تولیدکنندگان باید پسماندهای پزشکی ویژه را به منظور اطمینان از حمل و نقل بی خطر، کاهش حجم پسماندهای پزشکی ویژه، کاهش هزینه‌های مدیریت، پسماند و بهینه سازی و اطمینان از امحاء از جریان پسماندهای عادی مجزا نمایند.

تبصره: تفکیک انواع مختلف پسماندهای پزشکی بر حسب ۴ دسته اصلی از یکدیگر ضروری است.

## انواع بیماری هپاتیت، راه های پیشگیری و سرایت آن

### هپاتیت

هپاتیت ویروس خونی است که باعث بیماری می‌شود و به کبد آسیب می‌رساند. هرچند هپاتیت نسبت به HIV راحت تر مقابله می‌شود، زیرا هپاتیت در همه سیالات بدن افرادی که مبتلا هستند، ارایه می‌شود. به علاوه برخلاف ایدز هپاتیت در سطح بیرونی بدن برای دوره طولانی مدت زنده می‌ماند. به همین دلیل لازم است که همه سطوحی که با مشتری در تماس هستند کاملاً تمیز و ضدعفونی شوند.

---

طبق ماده ۱۱ و ۱۲ و ۱۳ و ۱۴ ضوابط و روش‌های مدیریت اجرایی، پسماندهای پزشکی و پسماندهای وابسته

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

## HIV/ایدز

ویروس تخریب کننده سیستم ایمنی ایدز HIV، کوتاه شده ویروسی است که باعث سندرم تخریب سیستم ایمنی بیمار شده می شود. ایدز نوعی بیماری است که سیستم ایمنی بدن را تخریب می کند. از طریق خون و گاهی سایر سیالات بدن مانند ترشحات از شخصی به شخص دیگر انتقال می یابد. فردی که مبتلا به HIV است، ممکن است، برای سال ها هیچ نشانه ای نداشته باشد، اما تست مشخص می کند که آیا شخص در ۶ ماه بعد از در معرض ویروس قرار گرفتن مبتلا شده است یا خیر. گاهی افرادی که HIV مثبت دارند، هرگز تست نمی دهند و نمی دانند که پتانسیل ابتلای سایر افراد هستند. ویروس HIV اساساً از طریق استفاده از سوزن مشترک از طریق استفاده کنندگان از داروهای اعتیاد آور و یا از طریق تماس جنسی محافظت نشده و خالکوبی غیرایمن انتقال می یابد. گاهی HIV از طریق سوزن آلوده در محیط های بهداشت درمانی و یا سالن های آرایش دائم سرایت می کند. گاهی هم ویروس از طریق بریدن پوست وارد جریان خون می شود. بهسازی محیط، پاک نمودن و گندزدایی ابزار کار الکل اتیلیک، فرمالدئید ۴٪، محلول بتادین ۲/۵٪، محلول ساولن، آب ژاول، دتول از مواد ضدعفونی ابزار کار می باشند.

### – محلول بتادین ۲/۵٪:

محلول بتادین ۲/۵٪ شبیه آب ژاول بوده، ولی از ثبات بیشتری برخوردار است و اثر خوردگی آن کم تر می باشد. از این محلول برای ضدعفونی کردن لوازم مسی و آلومینیومی استفاده نکنید.

### – محلول ساولن:

از محلول ساولن برای ضدعفونی کردن لوازم و ابزار فلزی و غیرفلزی استفاده می شود و غلظت ۱٪ آن برای ضدعفونی کردن زخم ها، مناسب است. لوازم و ابزار کار را به مدت ۳۰ دقیقه در محلول قرار دهید. محلول حتماً باید در ظروف درب دار و در دمای زیر ۲۵ درجه سانتی گراد نگهداری شود.

### پاک کردن و ضدعفونی کردن دست ها

مهم ترین اقدامات بهداشتی، شستن دست ها است که در کاهش انتقال میکروب ها بسیار بارز است. بهتر است، پس از انجام هر کار برای مراجعین در پیرایشگاه ها (مثل کوتاه کردن مو) دست ها را با آب و صابون خوب شستشو دهید. در موقع شستن دست ها، زیر ناخن ولای انگشتان را نیز دقیقاً بشویید. صابون ها به صورت جامد یا مایع هستند که صابون های جامد باید در محلی خشک نگهداری شوند، زیرا صابون مرطوب می تواند، محل رشد و تکثیر میکروب ها باشد. صابون های مایع را در ظروفی که مخصوص صابون مایع است، نگهداری نموده و وقتی که صابون داخل آن تمام شد، خوب آن را شسته و بعد از خشک کردن، مجدداً صابون مایع را در آن بریزید.

هم چنین برای اطمینان بیشتر نسبت به ضدعفونی و تمیز بودن دست ها می توانید، از محلول نانوسیل استفاده کنید.

نانوسیل به صورت آماده جهت ضد عفونی کردن دست‌ها مصرف می‌شود، به دلیل اثر فوری تأثیر در حداقل زمان و بدون هیچ‌گونه عارضه بر روی پوست جهت پیشگیری از ابتلا به بیماری‌هایی همچون هیپاتیت، ایدز، بیماری‌های قارچی و باکتریایی استفاده می‌شود. از این جهت این محلول برای ضد عفونی کردن دست‌ها توصیه می‌شود.

### دفع پسماند ویژه پزشکی

#### جدول شماره (۱): ویژگی ظروف و کیسه‌های تفکیک پسماندهای پزشکی

| ردیف | نوع پسماند       | نوع ظرف              | رنگ ظرف         | برحسب                        |
|------|------------------|----------------------|-----------------|------------------------------|
| ۱    | عفونی            | کیسه پلاستیکی مقاوم  | زرد             | عفونی                        |
| ۲    | تیز و برنده      | استاندارد SAFETY BOX | زرد با درب قرمز | تیز و برنده- دارای خطر زیستی |
| ۳    | شیمیایی و دارویی | کیسه پلاستیکی مقاوم  | سفید یا قهوه‌ای | شیمیایی و دارویی             |
| ۴    | پسماند عادی      | کیسه پلاستیکی مقاوم  | سیاه            | عادی                         |

۱- لازم است کیسه‌های فوق در سطل‌های پلاستیکی زرد رنگ نگهداری شوند.

۲- موسسه استاندارد، استاندارد این ظروف را تدوین نموده است.

۳- لازم است کیسه‌های فوق در سطل‌های پلاستیکی سفید یا قهوه‌ای رنگ نگهداری شوند.

۴- لازم است کیسه‌های فوق در سطل‌های پلاستیکی آبی رنگ نگهداری شوند.

مشاوره با مشتری و در صورت مشاهده بیماری ارجاع به پزشک متخصص پوست و مو یکی از اهداف اصلی مشورت با مشتری تعیین وجود هر گونه مغایرت برای از بین بردن مو است. برخی از شرایط پزشکی و تجویزهای دارویی ممکن است، واکنشی روی پوست ایجاد کرده یا این که پوست را در برابر جراحی آسیب پذیرتر کنند. موم مالی مشتریان با این روش باعث التهاب غیر ضروری یا آسیب‌های شدید پوستی می‌شود. مشتریان اگر یکی از شرایط زیر را دارا باشند، نباید بدون اجازه مکتوب از پزشک، از هر گونه موم مالی استفاده نمایند.

#### مشورت با مشتری

قبل از انجام هر گونه کار رفع مو، همیشه مشورت ضروری است. از مشتری بخواهید، تا فرم غربال بهداشت و سلامت را کامل کند. این فرم مرتباً در کارهای مراقبت از پوست مورد استفاده قرار می‌گیرد و همه تجویزها را هم به صورت موضوعی (به کار رفته روی پوست) و هم شفاهی همراه با هر گونه ناهنجاری‌ها یا آلرژی‌های که بر درمان تأثیر می‌گذارند، مشخص می‌کند.

#### سرویس اولیه

الف. آماده سازی اتاق مربوط به کارهای روی صورت

ذخایر اتاق مربوطه را چک کنید (برای وجود حوله‌ها و صفحات) و در صورت نیاز مجدداً آن‌ها را ذخیره کنید.

۱. روکش صندلی‌ها و تخت را چک کنید.
۲. همه وسایلی که در طی کار قبلی استفاده شده‌اند، را بیرون بیندازید.
۳. همه برس‌ها و وسایل استفاده شده را تمیز و ضدعفونی کنید.
۴. همه قسمت‌های موم داغ‌کن را که در سرویس قبلی مورد استفاده قرار گرفته‌اند، تمیز کرده و ضدعفونی کنید.
۵. پیشخوان‌ها، لنزها و لامپ‌ها را تمیز و ضدعفونی کنید.
۶. همه لوازم مورد نیاز را، چک کنید.
۷. همه وسایل یکبار مصرف را که دوباره به آن‌ها نیاز دارید، مانند: دستکش‌ها، ورقه کتانی، گاز پانسمان، اسفنج برای تمیز کردن و میکاپ، اپلیکاتورهای یکبار مصرف میکاپ، اپلیکاتورهای مربوط به موم انداختن، پنبه، پارچه‌های مربوط به صورت و نوارهای موم انداختن را عوض کنید.
۸. مشتری بعدی را آماده کنید.
۹. زمان مشتری را بررسی کنید. تصمیم بگیرید که برای ارایه هر کاری به چه محصولاتی نیاز دارید. مطمئن شوید که از همه محصولات مورد نیاز در آن روز، به قدر کافی دارید. سعی کنید که محصولات را بیش‌تر از حد نیاز داشته باشید. این زمان خوبی است، تا در مورد مشتری دوباره فکر کنید و نگرانی‌های فردی وی را دریابید.
۱۰. اتاق کار باید از شب قبل با نظافت و ضدعفونی آماده شود.

## **ب. آماده سازی مشتری**

۱۱. فرم پذیرش مشتری یا کارت ثبت سرویس را مجدداً بررسی کنید. اگر قرار ملاقات مربوط به یک مشتری جدید است، توجه داشته باشید که مشتری باید فرم پذیرش را پر کند.
۱۲. قبل از این که به سراغ مشتری بروید، نیازهای شخصی را برطرف سازید. مانند: استراحت، نوشیدن آب، تلفن شخصی. تا وقتی که به مشتری رسیدید، توجه کامل به نیازهای وی داشته باشید.
۱۳. تلفن همراه را خاموش کنید. مطمئن شوید که هر چیزی که باعث پرت کردن حواس از مشتری می‌شود، را کنار گذاشته‌اید.
۱۴. ذهن را از نگرانی‌ها و مسائل شخصی خالی کنید. چند نفس عمیق بکشید و به خاطر داشته باشید که باید با ارایه بهترین کار و توجه کامل، همه سرویس‌های مورد نیاز مشتری را ارایه کنید.

## پ. ارتباط صحیح و پذیرش مشتری

۱۵. با لبخندی گرم و رفتاری حرفه‌ای با مشتری سلام و احوال‌پرسی کنید. اگر قبلاً هیچ وقت او را ندیده‌اید، خود را به او معرفی کنید و با او دست دهید. دست دادن اولین مرحله برای پذیرش مشتری با لمس دست‌ها است و مطمئن باشید که این کار تأثیر فراوانی بر او دارد. اگر مشتری جدید است، از او بخواهید، تا فرم پذیرش را پر کند.

۱۶. مشتری را تا محلی همراهی کنید، که باید لباس خود را عوض کند یا یک لباس بلند روی لباس خود بپوشد. مطمئن شوید که همه موارد لازم را به او خاطر نشان کرده‌اید.

۱۷. از مشتری بخواهید تا همه جواهرات خود را درآورد و آن‌ها را در محل امنی قرار دهد.

۱۸. از او دعوت کنید، تا روی صندلی بنشیند و یا این که روی تخت ارایه کار دراز بکشد.

۱۹. به مشتری کمک کنید، تا به طور مناسب روی تخت دراز بکشد و مویش را با کلاه محافظ یا از هدبند و حوله استفاده کند. ملحفه را روی او بپوشانید و قبل از ارایه کار مطمئن شوید، که مشتری احساس راحتی می‌کند. به خاطر داشته باشید که مشتری تنها کار موم انداختن را نمی‌خواهد، بلکه باید به عنوان پیرایشگر حرفه‌ای بتوانید رابطه درستی با وی داشته باشید، صداقت شما به عنوان یک حرفه‌ای به این امر کمک می‌کند. اعتماد، صداقت و اطمینان همیشه موفقیت‌آمیزترین روش برای گرفتن اعتماد، احترام و در نهایت وفاداری مشتری است.

۲۰. قبل از شروع کار با مشتری مشورت کنید. اگر می‌خواهید کاری ارایه کنید، که قبلاً هم ارایه کرده‌اید، از مشتری بخواهید تا بیان کند که دفعه قبل پوست وی چه عکس العملی به ارایه کار نشان داده است. اگر مشتری جدید است، اطلاعات موجود در فرم پذیرش را بررسی کنید و هر گونه پرسشی را در خصوص پوست یا هر شرایط فهرست شده در فرم عنوان کنید. یک نوع خاص درمان را تعیین کنید و به طور مختصر آن را برای مشتری توضیح دهید.

## اپیلاتورها

اپیلاتور مو را از زیر فولیکول بیرون می‌کشد. موم اپیلاتوری است که معمولاً به شکل سرد یا گرم بسته به توصیه سازنده، مورد استفاده قرار می‌گیرد. هر ۲ محصول به صورت صمغ هستند. موم سرد ضخیم‌تر است و برای از بین بردن موی زاید نیازی به نوارهای پارچه‌ای ندارد. چون موم باعث کندن مو از زیر فولیکول می‌شود، مدت زمان بیش‌تری طول می‌کشد تا مو رشد کند. زمان بین موم انداختن به طور کلی ۴ تا ۶ هفته است.

آنالیز ساختمان پوست

## سلول‌ها

سلول‌ها واحدهای پایه موجودات زنده هستند، از باکتری‌ها تا گیاهان، تا حیوانات و انسان. بدون سلول زندگی وجود ندارد. به عنوان واحد ساختاری پایه، سلول مسئول ادامه دادن همه

فعالیت‌های زندگی انسان است. تریلیون سلول در بدن انسان وجود دارند و از نظر اندازه، شکل و هدف با هم فرق می‌کنند.

هسته پرتوپلاسم فشرده، فعال است که در مرکز سلول یافت می‌شود؛ نقش مهمی در تولید مثل سلول و متابولیسم دارد.

## بافت

بافت مجموعه‌ای از سلول‌های مشابه است که کار خاصی انجام می‌دهند.

### - انواع لایه‌های پوست بدن و اجزای آن (اپیدرم، مزودرم، هیپودرم)

پوست از ۲ بخش اصلی تشکیل می‌شود: اپیدرم و درم. اپیدرم بیرونی‌ترین و نازک‌ترین لایه پوست است. رگ‌های خونی ندارد، اما تعداد زیادی پایانه‌های عصب کوچک دارد. اپیدرم از ۵ لایه ساخته می‌شود.

قشر طبقه شاخی، که به عنوان لایه شاخی شناخته می‌شود، لایه بیرونی اپیدرم است. قشر طبقه شاخی لایه‌ای است. وقتی که ما به پوست نگاه می‌کنیم آن را می‌بینیم و لایه‌ای است که برای محصولات و خدمات سالن مراقبت می‌شود. سلول‌های مقیاس مانند آن به طور مستمر فرو می‌ریزد و توسط سلول‌هایی که از سطح لایه زیر می‌آیند، جایگزین می‌شوند. سلول‌ها از کراتین ساخته می‌شوند، یک پروتئین فیبری عنصر اصلی مو و ناخن‌هاست. سلول‌ها با لیپیدها (چربی‌ها) تولید شده توسط پوست ترکیب می‌شوند و در ساختن قشر طبقه شاخی محافظ و ضدآب کمک می‌کنند.

قشر زیرین، لایه روشن و شفاف زیر قشر طبقه شاخی است؛ از سلول‌های کوچک ساخته می‌شود، که نور می‌تواند از آن بگذرد.

قشر دانه‌ای، که به عنوان لایه دانه‌ای شناخته می‌شود، لایه اپیدرمی متشکل از سلول‌هایی است که مانند دانه به نظر می‌رسند و با کراتین پر می‌شوند. وقتی که سلول‌ها به سطح می‌رسند، می‌میرند، سلول‌های مرده جایگزین می‌شوند و از قشر طبقه شاخی فرو می‌ریزند.

درم، هم‌چنین به عنوان جلد اصلی، پوست چربی، لایه زیرین پوست، یا پوست واقعی شناخته می‌شود، لایه زیر ساخت یا داخلی پوست است. درم برای شکل دادن به بافت زیرپوستی امتداد می‌یابد.

لایه مشبک، لایه عمیق‌تر درم است که برای پوست، کل اکسیژن و مواد غذایی آن را فراهم می‌کند.

شامل ساختارهای زیر در داخل شبکه آن می‌شود:

|               |                  |
|---------------|------------------|
| سلول‌های چربی | غدد بوی بد (عرق) |
| رگ‌های خونی   | فولیکول‌های مو   |



رگ‌های لنفاوی

عضله‌های راست

غدد سباسه (چربی)

پایانه‌های عصبی

بافت زیر جلدی، به عنوان بافت چربی، یا بافت زیر لایه زیرین پوست (هیپودرم) شناخته می‌شود. بافت چربی به بدن نرمی و فرم می‌دهد، و همچنین برای استفاده کردن به صورت انرژی و نیز فعالیت‌هایی مانند مقابله محافظتی برای پوست می‌باشد. بافت زیرپوستی در ضخامت خود طبق سن، جنس و سلامت کلی فردی فرق می‌کند.

### انواع پوست

به لامپ بزرگ‌نمایی در پوست مشتری توجه کنید. نوع پوست این که، چرب یا خشک است، تعیین می‌شود. نوع پوست ارثی است و نمی‌تواند به طور دائمی با درمان تغییر کند، گرچه پوست ممکن است بعد از درمان بهتر به نظر برسد. شرایط پوست در ارتباط با نوع پوست خاص مشخص می‌شود.

| پوست      | علائم نوع پوست  | پوست‌ها و شرایط مربوط با انواع پوست   |
|-----------|---|---|
| چرب       | منافذ مرئی، بزرگ  | کومدون‌های باز و بسته، منافذهای بسته شده، ظاهر براق، ضخیم، زرد رنگ، بافت پوست نارنجی                  |
| خشک       | منافذ خیلی کوچک یا مرئی نیستند.   | پوست بسته، بدون منافذ، ممکن است با خطوط ظریف، نازک و چروک‌ها خشک شود. برای لمس کردن خطرناک و زبر است. |
| نرمال     | توزیع برابر منافذ در کل پوست، اغلب سطح نرم است. نبود چروک   | پوست نرمال واقعا معمول نیست. بیش‌تر مشتری‌ها پوست ترکیبی دارند.                                       |
| ترکیب خشک | منافذ مرئی در پایین مرکز صورت، منافذ دیده نمی‌شود یا رو به لبه‌های بیرونی صورت کوچک‌تر می‌شود.                    | منافذ بسته شده در بینی، چانه و مرکز پیشانی، خشک، بدون منافذ روی لبه‌های بیرونی صورت                   |
| ترکیب چرب | توزیع بیش‌تر منافذ مرئی و بزرگ در پایین مرکز صورت تا گونه ادامه دارد. منافذ رو به لبه‌های بیرونی صورت خشک می‌شود. | کومدون‌ها، منافذ بسته شده، یا منافذ مرئی در مرکز صورت   |
| آکنه      | منافذ خیلی بزرگ در تمام قسمت‌ها آکنه به صورت نوعی از پوست بررسی می‌شود، زیرا ارثی است.                            | وجود کومدون‌های باز و بسته به تعداد بسیار زیادی، منافذ بسته و جوش‌ها و کورک‌ها                        |

## آنالیز شرایط پوست

شرایط پوست به طور کلی قابل درمان هستند. آن‌ها به طور کلی ارثی نیستند، اما با نوع خاص پوست در ارتباط هستند.

پوست خشک قسمت‌هایی پوسته پوسته شده و در سطح چروک، نشان می‌دهد که سطح خیلی نازک خشک شده منجر به تشکیل مرئی خطوط ظریف بسیاری می‌شود.

پوست حساس ظاهر قرمز- صورتی دارد. پوست به آسانی قرمز می‌شود و به آسانی با برخی محصولات مراقبت از پوست ملتهب می‌شود. باید از محصولات یا شیرپاکن‌های قوی، محصولات رایحه‌ای و لایه‌بردارهای قوی در هنگام درمان پوست حساس اجتناب کنید.

### لکه‌های ناشی از آفتاب: (لکه‌های قهوه‌ای):

این ضایعات به رنگ قهوه‌ای تیره تا سیاه ظاهر می‌شوند و در نقاطی که در معرض آفتاب قرار دارد، بیش‌تر بروز می‌کند.

**کوپروز:** کوپروز از ریشه لاتین گرفته شده است و به معنی مس می‌باشد. به دلیل اشکال در گردش خون، مویرگ‌ها در درم، خاصیت ارتجاعی شان کاهش می‌یابد، به اجتماع مویرگ‌های خونی قابل رؤیت، که در اثر کاهش حالت ارتجاعی و افزایش درجه‌ی حرارت و سن یا دستکاری اشتباه گشاد شده باشند و به حالت اولیه برنگردند، کوپروز گفته می‌شود.

**تاو لچه<sup>۲</sup>**، تاو و یا کیسه‌ی کوچکی است که حاوی یک نوع مایع شفاف می‌باشد و درون یا دقیقاً زیرلایه‌ی اپیدرمیس (پوست بیرونی) قرار دارد.

**جوش نوک تیز<sup>۳</sup>**، برآمدگی ریزی بر روی پوست است که هیچ‌گونه مایعی را در خود ندارد، ولی ممکن است چرکی شود. این نوع جوش به صورت متداول در آکنه دیده می‌شود.

**جوش چرکی**، نوعی جوش نوک تیز برآمده و ملتهب است، مرکزی سفید و زرد رنگ دارد که حاوی چرک بر بالای زخم می‌باشد. به این قسمت زخم سر جوش می‌گویند. (نیازمند ارجاع پزشک هستند).

**کهیر<sup>۴</sup>**، دانه‌های ریز قرمز رنگ است دارای خارش که ملتهب می‌باشد و فقط چند ساعت دوام دارد.

## اختلالات غدد چربی ساز

چندین اختلال رایج مربوط به غدد چربی ساز وجود دارد که یک پیرایشگر موهای زاید باید از آن آگاهی داشته باشد و آن را تشخیص دهد.

یک جوش سرسیاه یک کیسه‌ی مویی می‌باشد که با کراتین و چربی پوست پر شده است. این جوش‌ها بیش‌تر در صورت افراد ظاهر می‌شوند به خصوص در منطقه‌ی T که همان مرکز صورت می‌باشد.

**جوش‌های میلیا،<sup>۵</sup>** کیست‌هایی بی‌خطر و مملو از کراتین هستند که زیر سطح اپیدرمیس ظاهر می‌شوند و هیچ‌گونه بازشدگی قابل رؤیتی ندارند. این جوش‌ها مانند دانه‌های کوچک کنجد می‌باشند که تقریباً همیشه به صورت کامل گرد هستند.

**سبوریک درماتیتیس:** نوعی وضعیت پوست است که به واسطه‌ی تورم غدد چربی‌ساز به وجود می‌آید.

**سبوریک،<sup>۶</sup>** یک وضعیت پزشکی می‌باشد، ولی می‌توان آن را در سالن‌های زیبایی و با استفاده از محصولات پوستی غیرچرب که برای پوست‌های حساس ساخته شده‌اند معالجه نمود.

**رزایشا،<sup>۷</sup>** که سابق آکنه‌ی روزاشا نامیده می‌شد، یک وضعیت مزمن است که به صورت عمده بر روی گونه‌ها و بینی ظاهر می‌شود.

### ورم‌ها و بیماری‌های رایج پوست

**ورم ملتحمه،** که با نام ورم ملتحمه‌ی چشم نیز شناخته می‌شود، یک بیماری رایج باکتریایی است که چشم را آلوده می‌سازد. این بیماری به شدت واگیر است و بیمارانی که به این درد مبتلا هستند، باید با احترام و فوراً به یک پزشک ارجاع داده شوند.

**اگزما،<sup>۸</sup>** یک نوع بیماری پوستی تورمی، ناراحت کننده و معمولاً مزمن می‌باشد، که از ویژگی‌های آن می‌توان به تورم متوسط تا شدید، پولکی شدن، و گاهی اوقات خارش شدید اشاره کرد.

### - تست مواد مصرفی متناسب با نوع پوست

مقداری از موم را در موم داغ کن بریزید تا گرم شود. سپس ۱ الی ۲ سانتی‌متر بالاتر از آرنج یا پشت گوش زده، ۲۰ دقیقه مکث کرده و تمیز کنید. طی ۲۴ یا ۴۸ ساعت ناحیه‌ی تست شده

---

Acne Milia  
Seborrheic  
Rzaysha  
Eczema

را بررسی نمایید و اگر هر گونه واکنشی مثل التهاب، قرمزی، خارش و تاول مشاهده نشد، می‌توانید، از موم استفاده نمایید.

### لایه‌های ساختمان مو

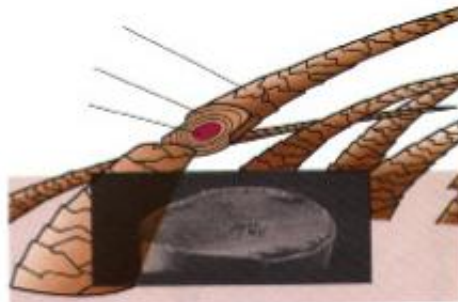
#### ساختارهای ریشه مو

ساختارهای اصلی مو، ریشه مو است، که شامل فولیکول مو، ساقه مو، زائده‌های جلدی، ماهیچه عضله قائم و غدد چربی‌زا (چربی) می‌شود.

فولیکول مو گودی یا حفره در پوست یا پوست مو که ریشه مو را دربرمی‌گیرد. در تمام بدن به استثنای کف دست و کف پا و لب‌ها توزیع می‌شوند. فولیکول‌ها از اپیدرم تا درم‌ها (لایه داخلی پوست) توسعه می‌یابند، جایی که زائده‌های بافتی جلدی را احاطه می‌کند. گاهی بیش از یک مو از یک فولیکول رشد می‌کند. بخشی از مو که در زیر سطح اپیدرم لایه بیرونی پوست قرار دارد، ریشه مو و بخشی از مو که بالای اپیدرم را نشان می‌دهد، ساقه نام دارد.

#### ساختارهای ساقه مو

۳ لایه اصلی ساقه مو عبارتند: کوتیکول،<sup>۹</sup> کورتکس<sup>۱۰</sup> و مدولا<sup>۱۱</sup> می‌باشد.



کوتیکول مو، به عنوان بیرونی‌ترین لایه مو شناخته می‌شود. از تک لایه شفاف پوششی تشکیل می‌شود، این سلول‌ها شبیه پوسته به نظر می‌رسد، که سقف را می‌پوشاند. لایه کوتیکل مانعی را فراهم می‌کند که ساختار داخلی مو را محافظت می‌کند، وقتی که در برابر کورتکس به طور محکم قرار می‌گیرد. برای ایجاد درخشش و صافی، داشتن موی سالم، مانند ابریشمی ضروری است.

برای احساس کردن کوتیکول، یک رشته سالم مو را بین انگشت شست و سبابه که از نزدیک پوست سر شروع می‌شود، بگیرد. رو به بالا رشته را بکشید. رشته باید احساس لخت و صافی

---

Cuticle  
Cortex  
Medulla

کند. انتهای رشته مو را با دست نگه دارید، و بعد رشته را با انگشت شست و سبابه با دست دیگر بگیرید. انگشت‌های خود را رو به طرف پایین ساقه مو حرکت دهید. در این جهت، احساس زبرتر می‌کنید، زیرا شما در جهت مخالف رشد لایه کوتیکل حرکت می‌کنید.



کورتکس، لایه وسط مو است. مرکز پروتئین فیبری که توسط سلول‌های طویل حاوی رنگ-دانه‌های ملانین (رنگ‌های سیاه روی پوست) شکل می‌گیرند. در حدود ۹۰٪ وزن کلی مو از کورتکس ناشی می‌شوند. قابلیت ارتجاعی مو و رنگ طبیعی آن، نتیجه ساختارهای پروتئین منحصر به فرد واقع در کورتکس است.

تغییرات در رنگ‌های مو، مرطوب کردن، مدل حرارتی، فر کردن دائمی و مواد شیمیایی صاف‌کننده در کورتکس روی می‌دهند.

- پیگمنت‌های پراکنده و مجتمع در کورتکس شناورند.

مدولا، داخلی‌ترین لایه مو است و از سلول‌های گرد تشکیل می‌شود. به طور طبیعی موی بور مدولایی ندارد. به طور کلی، موی کلفت و زبر حاوی مدولا است. همه ریش‌های مرد شامل مدولا می‌شود. مدولا مربوط به کارهای سالن نمی‌شود.

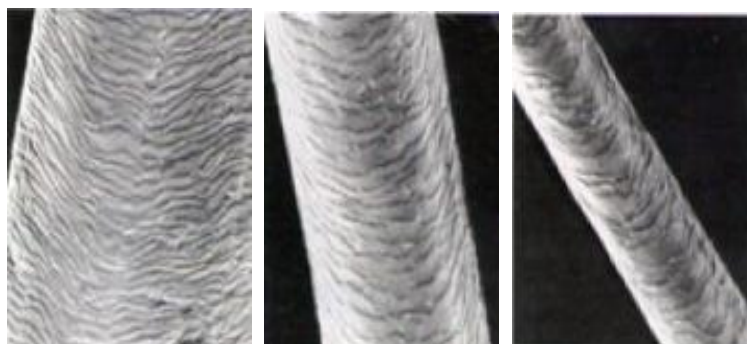
### قطر

بافت مو ضخامت یا قطر رشته موی فرد است. بافت مو می‌تواند به صورت زبر، متوسط یا ظریف طبقه‌بندی شود. می‌تواند از رشته به رشته در سر یک فرد باهم فرق داشته باشد. داشتن قسمت‌های مختلف از بافت‌های گوناگون برای مو غیرعادی نیست. موی پشت گردن، فرق سر، گیجگاه‌ها جلوی خط مو یک فرد ممکن است، بافت‌های مختلفی داشته باشد.

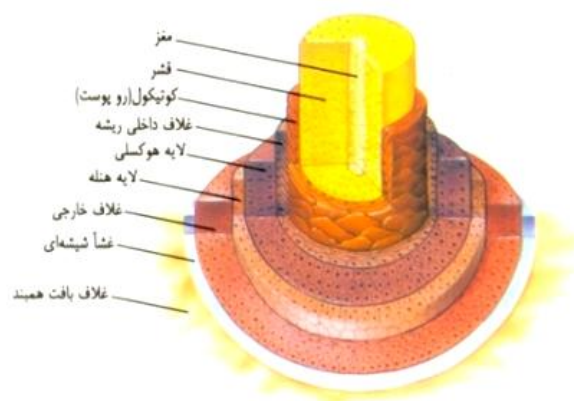
بافت موی زبر بزرگ‌ترین قطر را دارد. از موی ظریف قوی‌تر است، به همان دلیل، که طناب ضخیم قوی‌تر از طناب نازک است.

اغلب در پردازش نسبت به موی متوسط و ظریف مقاوم تر است، طوری که هنگام به کار بردن محصولاتی مانند نرم کننده، رنگ های مو، حلال های دائمی، و مواد صاف کننده شیمیایی، به پردازش بیش تری نیاز دارند.

بافت موی متوسط رایج ترین بافت است و در مقایسه با موی دیگر استاندارد است. موی متوسط مشکل یا نگرانی خاصی را نشان نمی دهد.



موی ظریف کوچک ترین قطر را دارد و شکننده تر است، پردازش آن آسان تر است و نسبت به موی زبر یا متوسط، بیش تر در معرض آسیب از کارهای شیمیایی قرار دارد.



قطر مو در افراد متفاوت است و با طول عمر تغییر می کند. در نوزادان و اشخاص مسن قطر مو کم و در سایر اشخاص معمولی (نرمال) است.

تعداد مو:

تقریباً ۲۵۰/۰۰۰ تار مو در بدن موجود است.

۱۵۰/۰۰۰ تار آن روی صورت و سر وجود دارد.

۱۰۰/۰۰۰ تار مو در قسمت های دیگر بدن پراکنده است. تعداد مو در افرادی که دارای موهای

مشکی، قرمز و یا قهوه ای هستند، متغیر می باشد.

- موی بلوند: بین ۱۳۰/۰۰۰ تا ۱۴۰/۰۰۰ هزار تار

- موی قهوه ای: بین ۱۱۰/۰۰۰ تا ۱۲۰/۰۰۰ هزار تار

- موی خنایی: حدود ۹۰ /۰۰۰ هزار تار

## انواع مو

### موهای نازک:

این موها از موهای نرمال، نرم‌تر و نازک‌تر است. لطیف بوده و با دیدن می‌توان جنس آن را تشخیص داد. موهای نازک معمولاً کم‌رنگ بوده و قطر آن کم است.

### موهای معمولی (نرمال):

موهای معمولی نه ضخیم است و نه نرم می‌باشد.

### موهای ضخیم:

موهای ضخیم زبر و کلفت هستند و می‌توان با دیدن آن را تشخیص داد.

### جنس مو

۲ نوع اصلی مو در بدن یافت می‌شود، که موی ولوس<sup>۱۲</sup> و موی ترمینال<sup>۱۳</sup> نامیده می‌شود. موی ولوس، به عنوان موی لانگو شناخته می‌شود، کوتاه، ظریف، بدون رنگ‌دانه و کرک‌دار است که در بدن ظاهر می‌شود. معمولاً در نوزادان یافت می‌شود و می‌تواند در بچه‌ها تا سن بلوغ دیده شود. در بزرگسالان، موی ولوس معمولاً در جاهایی یافت می‌شود که به طور معمولی به صورت بدون مو بررسی می‌شود (پیشانی، مژه‌ها و سر کچل)، و نیز نزدیک تمام قسمت‌های دیگر بدن، به جز کف دست و کف پا. خانم‌ها معمولاً ۵۵٪ مو ولوس بیش‌تری نسبت به آقایان حفظ می‌کنند. موی ولوس به تبخیر عرق کردن کمک می‌کند.



موی ترمینال، موی بلند، زبر، رنگ‌دانه‌دار که در پوست سر، پاها، بازوها و بدن زنان و مردان یافت می‌شود. موی ترمینال از موی ولوس زبرتر است و به استثنای موی خاکستری، رنگ‌دانه دارد و معمولاً دارای مدولاست.

تغییرات هورمونی در طول بلوغ می‌تواند در برخی قسمت‌ها موی ولوس ظریف ایجاد کند، تا جایگزین موی ترمینال ضخیم‌تر شود. همه فولیکول‌های مو توانایی تولید کردن موی ولوس یا موی ترمینال را دارند، به زن، سن و هورمون‌ها بستگی دارد.

### – انواع موم (گرم و سرد) و به کارگیری آنها

– موم سرد از نظر شیمیایی، مخلوطی از قندهای مختلف است که معمولاً اسید سیتریک دارد و باعث می‌شود که ترکیب، غلیظ و چسبنده شده و برای کندن موها مؤثر واقع شود. نحوه‌ی عمل موم سرد، مانند گرم است. موها به موم سرد می‌چسبند و با کندن موم از روی پوست، موها همراه با موم کنده می‌شود.

### طرز تهیه موم سرد:

آب + اسید سیتریک (جوهر لیمو) + ساکاروز + عسل

– موم گرم از موم زنبور عسل می‌باشد. جهت استفاده از این موم باید، آن قدر آن را گرم کنید، تا ذوب شده، سپس روی پوست بمالید. ۱ دقیقه مکث نموده، تا سفت شود و با یک حرکت از روی پوست بردارید. موها به موم چسبیده و کنده می‌شوند.

### – روش تهیه موم سنتی

(شکر)<sup>۱۴</sup>

شکر یک متد موقتی دیگر برای از بین بردن موی زاید است که دربرگیرنده استفاده از خمیر ضخیم بر پایه شکر است و به خصوص برای انواع پوست حساس‌تر مناسب می‌باشد. یک مزیت این روش این است که حتی اگر فقط ۵/۰ سانتی‌متر باشد هم کنده می‌شود. از بین بردن موی زاید از پوست ساده است و با آب گرم حل می‌شود.

### طرز درست کردن مومک:

– ۲ لیوان شکر

– ۱ لیوان آبلیمو

– ۱ فنجان آب

شکر و آب را ترکیب کرده و بجوشانید. حرارت باید کم باشد تا غلیظ شود. آبلیمو را به آن اضافه نمایید و بگذارید، همان‌طور بجوشد و غلظتی شبیه به عسل پیدا کند. مقداری از مومک را روی دست یا پا تست کنید.

اگر موها کنده شد، مومک آماده است و می‌توانید از آن استفاده نمایید.



## - روش تهیه موم گیاهی

سه فنجان عسل را با دو فنجان آب و نصف فنجان آبلیمو مخلوط کرده روی حرارت قرار دهید فراموش نکنید. برای تهیه این موم می توانید از شکر یا عسل تاریخ مصرف گذشته و غیر قابل خوردن استفاده کنید تا جوش آید و بعد از آن به مدت نیم ساعت روی حرارت ملایم بگذارید و هر چند دقیقه مخلوط را هم بزنید. وقتی مخلوط تیره شده، موم آماده است.

## - روش تهیه موم دائم (پیشرفته)

در واقع وکس از رزین (هیدروکربن ترشح شده از گیاهان) و مقدار زیادی مواد مضر برای پوست تشکیل شده است. برخی از این ترکیبات عبارتند از رنگ، مواد شیمیایی و رایحه مصنوعی. هنگامی که از وکس برای از بین بردن مو استفاده می کنید باعث ایجاد آلرژی در برخی از افراد می شود.

اپیلاسیون با وکس را در ایران عنوان اپیلاسیون پیشرفته می گویند.

## - روش وکس صورت و به کارگیری موم دائم

### روش وکس صورت:

- با اسپری ضد عفونی کننده، صورت را ضد عفونی نمایید.
- رطوبت پوست را با دستمال یا پنبه بگیرید تا پوست کاملاً خشک شود.
- موم شمعی که داخل مخزن دستگاه موم گرم کن ذوب شده، با آبسلانگ در جهت رشد مو، یک لایه ی منظم و نازک به پوست بمالید.
- مواظب باشید، موم خیلی داغ نبوده و پوست را نسوزاند. برای اطمینان بیش تر آن را روی دست خود امتحان کنید.
- مدت کوتاهی مکث کرده تا خنک شود.
- با دست خود پوست را نگه داشته و با دست دیگر موم را برخلاف جهت، از روی پوست بردارید.
- زاویه ی برداشتن بهتر است ۴۵ درجه باشد.
- بعد از اپیلاسیون، از ژل ضد التهاب استفاده کرده و ماساژ دهید، سپس از لوسیون مخصوص استفاده کنید تا پوست نرم شود.
- اگر می خواهید رشد موها به تأخیر بیفتد، در ۲ الی ۳ جلسه هر ۶ ساعت از قطره ی ضدرویش مو استفاده نمایید تا بدین صورت رشد موها را به تأخیر بیندازید. هم چنین استفاده از قطره ی ضدرویش، موها را کرکی می کند.

## لوازم مورد نیاز:

### موم‌های خشابی با ۱۰۰ درجه سانتی‌گراد:

- خشاب یا قوطی حاوی موم، اسپری آنتی‌باکتریال، پودر تالک، پد نواری سفید، ژل ضدالتهاب، روغن مخصوص، قطره‌ی ضدرویش، دستکش، ماسک، دستگاه مخصوص برش پد نواری
- خشاب حاوی موم را در دستگاه قرار داده تا ذوب شود. مدت مکث آن ۳۰ دقیقه می‌باشد.
  - محل مورد نظر اپیلاسیون را با اسپری ضدعفونی، تمیز نمایید. خشاب را اول تست کرده و بعد از آن استفاده نمایید.
  - اگر می‌خواهید درد کم‌تری ایجاد شود و رطوبت سطح پوست گرفته شود، مقداری پودر تالک را روی سطح پوست پخش کرده و ماساژ دهید.
  - خشاب را روی تکه‌ای پارچه امتحان کنید تا روان حرکت کند.
  - روی محل مورد نظر در جهت رویش موها بکشید.
  - پد را روی موم گذاشته و ماساژ دهید و برخلاف جهت رشد موها، سریع بردارید.
  - ژل مخصوص را روی پوست مالیده تا کاملاً ضدعفونی شود.
  - با روغن مخصوص، محل را نرم و لطیف کنید.
  - روش‌های مختلف موزدایی (اپیلاسیون، دیپلاسیون)
  - اپیلاسیون با مومک به روش دستی (سرما و گرما)
  - دیپلاسیون و اپیلاسیون به روش برقی
  - دیپلاسیون با تیغ و کرم‌های موبر
  - دیپلاسیون با کاغذ سمباده
  - موم شمعی
- مفهوم اپیلاسیون<sup>۱۵</sup>** (صدمه زدن به ریشه‌ی مو) و **دیپلاسیون** (صدمه زدن به ساقه‌ی مو)
- اپیلاسیون:** در اپیلاسیون موها از ریشه‌کننده می‌شود. در بعضی از روش‌های اپیلاسیون، سلول‌های فعال ریشه‌ی مو از بین رفته و در بعضی روش‌ها سلول‌های فعال از بین نمی‌روند. (اپیلاسیون موقت و دائمی)
- دیپلاسیون:** در دیپلاسیون، ریشه‌ی مو درگیر نمی‌شود و مو از محلی بالاتر در سطح یا نزدیک پوست قطع می‌شود.

## دپیلاسیون و اپیلاسیون موقت به روش برقی (اپیلاتور)<sup>۱۶</sup>

به طور کلی برای اصلاح صورت به روش برقی، می‌توانید از موکن برقی (اپی لیدی)<sup>۱۷</sup> یا موزن برقی (ماشین یک یا چند فنره) استفاده کنید. موکن و موزن‌های برقی قابل شارژ می‌باشند. ماشین موکن برقی در انواع متنوع موجود است، که دارای سرهای مختلف بوده و هرکدام برای قسمتی از صورت و بدن استفاده می‌شود. از موکن برقی فقط شخصی استفاده کنید. بهتر است قبل استفاده از موکن برقی، حمام کنید تا پوست نرم شده و ریشه مو، سست شود. صورت را به طور کامل خشک کنید. موکن را مانند ماشین ریش تراش، روی پوست بکشید. موکن دارای چرخ‌ها و فنرهایی می‌باشد که می‌چرخند، عقب یا جلو می‌شوند، موها لای فنر گیر کرده و از ریشه کنده می‌شوند.

### موکن دستی:

موکن‌ها ابزار دستی موزدایی می‌باشند، که دارای تنوع زیاد بوده و انواع آن در بازار موجود است. موکن‌های دستی ممکن است، یک یا چند فنره باشند، که هر کدام دارای دسته بوده و می‌توان با آن به راحتی موها را برداشت.

موکن تک فنر را می‌توانید به شکل منحنی درآورده و در محل مورد نظر قرار داده و با فشار دست و پیچاندن همراه با حرکت به عقب و جلو، عمل اصلاح صورت را انجام دهید. موکن‌ها موها را از ریشه بیرون می‌آورند. نوع چند فنر آن شبیه به قیچی جای انگشت دارد. موکن را در دست گرفته و با فشار روی فنر، آن را روی صورت بچرخانید تا موها از ریشه کنده شود.

### دپیلاسیون با تیغ و کرم‌های موبر

هنگامی که از تیغ برای دپیلاسیون استفاده می‌شود، موها فقط از روی پوست و همه‌ی سطح با آن تراشیده می‌شود و مدت زیادی طول نمی‌کشد که رشد کند. این مدت ممکن است به ۱ الی ۲ روز برسد، هم‌چنین ضخامت موها نیز زمان رشد بیش‌تر شده و نوک مو تیز و ضخیم می‌شود. بهتر است از تیغ برای دپیلاسیون دست و صورت استفاده نشود.

- شیو دپیلاسیون با تیغ است.

### انواع کرم‌های موبر

موبر دارای انواع گوناگون از شرکت‌های مختلف می‌باشد. موبر به شکل کرم، خمیر، پودر و اسپری موجود است. کرم موبر دارای پهاش قلیایی قوی است. ترکیباتی که در موبرها به کار رفته است، باعث نرم شدن موهای زاید شده و در سطح پوست از بین می‌روند.

## طرز کار:

محل دیپلاسیون را با آب نیم گرم بشویید، تا حدی که چربی اضافی آن برطرف گردد، سپس پوست را طوری خشک کنید که کمی مرطوب باشد. کرم را با کاردک مخصوص روی پوست قرار دهید، به صورتی که کاملاً روی موها را بپوشاند و لایه‌ی ضخیمی روی پوست ایجاد نماید. دقت کنید، کرم را روی پوست ماساژ ندهید. مدتی مکث کنید. (بستگی به ضخامت مو از ۵ الی ۱۰ دقیقه می‌باشد). پس از مکث لازم موها حالت پوسیدگی پیدا می‌کند. کرم را از روی پوست بردارید و با آب گرم محل را بشویید. از ژل التیام بخش، بعد از موزدایی یا کرم مرطوب کننده مناسب استفاده کنید. بعد از انجام دیپلاسیون با موبر، رشد موها نرمال می‌شود.

## اپیلاسیون با مومک به روش دستی (سرما و گرما)

### نوار مومر مومک:

نوار مومک که دارای ۲ لایه به هم چسبیده است را، بین دست‌ها مالش دهید تا گرم شود. سپس به آرامی ۲ لایه به هم چسبیده‌ی نوار را از هم جدا کنید. یکی از نوارهای مومک را در جهت رویش موها، روی پوست بچسبانید. روی نوار را چند ثانیه ماساژ دهید. با یک حرکت سریع در جهت خلاف رویش موها، نوار مومک را بردارید. پوست را با آب ولرم بشویید و از کرم ضدالتهاب استفاده نمایید.

## - موزدایی صورت با موم و روش پاک کردن مواد

### روش کار

۱. موم را در هیتر ذوب کنید. مدت زمانی که نیاز است، تا موم آب شود، به نگه‌دارنده موم بستگی دارد که ۱۵ تا ۲۵ دقیقه اگر نگه‌دارنده کامل باشد اگر  $\frac{1}{4}$  تا نصف باشد ۱۰ دقیقه زمان می‌خواهد مطمئن شوید که موم بیش از حد نازک نیست یا بیش از حد داغ نشده است. داغ‌تر شدن موم باعث نازک‌تر شده آن می‌شود. موم نازک به احتمال زیاد می‌کند و باعث ایجاد آسیب و جراحت می‌شود. ضخامت موم باید به اندازه سس کارامل بوده و البته نباید روان باشد.



۲. حوله تمیزی را بالای جایگاه صورت روی صندلی قرار دهید و سپس آن را با کاغذ یک‌بار مصرف بپوشانید.

۳. کلاه مو یا هدبند را روی سر مشتری بگذارید تا مو از صورت جدا بماند.

۴. دستکش‌های یک بار مصرف را بپوشید.

۵. دما و ضخامت موم گرما داده شده را با استفاده از ریختن یک قطره کوچک موم روی مچ دست تست کنید. باید گرم باشد، اما نباید داغ باشد و باید بتوان به آرامی آن را با کاردک پخش کرد.

۶. با کاردک یا اپلیکاتور چوبی پوشش نازکی از موم گرم را در محدوده مورد نظر پخش کنید و در جهت رویش مو آن را ادامه دهید. مطمئن شوید که کاردک بیش از حد به موم آغشته نیست. دو بار موم را روی محدوده مورد نظر نچکانید!



۷. از نوار پارچه‌ای روی قسمت موم انداخته شده، استفاده کنید. به آرامی آن را در جهت رویش مو فشار دهید و با انگشت ۳ تا ۵ بار پارچه را همیشه در مسیر رویش مو فشار دهید.

۸. پوست را با فشاری آرام نگه‌دارید و با حرکتی سریع پارچه را بردارید و این کار را عکس جهت رویش مو انجام دهید. نوار را مستقیماً به طرف خود نکشید.

۹. بخش مورد نظر را به آرامی ماساژ دهید.

۱۰. با ریموور موم همه‌ی موم باقی‌مانده روی پوست را بردارید.

۱۱. همین کار را در بخش‌های دیگر دور ابرو انجام دهید.

۱۲. پوست را با نرم‌کننده ملایم تمیز کنید و از لوسیون ضد عفونی‌کننده یا نرم‌کننده استفاده کنید.

### – موزدایی بالاتنه با موم

موزدایی بالاتنه بسیار حساس است. مخصوصاً در قسمت زیر بغل از حساسیت بیشتری برخوردار است. جهت موزدایی این قسمت بهتر است، به وسیله پیرایشگر انجام نشده و موزدایی این قسمت، توسط خود مشتری با تیغ انجام گردد.

## – موزدایی پا با موم و پاک کردن مواد

### روش کار

۱. موم را در هیتر ذوب کنید.
۲. تخت را با کاغذ یک بار مصرف بپوشانید.
۳. از مشتری بخواهید تا روی تخت دراز بکشد و به کمک چند حوله وی را بپوشانید.
۴. قسمتی را که می‌خواهید موم بیندازید، کاملاً با تمیزکننده ملایم تمیز کرده و خشک کنید.
۵. لایه نازکی از پودر روی قسمتی از بدن، که باید موم انداخته شود، استفاده کنید.
۸. دما و ضخامت موم گرما داده شده را، با استفاده از ریختن یک قطره کوچک موم روی مچ دست تست کنید.
۹. با کاردک یا اپلیکاتور چوبی پوشش نازکی از موم گرم را در محدوده مورد نظر پخش کنید و در جهت رویش مو آن را ادامه دهید. مطمئن شوید که کاردک بیش از حد به موم آغشته نیست. اگر نوارهای مربوط به موم انداختن را ندارید، با لوسیون موم را از بین ببرید و آن را پاک کنید.
۱۰. از نوار پارچه‌ای روی قسمت موم انداخته شده استفاده کنید. به آرامی آن را در جهت رویش مو فشار دهید و با انگشت ۳ تا ۵ بار پارچه را همیشه در مسیر رویش مو فشار دهید. وقتی که روی بخش‌های حساس بدن موم انداخته می‌شود، مطمئن شوید که موم بیش از حد داغ نیست. اگر مو بلندتر از ۵/۰ سانتی‌متر باشد، آن را کوتاه کنید.
۱۱. پوست را با فشاری آرام نگاه‌دارید و با حرکتی سریع پارچه را بردارید و این کار را عکس جهت رویش مو انجام دهید.
- نوار را مستقیماً به طرف خود نکشید.
۱۲. بخش مورد نظر را به آرامی ماساژ دهید.
۱۳. هر بار از یک نوار پارچه ای تازه استفاده کنید.
۱۴. از مشتری بخواهید تا بچرخد و همین کار را برای پشت پا هم انجام دهید.
۱۵. همه پودر باقی‌مانده را از روی پوست پاک کنید.
۱۶. پوست را با نرم کننده ملایم تمیز کنید و از لوسیون ضد عفونی کننده یا نرم کننده استفاده کنید.
۱۷. مشتری را تا اتاق مخصوص تعویض لباس مشایعت کنید.

## - روش موزدایی دست

### استفاده از موم گرم:

قوطی مومک را در آب گرم ۴۰ درجه‌ی سانتی‌گراد یا در موم‌گرم‌کن، طوری که جوش نیاید، گرم کنید.

با استفاده از لبه‌ی کاردک، لایه‌ای نازک را در جهت رویش موها، روی دست پخش کنید.

نوار پارچه‌ای را روی موم گذاشته و با دست فشار دهید تا خوب بچسبد.

پارچه را بر خلاف جهت رویش مو، به سرعت بکشید.

پوست را با دستمال مرطوب به آرامی تمیز کرده و با آب ولرم بشویید.

بعد از مصرف نوار مومک، محل را نخارانید، زیرا باعث تحریک پوست می‌گردد.

### روش‌های مراقبت از پوست

- بعد از انجام موزدایی دوش آب گرم نگیرید، زیرا آب گرم پوست را تحریک خواهد کرد.

- تا ۲۴ ساعت پس از انجام موزدایی از دئودورانت و عطر استفاده نکنید، زیرا پوست تحریک شده و باعث خارش آن خواهد شد.

- از کرم و ضدعفونی که خنک کننده می‌باشد، استفاده نمایید، تا پوست آرام شود.

- در بین ۲ نوبت موزدایی از لایه‌بردار استفاده کنید. این عمل باعث خواهد شد، سلول‌های مرده از روی پوست پاک شده و منافذ پوست بسته شود.

- ۲ هفته قبل از موزدایی از تیغ یا موبر استفاده نکنید.

### - عوارض پوست بعد از موزدایی

- یکی از عوارض پوست بعد از موزدایی باز شدن منافذ پوست است و در بعضی مواقع باعث ایجاد زخم‌های ریز در پوست می‌شود.

- از عوارض دیگر اپیلاسیون برداشتن چربی محافظ پوست است که باعث می‌شود حساسیت پوست زیاد شده و عوامل مضر محیطی بر پوست اثر بیش‌تری داشته باشد.

- بعد از استفاده از موزدایی پ‌هاش پوست بالا می‌رود.

### - استفاده از روغن و لوسیون بعد از موزدایی

لوسیون و روغن‌های بعد از موزدایی دارای مواد مؤثر است، که قدرت بالایی جهت رشد و بهبود بافت‌های پوست بوده و آن را ترمیم می‌کند. قرمزی پوست را تسکین داده و پ‌هاش پوست را به حد طبیعی (۵/۵) و متعادل می‌کند.

## – استفاده از کیسه یخ یا کیسه گرم

بعد از انجام موزدایی از کیسه یخ استفاده می‌شود. یخ، خون های به سطح پوست آمده را که باعث گرمی پوست می‌شوند، از سطح پوست دور و آن را خنک می‌کند و در نتیجه قرمزی پوست کم می‌شود. کیسه یخ را چند دقیقه روی محل بگذارید، یخ ناراحتی و درد را کم کرده و سرخی را نیز بهبود می‌بخشد.

کیسه گرم:

کیسه گرم فوری نوعی کیسه حاوی مایع است که بدون نیاز به دیدن هیچ حرارتی در کمتر از چند ثانیه به شما دمای مثبت ۵۰ درجه را می‌دهد. از این کیسه در درمانگاه و مطب دندانپزشکی (جراحی، ایمپلنت)، فیزیوتراپی، ورزش (گرفتگی عضله، کوفتگی عضله)، گرم کردن دست و پا در سرما و ورزش هایی چون اسکی و کوهنوردی، سفر (برای افزایش دمای بدن در وضعیت‌های اضطراری (کاهش دردهای غیر تورمی، دردهای مفصلی)، کمک‌های اولیه و غیره می‌توان استفاده کرد. گرما برای کاهش دردهای خاص و کاهش سرمازدگی کاربرد دارد.