



*В. К. Сорокина*

ТЕХНОЛОГИЯ  
ВЫПОЛНЕНИЯ  
**ВИЗАЖА**

---

практическое руководство

В. К. СОРОКИНА

# ТЕХНОЛОГИЯ ВЫПОЛНЕНИЯ ВИЗАЖА ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО

*Учебное пособие*

Под редакцией  
доктора медицинских наук,  
профессора Л. Н. Сорокиной

*Издание пятое, стереотипное*



ЛАНЬ

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ · МОСКВА · КРАСНОДАР  
2021

УДК 687.5  
ББК 38.937я723

**С 65**     **Сорокина В. К.** Технология выполнения визажа. Практическое руководство : учебное пособие для СПО / В. К. Сорокина ; под редакцией Л. Н. Сорокиной. — 5-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 164 с. : ил. : вклейка (16 с.). — Текст : непосредственный.

**ISBN 978-5-8114-7059-4**

Данное практическое руководство ориентировано на новую международную классификацию визажного искусства и соответствует поэтапным программам обучения по специализации «Технология выполнения визажа». Освещает широкий круг вопросов, связанных с формированием умений и навыков по технике выполнения салонного макияжа, излагаются сведения о строении кожи, ее функциях и типах, особенностях ухода за кожей, подробно разбираются и анализируются правила цветоведения, описана технология выполнения разных видов визажа.

Отдельное внимание уделено соблюдению санитарных норм и требований при выполнении процедур.

В данном руководстве описаны средства и инструменты декоративной косметики. Проведено исследование колористических типов внешности и подробно разработаны модели по коррекции лица и деталей лица.

Предназначено для студентов, обучающихся по специальности «Стилистика и искусство визажа». Кроме того, может применяться при обучении по специальности «Парикмахерское искусство» в рамках изучения дисциплин «Декоративная косметика и визаж» и «Цветоведение», а также начинающими визажистами и работающими практикующими специалистами, в том числе медицинскими сестрами, проходящими повышение квалификации.

УДК 687.5  
ББК 38.937я723

**Рецензенты:**

*К. Н. МОНАХОВ* — доктор медицинских наук, профессор кафедры дерматовенерологии ПСПбГМУ им. академика И. П. Павлова;

*Т. Е. САЛМИНЯ* — региональный директор сети магазинов «Иль де Ботэ».

**Обложка**

*Е. А. ВЛАСОВА*

© Издательство «Лань», 2021  
© В. К. Сорокина, 2021  
© Издательство «Лань»,  
художественное оформление, 2021

---

## ВВЕДЕНИЕ

**И**скусство украшать себя уходит корнями в прошлое. В своем стремлении к прекрасному, желании произвести впечатление люди различных эпох украшали свою внешность. В нашей повседневной жизни к этому обязательно добавляются личные качества: обаятельность, привлекательность, индивидуальность.

Слово *kosmetike* греческого происхождения — в переводе означает «искусство украшать». Со сменой веков менялись эстетические идеалы.

В древности у первобытных людей во время церемоний и обрядов использовались для разукрашивания лица и тела цветные глины, древесный уголь, соки трав.

В пещерах ледникового периода археологами были найдены палочки для окрашивания глаз и бровей, карандаши губной помады, предметы для выполнения татуировок.

Косметика и грим применялись народами древних государств (Вавилон, Ассирия, Греция, Рим, Иудея) с давних пор, о чем свидетельствуют предметы материальной культуры, дошедшие до нас благодаря археологическим раскопкам.

В папирусе Эберта, датированном 1550 г. до н. э., приведено около 800 рецептов, среди которых имеются и советы по косметике, в частности по применению ароматических масел, которые привозили из Северной Африки, Палестины и Аравии.

Дошедшие до нас благодаря археологическим раскопкам остатки материальной культуры древних египтян (3000–300 гг. до н. э.), живших до правления Птолемеев (340–40 гг. до н. э.), свидетельствуют, что египтяне умело применяли косметические средства.

Гримирование и уход за лицом, подчеркивание формы губ и глаз, гримирование бровей, окраска волос широко применялись в те далекие времена.

Образ египетской царицы Нефертити и сегодня вызывает восхищение.

Клеопатра (69–30 гг. до н. э.) — последняя царица династии Птолемеев, дочь Птолемея XII (Авлента) — написала книгу «О лекарствах для лица». Она применяла весьма обширный арсенал косметических средств, рецепты которых сохранились до наших дней.

Клеопатра в своей книге также приводит рецепты приготовления пудры, белил, румян, губной помады из натурального сырья.

Учеными прикладной технологии Национального совета научных исследований Италии восстановлено около 200 древних рецептов по косметике. Обнаружены остатки парфюмерной фабрики египетской царицы: ручные жернова для растирания трав и растений, сосуды для приготовления составов и настоев, флаконы с ароматическими маслами.

Египет считают родиной современной косметологии. Косметические средства и мази применялись в повседневной жизни и были для египтян такими же важными, как пища и вода (Н. И. Гусаков, 1993).

При раскопках египетских пирамид обнаружены папирусы, свидетельствующие о том, что египтяне умело применяли краски, ароматические средства не только для украшения своей внешности, но и с лечебной целью. Они знали секреты приготовления ярких иллюминированных светящихся красок, которые производили из раковин или морских моллюсков. Египтянки использовали порошки, придававшие коже матовый оттенок и скрывающие естественные дефекты, рецепты приготовления которых хранили в глубокой тайне. В папирусах упоминается рецепт,

в состав которого входили мази и настои для устранения и маскировки признаков возраста.

Греки переняли у египтян искусство приготовления косметических кремов. Чистоте и здоровью греки придавали исключительно большое значение.

Рецепты различных смесей из жиров животного и растительного происхождения, отвары и настои из трав, ароматические вещества широко использовались для смягчения кожи лица, укрепления и улучшения роста волос.

Отец медицины Гиппократ (460–377 гг. до н. э.) кроме средств, применяемых для косметических целей, описывает и ряд заболеваний, которые считает косметическими недостатками. Ученик Гиппократа Диокл написал руководство по косметике, в котором предложил много различных косметических препаратов.

Косметика в Древней Греции была обязательным дополнением одежды. Гречанки в большом количестве использовали белила, румяна, пудры, ароматические средства. Уже тогда существовали салоны красоты. Отмечается расцвет искусства декоративной косметики. Разнообразное гримирование, применение различных украшений достигло совершенства.

В 30-е гг. до н. э. косметика и искусство ее применения достигли фантастических размеров в Риме. Роскошь и забота о красоте, позаимствованные у греков, были тесно связаны с гигиеной всего тела. Широко известны купания в бассейнах с горячей и холодной водой. Римляне много времени проводили в грандиозных банях — термах, где прислуживали рабы — косметы. Они делали массаж, лечебные ванны, души, натирали тело специальными ароматическими составами. Была обязательной гимнастика. Вторая жена императора Нерона Поппея Сабина купалась в молочке. Обычным было использование розового масла.

Римские женщины для придания коже белизны натирали лицо, спину, грудь и руки меловым порошком, смешанным со свинцовыми белилами. Брови и глаза подводили специальными черными карандашами, румянили щеки.

Знаменитый древнеримский врач Гален (120–200 гг. н. э.) считается автором первого учебника по косметике.

Рецепт его «кольд-крема» (эфирное масло, розовая вода, воск) используется и поныне.

После падения Римской империи резко снизился интерес к косметике. Начавшееся в Европе господство готики, влияние церкви и религии, считавших человеческое тело греховным, проповедовавших аскетизм и запрещающих все косметические процедуры, отрицательно сказались и на развитии косметики.

Крестовые походы (XI в.) восстановили контакты с Востоком, что способствовало развитию интереса к косметике.

Великий врач Востока Абу Али Ибн Сина (в европейской традиции Авиценна, 980–1037 гг.) в своей книге «Канон врачебной науки» в разделе «Косметика» уделил серьезное внимание вопросам косметики. Он приводит сложные прописи для лечения различных заболеваний кожи. Применявшиеся им крахмал, календула, чистотел, укроп, розовая вода получили широкое распространение в современной косметологии.

В «Трактате по гигиене» Авиценна разработал целый ряд гигиенических советов по уходу за кожей. Многие из них применяются и в настоящее время.

В IX в. в Марселе было изготовлено мыло, в XII в. во Франции появились парики из длинных волос, в Англии произведена лавандовая вода. Итальянец Фарини выпускает свой одеколон «Вода из Кельна», распространившийся по всем странам Европы под французским названием «одеколон».

В XVI в. центром развития парфюмерной индустрии становится Франция. Появляются различные одеколоны, духи, кремы, масла, разлитые в красивые сосуды. Настало время мушек, париков, шиньонов.

В эпоху Возрождения косметике придается особое значение. Отмечается распространение косметики через Египет и другие страны Востока во Францию и другие страны, затем и в Россию.

Итальянская живопись XVI в. (Леонардо да Винчи, Рафаэля, Веронезе, Тициана) прославляла женскую красоту, создавая определенный идеал. В Италии — Неаполе, Риме, Флоренции — появляются специальные лавочки парфюме-

ров. Подкрашивание лица считалось большим искусством, которым должна была владеть каждая женщина.

Миланская герцогиня Сфорца в своем трактате знакомит с правилами нанесения грима.

В Россию косметика благодаря торговым связям проникает из Византии, Франции, Германии.

В 1534 г. в Москве появляется трехтомное сочинение, переведенное с немецкого языка «Сад здоровья» (Gartus sanitas) Николаем Булевым, содержащее сведения по терапии и косметике.

К XVI в. относится литературный памятник «Домострой», в котором есть указания по личной и бытовой гигиене.

В 1764 г. появляется диссертация С. Г. Зыбелина «О медицинских мылах», которую считают первой отечественной книгой по дерматокосметологии (Д. М. Российский, 1953).

Повышенное потребление знатью парфюмерных и косметических средств отмечалось при Петре I и в царствование Екатерины II.

В 1860 г. в Петербурге была создана технологическая лаборатория — в наше время Санкт-Петербургское объединение «Северное сияние».

В 1864 г. Генрих Афанасьевич Броккар (выходец из Франции) открыл мыловарню в Москве (Теплый переулок), а в 1918 г. эта фабрика была национализирована и переименована в «Новую зарю», ставшую широко известной в нашей стране и Европе.

В России в 1908 г. косметика была признана законом. В специальном указе определялась программа обучения в школах массажа, подробно излагался порядок получения свидетельства на право заниматься врачебной косметикой. В Москве был организован Институт врачебной косметологии. В 1910 г. был утвержден устав московского института и он стал научным практическим центром врачебной косметики в России, в котором применялись различные методы лечения косметических недостатков кожи.

В стране было открыто много частных салонов красоты, косметических кабинетов и отделений в парикмахерских.



После Октябрьской революции косметика получила развитие в трудах советских ученых-медиков. В 1922 г. Наркомздрав РСФСР утвердил «Положение о порядке выдачи разрешений на производство и обращение косметических и гигиенических средств».

В 1934 г. на Международном конгрессе дерматологов в Бухаресте слово «косметика» было заменено термином «косметология».

В 1935 г. советский косметолог Р. А. Фридман разработал классификацию, согласно которой косметология была разделена на декоративную, лечебную (врачебную), профилактическую.

В 1937 г. в Москве организован Институт красоты и гигиены, который в 1952 г. перешел в ведение Министерства здравоохранения.

В 1966 г. Институт врачебной косметологии был реорганизован в Московский научно-исследовательский институт косметологии Министерства здравоохранения, ставший методическим центром в области косметологии.

В разных городах России были созданы подобные институты.

Главные их цели:

- проведение врачами квалифицированных консультаций по уходу за лицом;
- выполнение косметических процедур, направленных на устранение дефектов и омоложение кожи;
- проведение пластических операций по исправлению подбородка, формы носа, осуществление подтяжки кожи и т. п.;
- отработка приемов массажа лица, шеи, направленных на предупреждение процессов старения и лечения уже появившихся признаков.

К началу 1975 г. в нашей стране было 160 медицинских косметологических учреждений, крупнейшими из которых являлись Московская косметологическая лечебница и Институт красоты. В 1989 г. на базе НИИ Косметологии организовано научно-практическое объединение.

Русские медики — Ю. К. Шимановский, Н. И. Пирогов, В. П. Филатов, П. И. Дьяконов, Н. И. Блохин и др. — внес-

ли большой вклад в развитие отечественной и мировой косметической хирургии.

В настоящее время косметология как наука успешно развивается в нашей стране и мире. Считается, что косметический уход должен основываться на применении высококачественных препаратов и средств, при условии их безвредности для кожи и ее образований, а также организма в целом. Сегодня медицинская косметология воспринимается как медицинская дисциплина, основывающаяся на достижениях дерматологии, физиологии, биохимии, биологии, фармакологии, физиотерапии, хирургии и других дисциплин. Для ее обоснованного применения необходимы знания о строении и функции кожи, о способности проникновения в нее различных веществ, о роли ее в качестве защиты внутренних органов от повреждающих факторов внешней среды, о причинах и характере проявления сенсибилизации. Особая роль должна быть уделена многообразию физиологических функций кожи как органа, который представляет собой поле для сотен тысяч рецепторов и принимает участие в обеспечении иммунитета. Следует знать возрастные особенности кожи.

В выборе индивидуальных средств ухода за кожей особое значение имеет знание ее типа.

В последние годы во всем мире отмечается спад в использовании синтетического сырья, замена его натуральным. Активные вещества (экстракты растений), обладающие более физиологичным действием, широко используются для лечебных и косметических целей. Фитокосметика в последнее время становится все более популярной.

Современная косметология затрагивает многие аспекты: медицинский, социальный и психологический. Ее подразделяют на медицинскую и декоративную.

В медицинской косметологии можно выделить следующие разделы:

1) профилактическая (гигиеническая) косметология, целью которой является предупреждение появления косметических недостатков кожи лица и тела;

2) лечебная косметология, которая направлена на устранение уже имеющихся косметических недостатков;

3) эстетическая (пластическая) хирургия, целью которой является устранение или коррекция косметических дефектов кожи и мягких тканей лица и тела.

Во всем мире развитие косметологии на научной основе требует клинических, токсикологических и аллергических испытаний перед массовым производством косметических препаратов. Являясь отраслью медицины, современная косметология обретает прочную основу и развивается как наука. Возникновение ряда заболеваний и косметических недостатков рассматривается как результат нарушения со стороны различных органов и систем человека.

Рост культуры и материальных возможностей резко увеличил в наше время и потребность в косметологической помощи, и спрос на косметические и парфюмерные товары. Появилась возможность получать эту помощь в прекрасно оборудованных косметических салонах и кабинетах, расширился ассортимент оказываемых услуг. Благодаря новым технологиям резко повысился их уровень.

При этом большое значение имеет профессиональный уровень специалиста, который для выполнения косметических процедур должен пройти соответствующую подготовку по теоретическим вопросам и овладеть практическими навыками.

Декоративная косметика применяется как в быту, так и актерами на сцене театра и в кино (грим).

Грим (по определению из толкового словаря С. И. Ожегова и Н. Ю. Шведовой, 1994):

- 1) оформление лица (раскраска, использование пластических и волосяных накладок, париков) для игры на сцене;
- 2) карандаши и другие принадлежности, употребляемые при гримировке.

Макияж (по определению из толкового словаря С. И. Ожегова и Н. Ю. Шведовой, 1994):

- 1) искусство оформления лица с помощью косметических средств — красок, кремов, теней, а также само такое оформление;
- 2) косметические средства (краски, кремы, тени) для придания лицу красоты, свежести.

Современное толкование представляет обыденный макияж как бытовой грим от английских слов *make up* — готовиться к выходу. Специалисты выделяют несколько видов грима в зависимости от назначения и целей (образный, вечерний, карнавальный, дневной, невесты и т. д.).

Визажист — художник-оформитель лица от французского слова *visage* — лицо. Современный визажист должен обладать большим объемом знаний в области строения и физиологии кожи, ее типовых особенностей, знать весь арсенал технических приспособлений и средств для макияжа, уметь правильно их использовать и т. п.

Задача грима — создание более яркого сценического образа, что является внешней оболочкой художественного образа.

В негритянских и индейских общинах рисунки на лице дополнялись татуировками на теле. Наряду с применением декоративной косметики в различные исторические периоды применялись маски для актеров, имевшие черты трагического, шутовского героя и др. Они широко использовались в театрах Древних Греции и Рима. Актеры в странах Востока (Индии, Китая, Японии) широко применяли грим. В XVIII в. на европейской сцене грим становится искусством.

В России гримирование совершенствуется с развитием русского национального театра.

В настоящее время гримировальное искусство — это огромный творческий труд, являющийся значимой частью театрального искусства.

## САНИТАРНЫЕ ПРАВИЛА

Растет спрос на услуги косметологов и визажистов.

В косметических салонах и кабинетах применяется широкий арсенал средств для ухода за кожей, улучшения внешнего вида за счет улучшения ее состояния, а также ее декоративных средств, позволяющих скрыть дефекты кожи, украсить внешность.

Косметические салоны и кабинеты должны быть оборудованы согласно санитарным нормам, при выполнении

процедур должны соблюдаться санитарные и гигиенические правила и соответствующие инструкции.

Таковыми документами в настоящее время являются санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПин 2.1.3.2631-10 (с изменениями на 27.01.2014 г.), разработанные Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, ФГУЗ «Федеральный центр гигиены и эпидемиологии», Управлением Роспотребнадзора по г. Москва, ФГУЗ ЦГиЭ в г. Москва, Территориальным отделом Управления Роспотребнадзора по г. Москва с СВАО, Управлением Роспотребнадзора по Московской области, ФГУН и НИИ дезинфектологии ММА им. Сеченова, Союзом парикмахеров и косметологов России, Международной Лигой профессионалов перманентного макияжа, Национальной ассоциацией загара России. При подготовке документа использовались также материалы Роспотребнадзора по различным областям.

Санитарные правила утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации в соответствии с Федеральным законом от 30.03.1999 г. № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» [19] и постановлением Правительства Российской Федерации от 24.07.2000 г. № 544 «Об утверждении Положения о государственной санитарно-эпидемиологической службе Российской Федерации и Положения о Государственном санитарно-эпидемиологическом нормировании» [20].

Настоящие санитарные правила не распространяются на отделения реконструктивно-пластической хирургии, пластические отделения и клиники, клиники и отделения по лечению заболеваний кожи и подкожной клетчатки, косметологические, массажные кабинеты и солярии в составе лечебно-профилактических учреждений.

В Приложении I к санитарным правилам указаны состав и площади парикмахерских, косметических, маникюрных, педикюрных, массажных кабинетов и кабинета декоративной косметики. Они должны размещаться в отдельных помещениях.

В косметических кабинетах допускается организация до 3 рабочих мест при условии их изоляции перегородками высотой 1,8–2 м. Площадь косметического кабинета должна составлять на 1 рабочее место 12 м<sup>2</sup>, на каждое последующее — 2 м<sup>2</sup> (СанПин, Приложение I). Кабинет декоративной косметики по площади составляет на 1 рабочее место 12–16 м<sup>2</sup>. Допускается совмещение в одном помещении косметического кабинета с кабинетом декоративной косметики.

Рабочие места оборудуются мебелью, позволяющей проводить обработку моющими и дезинфицирующими средствами.

Помещения для хранения чистого белья и парфюмерно-косметических средств оборудуются стеллажами или шкафами; для грязного белья — емкостями с крышками, покрытия которых позволяют производить их мытье и дезинфекцию (раздел санитарных правил «Требования к устройству и оборудованию помещений», п. 3.12).

Хранение парфюмерно-косметической продукции, используемой в течение рабочей смены, допускается на рабочем месте при соблюдении требований к условиям хранения, согласно инструкции по применению.

Все помещения и оборудование должны содержаться в чистоте. Влажная уборка помещений производится не реже двух раз в день (в том числе по окончании работы) с использованием моющих и дезинфицирующих средств. Не реже одного раза в неделю производится генеральная уборка, во время которой моются и обрабатываются дезинфицирующими растворами стены, пол, плинтусы, двери, окна, мебель и оборудование.

При выполнении процедур для каждого клиента должно использоваться чистое белье. Запас чистого белья (полотенца, салфетки, простыни и др.) должен быть в количестве, обеспечивающем его индивидуальное применение для каждого клиента.

Для профилактической дезинфекции, предстерилизационной очистки и стерилизации должны применяться физические методы и (или) химические дезинфекционные средства, прошедшие государственную регистрацию

в установленном порядке. Все манипуляции, которые могут привести к повреждению кожи и слизистых оболочек, осуществляются с применением стерильных инструментов и материалов. Изделия многократного применения перед стерилизацией подлежат предстерилизационной очистке (раздел IX санитарных правил, п. 9.4).

Для предупреждения распространения парентеральных гепатитов, ВИЧ-инфекции, туберкулеза, микозов и других инфекций производится дезинфекция и стерилизация применяемых изделий и инструментов (раздел IX санитарных правил, п. 9.9).

Для парикмахерских залов, маникюрных, педикюрных, пилинга, косметических услуг должен быть определен минимальный набор типовых инструментов для обслуживания одного клиента. На одно рабочее место следует иметь не менее трех наборов (раздел IX санитарных правил, п. 9.21).

Инструменты для выполнения процедур и расходные материалы стерилизуют в стерилизаторах, упакованными в стерилизационные упаковочные материалы, разрешенные к применению, и в них хранят. При стерилизации инструментов в неупакованном виде они должны быть использованы в течение 1 ч или храниться в стерилизаторах.

Стерилизацию проводят химическими и физическими методами. К физическим относятся термический и различного рода излучения. К химическим — газовый и растворы химических веществ (стериллянтов). Термический метод заключается в использовании паровых и воздушных стерилизаторов. Для промышленной стерилизации изделий одноразового применения используют радиационный метод (ионизирующее излучение —  $\gamma$ -лучи и  $\beta$ -частицы).

Медицинские изделия стерилизуют с помощью инфракрасного, УФИ и импульсных электромагнитных полей СВЧ и УВЧ.

В настоящее время созданы новые типы стерилизаторов — плазменные, гласперленовые и озоновые.

В плазменных стерилизаторах используют высокочастотную плазму. Они предназначены для обработки медицинских изделий небольших размеров. Для стерилизации инструментов из термолabileльных материалов применяют

стерилизаторы с 58%-ным раствором перекиси водорода. Метод безопасен для персонала и пациентов. В гласперленовом стерилизаторе применяют нагретые до высокой температуры (180, 230°C) стеклянные гранулы, в которые на 20 с погружают сухие инструменты.

Изделия из коррозионнстойких сталей и сплавов можно подвергать стерилизации в озоновых стерилизаторах в неупакованном виде, размещенными в кювете; время выдержки — 50 мин, дезактивация — 10 мин.

Инструменты, выложенные на рабочий стол, должны быть использованы в течение рабочей смены, в стерильной емкости стерильность сохраняется не более 3 сут.

Для химической стерилизации рекомендуются следующие вещества: 6%-ный раствор перекиси водорода (экспозиция 6 ч, температура 50°C), сайдекс, глутарал, глутарал Н (экспозиция 4 ч, температура 18°C), лизоформин 3000 (экспозиция 1 ч, температура 50°C) и др.

Преимущество химического метода состоит в том, что с его помощью можно осуществлять стерилизацию децентрализованно в отделениях. После стерилизации необходимо отмыть инструменты стерильной водой.

При некоторых манипуляциях возможно повреждение кожи. В этом случае, согласно санитарным нормам, инструменты после использования должны без предварительного промывания подвергаться дезинфекции (по режиму, применяемому при вирусных гепатитах), а затем — предстерилизационной очистке и стерилизации.

Используемое оборудование, аппаратура и материалы для стерилизации инструментов должны иметь документ, подтверждающий их безопасность при применении, и инструкцию на русском языке.

Контроль за противоэпидемическим режимом и проводимыми мероприятиями по дезинфекции, предстерилизационной очистке и стерилизации должен выполнять прошедший соответствующее обучение работник, назначенный руководителем организации.

В соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации персонал, оказывающий парикмахерские и косметические услуги, должен проходить



предварительный (при поступлении на работу) и периодические медицинские осмотры. Работники обязаны соблюдать правила личной гигиены (перед началом и после окончания обслуживания клиента обязательно мыть руки с мылом, в косметических кабинетах для обработки рук применять кожные антисептики, разрешенные к использованию в установленном порядке, не курить и не принимать пищу на рабочем месте).

Особое внимание в санитарных правилах (раздел IV. Требования к оборудованию и содержанию соляриев, п. 4.13) уделено допустимым нормам интенсивности применяемого ультрафиолетового излучения. Согласно требованиям, допустимая интенсивность ультрафиолетового излучения для изделий бытового назначения облучательного действия не должна превышать  $1,9 \text{ Вт/м}^2$  в диапазоне длин волн 280–315 нм и  $10 \text{ Вт/м}^2$  в диапазоне 315–400 нм. Излучение в диапазоне 200–280 нм не допускается.

Кабины солярия после каждого клиента должны быть обработаны дезинфицирующими средствами, прошедшими государственную регистрацию в установленном порядке. При использовании вертикального солярия каждому из клиентов должно быть предоставлено одноразовое полотно для вытирания пола кабины или одноразовые тапочки.

Важно избежать нежелательных последствий от воздействия ультрафиолетового излучения. Для этого клиент должен быть информирован (п. 4.14):

- о необходимости внимательного ознакомления с инструкцией по инсоляции;
- о необходимости в обязательном порядке использовать специальные очки во избежание повреждения глаз УФ-лучами;
- об обязательном определении во избежание повреждений кожи времени экспозиции с помощью таблицы с описанием фототипов человека и других условий облучения в зависимости от них (посетители должны быть ознакомлены);
- о соблюдении 48-часового интервала между двумя первыми сеансами;

- о необходимости консультации у врача для определения возможности принятия процедур инсоляции;
- о канцерогенной опасности УФ-излучения;
- о необходимости использования косметических средств для загара в солярии во избежание неблагоприятного воздействия УФ-излучения;
- о запрете на посещение соляриев лицами, не достигшими 18 лет;
- о перечне заболеваний, при которых принятие данной процедуры ограничено или противопоказано (онкологические заболевания и др.).

Для эмоционального и физического благополучия люди стремятся использовать УФО. Есть и положительная сторона этого процесса: без УФО невозможен процесс образования витамина D, нарушается метаболизм кальция. Однако под воздействием УФО в коже происходят фотохимические реакции, в результате чего образуются свободные радикалы и активные формы кислорода, усиливается синтез меланина.

При наличии в коже небольшого количества пигментных клеток она практически не может быть защищена от проникновения УФ-излучения. Риск возникновения злокачественных образований у таких людей высокий, выражены проявления фотостарения кожи.

Под воздействием УФО происходит перекисное окисление — результат взаимодействия свободных радикалов с липидами. В результате этих реакций в тканях развивается воспалительный процесс. Изменяются коллагеновые и эластические волокна. Кожа теряет тургор, эластичность, отмечено и снижение ее влагоудерживающей способности.

При злоупотреблении УФО часто возникают обострения хронических заболеваний, появляются новообразования (злокачественные, доброкачественные).

Известно, что люди с различными типами кожи по-разному реагируют на солнечное облучение. Кто-то отвечает островоспалительной реакцией и практически не загорает. У людей негроидной расы реакция отсутствует.

Учитывая важность последствий солнечного облучения на различные типы кожи, следует рассмотреть классификацию фототипов, например, по Фицпатрику.

I тип:

- кожа светлая, тонкая, быстро обгорает;
- волосы рыжие;
- обязательна фотозащита.

II тип:

- кожа светлая, легко обгорает;
- волосы светло-русые, светло-каштановые;
- обязательна фотозащита.

III тип:

- кожа цвета слоновой кости, при большой экспозиции солнечного облучения может обгорать;
- волосы светло- и темно-коричневые;
- необходима фотозащита.

IV тип:

- кожа оливкового цвета, практически никогда не обгорает;
- волосы темно-коричневые, черные;
- при длительной инсоляции необходима фотозащита.

V тип:

- кожа коричневая, никогда не обгорает;
- волосы черные;
- фотозащиты не требуется.

VI тип:

- кожа темная, никогда не обгорает;
- волосы черные;
- фотозащиты не требуется.

Не следует забывать, что злоупотребление пребыванием на солнце может стать причиной появления пигментных пятен.

Некоторые косметические и декоративные средства, парфюмерные изделия (дезодоранты, туалетная вода), нередко содержащие эфирные масла, которые обладают фототоксичностью, могут спровоцировать появление пигментных пятен. Поэтому проведение различных процедур не следует совмещать с посещением солярия.

# АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ КОЖИ

## 1.1. СТРОЕНИЕ КОЖИ

**Кожа** является органом, выполняющим важные функции, в ней происходят сложные биохимические и биофизические процессы.

Кожа состоит из трех основных слоев: эпидермиса, дермы (собственно кожа) и подкожного жирового слоя.

**Эпидермис** представлен многослойным плоским ороговевающим эпителием (рис. 1), на различных участках кожи варьирующим по толщине и плотности (компактности). На коже подошв толщина его достигает 1,5 мм, на коже век — 0,3 мм.

В свою очередь, эпидермис состоит из пяти слоев:

- рогового;
- стекловидного;
- зернистого;
- шиповатого;
- базального (зародышевого).

*Роговой слой* — внешний слой, неоднороден вследствие кератинизации клеток. Его клетки не имеют ядер, между ними можно видеть редуцированные десмосомы (межклеточные мостики). Условно различают 2 типа клеток: внешние, полностью ороговевшие, и внутренние, более плотные, прилегающие к следующему слою. Поверхностные клетки рогового слоя эпидермиса — кератиноциты — расположены более рыхло и постоянно слущиваются (так называемое

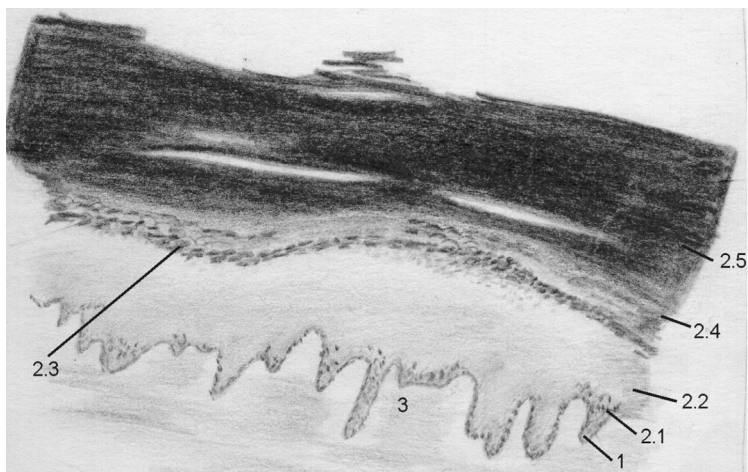


Рис. 1

*Многослойный плоский ороговевающий эпителий эпидермального типа (эпидермис) (вып. Л. Н. Сорокиной):*

1 — базальная мембрана; 2 — эпителий; 2.1 — базальный слой; 2.2 — шиповатый слой; 2.3 — зернистый слой; 2.4 — блестящий слой; 2.5 — роговой слой; 3 — соединительная ткань.

физиологическое шелушение). Роговое вещество состоит из нерастворимого белка — кератина. В состав его входят аминокислоты цистин, аргинин, лизин, гистидин. В роговом слое обнаружены и липиды, выполняющие барьерную функцию. При специальных методах окраски можно выявить бактерии, грибы, чесоточного клеща, клеща-железницу (*demodex*). Толщина рогового слоя на разных участках кожи различна.

*Стекловидный слой* — блестящий, светлый, содержит 1–2 ряда клеток, обычно без ядер.

*Зернистый слой* может иметь различную толщину: на коже лица — 2–3 ряда клеток, на коже ладоней (рис. 2) и подошв — 3–10 рядов. Клетки имеют форму вытянутого ромба с маленьким базофильным ядром в центре. Цитоплазма содержит кератогиалиновые гранулы различной формы и величины, представляющие собой тонофибриллярно-кератино-гиалиновые комплексы. Химический анализ этих гранул показал, что 99% их составляют ферменты — проте-

азы, расщепляющие белки, а остальную часть — липиды и карбогидразы (Ю. К. Скрипкин, 1995; Н. Jessen et al., 1976). Кроме гранул, в цитоплазме зернистых клеток находится большое количество кератиносом, которые контактируют с клеточной мембраной, а также лежат свободно в межклеточных промежутках.

*Шиповатый слой* содержит несколько рядов клеток (эпидермоцитов), отличающихся наличием множества цитоплазматических выростов (шипов и акантов). Число рядов клеток в отростках не превышает 7–8, над сосочком — 4. Выросты обеспечивают соединение клеток с образованием между ними сети каналов, по которым циркулирует межклеточная жидкость. Контакты между клетками (десмосомы) имеют семислойное строение. Этот внутренний каркас служит защитой от механических повреждений. Эпидермоциты шиповатого слоя вместе с кератоцитами рогового слоя осуществляют защитную иммунную функцию.

*Базальный (зародышевый) слой* находится на границе с дермой. Он состоит из одного ряда призматических клеток, располагающихся параллельно коже в виде частоккола. Между базальными эпителиоцитами четко определяются межклеточные промежутки, в которых видны (при электронной микроскопии) межклеточные мостики — десмосомы, представляющие собой уплотнения на соприкасающихся участках клеточных мембран соседствующих клеток, между которыми находится межклеточное вещество. Этот ряд клеток располагается на базальной

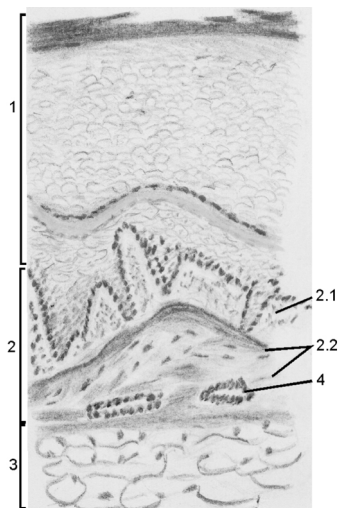


Рис. 2

*Кожа пальца*  
(вып. Л. Н. Сорокиной):

1 — эпидермис; 2 — дерма;  
2.1 — сосочковый слой; 2.2 —  
сетчатый слой; 3 — подкожная  
основа; 4 — потовые железы  
(малое увеличение).

мембране, образованной за счет корнеподобных отростков нижней поверхности этих клеток, и осуществляет прочную связь эпидермиса с дермой.

В цитоплазме базальных эпителиоцитов расположены гранулы меланина, количество которых зависит от цвета кожи и расовой принадлежности. В базальном слое осуществляется митоз, что обеспечивает формирование вышестоящих структур эпидермиса. Время прохождения клеток от базального слоя до зернистого колеблется между 26–42 днями, а через роговой слой — около 14 дней (Ю. К. Скрипкин, 1995). 10–25% всех клеток базального слоя составляют меланоциты, имеющие длинные отростки, простирающиеся между эпителиоцитами на большое расстояние и вырабатывающие кожный пигмент меланин. Накапливаясь, он образует защитный экран от УФ-и радиоактивного излучения. У лиц негроидной и европеоидной рас в местах пигментации меланоциты обнаруживаются и в шиповатом слое.

Эпидермальные макрофаги принимают участие в иммунологических процессах.

**Дерма** (собственно кожа) состоит из клеточных элементов, волокнистых субстанций и межклеточного вещества. Толщина этого слоя — 0,9–4,75 мм.

Основное вещество дермы представляет собой аморфную субстанцию, пропитанную тканевой жидкостью. Оно состоит из различных мукополисахаридов, преимущественно из гликозаминогликанов, находящихся в соединении с белками. Кроме того, в его состав входят вода, химические элементы (натрий, калий, кальций, магний) и микроэлементы (в частности, селен, являющийся составной частью фермента глутатионпероксидазы, принимающего участие в перекисном окислении).

Сосочковый слой дермы образуют сосочки, вдающиеся в эпидермис. Коллагеновые пучки волокон этого слоя тонкие, располагаются перпендикулярно поверхности эпидермиса. Клеточные элементы слабо окрашиваются. В сосочковом слое сосуды кожи образуют поверхностное сплетение.

Сетчатый слой дермы содержит коллагеновые волокна, располагающиеся параллельно эпидермису, переплетаю-

щиеся между собой, образуя сеть. Основу коллагеновых волокон составляет сложный белок — коллаген.

При специальных методах окраски в дерме выявляются эластические и ретикулярные волокна.

Эластические волокна неравномерно распределяются на различных участках кожи. На лице они образуют густую сеть, располагаясь пучками, их направление соответствует линиям Лангера. Ретикулярные волокна располагаются преимущественно субэпидермально вокруг сальных и потовых желез, вокруг сосудов и волосяных фолликулов. Клеточные элементы дермы представлены фиброцитами, фибробластами, гистиоцитами, тучными клетками, лимфоцитами и др.

Фиброциты и фибробласты имеют различную функцию: более молодые — фибробласты — продуцируют коллагеновые волокна. При повреждении они способны мигрировать к месту повреждения ткани и создавать дополнительные волокна с тем, чтобы закрыть рану.

Гистиоциты (макрофаги) — полиморфные клетки — способны к амебоидному движению и поглощению бактерий и других чужеродных частиц, обеспечивая таким образом защиту организма. Они могут содержать меланин (меланофаги).

Тучные клетки имеют овальную форму, мелкую, зернистую цитоплазму. В больших количествах они располагаются вблизи кровеносных сосудов, секретируя антикоагулянт гепарин и медиатор гистамин, которые высвобождаются при нарушении их целостности.

Лимфоциты — клетки округлой формы, имеющие округлое ядро, содержащее большое количество хроматина. В зависимости от типа иммунной реакции различают Т-лимфоциты, обуславливающие клеточный иммунитет, и В-лимфоциты, обуславливающие гуморальный иммунитет.

**Подкожный жировой слой** состоит из жировых долек, разделенных соединительнотканными перегородками. Жировые клетки крупные, круглые, содержат жир. Цитоплазма в виде узкой полоски и ядро овальной формы оттеснены к периферии жировой капли.



В подкожной жировой клетчатке накапливаются продукты обмена. По мнению многих ученых, этот процесс, наряду с наследственной предрасположенностью, возрастными изменениями, гормональным дисбалансом, нарушением обменных процессов и др., является фактором, способствующим развитию целлюлита.

В подкожной клетчатке и дерме располагаются нервные окончания, сеть лимфатических и кровеносных сосудов, потовые и сальные железы, волосяные луковицы. В кровоснабжении кожи участвуют два артериальных и венозные сплетения — поверхностные и глубокие. Поверхностная сосудистая сеть расположена на уровне основания сосочкового слоя, а глубокая — на границе дермы и подкожного жирового слоя. Поверхностная и глубокая сети анастомозируют друг с другом.

Любая клетка, в том числе и клетка кожи, представляет собой самовоспроизводящуюся систему. Для поддержания необходимой концентрации химических веществ в цитоплазме она должна быть отделена от соседних клеток физически и вместе с тем обладать способностью обмениваться информацией и веществами с ее окружением. Роль барьера играет плазматическая мембрана.

Каждая клетка имеет ядро и цитоплазму. Вместе они образуют протоплазму. Ядро обычно имеет шаровидную или яйцевидную форму. Оно регулирует всю активность клетки и несет в себе генетическую (наследственную) информацию, заключенную в ДНК.

Содержимое ядра представляет собой гелеобразный матрикс — ядерный сок (нуклеоплазма). В матриксе располагаются хроматин, одно или несколько ядрышек, и содержатся химические вещества: белки (в том числе ферменты), нуклеотиды и др.

Цитоплазма состоит из основного вещества (водянистого) и находящихся в нем различных органелл: эндоплазматической сети (ретикулума), рибосом, пластинчатого комплекса, лизосом, митохондрий. Кроме того, в цитоплазме содержатся запасные вещества и нерастворимые отходы метаболических процессов (включения). Цитоплазма пронизана сложной системой мембран. Эта сеть мембран назы-

вается эндоплазматическим ретикулулом. Мембраны усеяны рибосомами — мелкими органеллами, являющимися местом белкового синтеза.

Пластинчатый комплекс представляет собой «стопку» уплощенных мембранных мешочков (так называемых цистерн) и связанную с ними систему пузырьков. Камилло Гольджи обнаружил эту структуру в клетках в 1898 г., применив особую методику окрашивания. Функция пластинчатого комплекса состоит в транспорте веществ (белков, липидов, гликопротеинов, углеводов). Кроме того, в пластинчатом комплексе формируются лизосомы.

Лизосомы представляют собой простые мембранные мешочки, наполненные гидролитическими (пищеварительными) ферментами: протеазами, липазами, нуклеазами, кислыми фосфатазами.

В матриксе цитоплазмы при электронной микроскопии выявляется сложная сеть фибрилл: микротрубочки, микрофиламенты и промежуточные филаменты. Их функция связана с внутриклеточным движением и способностью клеток поддерживать свою форму.

Митохондрии содержатся во всех клетках. Главная их функция — аэробное дыхание. Число митохондрий в клетке непостоянно. По форме они могут быть спиралевидными, вытянутыми, округлыми, чашевидными и разветвленными. Длина их колеблется в пределах 1,5–10 мкм, ширина — 0,25–1 мкм.

Клеточная мембрана обладает избирательной проницаемостью: одни вещества пропускает, другие — нет. Она состоит преимущественно из белков и липидов. Липиды представлены фосфолипидами, гликолипидами и стероидами. Липиды по химическому строению разнообразны, им дают иногда расплывчатое определение: нерастворимые органические вещества. *Настоящие липиды* — это сложные эфиры жирных кислот и какого-либо спирта.

*Сложным эфиром* называют продукт реакции между кислотой и спиртом. Жирные кислоты, входящие в состав природных липидов животных и растений, имеют много общих свойств. Жирные кислоты содержат в своей молекуле кислотную (карбоксылную) группу  $\text{COOH}$ , и большая

часть из них содержит четное число атомов углерода. Если жирные кислоты имеют двойные связи (одну или несколько), то они и содержащие их липиды называются насыщенными. Следует отметить, что температура плавления у насыщенных жирных кислот значительно выше, чем у ненасыщенных. Например, олеиновая кислота (основной ингредиент оливкового масла) имеет температуру плавления  $13,4^{\circ}\text{C}$ , а стеариновая кислота —  $69,6^{\circ}\text{C}$  (при обычных температурах она твердая). Наиболее распространенными липидами в природе являются нейтральные жиры, структурными компонентами которых, как и у большинства липидов, являются жирные кислоты. Нейтральные жиры (по международной номенклатуре ацилглицеролы) — это эфиры глицерина и жирных кислот. Их делят на жиры и масла в зависимости от консистенции при температуре  $20^{\circ}\text{C}$ : остаются твердыми — жиры, имеют жидкую консистенцию — масла. Температура плавления липида тем выше, чем меньше в нем ненасыщенных жирных кислот. Основную массу природных жиров составляют триглицериды (все три гидроксильные группы глицерина в них этерифицированы жирными кислотами). Входящие в состав триглицеридов жирные кислоты (насыщенные и ненасыщенные) определяют их физико-химические свойства. Триглицериды являются энергетическим депо. У позвоночных, в том числе и у человека, жир откладывается в подкожной клетчатке и необходим для теплоизоляции. В растениях обычно накапливаются не жиры, а масла.

*Фосфолипиды* — это липиды, содержащие фосфатную группу; они являются компонентами мембран. В этой группе следует отметить фосфоглицериды, в молекуле которых первичная спиртовая группа глицерола этерифицирована не жирной, а фосфорной кислотой.

Кроме фосфолипидов, в группу липидов, не относящихся к жирам и маслам, относят воски, стероиды, терпены, липопротеины, гликолипиды.

*Воски* — сложные эфиры жирных кислот и длинноцепочечных спиртов. В организме животных и растений они играют роль водоотталкивающего покрытия.

*Стероиды* и *терпены* в своих молекулах не содержат жирных кислот. Эти соединения построены из 5-углеводородных строительных блоков ( $C_5H_8$ ), относящихся к классу изопренов. В организме человека в наибольшем количестве присутствует холестерол — важный компонент плазматических мембран.

Холестерол является промежуточным продуктом метаболизма стероидов. По химической природе это стероидный спирт (стерол).

Терпены широко участвуют в физиологических процессах растений. От них зависит аромат эфирного масла. Они — ростковые вещества растений (гиббереллины), составная часть хлорофилла (фитол) и т. д.

*Липопротеины* являются транспортной формой липидов, из них состоят мембраны. Это продукты соединения липидов с белками.

*Гликолипиды* образуются в результате соединения липидов с углеводами. Они являются компонентами клеточных мембран, подобно фосфолипидам.

**Кровеносная система кожи** состоит, как отмечалось ранее, из двух сплетений: поверхностного и глубокого. Поверхностное располагается в сосочковом слое дермы, глубокое — в сетчатом слое дермы и подкожной жировой клетчатке. Высокая степень анастомозирования между сосудами обеспечивает регуляцию теплообмена и поддержание интерстициального напряжения, необходимые для функционирования мышц, нервных образований, капилляров.

В эндотелии сосудов отмечается выраженная активность многих ферментов. Стенки сосудов кожи проницаемы для белков. Поверхностная сосудистая сеть осуществляет преимущественно функцию газообмена и питания кожи. Глубокая сеть, более крупная, состоящая из артериальных и венозных сплетений, обеспечивает теплообмен крови с внешней средой.

Венозная сеть, начинаясь с посткапиллярных венул, образует в сосочковом слое и подкожной жировой клетчатке венозное сплетение, повторяющее направление артериальных сосудов.

**Лимфатическая система кожи** имеет тесную связь с кровеносной системой. Лимфатические сосуды образуются из сети капилляров, располагаясь над поверхностным и глубоким сосудистыми сплетениями.

В лимфатические капилляры из тканей всасываются коллоидные растворы белков, вода, растворенные в ней кристаллоиды, продукты обмена, разрушенные клетки, микробы и т. д. Лимфатические капилляры, в отличие от кровеносных, имеют большой диаметр (от 0,01 до 0,2 мм). Ориентация капилляров определяется направлением пучков соединительной ткани, в которых находятся лимфатические капилляры, и положением (формой) структурных элементов органа. В коже лимфокапиллярные сети расположены в одной плоскости, параллельно поверхности кожи. Например, в объемных органах (в мышцах, крупных железах и др.) лимфокапиллярные сети имеют трехмерное строение.

Лимфатические капилляры имеют различные направления и лежат между пучками мышечных волокон, между группами железистых клеток. Стенки лимфатических капилляров состоят из одного слоя эндотелиальных клеток. При помощи тончайших волоконцев (якорных филаментов) эндотелиальные клетки прикрепляются к прилегающим пучкам коллагеновых волокон. При слиянии лимфатических капилляров образуются лимфатические сосуды. Они имеют клапаны, что способствует току лимфы только в одном направлении.

**Иннервация кожи.** Нервы кожи представлены крупными стволами, расположенными по ходу кровеносных и лимфатических сосудов. Они проходят через фасцию в подкожную жировую клетчатку, где образуют крупное сплетение; от него идут в дерму, разветвляясь, образуя глубокое сплетение. Затем нервные волокна направляются в сосочковый слой, где образуют поверхностное сплетение, иннервирующее потовые и сальные железы, волосы, сосуды, сосочковый слой дермы, эпидермис.

Отдельные виды рецепторов воспринимают различные виды раздражений: химические, механические, тепловые, болевые и т. д.

Морфологически рецепторы делятся на свободные (разветвленные), занимающие иногда большие участки ткани, и инкапсулированные (Ю. К. Скрипкин, 1995).

Рецепторы кожи являются концевыми отделами чувствительных нервных волокон. Импульс от зоны раздражения поступает в вегетативные ганглии к спинному мозгу, ядрам черепных нервов.

Свободные нервные окончания многочисленны и являются самыми важными в функциональном отношении. Во всех отделах дермы они представлены короткими и длинными веточками. В месте разветвления их оболочка исчезает, и в дерме остаются свободные (без оболочки) аксоны в виде древовидных разветвлений, клубочков, иннервирующих сальные и потовые железы, волосяные фолликулы, сосуды.

Инкапсулированные нервные окончания и тельца состоят из внутренней колбы и окружающей ее капсулы; они выполняют специфическую функцию.

Осязательные эпителиоидоциты осуществляют функцию осязания, располагаются в большом количестве в коже ладоней, особенно пальцев, коже губ, век, в слизистой оболочке языка (сосочках) и т. д.

Пластинчатые тельца имеют сложную структуру, воспринимают ощущение давления, растяжения, локализуются в коже пальцев, наружных половых органов.

Инкапсулированные чувствительные нервные окончания являются механорецепторами, располагаются в глубоких слоях дермы и верхних слоях подкожной жировой клетчатки.

Концевые колбы располагаются в субкапиллярном слое дермы кожи кистей, предплечий, плеч, стоп и голеней, являются механорецепторами.

Ощущения боли, зуда, жжения воспринимаются свободными нервными окончаниями, расположенными в эпидермисе.

В настоящее время функция рецепторов кожи до конца не определена. По-видимому, одни и те же рецепторы в различных условиях способны воспринимать различные ощущения.

## 1.2. ПРИДАТКИ КОЖИ

К придаткам кожи (эпителиального происхождения) относятся потовые и сальные железы, волосы и ногти.

**Потовые железы** делятся на 2 типа:

1) эккринные (выделительные), секреция которых происходит без гибели секреторных элементов;

2) апокринные, у которых в момент секреции разрушается часть секреторной клетки.

Эккринные потовые железы встречаются на всех участках кожи, за исключением кожи половых губ, головки полового члена и крайней плоти, красной каймы губ. Особенно много этих желез на коже ладоней, подошв, лба, груди, живота.

Концевой отдел железы находится в сетчатом слое дермы на границе с подкожной жировой клетчаткой, выводной проток идет к поверхности кожи, открываясь на вершине гребешков кожи (рис. 3).

Апокринные железы локализируются в коже половых органов и мошонки, в подмышечных впадинах, в области молочных желез, в окружности заднего прохода и паховых складок. Эти железы также имеют концевой отдел, дермальный и эпидермальный.

**Сальные железы** имеются на всех участках кожи, кроме кожи ладоней и подошв. Сальные железы связаны со структурами волоса, но могут существовать и отдельно (свободные сальные железы). Секреторные отделы всех сальных желез однотипны. В периферических отделах долек клетки мелкие, кубической формы и расположены в один ряд. От них по направлению к центру располагается несколько рядов секреторных клеток полигональной формы, в ячейках цитоплазмы которых содержится жир.

У выводных протоков границы секреторных клеток нечеткие, размеры ячеек увеличиваются, ядра бледнеют, содержимое цитоплазмы выделяется в проток в виде секрета.

**Волосы** и волосяные фолликулы с прилежащими к ним сальными железами формируются у плода на втором-третьем месяце. Первые волосяные рудименты появляются

в области бровей и верхней губы, подбородка. С четвертого месяца беременности и до рождения процесс распространяется на остальные участки тела. Волосяные фолликулы распределяются в коже, начиная с головы до нижней части тела. В эмбриональном периоде все тело, за исключением слизистых оболочек, ладонной поверхности пальцев, ладоней, подошв, покрыто пушком.

В конце внутриутробного развития эти волосы заменяются на нежный пушковый покров.

На волосистой части головы в этот период формируются длинные волосы, на макушке образуются 1–2 завитка, а на остальной части — пряди.

На некоторых участках тела (на веках, бровях, в ноздрях, в наружном слуховом проходе) после пубертатного периода образуются щетинистые волосы, а на наружных половых органах, в подмышечных впадинах, а у мужчин и на нижней части лица нежные волосы превращаются в длинные терминальные (вторичные). Такие же терминальные волосы появляются на конечностях, спине, крестце и других частях тела (особенно у мужчин).

Начало волоса находится в волосяном фолликуле, наружная часть которого расширена (фолликулярная воронка, см. рис. 4) и размещена в подкожной жировой ткани. Сосочек кожи питает волос. Он снабжен кровеносными сосудами, нервами. Часть волоса, находящаяся в волосяном фолликуле (мешочке), называется корнем волоса, глубокая часть корня — луковица — утолщена, состоит из клеток с ядрами и пигментом. Наружная часть волоса, выступающая

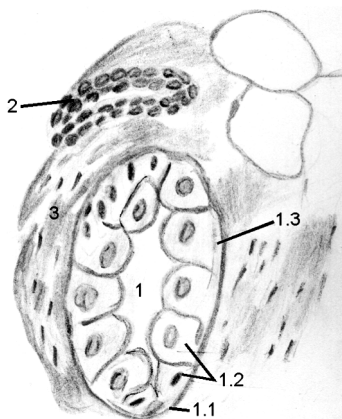


Рис. 3

*Питовая железа*  
(вып. Л. Н. Сорокиной):

1 — концевой отдел; 1.1 — базальная мембрана; 1.2 — железистые клетки; 1.3 — ядра миеоэпителиоцитов; 2 — выводной проток; 3 — окружающая соединительная ткань.



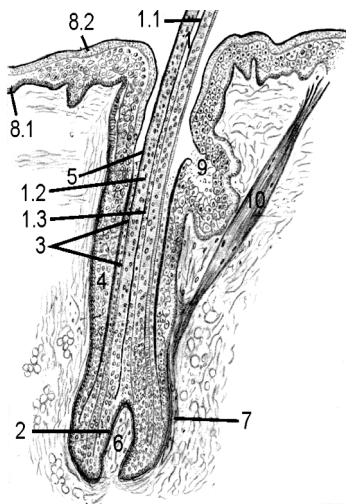
над поверхностью кожи, является стержнем, состоящим из продольных рядов ороговевших клеток, лишенных ядер (корковый слой), защищенных оболочкой волоса и кутикулой.

Растущие и зрелые клетки коркового слоя постепенно теряют ядра и кератинизируются. Внутренняя часть волоса — мозговой слой — имеет множество пустот, состоит из частично ороговевших клеток полигональной формы, содержащих гранулы трихогиалина, пигмент и большое количество пустот. Мозговое вещество содержится в длинных и щетинистых волосах.

Количество и качество пигмента, находящегося в клетках, обуславливает цвет волос.

**Ногти** представляют собой плотную роговую пластинку, расположенную в ногтевом ложе.

Под влиянием вредных внешних факторов или с возрастом, в результате некоторых заболеваний толщина и строение ногтевой пластинки могут изменяться. В ней различают свободный дистальный конец, два боковых ребра и проксимальное закрытое ребро. При входе в кожную складку ногтевой пластинки образуется бороздка. Открытая часть ногтевой пластинки — тело ногтя, закры-



**Рис. 4**

*Кожа головы*  
(вып. Л. Н. Сорокиной):

1 — стержень волоса; 1.1 — кутикула волоса; 1.2 — корковое вещество; 1.3 — мозговое вещество; 2 — луковица волоса; 3 — внутреннее корневое (эпителиальное) влагалище; 4 — наружное корневое (эпителиальное) влагалище; 5 — волосяная воронка; 6 — сосочек волоса; 7 — сумка волоса; 8.1 — ростковый слой эпидермиса; 8.2 — роговой слой эпидермиса; 9 — сальная железа; 10 — мышца, поднимающая волос.

тая часть — корень ногтя. Ногтевая пластинка состоит из нескольких слоев ороговевших клеток. При микроскопическом исследовании в них можно обнаружить остатки ядер.

### 1.3. ФИЗИОЛОГИЯ КОЖИ

Кожа человека — орган, обеспечивающий связь организма с внешней средой. Являясь наружным покровом, она защищает организм человека от различных внешних воздействий, т. е. от физических, биологических и химических факторов.

Прочная, эластичная, она противостоит механическим воздействиям: трению, растягиванию, ударам и т. д. Защиту кожи от постоянно действующих механических факторов обеспечивают сетчатый слой дермы, состоящий из пучков коллагеновых волокон, окруженных сетями эластических волокон, и подкожная жировая клетчатка, состоящая из переплетающихся пучков соединительной ткани, в петлях которой расположены шарообразные жировые клетки. Имеют значение и прочность соединения эпидермиса и дермы, наличие роговых чешуек.

В косметологии широко используются процедуры, основанные на механическом воздействии на кожу: различные виды массажа, некоторые виды пилинга (скрабы).

Ороговевшие клетки эпидермиса постепенно отторгаются и заменяются новыми. Это свойство имеет большое значение для удаления с поверхности кожи микробов и загрязнений. Этому же способствуют и выделения сальных и потовых желез. Одновременно кислая среда водно-липидной мантии кожи препятствует проникновению микроорганизмов, а низкомолекулярные кислоты угнетающе действуют на их рост.

Механизм защиты — комплексный процесс. Во многих биологических жидкостях, секретируемых организмом, содержатся вещества, обладающие бактерицидными свойствами. Присутствие нормальной микробиоты человека, в свою очередь, угнетающе действует на ряд патогенных бактерий и

грибов. Лимфатические узлы — защитный барьер, осуществляющий фильтрационную функцию. Если естественный барьер нарушается, то микробы преодолевают эти преграды и на следующем этапе в механизм включаются воздействие ферментами и клеточная реакция защиты — фагоцитоз. Он представлен полиморфно-ядерными нейтрофилами (И. И. Мечников назвал их микрофагами) и макрофагами (мононуклеарные фагоциты, трансформирующиеся из моноцитов). Моноциты могут служить источником метаболитов арахидоновой кислоты, оказывающих токсическое действие на опухолевые клетки и микроорганизмы. Микрофаги играют важную роль в формировании устойчивости организма к инфекциям благодаря продуцированию различных цитокинов: интерлейкина, интерферона, фактора роста Т-клеток, фактора дифференцировки В-клеток и др.

Кожа защищает организм от повреждающего действия солнечного света. Сразу после облучения развивается проходящая эритема, обусловленная действием инфракрасных лучей, через 10 мин она исчезает. Через 2–3 ч возникает покраснение, которое достигает максимума в течение 24 ч и длится 48 ч. В эпидермисе наблюдается межклеточный отек, везикуляция, нарушение базальной мембраны. Под влиянием УФВ в коже активизируется процесс образования свободных радикалов, что приводит к нарушению биологических мембран, построенных преимущественно из липидов и белков. В свою очередь, кожа реагирует усилением синтеза меланина, утолщением рогового слоя, мобилизацией ферментативной и неферментативной систем. Особенно велика роль антиоксидантной защиты, тормозящей свободнорадикальное окисление. Биохимические механизмы антиоксидантной защиты обеспечивают ингибирование свободнорадикальных реакций на различных стадиях.

В современной косметологии широко применяются косметические средства с содержанием антиоксидантов, обеспечивающих защиту от повреждающего действия УФВ.

Поддержание температуры на постоянном уровне — залог нормального функционирования организма человека. Этот процесс достигается сбалансированностью теплопродукции и теплоотдачи.

В результате работы мышц и обмена веществ в организме взрослого человека в среднем образуется 10,45 МДж (2500 ккал) в сутки. Теплоотдача с участков кожи, которые соприкасаются с воздухом, осуществляется путем испарения, излучения, конвекции и проведения.

На теплоотдачу путем конвекции и излучения даже при интенсивной физической нагрузке приходится не более 20–25%.

Перенос тепла через проведение встречается только тогда, когда тело человека контактирует с плотным субстратом, имеющим другую температуру.

Максимальная отдача избыточного тепла происходит при испарении выделяемого пота. В сутки в организм в среднем поступает 2,5 л воды, из них около 1,4 л выводится с мочой, 100 мл — в виде испарения с кожи и через легкие. Потоотделение регулируется ЦНС. Парасимпатомиметики (ацетилхолин, пилокарпин) усиливают выделение пота, а атропин — тормозит его. Температурным фактором регулируется главным образом активность потовых желез кожи туловища, тыльной поверхности кистей, разгибательной поверхности предплечий и плеч, шеи, лба, носогубных складок. Температура кожи зависит от состояния внутренних органов. Нервные связи между кожей и внутренними органами реализуются в виде висцерально-кожных рефлексов.

Импульсы из органов идут по афферентным путям в передние и боковые рога спинного мозга, оттуда через пре- и постганглионарные симпатические волокна на кожу. При патологических изменениях в органах на коже возникают зоны с измененной температурой, чувствительностью и трофикой. Это состояние используется при диагностической термографии.

Главным терморегулирующим центром является гипоталамус.

Сосуды кожи расширяются при повышении температуры окружающей среды, и отдача тепла увеличивается.

В процесс вовлекаются и потовые железы, иннервируемые парасимпатическими (холинергическими) нервными волокнами. Выделяющийся при стимуляции брадикинин

расширяет сосуды. При воздействии холода в результате возбуждения симпатических (адренергических) нервных волокон происходит сужение кровеносных сосудов и отдача тепла уменьшается. В этом процессе участвует и мышечная система.

В поддержании постоянства температуры тела принимают участие и адаптационные механизмы: пониженная теплопроводность рогового слоя эпидермиса, волокнистые субстанции дермы, подкожная жировая клетчатка.

В косметических процедурах широко применяется воздействие холода и тепла на кожу: холодный и горячий компрессы, паровые ванны, вапоризация, криотерапия и др.

Всасывающая функция кожи зависит от многих факторов, прежде всего, от состояния водно-липидной оболочки и функциональной активности сально-волосяных фолликулов; имеет значение и анатомическое расположение различных участков тела. Например, поверхность ладоней и подошв отличается слабой резорбтивной способностью в результате физиологического гиперкератоза и отсутствия сальных и потовых желез. В местах обильного расположения сальных и потовых желез, тонкого рогового слоя резорбционные свойства проявляются лучше. Любое вещество, прежде чем проникнуть через барьеры, должно вступить в контакт с водно-липидной пленкой и отслаивающимися роговыми клетками. Для проникновения в кожу есть два пути:

- через тонкий (малопроницаемый) роговой слой — трансдермальный путь;
- через сальные и потовые железы.

При первом варианте различают внутриклеточный и межклеточный пути. Морфологические изменения рогового слоя ведут к изменению проницаемости кожи для химических веществ.

В косметологии широко применяются косметические средства (различные пилинги) для повышения проницаемости рогового слоя, особенно в программах омоложения. Кроме того, вводятся химические ингредиенты, способствующие проникновению веществ через кожу. Примером может служить салициловая кислота, вызывающая сниже-

ние связующей способности роговых клеток и повышающая проницаемость эпидермиса.

Проницаемость кожи увеличивается под влиянием озона.

Липиды кожи являются барьером для проникновения веществ, локальное уменьшение количества липидов в результате обработки кожи при многих косметических процедурах повышает ее проницаемость. При контакте с водой удаляется часть липидной смазки, изменяется барьерная функция кожи вследствие гидратации, что ведет к увеличению ее проницаемости (приводятся примеры увеличения проницаемости кожи в 10–100 раз при повышении ее влажности).

Через выводные протоки сальных и потовых желез могут проникать внутрь некоторые химические вещества с малыми размерами молекул. На долю волосяных фолликулов и выводных протоков потовых желез приходится меньше 1% поверхности кожи, а проникает через них 0,01–1% веществ, проходящих через роговой слой.

Секреторная функция кожи осуществляется за счет деятельности кератоцитов, иммунорегуляторных клеток, а также функциональной деятельности сальных и потовых желез.

Образование кератина (основного белка эпидермиса) является сложным секреторным процессом. Начальный процесс протекает в клетках базального слоя, где фибриллы кератина появляются в виде тонофиламентов. В клетках шиповатого слоя белок превращается в  $\beta$ -кератин. В клетках зернистого слоя появляются кератогиалиновые гранулы, содержащие фибриллы, превращающиеся в элеидин, затем в нити кератина, составляющего основу рогового слоя.

Сальные железы вырабатывают кожное сало, состоящее из жирных кислот эфиров, холестерина, алифатических спиртов, небольшого количества углеводов, свободного холестерина, глицерина, азотистых и фосфатных соединений. В сальных железах секрет жидкий или полужидкий. Выделяясь на поверхность кожи и смешиваясь с потом, кожное сало образует тонкую водно-липидную мантию, защищающую кожу. За счет свободных жирных

кислот водно-липидная мантия оказывает и стерилизующее действие.

Помимо секреторной функции, сальные железы, подобно потовым, выполняют и экскреторную функцию. С кожным салом выделяются токсичные вещества, среднемолекулярные пептиды, а также многие лекарственные вещества. Наибольшее количество кожного сала выделяется на коже волосистой части головы, лба, в области щек, носа (до 1000 сальных желез на 1 см<sup>3</sup>), в центральной части груди, в межлопаточной области, в верхней части спины и в области промежности. На функцию сальных желез регулирующее действие оказывают эндокринная и нервная системы.

Потовые железы, продуцируя пот, охлаждают кожу, поддерживая постоянную температуру тела. Пот имеет слабокислую реакцию.

Пот, выделяемый эккринными железами, содержит воду (98–99%), неорганические вещества (хлорид натрия, хлорид калия, сульфаты, следы железа, цинка, меди, олова, кобальта), органические вещества (мочевина, мочевая кислота, аммиак, аминокислоты и др.).

В регуляции деятельности потовых желез приоритет принадлежит ЦНС и вегетативной нервной системе. Стимулятором является температура внешней среды.

Функция апокринных желез связана с деятельностью половых желез. Секрет тягучий, молокоподобный, содержит в большом количестве органические вещества (холестерин и другие липиды).

Наряду с легкими кожа осуществляет дыхательную функцию.

Кожа выполняет и роль иммунного барьера. Кератиноциты кожи выделяют антимикробные пептиды, играющие роль (в комплексе с другими факторами) в иммунитете.

T- и B-лимфоциты, плазматические клетки, моноциты, клетки Лангерганса (беспигментные внутриэпидермальные макрофаги, представляющие собой измененную разновидность популяции тканевых макрофагов) в коже выполняют функцию иммунного надзора.

Следует отметить, что УФИ неблагоприятно влияет на клеточный иммунитет.

## 1.4. ПРОЦЕССЫ, ПРОИСХОДЯЩИЕ В КОЖЕ

Биохимические процессы, происходящие в коже, имеют важное физиологическое значение. Кожа человека на 69–73% состоит из воды, по обеспеченности водой она занимает второе место в организме вслед за мускулатурой. Наименьший процент содержания воды — в эпидермисе (10%), в базальном слое содержится 71–72%, в ретикулярном — 61% воды. Количество воды в дерме колеблется в зависимости от общего обмена жидкости в организме. При всяких экстремальных состояниях (жажда, усиленное потоотделение, диарея) потери сказываются в первую очередь на коже. Изменяется содержание воды в коже и с возрастом.

В косметологии в программе «антистарение» главным является сохранение влаги.

Способность удерживать воду является одной из важнейших функций кожи. Научные исследования последних лет свидетельствуют о том, что сухость кожи связана прежде всего с потерей способности удерживать влагу.

Эпидермис не содержит кровеносных сосудов, поэтому его увлажнение зависит прежде всего от поступления воды из дермы. В самом эпидермисе содержатся гигроскопичные молекулы, способные притягивать воду из окружающей атмосферы при влажности не менее 85%.

Молекулы содержат натуральный увлажняющий фактор. Необходимыми компонентами этого фактора являются аминокислоты (глицин, аланин, пролин, серин и др.), фосфаты, хлориды, натрий, калий, кальций, магний, мочевина и другие элементы.

Самый наружный роговой слой эпидермиса представляет собой скопление ороговевших чешуек. Межклеточное вещество содержит церамиды (сфинголипиды) — хранители влаги. Церамиды формируют прослойку между роговыми чешуйками, принимая участие в создании эпидермального барьера. Как отмечалось ранее, секрет сальных и потовых желез, смешиваясь с ороговевшими клетками, образует водно-липидную мантию.



Дерма водоснабжается «своими силами». Сеть кровеносных сосудов обеспечивает поступление воды, излишки поступают в эпидермис. Межуточное вещество дермы и молекулы структурных белков связывают воду. Этот процесс осуществляется *гиалуроновой кислотой* — полисахаридом из семейства гликозаминогликанов. Гиалуроновая кислота продуцируется молодыми фибробластами и тучными клетками. Она хорошо растворяется в воде, не растворяется в органических растворителях, способна образовывать кислую среду и проникать через эпидермальный барьер. Гиалуроновая кислота хорошо удерживает воду. Одна молекула кислоты способна связать 200–300 молекул воды, образуя гель.

В удержании воды в организме активно участвует и подкожная жировая клетчатка.

Из биохимических процессов для кожи характерны процессы кератинизации, образования водно-липидной мантии и меланогенеза, имеющие важное физиологическое значение.

Процесс кератинизации характерен исключительно для клеток многослойного плоского эпителия кожи. Молекула кератина содержит богатые серой аминокислоты — цистин и цистеин. Аминокислоты, связанные в полипептидные цепи, образуют  $\beta$ -разветвленные структуры, образованные водородными и дисульфидными мостиками. Дисульфидные связи обеспечивают устойчивость кератина к протеолитическим ферментам и гидролизу. По сравнению с клетками эпидермиса кератин ногтей и волос богат серой. Он изменяется под действием кератолитических средств, часто используемых в косметике. В настоящее время используются косметические кератолитические средства, разрушающие кератин при депиляции.

Водно-жировая мантия покрывает всю кожу и представляет собой эмульсию масла в воде или воды в масле, что зависит от преобладания жиров или пота на поверхности кожи. В процессе ороговения образуются вещества-эмульгаторы. На водно-липидную мантию влияет и влажность воздуха.

Во влажном климате кожа естественно увлажнена, так как липиды и некоторые аминокислоты связывают влагу

воздуха на ее поверхности. Сальная пленка предохраняет кератин от разбухания, препятствует отделению влаги от кератинизированной клетки. Жиры водно-жировой мантии образуются из ороговевших клеток эпидермиса (липиды эпидермиса) в смеси с секретом сальных желез. Они содержат триглициды (в среднем до 41%), эфиры стеариновой кислоты (около 25%), жирные кислоты (16,4%), гликоген (12%), холестерин и его эфиры диглицериды (около 5,6%). Характер водно-жировой мантии изменяется при себорее. При сухой себорее эмульсия имеет вид масла в воде, а при сальной — воды в масле. При частом контакте с мылом, щелочными составами и другими химическими веществами поверхностная оболочка разрушается. В таких случаях щелочная резистентность кожи уменьшается.

Меланин в коже образуется в меланоцитах из аминокислоты тирозина. Под влиянием фермента тирозиназы и при участии витамина С образуется диоксифенилаланин. Конечной стадией является образование индолхинона с последующей полимеризацией в меланин, который связывается с белками (меланопротеин) и накапливается в меланосомах, образуя меланиновые гранулы. При УФО в коже начинают происходить процессы, направленные на защиту от повреждающего действия лучей: утолщается роговой слой, усиливается пигментация кожи, мобилизуются ферментная и неферментная системы антирадикальной защиты. Экранизирующий слой пигмента либо поглощает свет всех длин волн, либо отфильтровывает особо опасные лучи.

## 1.5. ТИП КОЖИ И ЕГО ЗНАЧЕНИЕ В КОСМЕТОЛОГИИ

Декоративная косметика, как отмечалось ранее, является частью косметологии. Она содержит большое количество средств, используемых для макияжа. Кроме того, перед выполнением данной процедуры обязательно применяются косметические средства для очищения кожи, состав которых может влиять на состояние кожи.

Косметические средства, производимые в настоящее время, рассчитаны на основные типы кожи: нормальную, сухую, жирную и смешанную.

Выбор косметического средства должен производиться в соответствии с состоянием кожи, ее потребностями. Неправильное применение этих средств может привести к серьезным нарушениям функционирования кожи, стать причиной возникновения нежелательных побочных эффектов: раздражения кожи, аллергических реакций и других патологических процессов.

Учитывая, что косметика содержит многочисленные компоненты: эмульгенты, красители, эмульгаторы, консерванты, отдушки и др., она может активно влиять на состояние кожи.

Поэтому перед нанесением макияжа следует тщательно осмотреть кожу, оценить ее состояние, определить тип кожи.

**Нормальная кожа** имеет свежий вид, хорошее кровоснабжение, равномерную окраску, она эластичная, без лишнего блеска, поры в ней едва заметные, отсутствуют повышенная чувствительность, шелушение и косметические недостатки (расширенные поры, сосуды, угри, пигментные пятна и др.). У нее нет особых реакций на различные атмосферные воздействия. Нормальная кожа переносит мыло и воду, косметические и декоративные средства, самостоятельно поддерживая основные функции.

**Сухая кожа** имеет равномерный тон, она тонкая, нежная, в молодости — красивая, имеет узкие поры. Следует отметить, что она реагирует на различные раздражители (механические, химические, термические) появлением красных пятен и шелушения. С возрастом кожа становится более сухой. Она теряет упругость и эластичность, становится более дряблой и морщинистой. При выполнении макияжа это следует учитывать. Особенности макияжа при этом типе кожи будут изложены далее.

**Жирная кожа** имеет блестящий вид, поры расширены. Она имеет большую толщину, склонна к образованию комедонов и милиумов, кист сальных желез. Угри могут располагаться на лице (чаще на лбу, на носу и подбородке),

а также на груди и спине. В связи с повышенной деятельностью желез внутренней секреции, особенно в период полового созревания, усиливается и работа сальных желез. Они выделяют избыточное количество кожного сала. Это состояние может усугубляться при неправильном уходе и неправильном подборе косметических и визажных средств, при стрессовых ситуациях, при злоупотреблении нахождением на солнце и солярием, неправильном питании и др.

Все это необходимо учитывать, выбирая средства для ухода и макияжа.

**Смешанный (комбинированный) тип** кожи представляет собой сочетание различных типов кожи. Жирная кожа отмечается чаще в Т-образной зоне (лоб, крылья носа, подбородок), на остальных участках кожа является сухой или нормальной.

Идеальная кожа встречается крайне редко и в молодом возрасте. В дальнейшем, с возрастом, она меняет свое состояние. Любая кожа старится, становится вялой, появляются морщины. Кожа меняется не только по состоянию, но и по цвету. Поэтому правильный уход, применение косметических процедур, массажа могут дать положительные результаты. А качественно выполненный макияж устранил неблагоприятные признаки возрастных изменений и повысит настроение клиента.

Главная цель ухода:

- нормализация секреции сальных желез;
- увлажнение и питание на сухих участках кожи;
- защита кожи от воздействия факторов внешней среды.

## 1.6. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ТИПА КОЖИ

В косметических салонах (кабинетах) при определении типа кожи физиологические и биохимические методы исследования, как правило, не используют. Обычно тип кожи определяется на основании данных анамнеза, посредством осмотра и пальпации.

При беседе с пациентом косметологу следует выяснить прежде всего, как он переносит умывание водой с мылом, какие ощущения он испытывает после этого (чувство комфорта, стянутости, без ощущений), как ведет себя кожа после процедуры: шелушится, чешется, без изменений и т. д.

Следует выяснить:

- как кожа реагирует на внешние раздражители (на атмосферные воздействия — холод, тепло, солнце и др.);
- как часто приходится прибегать к очищению кожи в связи с появлением жирного блеска;
- как часто появляется шелушение и после чего;
- как кожа реагирует на применение косметических средств;
- как часто появляются угри, и с чем это связано.

При осмотре следует обратить внимание на цвет кожи, ее толщину, наличие или отсутствие блеска, ограниченных зонами лба, носа, подбородка, спины, груди; наличие или отсутствие шелушения, размеры пор, наличие комедонов, милиумов, наличие воспаления, нагноения и т. д. При пальпации можно обнаружить наличие инфильтратов (уплотнений), болезненности.

Можно использовать простой способ определения типа кожи: через 2–3 ч после умывания косметическую (бумажную) салфетку прижать к участкам кожи (руки должны быть чистыми и сухими) и внимательно осмотреть: наличие сальных (жирных) пятен свидетельствует о жирной коже, отсутствие их — о сухой коже, наличие единичных пятен — о нормальной.

Для оценки общего состояния следует внимательно осмотреть кожу лица, груди, спины, чтобы выделить косметические недостатки. При осмотре обращают особое внимание:

- на наличие и характер сыпи, ее элементы — цвет, размеры, локализацию;
- на наличие гиперемии и т. д.;
- на наличие пигментных пятен;
- на состояние пор — узкие, широкие;

- на наличие комедонов и милиумов;
- на наличие морщин;
- на оволосение (зоны);
- на наличие рубцов (рубчиков — следствие угревой болезни);
- на расширенные сосуды.

Все сведения заносят в карту клиента.

## УХОД ЗА КОЖЕЙ

### 2.1. ОБЩИЕ ПРИНЦИПЫ УХОДА ЗА КОЖЕЙ

**К**ожа человека снабжена большим количеством нервных волокон, которые связывают ее с ЦНС и всеми внутренними органами. Для сохранения внешнего вида кожи, замедления процессов ее увядания необходим терпеливый, целеустремленный, ежедневный уход за кожей лица, шеи и всего тела в сочетании с соблюдением рационального режима питания, сна и отдыха и систематическими занятиями физкультурой и спортом.

К сожалению, никому не удалось остаться вечно молодым. Старость неизбежна, но процесс ее наступления можно замедлить. Добиться хорошего и стойкого результата можно только при терпеливом, систематическом, правильном и длительном уходе за кожей.

Единых методов гигиенического ухода и волшебных эликсиров, после применения которых удалось бы устранить все косметические недостатки, нет.

Уход за кожей должен войти в привычку. Регулярный ежедневный уход включает в себя следующие процедуры: очищение, увлажнение, питание, защита от вредных внешних факторов.

Это касается кожи любого типа. Косметические средства и методы применения необходимо тщательно подбирать с учетом типа кожи, возраста и наличия тех или иных косметических недостатков.

Первый этап в уходе за любым типом кожи — очищение — выполняют утром, вечером, а при выраженной сальности дополнительно и днем.

Утреннее очищение обеспечивает удаление с кожи выделенных продуктов метаболизма, секретов сальных и потовых желез, микроорганизмов и продуктов их жизнедеятельности, ороговевших клеток кожи; готовит кожу для нанесения увлажняющих, тонизирующих, питательных и защитных средств и выполнения макияжа. Процедура обязательна для кожи любого типа.

Очищение можно выполнять с использованием моющих средств: мыла, пенки, муссов и т. д. Температуру воды подбирают с учетом типа кожи, ее состояния и реакции. На мыло кожа разных типов реагирует по-разному. Плохо переносит мыло сухая кожа, отвечая чувством стянутости.

Второй вариант очищения — использование очищающих косметических средств: молочка, сливок, эмульсий, гелей и др.

Эти средства хорошо очищают кожу.

Из дополнительных ингредиентов в очищающие средства добавляют экстракты растений (ромашки, женьшеня, черной смородины, зверобоя, масло пророщенных семян пшеницы).

Кроме того, в них содержатся вещества, улучшающие внешний вид, консистенцию, запах средства (эмульгаторы, отдушки) и способствующие его сохранению (консерванты). ПАВ растворяют жиры при умывании, дробят их на мелкие частицы, облегчают смывание водой. Они разрушающе действуют на липидную мембрану, могут вызвать раздражение или аллергическую реакцию.

Есть и другая сторона этого процесса — повышение проницаемости липидного барьера, что используется для введения активных веществ при нанесении других косметических средств, например крема, масок. Чтобы уменьшить отрицательное воздействие на кожу, в современные очищающие средства вводят эмульгаторы нового поколения, не разрушающие липидный барьер, что повышает стоимость косметического средства.



Вторым этапом ухода за кожей является применение тоников. Тоник удаляет остатки очищающего средства и труднорастворимые компоненты косметического средства, нормализует кислотно-основное состояние (рН) кожи. Часто в его состав вводят ингредиенты, увлажняющие и тонизирующие кожу. В тониках для жирной кожи могут присутствовать вяжущие ингредиенты, сужающие поры, обладающие дезинфицирующим, противовоспалительным свойством (особенно при проблемной коже).

Третий этап — увлажнение — нанесение легко впитывающихся дневных кремов до выхода на улицу или перед выполнением макияжа (в зимнее время — питательный крем за 1–1,5 ч до выхода на улицу).

В состав дневных кремов вводят ингредиенты, защищающие кожу от потерь влаги, от внешних раздражителей (перепадов температуры), УФЛ. Хорошей защитой являются кремы с содержанием витаминов А, Е, С — натуральных фильтров, повышающих антиоксидантную защиту кожи.

Дневные кремы должны решать следующие задачи:

- 1) обеспечивать продолжительное воздействие активных компонентов на кожу в течение дня;
- 2) нейтрализовать вредное воздействие факторов внешней среды (перепады температуры, влажности, УФИ, загрязнения и т. д.);
- 3) сохранять водный баланс кожи, увлажнять ее;
- 4) нейтрализовать воздействие свободных радикалов, предупреждать старение, влиять на интенсивность салоотделения и т. д.

Четвертый этап — питание кожи — выполняют вечером после предварительного очищения. Он заключается в нанесении питательного крема соответственно типу кожи не позднее чем за 1–2 ч до сна. Излишки следует обязательно удалить салфеткой.

Ночные кремы снабжают кожу необходимыми компонентами в ночное время, снимают усталость, стимулируют процессы обновления клеток, питают кожу.

В уходе за кожей вокруг глаз лучше использовать специальные косметические средства.

Необходимо соблюдать следующие принципы:

1) очищение, наложение косметических средств проводить в направлении кожных линий:

- от подбородка по нижней челюсти к мочке уха (в точке выхода лицевого нерва);
- от углов рта к козелкам ушных раковин;
- от спинки носа (по нижнему краю круговой мышцы глаза) к височной впадине;
- от внутреннего угла глаза по верхнему веку к наружному углу глаза, затем по нижнему веку к внутреннему углу глаза;
- на носу — крылья носа, спинка носа;
- от центра лба к вискам;
- от основания шеи, от ключицы к нижней челюсти;

2) все движения должны быть мягкими, без грубого смещения кожи;

3) очищение следует проводить утром после сна (перед нанесением макияжа или других косметических средств) для удаления выделенных за ночь продуктов обмена, микробов и продуктов их жизнедеятельности, днем (по показаниям) и вечером (особенно тщательно);

4) нанесение ночных косметических средств (например, крема) осуществляется за 1,5–2 ч до сна;

5) тщательно мыть руки перед нанесением косметических средств и выполнением процедур.

## 2.2. УХОД И ВОЗРАСТ

При уходе за кожей необходимо учитывать возраст пациента. Кожа как орган чувствительна к гормональным изменениям в организме. Так, в период полового созревания усиливается интенсивность работы сальных и потовых желез.

Тщательный ежедневный уход необходим для удаления избытка жира, профилактики воспаления. Средства, применяемые при этом, не должны содержать животных жиров, спирта. Комедогенность ланолина делает его

нежелательным компонентом. Спирты усиливают деятельность сальных желез.

В более старшем возрасте (до 25 лет) особое внимание следует уделять защите от внешних факторов, кожу необходимо достаточно увлажнять, так как первые признаки увядания, особенно при сухой коже, появляются в этом возрасте.

В возрасте от 25 до 30 лет начинают замедляться обменные процессы в коже, утолщается роговой слой, начинает изменяться структура эластических волокон, появляются морщины, особенно в местах, где кожа меньше защищена, где активна мимика. В косметические средства вводят компоненты, способные более активно влиять на процессы в коже, поддерживающие баланс влажности, повышающие эластичность, упругость кожи, обеспечивающие дополнительную защиту ее от вредных факторов, снабжающие кожу витаминами.

В возрасте после 40 лет изменяется упругость кожи, появляется дряблость, увеличивается толщина рогового слоя.

В период менопаузы замедляется деятельность сальных желез, кожа становится более сухой, тонкой, теряет упругость и эластичность, может шелушиться. Морщины углубляются, становятся более выраженными и заметными. В этом возрасте требуется более интенсивный уход.

Косметические средства должны содержать коллаген, эластин, гиалуроновую кислоту, естественные антиоксиданты (витамины А и Е), УФ-фильтры.

Традиционное деление кожи на нормальную, жирную, сухую и смешанного типа при современном уровне развития косметологии и подходе к устранению косметических недостатков не решает многих проблем.

При использовании косметических средств и создании программ в условиях салона следует учитывать индивидуальные особенности кожи, ее состояние, влажность, кислотность, состояние сосудов, выраженность процессов увлажнения и т. д.

При приобретении косметики или ежедневном уходе в домашних условиях мы традиционно учитываем тип нашей кожи.

## 2.3. УХОД ЗА ЖИРНОЙ КОЖЕЙ

Жирная кожа чаще встречается у подростков (в период полового созревания), а также в период беременности. Она может встречаться и в более старшем возрасте, что связано с влиянием внутренних и внешних факторов (гормональное нарушение, стрессовые ситуации и др.). Выработку кожного сала регулируют андрогены — мужские половые гормоны. На степень выделения кожного сала влияет и состав пищевого рациона. Злоупотребление острой пищей с преобладанием жиров, углеводов, консервированных и маринованных продуктов, шоколада, алкоголя и т. д. способствует усилению выделения кожного сала. Кроме сальности, расширенных пор, у таких пациентов имеет место образование комедонов и милиумов. Этому могут способствовать и заболевания нервной системы, печени, щитовидной железы, гинекологические заболевания, эндокринные нарушения, запоры; не исключено влияние стрессовых ситуаций нашей беспокойной жизни. Главной целью ухода за жирной кожей является удаление избытка жира, сального блеска, комедонов и устранение воспалительных явлений при их наличии.

На интенсивность выделения кожного сала влияют характер питания, состояние внутренних органов и качество ухода, поэтому в программе ухода за жирной кожей следует учитывать все факторы.

Для очищения кожи в домашних условиях при умывании водой следует применять специальные моющие средства для жирной кожи (гели, пенки, муссы, мыло мягких сортов). Важно учитывать температуру воды. Не рекомендуется постоянно использовать горячую и теплую воду, так как это приводит к атонии кожи и ее преждевременному старению, расширению пор. Рекомендуется ополаскивать лицо прохладной водой или протирать его кусочком льда. Контрастное умывание хорошо тонизирует кожу. Степень сальности меняется при злоупотреблении жирными кремами (особенно с содержанием животных жиров), эмульсиями, макияжными средствами. Неправильный

уход может усилить этот процесс. Следует исключить косметические средства, содержащие ланолин, минеральные масла, спирт. Спирты и другие растворители разрушают липидный барьер кожи, особенно при наличии угрей у подростков, поэтому следует пользоваться лосьонами и тониками, не содержащими этих компонентов.

Жирную кожу необходимо тщательно очищать утром и вечером, а по показаниям — и днем. Чтобы очищать кожу каждый день, нет надобности использовать мыло. Современный рынок предлагает средства на основе растительных экстрактов, мягко очищающих кожу, адсорбирующих загрязнения и продукты обмена.

В условиях салона для более глубокого очищения проводят пилинги: ферментные, фруктовыми кислотами. При наличии угревой сыпи используются косметические средства, содержащие экстракты растений, обладающие дезинфицирующим, успокаивающим, противовоспалительным, вяжущим свойствами, нормализующими секрецию сальных желез, например экстракты гаммелиса, черники, березы, ромашки, шалфея, винограда, календулы, коры дуба, тысячелистника, зверобоя и др. В программы по уходу за жирной кожей обычно включают пилинги, маски, лечебный массаж, физиотерапевтические процедуры.

Начинают с очищения кожи. При помощи ватных дисков или индивидуальных губок (спонжей) кожу тщательно очищают, затем остатки очищающего средства убирают тоником. Можно выполнить тепловую процедуру (паровая ванна, компресс).

Для более глубокого воздействия после очищения кожи проводят пилинг (2–3 раза в неделю):

1) ферментный пилинг подходит для любого типа кожи, в том числе и для чувствительной;

2) пилинг фруктовыми кислотами выполняют при выраженном гиперкератозе, при наличии большого количества комедонов.

Используют обычно гликолевую кислоту. Механизм ее действия основан на удалении скоплений ороговевших клеток и открытии пор.

Рекомендуется начинать с низких концентраций, 3–4% (3–4 процедуры), с последующим их повышением. Необходимо помнить о возможных осложнениях и побочных реакциях. При наличии телеангиэктазий тепловые процедуры в программы не включают (противопоказание).

Для очищения кожи в условиях салона применяется процедура дезинкрустации (глубокое очищение пор с помощью гальванизации).

Вторым этапом ухода за жирной кожей являются процедуры, нормализующие функцию сальных желез, уменьшающие выделение кожного сала, сужающие поры. При этом применяют маски на основе каолина с добавками противовоспалительных компонентов (азулена, гаммелиса, бисаболола), маски с серой, камфорой, влияющие на воспалительный процесс, обладающие антибактериальным, рассасывающим, противовоспалительным и успокаивающим свойствами.

Для увлажняющего эффекта в маски вводят растительные экстракты, естественные увлажнители. Используя терапевтические и аппаратные средства и методики, современная косметология способна успешно решать те или иные задачи.

## 2.4. УХОД ЗА НОРМАЛЬНОЙ КОЖЕЙ

Целью ухода за нормальной кожей является поддержание и сохранение ее физиологического баланса.

Самым простым способом очищения в домашних условиях является умывание водой. Вода удаляет секрет сальных и потовых желез, очищает кожу от внешних наслоений: пыли, грязи, удаляет ороговевшие клетки поверхностного слоя эпидермиса, микробов и продуктов их жизнедеятельности.

Температура воды может быть разной: горячей — 37–45°C, теплой — 28–37°C, прохладной — 20–28°C, холодной — 12–20°C. Горячей водой умываться часто не рекомендуется, так как это приводит к расширению пор и кро-

веносных сосудов, усилению секреции сальных и потовых желез, снижению тонуса кожи. После умывания горячей водой следует обязательно ополоснуть лицо холодной.

Умывание только холодной водой может иметь нежелательные последствия: сужение сосудов кожи, ведущее в последующем к застойным явлениям, изменению цвета кожи.

Для нормальной кожи можно использовать умывание теплой водой. Для профилактики снижения тонуса и расслабления мышц следует ополаскивать лицо прохладной водой.

Для умывания лучше всего использовать воду комнатной температуры, она не раздражает кожу и не вызывает нежелательных последствий.

Следует помнить о влиянии на кожу минерального состава воды. Непригодна для использования жесткая вода с содержанием солей кальция, магния, железа. Она плохо мылится. На поверхности кожи образуются трудно смываемые соединения. Для удаления солей жесткости достаточно прокипятить воду в течение 1 ч и дать отстояться до появления осадка на дне. Смягчить воду можно добавлением питьевой соды или буры. Воду, смягченную содой, не следует использовать для мытья головы.

Некоторые авторы для умывания рекомендуют использовать талую воду. Для этого воду замораживают в холодильнике. Затем сливают незамерзший остаток воды, лед размораживают и используют образовавшуюся воду.

Для более эффективного очищающего действия применяют мыло и другие очищающие средства. Для умывания применяют мыла белых цветов, так называемые пережиренные сорта. Кроме обычного мыла, можно использовать различные жидкие мыла, гели, синтетические мыла. Современный рынок предлагает массу очищающих средств. Антибактериальное мыло не следует использовать без необходимости и постоянно, так как это может изменять состояние кожи, вызывать нежелательные реакции (раздражение, аллергию) и воздействовать на микроорганизмы, способствовать нарушению их нормального баланса (дисбактериозу) на коже. Контакт любого мыла с кожей должен

быть кратковременным. Его нужно тщательно удалить с кожи.

При нормальной коже в молодом возрасте косметические средства должны применяться только для очищения и защиты. С возрастом изменяется ее состояние; косметические профилактические и лечебные процедуры в связи с происходящими процессами старения должен подбирать косметолог с учетом изменений.

Нормальная кожа нуждается в защите от УФИ, летом необходимо применять защитные кремы. Их необходимо использовать также при перепадах температур зимой, при неблагоприятных атмосферных воздействиях, особенно при склонности к сухости.

После 25 лет рекомендуется регулярно использовать увлажняющие кремы перед макияжем для облегчения его наложения, а в зимнее время — питательные кремы.

В условиях салона по уходу за нормальной кожей необходимо подбирать программы индивидуально, учитывая все возможные факторы, неблагоприятно воздействующие на кожу, стараться замедлить процессы старения. Учитывают также состояние кожи.

## 2.5. УХОД ЗА СУХОЙ КОЖЕЙ

Сухая кожа, по сравнению с другими типами, более чувствительна к внешним раздражителям: химическим, механическим, температурным. К 30–40-летнему возрасту состояние кожи изменяется, а сухой — особенно. При стрессовых ситуациях и изменениях погодных условий она краснеет, шелушится. Кожа может нежелательным образом реагировать на некоторые компоненты, входящие в косметические средства.

Внешне это тонкая, нежная кожа, часто видны просвечивающие сосуды. Поры узкие, малозаметные. С возрастом появляются телеангиэктазии. Первые морщины заметны раньше, чем при других типах кожи. Мыло и другие агрессивные моющие средства сухая кожа переносит плохо, появляется выраженное ощущение стянутости. Влияют на



состояние кожи УФИ, перепады температур, химические раздражители и т. п.

Возрастные изменения в организме влекут за собой, особенно у лиц с тонкой, нежной кожей, усиление явления сухости.

Уменьшается секреция сальных желез. Изменяется гидратация кожи. Кожа становится менее эластичной и упругой, появляются выраженные признаки увядания, морщинистость и дряблость. Этот процесс могут усугубить сопутствующие заболевания ЖКТ, нервной и эндокринной систем.

Неправильный уход способствует увеличению выраженности симптомов.

При использовании косметических средств, содержащих повышенное количество эмульгаторов, сухая кожа реагирует ощущением стянутости, а при продолжительном использовании — появлением морщин; консервирующие вещества и ароматизаторы могут спровоцировать появление зуда, шелушения и гиперемии.

## 2.6. УХОД ЗА СМЕШАННЫМ ТИПОМ КОЖИ

Кожа смешанного типа нуждается в дифференцированном подходе. При выборе варианта косметического средства необходимо учитывать потребности кожи и ее состояние.

## 2.7. УХОД ЗА КОЖЕЙ РУК

Кожа рук старится раньше, чем кожа лица. Кисти постоянно подвергаются воздействию холода, тепла, воды, ветра, солнца, различных химических веществ и механических раздражителей. Руки несут постоянную физическую нагрузку, на них воздействуют пыль и микробы. Следует учитывать, что кожа рук бедна сальными железами, поэтому частый контакт с водой сильно обезжиривает ее, а это приводит к огрубению, шершавости и шелушению. Идеаль-

но для предотвращения загрязнения рук при выполнении домашней и других работ, где может иметь место контакт с пылью, землей, красками и другими загрязнениями, пользоваться резиновыми перчатками. Их следует надевать на чистые сухие руки. После снятия перчаток необходимо тщательно вымыть руки теплой водой и нанести питательный крем. Мыть руки приходится несколько раз в течение дня. Для этого следует использовать воду комнатной температуры, а лучше — пенки, гели, жидкое мыло; перед выходом на улицу в холодную погоду нанести защитный или питательный крем.

В домашних условиях можно сделать ванночки из отвара ромашки, шалфея, липового цвета и сельдерея. Смесь берут в равных частях (по 1 столовой ложке), 1 столовую ложку смеси заваривают в течение 15 мин крутым кипятком, остужают и погружают в нее руки на 30 мин, затем просушивают и наносят питательный крем. Кожа рук после курса таких ванночек (10–15 раз) становится мягкой и шелковистой. Смягчает кожу и снимает раздражение картофельный отвар. Дома можно выполнить самомассаж. Методик много, они просты. Обычно используют поглаживание от кончиков к основанию пальцев, продолжая на кисть. Затем растирают и разминают каждый палец. Заканчивают самомассаж поглаживанием.

Для уменьшения потливости ладоней применяют ванночки из настоя трав крапивы и шалфея, взятых в равных частях (1 столовую ложку смеси заварить в 1 стакане воды). Для этого можно использовать ванночки следующих составов:

1) 2 чайные ложки порошка коры ивы залить 4 стаканами кипятка, настоять 20 мин, погрузить кисти на 20 мин;

2) 50 г коры дуба кипятить в 1 л воды в течение 30 мин (можно залить в термос на 6 ч); отвар должен иметь цвет пива; при выраженной насыщенности его можно разбавить теплой водой;

3) траву шалфея, подорожника, тысячелистника смешать в равных частях; 1 столовую ложку смеси заварить 1 стаканом кипятка, настоять 20 мин.

После ванночек следует нанести питательный крем.

В домашних условиях можно приготовить маску: 1 желток, 1 столовую ложку оливкового масла, 1 чайную ложку меда смешать, нанести на кожу кистей, легко массируя, оставить на 15–20 мин. Смыть теплой водой. Нанести питательный крем, массируя от кончиков пальцев к основанию, на всю кисть — и на тыльную сторону, и на ладонь.

В условиях салона неплохой эффект дают парафиновые аппликации. Для этого после очищения и массажа пальцев и кистей накладывают маску из парафина для рук.

Массаж для рук улучшает микроциркуляцию, воздействует на мышцы, суставы, сосуды, улучшая обменные процессы, способствует всасыванию нанесенного питательного крема.

В условиях салона популярностью пользуются и гликолевые пилинги. Техника их выполнения не отличается от таковой на лице. После них кожа рук становится более мягкой, упругой.

## 2.8. УХОД ЗА КОЖЕЙ ВОКРУГ ГЛАЗ

Кожа вокруг глаз отличается от кожи остальной части лица. Она значительно тоньше, в ней мало сальных и потовых желез.

Кожа век у большинства людей сухая, чувствительная, активно реагирует на все внешние раздражители. Она очень подвижна. Мы щуримся от яркого света, на солнце, от ветра, от пыли. Результатом является возникновение мимических складок (морщин).

Процедура макияжа тоже не проходит бесследно. На коже век отражаются стрессы, бурные эмоции, бессонные ночи, курение, злоупотребление алкогольными напитками. Кроме образа жизни, на кожу влияют и состояние здоровья, наследственность.

Все это ведет к нарушению оттока лимфы и крови. Как следствие появляются отеки, темные круги под глазами и морщины.

Кожа вокруг глаз старится раньше остальных участков кожи. Даже в юном возрасте могут появляться морщинки.

Кожа теряет упругость, обвисает, особенно верхние веки, под глазами появляются мешки, поэтому она требует постоянного ухода. Прежде всего следует учитывать индивидуальные особенности. Профилактический уход включает в себя мягкое очищение, необходимое питание, увлажнение и защиту. Лучше использовать средства для ухода за кожей вокруг глаз. Как правило, в современной косметике соблюдается дифференцированный подход к составлению рецептуры косметических средств. Средства для контура глаз отличаются от средств для лица. Они более легкой консистенции, не содержат дубящих ингредиентов и спирта. По ГОСТ средства обязательно должны проходить двойной контроль — офтальмологический и дерматологический.

В косметические средства для век включают следующие биологически активные вещества:

- увлажняющие — аминокислоты, мукополисахариды, растительные белки;
- антиоксиданты — витамины Е, С, А;
- питательные — полисахариды, смягчающие компоненты;
- солнцезащитные фильтры;
- в зимнюю рецептуру включают масло какао, воск жожоба, образующие защитную пленку;
- для устранения припухлости и уменьшения темных кругов под глазами включают экстракты трав: ромашки, петрушки, шалфея и др.

При очищении кожи вокруг глаз придерживаются направления кожных линий. Крем наносят кончиками пальцев, слегка похлопывая, или мягким скользящим движением.

В условиях салона выполняют процедуры — маски, массаж, пилинги. Маски увлажняющие, питательные, расслабляющие, лифтинговые и т. д. При любом массаже (классическом, пластическом, лимфодренажном) зоне вокруг глаз уделяется внимание. Массаж усиливает кровообращение, лимфоотток, активно влияет на состояние кожи. Процедуру массажа для большего эффекта сочетают с другими процедурами.

В условиях салона применяют поверхностные пилинги с фруктовыми кислотами. Они стимулируют увеличение и синтез коллагена, улучшая тем самым внешний вид кожи вокруг глаз. Более радикальные процедуры — срединный и глубокий пилинг, лазерный пилинг, пластические операции — выполняют в условиях стационара.

Кроме пилинга, в последние годы стали применять лазерную терапию.

Местно под кожу вводят витаминные препараты, гомеопатические коктейли, содержащие активные ингредиенты, разглаживающие кожу, уменьшающие морщины.

Решение любых проблем требует тщательного индивидуального подхода. Следует учитывать анатомические особенности строения глаза, наследственность, состояние кожи, не забывать о психологическом состоянии пациента.

## СРЕДСТВА ДЕКОРАТИВНОЙ КОСМЕТИКИ

ЛАНЬ®

### 3.1. РАБОЧЕЕ МЕСТО ВИЗАЖИСТА

Рабочее место визажиста состоит из стола, тумбочки, шкафчика для хранения косметических средств и средств для макияжа, инструментов и принадлежностей (кисточек, салфеток, спонжей и т. п.).

Стол должен быть покрыт материалом, позволяющим производить влажную уборку, или специальной салфеткой (рис. 5).

Для клиента предназначен стул с высокой спинкой. При выполнении макияжа клиент удобно сидит, откинувшись на спинку стула (рис. 6).

Местное освещение обеспечивается лампой, размещенной на высоте 2 м от пола под углом  $15^\circ$  от сидящего (свет от лампы отражается на лице) (рис. 5).

Визажист стоит справа от клиента, работая правой рукой, левая рука выполняет



Рис. 5

Стол (рабочее место визажиста)



Рис. 6  
*Кресло визажиста*

вспомогательную функцию (промокает лицо, удерживает средства, салфетку и т. д.).

Если макияж выполняется при электрическом свете, шторы должны быть закрыты, чтобы предотвратить попадание дневного света.

Дневной макияж следует выполнять при дневном освещении.

### 3.2. ИНСТРУМЕНТЫ И ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ДЕКОРАТИВНОЙ КОСМЕТИКИ

Макияж выполняется огромным арсеналом декоративных средств с использованием инструментов.

В технике выполнения широко применяются руки визажиста. Они являются прекрасным орудием на подготовительном этапе (процедура очищения, пилинг, нанесение базы, крема и т. д.).

В малодоступных местах используются кисти, пинцеты и другие инструменты.

Для выполнения макияжа глаз, ресниц используют специальные технические средства, о чем будет изложено далее.



### Кисти

Для нанесения средств декоративной косметики используются кисти. Они изготавливаются из синтетического или натурального волоса. Профессиональные фирмы предлагают большой выбор кистей. Существует единая международная система нумерации кистей в зависимости от размера, формы и целей использования. Остановимся на некоторых вариантах кистей, наиболее часто применяемых в повседневной практике.

1. Кисть для подводки глаз (рис. 7) (кисть-айлайнер) может быть круглой (№ 0, 1) или плоской (№ 2) формы. Ее используют для проведения тонкой линии вдоль корней ресниц или вдоль складки века. Кисточка имеет заостренный кончик. Круглая кисть используется для жидкой подводки, плоская — для сухой. Состоит кисть из волосков меха соболя, куницы или русского колонка. Она упругая и легкая.



Рис. 7

*Кисть для подводки глаз*

2. Кисти для губ (№ 3, 4) (рис. 8) небольшие, плоские, со слегка сплюсненным кончиком. Применяются для нанесения губной помады и блеска для губ. Состоят из колосков меха соболя, куницы, колонка. Идеальными являются кисти в закрытых футлярах.



Рис. 8

*Кисть для губ*

3. Кисти для нанесения теней на веки (№ 5–12) (рис. 9) плоские, маленькие, среднего размера и большие. Обычно



используют кисти среднего размера для нанесения основного тона, маленькие — для того, чтобы оттенить его, большую кисть — для растушевки теней.



Рис. 9

*Кисть для нанесения теней на веки*

4. Кисти для бровей (рис. 10) состоят из жесткого волоса (натуральной щетины). Они позволяют укладывать волоски бровей, убирать излишки косметики при подкрашивании карандашом, расчесывать брови.



Рис. 10

*Кисть для бровей*

5. Кисточка для ресниц (рис. 11). Часто данную кисточку комбинируют с пластиковой расческой для придания формы бровям, щеточку используют для удаления излишков туши с ресниц, укладывая их в нужном направлении.



Рис. 11

*Кисть для ресниц*

6. Кисточка для туши (рис. 12). Кисточка для нанесения туши позволяет ровно, без комочков нанести тушь и придать им форму. Состоит из натуральной щетины.



Рис. 12

*Кисть для туши*

7. Кисть для нанесения рассыпчатой пудры (№ 30–32) (рис. 13). Это большая и пушистая, с длинным волосом ку-

полообразной формы кисть. Она позволяет равномерно нанести пудру. Состоит кисть чаще из козьего меха или смеси щетины нескольких животных (ухо быка, мех нутрии, русской белки и др.).



Рис. 13

*Кисть для нанесения рассыпчатой пудры*

8. Кисть для нанесения прессованной пудры (№ 26–28). Данная кисть имеет плоскую форму и состоит из упругого меха (пони, енота, нутрии).

9. Кисть для завершающего этапа макияжа и припудривания. Выполнена из пушистого меха с длинным ворсом, большая, круглая, с короткой ручкой (предназначена для профессионалов).

10. Кисть для румян (№ 24–25) (рис. 14). Данная кисть, как и кисть для нанесения рассыпчатой пудры, имеет плотную округлую форму. Выполняется она из смеси щетины разных животных.



Рис. 14

*Кисть для румян*

### Спонжи, ватные диски

Для выполнения процедуры очищения лица (демакияжа) и нанесения декоративных средств на кожу используют спонжи (*англ.* sponge, *фр.* ероге) (рис. 15), губки и ватные диски. Ватные диски применяют для снятия макияжа с губ, глаз, ресниц, лица и удаления других косметических

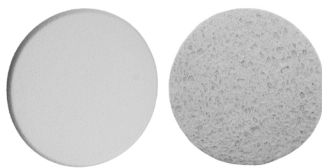


Рис. 15

*Спонжи для нанесения декоративных средств*



средств (пилингов, масок, очищающих средств и т. д.). Они являются идеальным «инструментом» при выполнении этих процедур, обеспечивая соблюдение санитарных и гигиенических требований.

Спонжи имеют различную форму и размеры:

- треугольные спонжи универсальны, используются для нанесения тона на крылья носа, носогубные складки, глазные впадины (рис. 16);
- круглые спонжи (разных размеров) — плоские, используются для снятия макияжа (рис. 15);
- цилиндрические — для завершающего этапа макияжа (рис. 17).

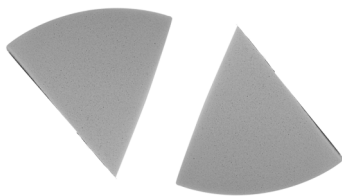


Рис. 16

*Треугольные спонжи для нанесения тона на крылья носа, носогубные складки, глазные впадины*

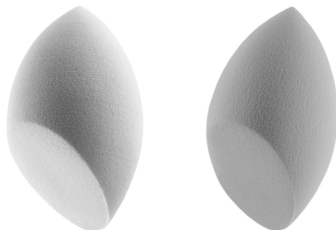


Рис. 17

*Цилиндрические спонжи для завершающего этапа макияжа*

По составу бывают спонжи из латекса, поролона и люфы. Латексные используют для нанесения жидких тональных средств.

Спонжи из натуральной губки используют чаще всего для камуфляжа, жирного крема, водорастворимой краски, тон-пудры и др.

Растительные спонжи (крупнопористые) применяют для процедур по телу и лицу.



*Пуховки* (от *англ.* puff) — подушечки поролоновые в бархатистом чехле со специальной шелковистой ленточкой — используются для нанесения пудры плотным слоем.

Губки больших размеров применяются для очищения тела и снятия косметических средств (например, масок) (рис. 18).



**Рис. 18**

*Губки больших размеров, применяемые для процедуры очищения и снятия косметических средств*

### **Пинцет для выщипывания бровей**

Стыковочные края пинцета должны плотно и ровно соединяться, что обеспечивает удаление очень тонких волосков.

Кроме того, используются косметические салфетки, шапочки, подкладные салфетки и другие средства, необходимые для качественного выполнения косметических процедур и макияжа.

## **3.3. КОСМЕТИЧЕСКИЕ И ДЕКОРАТИВНЫЕ СРЕДСТВА**

### **Очищающие средства**

Перед выполнением макияжа необходимо очистить лицо: убрать выделившийся жир, продукты обмена (кожа — орган выделения), внешние наслоения (пыль, грязь и т. п.). Очищающее средство должно быть качественным. В некоторых случаях (наличие акне, выраженный сосудистый рисунок, чувствительная кожа и т. д.) следует рекомендовать для очищения (демакияжа) использовать специальные

средства, которые мягко, нетравматично воздействуют на кожу.

Некоторые очищающие средства содержат лечебные ингредиенты (экстракты растений, микроэлементы и др.).

В последние годы появились специальные очищающие средства в виде физиологического мыла, обеспечивающие качественное очищение, нормализующие рН-кожи, содержащие растительные добавки.

Косметическое средство для снятия макияжа может быть универсальным (подходит для любого типа кожи) или соответствовать типу кожи. При выборе очищающего средства следует учитывать, что по составу оно может быть различным. Из профессиональных средств традиционным препаратом является очищающее молочко. Остатки декоративного средства обычно удаляют тоником, лосьоном или водой.

Молочко для демакияжа представляет собой эмульсию по типу «масло в воде». В составе молочка вода составляет до 20%, кроме того, в состав входят жироподобные вещества, увлажнители, ПАВ и др. Очищающее средство не должно быть агрессивным и не должно содержать вещества, нарушающие липидный барьер и растворяющие отмершие роговые частицы. Оно должно быть гипоаллергенным и не раздражать кожу, не нарушать барьерную функцию кожи, действовать мягко и выполнять свое основное назначение — растворять средства для макияжа и поверхностные загрязнения кожи.

Очищающие сливки содержат по сравнению с молочком более высокий процент жиров и восков. Очищающие кремы предназначены для различных типов кожи. Их состав варьирует в зависимости от этого. В состав для очищения жирной проблемной кожи нередко вводят бактерицидные и противовоспалительные добавки: масло чайного дерева, гамамелис и др.

В последние годы стали широко применять жидкие мыла, различающиеся по составу: синтетические, пережиренные, с добавками и растительными экстрактами, в том числе гели. Для сухой кожи такие гели производятся

без добавки мыла с использованием моющих компонентов, чаще растительных. Гели для жирной кожи могут содержать вещества, стягивающие поры, уменьшающие салоотделение, экстракты растений, обладающие противовоспалительным свойством (шалфей, лимон, листья хмеля, зверобой и др.).

Завершают очищение протиранием тонирующей жидкостью (тоником) или влажным тампоном для удаления остатков очищающего средства, тонизирования кожи, восстановления pH, что будет зависеть конкретно от состава очищающего средства и рекомендаций фирмы-производителя (следует придерживаться инструкции по применению).

Некоторые косметические очищающие средства удаляют обычным смыванием водой.

### База под макияж

*База под макияж* (англ. pre-makeup base; фр. base maquillage) — косметическое средство, которое наносят на чистую кожу перед тонированием. База образует на коже тонкую пленку, делая ее более гладкой. Впервые базу создал Макс Фактор, эмигрировавший из России в США. Свою карьеру он начинал в Мариинском оперном театре Санкт-Петербурга гримером. Макс стал одним из самых известных визажистов в Голливуде.

База бывает бесцветная и цветная.

Цветная база может выполнять роль корректора:

- с фиолетовым оттенком — оптически уменьшает желтизну, нейтрализует оливковый и зеленоватый оттенок кожи;
- с зеленоватым оттенком — уменьшает и нейтрализует красноту;
- белого цвета — высветляет кожу;
- оранжевого цвета — делает теплее натуральную кожу, придает оттенок загара, подходит для черной, бронзовой и смуглой кожи.

При выполнении повседневного макияжа чаще используют вместо базы дневной увлажняющий крем, в зимнее время — питательный. Кроме того, некоторые фирмы

предлагают *миксер* (англ. mix — смешивать), его можно использовать как базу под макияж и как разбавитель для других косметических средств.



### Тон-основа

В настоящее время созданы тонирующие вещества, имеющие различный оттенок, текстуру, плотность. При выполнении грима применяют термин «грунтовка», у визажистов — основа под макияж (синоним — основной тон). Основа под макияж многими фирмами выпускается с учетом типа кожи: для жирной, сухой, чувствительной.

Тонирующие вещества бывают разных форм:

1) жидкая основа — флюид (*фр.* fluide — жидкий, текучий или *англ.* liquid foundation — жидкая основа). Она применяется как в профессиональном, так и бытовом макияже. Жидкая основа используется для молодой здоровой кожи. Она легко наносится на лицо, создавая естественный вид. Для нанесения можно использовать спонжи или просто наносить средство подушечками пальцев;

2) тональные кремы — используют для создания общего тона после нанесения базы (дневного крема, камуфляжа). В них часто включают ингредиенты, оказывающие увлажняющее, защитное, дезинфицирующее, противовоспалительное действие. С этой целью при проблемной коже, склонной к образованию акне, вводят, например, растительные экстракты;

3) фар-крем (*фр.* far crime) — твердый тональный крем, выпускается обычно в виде стика, годе, паллета. По консистенции он похож на застывший воск. Кожу фар-крем покрывает плотным слоем, обладает сильным маскирующим эффектом;

4) крем-паста — тональный крем, по консистенции напоминающий пасту, обладает большой плотностью и выраженной кроющей способностью. Оформление и упаковка выполнены как при компактной пудре;

5) тон-пудра (*фр.* maquillage rapide — макияж рапид, быстрый макияж). Выпускается в компактном виде, как прессованная пудра. Наносится так же, держится дольше, выполняя роль тона и пудры одновременно. С ее помощью

можно корректировать макияж. Следует отметить, что некоторые фирмы в тон-основу включают витамины — антиоксиданты (витамины С, Е), влияющие на состояние кожи, солнцезащитные фильтры.

### Корректирующие средства

Корректирующие средства, корректоры (*англ.* corrector — исправляющий) — современные средства декоративной косметики, которые применяются:

- для маскировки косметических недостатков и дефектов кожи;
- для коррекции формы и деталей лица.

Корректирующие средства в зависимости от состава наносятся на предварительно очищенную кожу перед макияжем (если средства содержат экстракты лекарственных растений, бактерицидные или противовоспалительные добавки) или поверх основного тона.

*Консилер* (*англ.* concealer — укрыватель) позволяет скрыть круги под глазами, расширенные сосуды, красные пятнышки, различные высыпания, пигментные пятна.

Формы выпуска: карандаши, стики (палочки), жидкие кремы в футлярах с аппликаторами.

Среди консилеров выделяют специальный корректор антисерн (от *фр.* serne — синева), который используется для маскировки темных кругов под глазами.

Форма выпуска: карандаш, годе, стик.

*Камуфляж* (*фр.* camouflage — маскировка) — средство, используемое в качестве корректора, обладающего сильным маскирующим и тонизирующим эффектом.

В состав камуфляжа включены мельчайшие светоотражающие частички, обеспечивающие маскирующий эффект.

Производимые в настоящее время камуфляжные средства маскируют родимые пятна, шрамы, татуировки, рубцы, имеют широкую гамму оттенков, что дает возможность подобрать натуральный тон для любого цвета кожи.

Наносить камуфляж следует кисточкой, влажным спонжем на чистую кожу (на зоны, которые нужно замаскировать) и мягко растушевать кончиком пальца.



## Пудра

Данное косметическое средство имеет древнюю историю. Пудра — незаменимое средство макияжа, применяется:

- для закрепления макияжа;
- для создания и поддержания ровного цвета лица в течение дня;
- для удаления излишков жира, выделений влаги;
- для придания коже матовости, бархатистости, скрытия мелких неровностей.

Пудра защищает кожу от УФ-лучей, холода и других вредных факторов внешней среды.

Существуют два вида пудры: рассыпчатая, закрепляющая макияж и прессованная (компактная), которую используют для поддержания внешнего вида в течение дня.

Порошкообразная пудра (*фр.* *poudres libre*, *англ.* *loose powders* — рассыпчатая пудра) и прессованная (*англ.* *compact* — компактная) по современной технологии содержат много ингредиентов: каолин, карбонат кальция, магнезию, различные высококачественные масла, цветокорректирующие пигменты.

В 1987 г. французская фирма Герлен (Guerlain) впервые предложила удивительный косметический продукт — пудру в виде шариков.

Кроме обычной, имеется водостойкая пудра. Это бесцветная, прозрачная пудра. Она закрепляет макияж, не изменяет его цвет, пригодна для любой кожи.

Тон-пудра (*фр.* *maquillage rapide* — макияж-рапид, быстрый макияж) — напоминает прессованную пудру, но содержит больше жиров, выполняет роль тона и пудры. Наносится спонжем, выпускается в пенкейках — брикетах, плитках. После нее не нужно припудривать.

Цвет:

- темные и светлые оттенки (светло-бежевый, персиковый, нежно-розовый);
- бесцветная — транспарентная (позволяет закрепить макияж, не изменяя его цвет);
- водоотталкивающая (не изменяет свой цвет от воздействия влаги);

- звездная (ирисовая) (переливающаяся всеми цветами радуги).

### Тени для век

Для макияжа глаз используют тени от нейтрального цвета до цветов радуги. Таков огромный ассортимент: темные, яркие, едва заметные, матовые, перламутровые. Могут быть теплых и холодных оттенков. Тени не должны осыпаться и быть мелкодисперсными, в течение дня изменять свой цвет, окисляться, вызывать аллергическую реакцию. Кроме пигментов, в тени вводят жиры, витамины А, Е, увлажняющие компоненты. По консистенции тени бывают сухими и жидкими. Сухие тени выпускают в наборах (в отдельных чашечках), жидкие — в баллончиках.

При выборе теней учитывают цвет глаз, кожи, вид макияжа (дневной, вечерний, свадебный и др.).

### Тушь для ресниц

*Тушь* (англ. mascara — тушь) предназначена для окраски и удлинения ресниц, увеличения их объема.

Ресницы должны выглядеть естественно.

К туши предъявляются особые требования. Она:

- не должна склеивать ресницы;
- не должна раздражать слизистую оболочку глаз и кожу век;
- не должна осыпаться;
- не должна оставлять следы на коже;
- должна наноситься ровно, без комков.

В последние годы появились тушь водостойкая, для чувствительной кожи глаз.

По текстуре тушь бывает жидкая (готовая к употреблению) и твердая (в виде бруска, в кейке). Старые рецепты туши в основном содержали воду, пчелиный воск, позже стали добавлять протеин для удлинения и создания объема, в настоящее время добавляют волокна нейлона, вискозы.

Тушь выпускают в тубиках, баллончиках (жидкую), в специальных пластиковых или бумажных емкостях (твердую).

### Губная помада

Помада — одно из самых употребляемых декоративных средств.

Она должна обладать увлажняющим, заживляющим, смягчающим действием. Помада защищает губы от воздействия вредных факторов внешней среды. Она должна легко наноситься, придавать губам блеск, снимать раздражение и сухость.

Кроме того, помада должна иметь приятный аромат и вкус.

Помада содержит много ингредиентов. Некоторые производители вводят натуральный мед, масло шиповника, миндаля, орхидеи, экстракт алоэ, что обеспечивает питание и увлажнение губ. Введение аллантаина обеспечивает снятие воспалительной реакции. Также добавляют ингредиенты, обеспечивающие защиту губ от вредного воздействия УФ-лучей.

В составе помады часто присутствуют и витамины (например, витамин E).

### Блеск для губ

Кроме помады для губ, в макияже используют блеск. Он создает легкий прозрачный налет. Губы внешне выглядят объемными, сочными и влажными.

Блеск может содержать и пигментные добавки.

### Карандаш для губ

Карандаш для губ служит для процедуры подводки, создания формы или стойкого контура, исправления формы губ.

## 3.4. ОФОРМЛЕНИЕ СРЕДСТВ ДЕКОРАТИВНОЙ КОСМЕТИКИ

Форма упаковки средств декоративной косметики имеет большое значение для удобства в работе визажиста, хранения и перевозки косметики.

*Палитра* (фр., англ. palette — палитра) — это форма упаковки средств декоративной косметики (см. цв. вклейку, ил. 1). В пластмассовой коробке или плоском футляре с ячейками размещают тени, румяна, тональные кремы и т. д.

Согласно определению из толкового словаря С. И. Ожегова, Н. Ю. Шведовой (1992), палитра:

«1. Небольшая дощечка, пластинка, на которой живописец смешивает краски. 2. (перен.) Подбор красочных сочетаний в картине, цветовая гамма. 3. (перен.) Совокупность выразительных средств художника. Богатая палитра писателя».

*Стик* (англ. par stick — палочка, брусок) (см. цв. вклейку, ил. 2) — это форма выпуска косметических и визажных средств, твердых по консистенции, например губная помада, корректор и др.

*Пэнкейк* (англ. pancake — брикет, плитка, блин) (см. цв. вклейку, ил. 3) — это форма выпуска косметических и визажных средств в виде круглых прессованных плоских плиток. Размер их может быть различным. Самую маленькую плитку в круглой пластмассовой формочке с крышечкой или в составе набора (тени, румяна и т. п.) в формочке часто называют *годе* (фр. godet — чашечка).

Для упаковки карандашей, кистей нередко используют пенал.

По определению из словаря С. И. Ожегова, Н. Ю. Шведовой (1992): «Пенал — 1. Длинная коробочка для ручек, карандашей, перьев. 2. (перен.) Вообщеместилище такой формы».

С целью удобства создаются специально сумки визажиста, укомплектованные набором косметических средств. Для перевозки косметики используют саквояжи и кейсы.

Также, кроме перечисленных выше инструментов, при выполнении макияжа используют косметические салфетки (бумажные), разовые салфетки, которыми укрывают спинку стула, пеньюар, косметические полоски, шапочки для закрепления волос и т. п., спецодежду для работающего косметолога, визажиста.

### 3.5. ПРАВИЛА ХРАНЕНИЯ И ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОСМЕТИЧЕСКИХ И ВИЗАЖНЫХ СРЕДСТВ

Чтобы осуществить качественный уход за кожей и обеспечить выполнение процедуры макияжа, наряду с другими факторами важную роль играет соблюдение гигиенических требований.

Прежде всего, следует соблюдать сроки хранения и использования косметики. На упаковках косметических средств указываются год и месяц — срок годности — дата, до которой данный продукт при правильном хранении сохраняет свои первоначальные свойства.

Для извлечения косметических препаратов (кремов, молочка, маски и др.) следует использовать шпатели, аппликаторы, не извлекать средства пальцами во избежание микробного обсеменения. Шпатели надо обрабатывать после каждого использования (например, 70% -ным спиртом).

Не следует хранить косметику в ванной комнате, вблизи обогревательных приборов, необходимо оберегать ее от попадания солнечных лучей. Чаще всего ее следует хранить при обычной комнатной температуре (нужно смотреть инструкцию фирмы, производящей косметику).

Необходимо оберегать косметические средства от лишнего контакта с воздухом. При работе в салоне (кабинете) после забора средства сразу закрыть баночку.

Никому не одалживать свои тени, помаду, румяна, тушь, что равноценно, например, зубной щетке, расческе и другим предметам личной гигиены.

Особое внимание хочется обратить на работу визажиста в условиях салона.

Большинство препаратов декоративной косметики (при правильном хранении) сохраняют свои первоначальные свойства в течение 2–3 лет (кроме туши и губной помады — 6 мес.).

При частом использовании косметических и декоративных средств сроки хранения укорачиваются. У косметических средств меняется запах, тушь может вызывать нежелательную реакцию (раздражение, аллергию).

Косметические карандаши после каждого использования следует регулярно подтачивать (после каждого клиента), это лучше делать при клиенте. Грифель всегда должен быть свежим.

Визажисту перед выполнением процедуры макияжа необходимо тщательно вымыть руки.

Для очищения лица следует рекомендовать ватные диски, разовые салфетки и другие средства, которые обеспечивают индивидуальный уход.

При выполнении макияжа рекомендуется использовать палитру, сняв на нее декоративные средства при помощи шпателей, палочек и других приспособлений. Идеально использовать разовые приспособления или же после каждого использования подвергать их дезинфекции.

Губки, щетки, кисти и другие инструменты необходимо тщательно промывать и дезинфицировать после обслуживания каждого клиента.

*Срок годности* — это отмеченная на упаковке дата, до которой препарат при правильном хранении сохраняет свои первоначальные свойства (как отмечалось ранее).

*Примечание:* он действителен при нераскрытой первоначальной упаковке.

Если продукция стала использоваться, требования должны быть более определенными.

Итак, основные требования.

1. Прежде всего, как отмечалось ранее, не извлекать косметические средства пальцами. Для этой цели использовать шпатели или аппликаторы.

2. Оберегать косметику от попадания солнечного света, хранить вдали от отопительных приборов и повышенной влажности (не хранить в ванной комнате).

3. После использования средств сразу закрыть емкость.

4. Не создавать контрастных условий: хранить или в холодильнике (если есть показание — в нижнем отсеке) или при комнатной температуре.

5. Строго соблюдать рекомендации и инструкции производящих косметику фирм (некоторые указывают сроки использования после вскрытия емкостей). При частом использовании косметических и декоративных средств

сроки хранения укорачиваются (особенно — помады, туши, теней).

6. Следует помнить, что средства декоративной косметики относятся к средствам индивидуального пользования: никому не одалживать свою тушь, помаду, подобно зубной щетке. Визажисту при работе для этой цели использовать палитру, сняв средство на нее. Даже обработанные кисти не гарантируют полной безопасности, если не пользоваться палитрой, поскольку приходится в процессе выполнения макияжа часто касаться лица. При частом использовании может меняться запах средства — показатель изменения качества. Тушь, например, может вызвать нежелательную реакцию: раздражение, зуд, повышенное слезотечение (признак аллергии).

7. Косметические карандаши после каждого использования следует регулярно подтачивать (это лучше делать при клиенте). Грифель должен быть всегда свежим.

8. Для очищения лица, выполнения процедуры демакияжа следует использовать ватные диски, разовые салфетки и другие средства, которые обеспечивают индивидуальный уход. Часто применяются необработанные спонжи. Они могут стать распространителями возможных бактерий, вирусов, клещей. Автору данной книги приходилось в практической деятельности сталкиваться с тем, что при многократном использовании спонжей клиентов заражали герпесом, демодекозом (отмечалось выпадение ресниц после окраски в результате заражения демодекозом).

9. Все технические средства после использования должны тщательно промываться с применением специальных жидкостей для растворения жирных ингредиентов и подвергаться дезинфекции (согласно санитарным нормам) с целью профилактики передачи инфекций и микробного обсеменения.

10. Кроме вышеизложенного, следует подчеркнуть, что в современные средства для макияжа и косметические средства могут быть включены активные ингредиенты, которые не только меняют внешний облик лица, но и воздействуют на состояние кожи.



## ЦВЕТОВЕДЕНИЕ

### 4.1. ОСНОВНЫЕ СВОЙСТВА ЦВЕТА

*Цветоведение* — наука о цвете — как самостоятельная отрасль знаний выделилась в XIX в. Цветоведение изучает основные свойства цветов, изменение цвета от освещения, на расстоянии, под влиянием соседних цветов, поглощение цвета, светотень и т. д.

Белая бумага в тени кажется серой, цветная бумага цвет не меняет. Это происходит потому, что белый, серый, черный цвета отличаются друг от друга только по светлости и насыщенности. Эти цвета называются ахроматическими (бесцветными), остальные цвета — хроматическими (цветными).

Понятие «цвет» имеет многочисленную трактовку.

Это:

- световой тон, окраска чего-то, семь цветов радуги;
- цвет кожи — признак расовой принадлежности;
- как и прилагательное, цветовая гамма;
- свойство тел вызывать определенное зрительное ощущение в соответствии со спектром отраженного в нем излучения, и многое другое.

Собирательное понятие — цветы, цвет (липовый цвет и т. п.); в переносном смысле — отражение чего-то лучшего (цвет общества, цвет науки), или понятие — в цвете сил (в лучшую пору жизни), в цвету (яблони в цвету), пора цветения.



Цвет отличается по следующим признакам:

1) по цветовому тону (окраске) — спектр солнечного света состоит из красного, оранжевого, желтого, зеленого, голубого, синего и фиолетового цвета;

2) по светлоте, зависящей от того, на каком фоне находится предмет, на темном фоне один и тот же предмет кажется светлее, чем на светлом, и наоборот — темный предмет на светлом фоне кажется еще темнее;

3) по насыщенности (т. е. по количеству примеси цветной краски к серому). Эталоном насыщенности принято считать цвета солнечного спектра.

Чем ближе цвет рассматриваемого предмета к спектральному и чем сильнее его отличие от серого, тем он насыщеннее.

Малонасыщенный цвет — светло-желтый, бледно-розовый, бледно-голубой, как и обратный — темно-синий, темно-коричневый.

Это основные свойства цветов, и они определяют цвет.

Малейшие изменения и сбой любой из этих характеристик влечет за собой изменение цвета.

## 4.2. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЦВЕТОМЕТРИИ ПРИ МАКИЯЖЕ

При выполнении макияжа необходимо изучить особенности и законы цветоведения и светотени.

Кроме этого, необходимо проявить фантазию и художественный вкус.

В макияже также используется светотень, представляющая собой распределение различных по яркости цветов и оттенков, и световое пятно — блик — отблеск света на темном фоне.

При выполнении макияжа мы употребляем этот термин как источник освещения, освещенность или освещенное место, на свету. *Тень* — затемненная его часть. *Светотень* — это постепенный переход от тени (полутени) в свету; распределение различных по яркости цветов и оттенков, светлых и темных штрихов.

*Блик* — световое пятно или оттенок света на темном фоне (как отмечалось ранее); в макияже — самое светлое пятно, наносимое на самую выпуклую часть предмета с целью придать ему большую объемность.

Богатая цветовая гамма, применяемая в макияже, состоит из основных и вспомогательных тонов.

Вспомогательные тона являются диаметрально противоположными в хроматическом круге. Если их расположить рядом с основными, то они будут взаимно усиливаться.

Например, если надо подчеркнуть голубизну глаз, то можно использовать тени оранжевого цвета.

Теплые золотистые тени будут казаться ярче, если рядом будут нанесены холодные сиреневые, синие тона.

Также следует учитывать, что темные тона красок сужают, углубляют, отдаляют предмет, а светлые — расширяют, увеличивают, приближают его.

На этом принципе работают нейтрализаторы (корректоры). Например, синеву нейтрализуют, добавляя красный пигмент, красноту — зеленый и т. д.

При выборе теней при глубоко посаженных глазах используют тени теплых оттенков: бежевых, светло-абрикосовых, светло-салатовых.

При выпуклых глазах (глаза навывкате) подойдут прохладные тени, лучше матовые.

Таким образом, на основании изложенного следует сделать вывод: при макияже темный тон красок будет сужать, углублять, отдалять деталь лица, а светлый — расширять, увеличивать, приближать ее. Крупные выступающие детали лица (длинный нос, широкая нижняя челюсть, выраженные скулы) зрительно можно уменьшить, покрыв их более темным тоном, и наоборот, небольшие — светлым.

### 4.3. СВЕТ И ЦВЕТ

«Солнечный свет определяет световое и красочное богатство, колористический облик всей природы. Цвета в спектре располагаются в определенном порядке: красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий, фиолетовый. Так

же цвета и в таком порядке мы видим в радуге» (А. П. Яшухин, 1985).

Для солнечного света характерен наибольший состав цветов, обладающих яркостью по всей длине шкалы.

Свет слабее по интенсивности и беднее по спектральному составу от источников более низких температур (теряют силу фиолетовые, синие, голубые лучи). С понижением температуры свет желтеет, потом появляется оранжевый оттенок, затем красный.

Лучи более высоких температур по цвету более холодные, чем цвет лучей от источников более низких температур.

Например, пламя электросварки имеет цвет более холодный, чем пламя свечи.

Искусственный свет (электричество) — более желто-оранжевый, чем дневной (теплый); свет люминесцентных ламп — более синеватый, сиреневатый (холодный).

Существует общее правило изменения цветов в зависимости от освещения: цвета одного цветового тона с освещением усиливаются по насыщенности, цвета противоположного тона теряют насыщенность и даже чернеют, остальные приобретают оттенок освещения.

Поэтому при выполнении макияжа важно помнить, что палитра красок будет меняться в зависимости от освещения (дневное, солнечное, искусственное и т. д.).

При искусственном источнике освещения преобладают лучи желто-красной части спектра. Поэтому предметы с совпадающей окраской будут выглядеть насыщенней и светлее, предметы же с окраской, противоположной по цвету лучей, будут обесцвечиваться.

#### 4.4. ГАРМОНИЯ ЦВЕТА

Все цвета солнечного спектра можно разделить на две группы:

- теплая гамма (см. цв. вклейку, ил. 4): красный, оранжевый, желтый цвет;
- холодная гамма (см. цв. вклейку, ил. 5): голубой, синий, фиолетовый.

Зеленый цвет — промежуточный.

Главными принято считать три цвета спектра: красный, желтый, синий. Их невозможно получить благодаря смешению других цветов.

Если смешать два крайних цвета солнечного спектра (красный и фиолетовый), то получим новый цвет — пурпурный.

В результате, замкнув полосу спектра в кольцо, мы получим цветовой круг (см. цв. вклейку, ил. 6).

При смешении соседних цветов в различных соотношениях можно получить множество промежуточных оттенков.

Цвета в круге, лежащие на противоположных концах диаметра, являются контрастными, а также взаимно дополняющими друг друга. При смешивании этих цветов друг с другом в определенных пропорциях они дают серый цвет (см. цв. вклейку, ил. 7):

- красный — голубой;
- оранжевый — синий;
- желтый — фиолетовый;
- зеленый — пурпурный.

Каждый из взаимодополняющих цветов от соседства друг с другом не изменяет своего тона, но усиливает его насыщенность и яркость. Например, красный цвет в соседстве с голубым выглядит еще более насыщенным и теплым.

В результате контраста одни цвета кажутся расположенными дальше или ближе своего настоящего расположения в пространстве. В результате этого одни цвета нами воспринимаются как бы выступающими, другие, напротив, как бы удаляющимися (отступающими).

Теплые цвета (желтый, оранжевый, красный и все промежуточные оттенки) воспринимаются выступающими. Соответственно, холодные (голубой, синий, фиолетовый и все их оттенки) воспринимаются как бы уходящими в глубину.

Цвет лучей солнца «дает» тепло, цвет воды — прохладу. Знание этих законов цветоведения необходимо для качественного выполнения техники макияжа.

## 4.5. ЦВЕТОВЫЕ ТИПЫ

Наша природа насыщена цветовым миром. Мы живем в этом мире, общаемся и не задумываемся, часто не осознаем, как это влияет на наше настроение. Нередко носим одежду, которая не совсем подходит к нашей коже, глазам, волосам. Иногда мы привязываемся к определенному цвету. Со временем мы можем менять свое цветовое пристрастие, начинаем оценивать, как выглядим в этом цвете.

Американский психолог Кэрролл Джексон обратила внимание, что в человеке природой заложено тяготение к определенному цвету. Она разработала уникальную схему, по которой разделила всех людей на четкие группы, у каждой из которых свои краски, свои взаимоотношения с цветом. Эти группы были условно названы по временам года: «весна», «лето», «осень», «зима».

### «Весна»

Весенний тип женщины (см. цв. вклейку, ил. 8) имеет золотистый цвет волос (льняной с золотистым оттенком, но не пепельно-светлый). В детстве — это золотистая блондинка. Цвет кожи нежный, светлый с природной прозрачностью и нежным розовым румянцем. При волнении реакция кожи быстрая — краснеет или покрывается красными пятнами на щеках. У некоторых женщин весеннего типа кожа имеет цвет слоновой кости, щеки с розовато-персиковым отливом.

Загорают женщины этого типа быстро, загар имеет золотистый цвет со слегка красноватым оттенком.

Цвет глаз у весеннего типа женщин отличается обширной палитрой — от голубого, бирюзового, зеленого до золотисто-карего.

Весеннему типу подходят светлые и ясные цвета. Основные цвета гардероба: серо-голубой (светлый), абрикосовый (все оттенки), верблюже-рыжий (нежный). Неплохо подходят весеннему типу желто-зеленый, яблочно-зеленый цвета, цвет морской зелени с примесью желтизны.

Загар можно подчеркнуть одеждой цвета нежной светлой бирюзы или ясным аквамаринном.

Весеннему типу подходит также цвет яичной скорлупы или сливочно-кремовой белизны.

Из темных тонов применим нежно-синий, фиолетовый и шоколадно-коричневый.

При выполнении макияжа, чтобы подчеркнуть природный цвет весеннего типа, используют *тональный крем* светлых тонов (цвет яичной скорлупы, золотисто-бежевый, светло-коричневый). Следует иметь в виду, что собственный нежный оттенок кожи не должен подавляться косметикой. *Тени* применяют светло-серые, светло-синие, аквамарин, нежно-голубые (яркие и бледные), цвета липы или ореха, светло- и темно-зеленые, светлые молочные.

*Румяна* весеннему типу подойдут следующих цветов: персиковый, светлый абрикосовый, пастельный розовый, оранжево-красный, золотистые оттенки; наносить их следует на большую поверхность, растушевывая.

*Помаду* рекомендуется применять мягких розовых тонов, светлого персикового и абрикосового цвета, оранжево-красного, морковного, кораллово-красного.

Итак, схема женщины весеннего типа следующая:

- кожа нежная, светлая, цвета слоновой кости, легкий румянец (при волнении);
- цвет волос соломенно-светлый с золотистым оттенком (блондинка);
- глаза голубые, бирюзовые, зеленые;
- опасности солнечных ожогов нет;
- одежда — основной цвет кремово-белый, серо-голубой, цвет верблюжьей шерсти, серебристо-серый.

Средства для макияжа:

- тональный крем белый, цвета яичной скорлупы, золотисто-бежевый;
- тени светло-серые, нежно-голубые, светло- и темно-зеленые;
- помада цвета персика, абрикоса;
- румяна розовые, морковного цвета;
- загорает быстро, цвет загара золотистый.

### «Лето»

У летнего типа женщины (см. цв. вклейку, ил. 9) кожа более пигментирована, чем у весеннего. Она имеет светлый цвет с оливковым оттенком (не золотистым).

Цвет волос пепельный, без золотистого отлива. В детстве светловолосые (белоголовые).

Летний тип женщин загорает быстро. Загар менее интенсивен, чем у других типов, не золотистый, а орехово- и серо-коричневого цвета. Многие плохо загорают.

Цвет глаз у летнего типа серый, серо-голубой, зеленовато-голубой, серо-зеленый, орехово-карий, могут быть желтые вкрапления на радужке. Брови не бывают слишком светлыми, имеют пепельный оттенок.

В одежде ему подходят краски холодного оттенка:

- холодный розовый, но не цвет лосося;
- нежная бирюза;
- желто-зеленые тона;
- приглушенные серо-коричневые тона, но не красно-коричневые;
- желто-коричневые, кирпичные;
- серовато-голубые;
- все приглушенные голубые.

Основным тоном у летнего типа является темно-синий, сиренево-розовый.

При выполнении макияжа для женщин летнего типа следует использовать бежевый *тональный крем* (светлый и темный) или цвета неотбеленной натуральной шерсти.

Летнему типу с серо-голубыми или серо-коричневыми глазами подходит палитра красок холодного оттенка.

*Тени*: светло-серые, ярко-голубые, цвета незабудки, серо-голубые, сизые, темно-коричневые, цвета какао, все оттенки зеленого цвета, бутылочно-бурые.

*Румяна и помада* используются холодных тонов.

Румяна следует наносить тонким слоем.

Помада используется розового, лилового, сиреневого, ярко-сиреневого, ярко-винно-красного цвета, цвета мальвы. Аналогично и румяна.

В макияже главный акцент следует сделать на яркие губы с тщательно выполненным контуром или оказать

предпочтение макияжу глаз. В этом случае помаду используют пастельных тонов (например, нежный розовый).

Таким образом, схема летнего типа:

- кожа с оливковым оттенком (не золотистая);
- цвет волос пепельный;
- глаза серые, серо-голубые, серо-зеленые с желтыми вкраплениями на радужке, орехово-карие;
- опасность солнечных ожогов при длительном пребывании на солнце и передозировке УФ;
- одежда — основной цвет темно-синий, сиреневорозовый, холодный розовый, нежная бирюза, желто-зеленые, серо-коричневый цвета.

Средства для макияжа:

- тональный крем бежевый (темный, светлый), цвета натуральной шерсти (неотбеленной);
- тени светло-серые, цвета незабудки, серо-голубые, все оттенки зеленого;
- помада розовая, сиреневая;
- румяна — отнестись сдержанно.

Загорает плохо.

### «Осень»

Осенний тип женщины (см. цв. вклейку, ил. 10) имеет преимущественно светлую кожу с золотистым оттенком, часто с веснушками коричневого цвета.

Цвет волос рыжий, медно-рыжий или каштаново-рыжий. Оттенок волос всегда теплый с золотистым отливом. В детстве был тот же цвет.

Если кожа очень светлая, то не загорает. Следует опасаться солнечных ожогов.

Глаза яркого цвета, от золотисто-карего до темно-карего, янтарного, тростниково-зеленого, насыщенного оливкового, часто с золотистыми вкраплениями на радужке глаз. Брови и ресницы густые с золотистым отливом. Природный румянец отсутствует.

Основные цвета в гардеробе: керосиновый, цвет хаки, ржаво-коричневый. В качестве дополнения к керосиновому цвету использовать оранжевый и желтый; с цветом хаки сочетается помидорно-красный, омарово-красный и цвет



белой шерсти; ржаво-коричневый прекрасно сочетается со сливово-синим, верблюжий — с тростниково-зеленым, коричневый — с ежевично-красным и т. д.

При выполнении макияжа следует использовать *тональный крем* светлого типа: кремово-белый, цвета песочной карамели.

*Тени* используют различных цветов в зависимости от выбора стиля: медно-коричневые, цвета баклажана, цвета морской волны, персиковый, цвета лосося, бутылочный, хаки, светло-табачный и т. п.

При выполнении макияжа осенний тип может воспользоваться натуральной косметикой нежно-коричневых тонов или броской экстравагантной. В его распоряжении все теплые цвета, переходящие в золотистый, и даже те, которые граничат со шкалой холодных цветов; но не следует применять светлые перламутровые оттенки, едкий розовый, холодный лиловый.

*Помада* осеннему типу подойдет и матовая, и с блеском, ярко-красная, помидорно-красная, темно-малиновая, абрикосового цвета и даже оранжевого.

*Румяна* используют цвета персика, абрикоса.

Таким образом, схема осеннего типа:

- кожа светлая с золотистым оттенком, наличие веснушек;
- цвет волос рыжий;
- глаза карие (теплые, сочные, янтарные);
- опасность солнечных ожогов;
- одежда — основной цвет хаки, горчичный, оливково-зеленый.

Средства для макияжа:

- тональный крем кремово-белый, песочная карамель;
- тени — бирюза, цвет морской волны, лимонно-зеленый, хаки, бутылочный;
- помада цвета апельсина, яркого абрикоса, легкого персика;
- румяна — легкий персик.

В макияже необходимо сделать главный упор на глаза. Если кожа очень светлая, то не загорает.

### «Зима»

Характерным признаком зимнего типа (см. цв. вклейку, ил. 11) является светлая фарфоровая кожа с прозрачно-голубоватым отсветом. Кожа всегда выглядит холодной, редко на щеках может проступить легкий румянец.

Волосы у большинства женщин этого типа темно-коричневые, черные с синеватым отливом.

Цвет глаз интенсивный, холодный, отчетливый:

- темно-карий до черного;
- темно-синий;
- темно-серый;
- цвета фиалки;
- прозрачно-зеленый и т. п.

Белки глаз яркие, светлые.

Кожа загорает плохо. Даже загоревшая кожа кажется прохладной, фарфоровой. Оттенок загара оливковый.

Брови и ресницы темные.

Для основного гардероба подходят холодные, отчетливые цвета: снежно-белый, черный, темно-антрацитовый, ярко-красный, едко-розовый.

В гардеробе широко используются контрастные сочетания черного цвета с едко-розовым, желтого — с серым и красным, холодного лилового с темно-фиолетовым.

Ярко-красный — один из основных цветов гардероба. Этот цвет прекрасно сочетается с серым, зеленым, черным, лиловым, голубым и розовым цветами, а также с серебристо-серым, белым, желтым, лазурным, темно-синим и холодным желтым.

При выполнении макияжа *тональный крем* используют чисто-белый, светло-бежевого цвета.

*Тени* подбирают, используя контрастность, но не пестроту: темно- и светло-серый цвет; синий от темного до ярко-синего; турмалин, антрацит, дымчато-коричневый, темно-зеленый, черный.

Даже полностью обведенные одним цветом глаза (например, керосиново-зеленым) будут выглядеть выразительными.

*Губная помада* для зимнего типа подойдет густого вишнево-красного цвета, едко-розового, бордо, цикламена,

даже темно-фиолетового. Следует тщательно выполнить контур губ.

*Румяна* для создания легкого, нежного румянца на фарфоровой коже используют нежно-розового цвета или цикламена.

Таким образом, схема зимнего типа:

- кожа фарфоровая, светлая;
- цвет волос темный различных оттенков;
- глаза холодного оттенка — черные, карие, голубые (лед);
- опасность солнечных ожогов;
- одежда: основной цвет — красный, черный или синий (все яркие насыщенные).

Средства для макияжа:

- тональный крем белый, бежевый;
- тени темно-серые, черные, коричневые, турмалин;
- помада бордового, темно-фиолетового цветов, цвета цикламен;
- румяна практически не используют или наносят минимальное количество.

Загорает плохо.



## ЧТЕНИЕ ЛИЦА



**И**скусство грима имеет древнюю историю. Желание стать красивой, более яркой, подчеркнуть естественную привлекательность присутствовало у женщин во все времена истории человечества. Накладывает отпечаток на характер макияжа и мода, так как она в какой-то мере является отражением образа жизни, культурного уровня общества, социальных условий и нашего мировоззрения. Мода меняется, меняются и наши эталоны красоты.

И все-таки идеалом остается гармоничный человек, в котором внешняя красота сочетается с внутренней. Поэтому во внешнем облике женщины будут вызывать восхищение женственность, нежность, мягкость, и к этому большинство визажистов выражают свое стремление.

Важно найти свой собственный стиль и создать естественный макияж. Этого добиться труднее всего. Цвета следует выбирать очень тщательно.

Главная задача — подчеркнуть естественную красоту.

У каждого народа веками вырабатывались определенные подходы к процедуре макияжа.

Современная промышленность создает огромный арсенал визажных средств. Наша задача — максимально качественно их использовать. Процесс выполнения макияжа творческий, довольно сложный и требует специальной подготовки.

Уровень современных косметических и визажных средств достаточно высок; огромный ассортимент продукции требует квалифицированного подхода и знаний.



Визажисту необходимо помнить, что макияж противопоказан при заболеваниях кожи, лицам с повышенной чувствительностью к косметическим средствам (имеет значение состав), страдающим аллергией. Средства должны тщательно подбираться.

Необходимый объем знаний должен включать сведения о типах кожи, способах ее очищения, питания, ухода за ней.

На подготовительном этапе выполнения макияжа необходимо тщательно очистить кожу.

Кроме того, следует определить тип кожи, форму лица и его деталей (глаз, бровей, носа, подбородка, губ), возраст, индивидуальные особенности.

Согласно классификации, принятой в 1974 г., все формы лица были приравнены к геометрическим фигурам: овальное, круглое, квадратное, прямоугольное (продолговатое), треугольное, ромбовидное, трапециевидное.

Понятие «тип лица» включает в себя данные о характере, индивидуальных особенностях, форме лица и его деталях. В профессиональной работе визажиста определение «тип лица» называют чтением лица.

При выполнении этой процедуры следует придерживаться определенной последовательности. Должны быть определены:

- тип кожи, цвет;
- форма лица;
- пропорции лица;
- форма глаз;
- форма бровей;
- форма губ;
- форма носа;
- формы подбородка, лба;
- возраст, национальность;
- индивидуальные особенности.

При чтении лица следует соблюдать следующие требования — перед осмотром:

- вымыть руки;
- подготовить рабочее место;
- удобно расположить клиента, убрать волосы;

- тщательно очистить лицо (выполнить процедуру очищения);
- внимательно осмотреть лицо и все полученные данные внести в карту тестирования.

Детальное изучение всех перечисленных данных позволит качественно выполнить макияж.

Необходимо определить наиболее подходящую форму бровей для данного лица и других деталей, определить выбор прически и макияжа.

Наша задача состоит в том, чтобы вся собранная информация послужила цели сделать лицо красивым.

Часто в одном лице могут быть совмещены два вида форм.

В этом случае следует лицо отнести к той форме, черты которой преобладают, и обязательно при этом учесть индивидуальные особенности.

Для правильного определения формы лица необходимо знать характеристику каждой формы.

## 5.1. ФОРМЫ ЛИЦА

### Овальное лицо

Овальное лицо (рис. 19) считается идеальным — классическим.

При овальной форме лица все линии плавные, лоб закруглен, нижняя часть лица и подбородок формируют овал, скулы незаметны и не выступают. Следует отметить, что правильные черты лица — явление редкое. При идеальном овале лица брови плавно изогнуты (дугобразные), максимальный изгиб будет совпадать практически



Рис. 19  
Овальное лицо

с серединой глаза (пик подъема определяется по вертикальной линии, проходящей по краю радужной оболочки глаза до пересечения с бровью).

При выполнении макияжа румяна наносятся от середины скулы в виде капли, вытянутой к виску, и растушевываются по направлению к вискам, придавая лицу нежный здоровый румянец (рис. 20).



Рис. 20

*Нанесение румян при выполнении макияжа на овальном лице*

При овальной форме лица подойдет любая прическа. Идеально смотрится прическа с прямым пробором, так как поддерживает симметрию. Если ваши черты лица идеальны, длина волос может быть самой различной.

Вырез в одежде может использоваться разный: каре, лодочка, круглый, копусообразный и т. д.

### Круглое лицо

При данной форме линии лица плавные (рис. 21). Лицо расширено в средней части (в области щек и скул). Размеры по горизонтали и вертикали приближаются друг к другу или даже равны. Область висков, нижней челюсти и подбородка имеет округлые, мягкие очертания.

Для того чтобы круглое лицо казалось более узким и удлиненным, при коррекции необходимо зрительно уменьшить ширину лица и объем щек. Для этого боко-



Рис. 21

*Круглое лицо*

вые части лица, височные впадины (от висков до нижней челюсти) покрывают темным тоном. Для усиления эффекта высветляют центральную часть лба, подбородок и переднюю часть скул.

Румяна в виде треугольника наносят на скуловые впадины вытянутого к углам рта, растушевывают (рис. 22). Рекомендуется использовать румяна темного цвета.

В форме бровей следует избегать горизонтального расположения. Лучше всего будут смотреться брови с изломом и коротким кончиком (подъем высокий).

При круглой форме лица рекомендуется прическа с высоко поднятыми волосами на темени и пышными прядями с боковым пробором над лбом. Выступающие щеки частично можно скрыть, начесав боковые пряди волос.

В одежде следует придерживаться V-образного выреза или удлиненного овала.



Рис. 22

*Нанесение румян при выполнении макияжа на круглом лице*

### Квадратное лицо

Для квадратной формы лица (рис. 23) характерен широкий лоб, массивная нижняя челюсть с выступающими углами.

Главное в макияже квадратной формы лица снять «тяжеловесность», смягчить очертания лба и нижней челюсти.

При макияже нанести темный тон на боковую поверхность лба (растушевать к вискам), на углы нижней



Рис. 23

*Квадратное лицо*



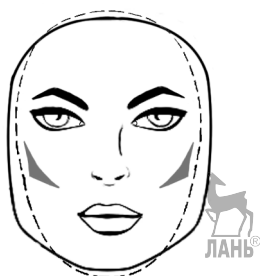


Рис. 24

*Нанесение румян при выполнении макияжа на квадратном лице*

затягивать высоко и пышно уложенным волосам над лбом, над ушами и на затылке. На уровне нижней челюсти — пышным локонам.

Не рекомендуется носить одежду с воротничками-стоечками. Лучше использовать вещи с мягким овальным или V-образным вырезом.

### Удлиненное (продолговатое, прямоугольное) лицо

При удлиненной форме (рис. 25) лицо удлиненно в продольном размере, лоб и скулы одинаковы по ширине (лоб высокий, подбородок вытянут).



Рис. 25

*Удлиненное лицо*

челюсти и боковую поверхность щек (рис. 24). На подбородок — светлое пятно.

Румяна при коррекции следует нанести на скулы в виде треугольника, вытянутого в сторону висков, и растушевать к углам лба (не доводя).

Брови с высоким пиком излома.

При выборе прически предпочтение следует ока-

При коррекции темный тон наносят на верхнюю часть лба вдоль линии роста волос и на нижнюю часть лица от одной ушной раковины до другой, включая подбородок.

Румяна светлого тона наносят на переднюю поверхность скул в форме овала, растушеванная горизонтально (рис. 26).

Брови прямые, горизонтальные.

Чтобы скрыть высоту лба, используют прическу с низким боковым пробором и челкой, разделяющей волосы на две стороны и прикрывающей высоту лба. По бокам на уровне скул следует расположить пышные пряди волос.

Вырез в одежде должен быть лодочкой или воротничком-капюшон.



Рис. 26

*Нанесение румян при выполнении макияжа на удлиненном лице*

### Треугольное лицо



Для треугольной формы лица (рис. 27) характерен широкий лоб, в поперечных размерах лоб и скулы почти или полностью одинаковы, подбородок узкий и удлиненный.

При коррекции темный тон наносят на боковые поверхности лба, виски, часть скул и выступающий подбородок, светлый тон — на боковую поверхность нижней челюсти (рис. 28).

Румяна наносят на переднюю поверхность щек в форме ромба.



Рис. 27

*Треугольное лицо*



Рис. 28

*Нанесение румян при выполнении макияжа на треугольном лице*

Некоторые авторы рекомендуют использовать румяна двух тонов: на область скул (выступающая часть) нанести темный тон, под скуловую впадину — светлый.

Брови округлой формы, смягчающие острый подбородок.

В прическе рекомендуется оформить высокий боковой пробор, небольшие пряди волос опустить на лоб по бокам. На уровне ушей волосы должны быть пышными для уравновешивания острого подбородка.

В одежде должны присутствовать вырезы в виде каре или округлой формы.

### Ромбовидное лицо



Рис. 29

*Ромбовидное лицо*



Рис. 30

*Нанесение румян при выполнении макияжа на ромбовидном лице*



При данной форме лица (рис. 29) самая широкая часть выпадает на скулы («скуластое лицо»).

При коррекции темный тон наносят на боковые поверхности скул, светлый тон — на углы нижней челюсти и височную область (рис. 30).

Румяна темного цвета наносят на самую высокую точку скул (можно в форме треугольника) и растушевывают вдоль линии, соединяющей висок с углом рта.

Брови с изломом или изогнутые с пиком.

В прическе следует максимально показать ширину лба.

Прядями волос необходимо закрыть выраженные скулы. Пышность волос должна присутствовать под ушами.



В одежде рекомендуются высокие воротники (стоечки) под самое горло.

### Трапецевидное лицо

Для трапецевидного лица (рис. 31) характерны выраженные углы нижней челюсти.

Верхняя часть лица в поперечных размерах значительно уже нижней.

Цель корректировки — уменьшить слишком широкую нижнюю часть лица. Для этого темный тон наносят на углы нижней челюсти (рис. 32).

Трапецевидную форму лица можно рассматривать как квадратное лицо, суженное в лобной части.

Румяна наносят высоко на скулы в форме прямоугольника (светлые), растушевывая к вискам, заходя на виски.

Брови плавные (дуга) или округлой формы.

В прическе следует максимально открыть лоб и таким образом расширить его по бокам.

В одежде следует придерживаться V-образного или глубокого овального выреза.

Для правильного определения формы лица необходимо знать характеристику каждой формы.



Рис. 31

*Трапецевидное лицо*

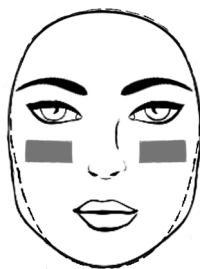


Рис. 32

*Нанесение румян при выполнении макияжа на трапецевидном лице*

### Практическое выполнение процедуры

1. Вымыть руки, усадить клиента, включить местное освещение.

2. Зачесать волосы назад так, чтобы лицо было открыто и хорошо доступно осмотру. Использовать для удобства косметическую повязку (полоску), косынку (шапочку).

3. Выполнить демакияж (очищение) косметическими средствами (молочко, тоник и т. д.) с учетом типа кожи и состояния.

4. Внимательно осмотреть лицо и все детали лица, определить форму лица, занести в карту тестирования.

## 5.2. ПРОПОРЦИИ ЛИЦА

Классический вариант пропорций лица представлен на рисунке 33.

Идеал человеческой красоты менялся на протяжении столетий.

При макияже (как было отмечено ранее) следует учитывать тип лица, форму и взаиморасположение деталей лица, обязательно брать во внимание тип кожи и ее рельеф.

Идеальное лицо должно быть симметричным и овальным. Условно лицо делят на три части: верхнюю, среднюю и нижнюю. Для этого проводят четыре линии:

- первая линия — по краю лба у линии роста волос;
- вторая — через переносицу по линии бровей;
- третья линия — через кончик носа и крылья носа;
- четвертая линия — по краю подбородка.

Уровень зрачков делит лицо на две равные части: верхнюю и нижнюю.

*Ширина носа* в области крыльев равна расстоянию между внутренними углами глаз и, в свою очередь, это расстояние равно длине глазной щели.

Правильная бровь должна начинаться в точке пересечения с прямой линией, проведенной через основание носа и внутреннего угла глаза, и заканчиваться в точке пересечения с прямой, проведенной через основание носа и внешний угол глаза.

Эталоном правильной формы считается то лицо, которое отличается плавностью очертания лба, скул, нижней челюсти и подбородка и вписывается в овал, как было изложено ранее.

Тип лица и его особенности были описаны выше. После осмотра клиента полученные данные необходимо занести в карту клиента.

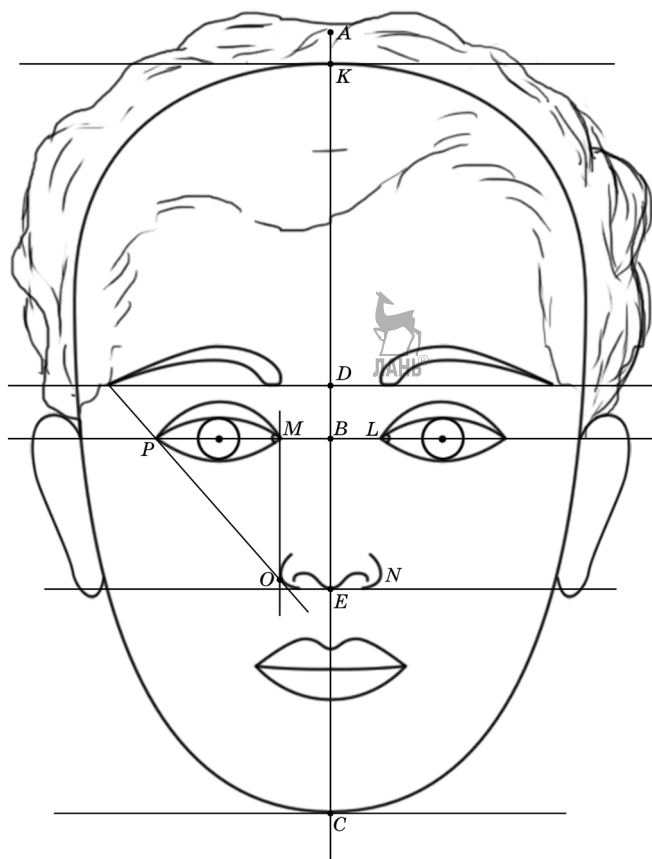


Рис. 33

*Пропорции лица (классический вариант)*

Примерная форма карты выглядит следующим образом.

### Карта тестирования

1. Ф. И. О.: \_\_\_\_\_.

2. Возраст: \_\_\_\_\_.

3. Телефон: +7(\_\_\_\_\_)\_\_\_\_\_.

Общие данные о состоянии здоровья (уточнить данные об отсутствии аллергии).

Тип кожи					
сухая <input type="checkbox"/>	жирная <input type="checkbox"/>	комбинированная <input type="checkbox"/>	нормальная <input type="checkbox"/>		
Форма лица					
овальное <input type="checkbox"/>	круглое <input type="checkbox"/>	квадратное <input type="checkbox"/>	удлиненное <input type="checkbox"/>	треугольное <input type="checkbox"/>	ромбовидное <input type="checkbox"/>
Форма глаз					
Миндалевидные					
Выпуклые					
Щелевидные					
Близко посаженные					
Широко посаженные					
Нормально посаженные					
Другое					
Форма губ					
нормальные <input type="checkbox"/>	полные <input type="checkbox"/>	широкие <input type="checkbox"/>	тонкие <input type="checkbox"/>		
Симметричные					
Асимметричные					
Форма носа					
широкий <input type="checkbox"/>	короткий <input type="checkbox"/>	длинный <input type="checkbox"/>	прямой <input type="checkbox"/>	с горбинкой <input type="checkbox"/>	

Форма бровей	
Дугообразные	<input type="checkbox"/>
Круглые	<input type="checkbox"/>
С изломом	<input type="checkbox"/>
Изогнутые	<input checked="" type="checkbox"/>
Прямые	<input type="checkbox"/>
С коротким кончиком	<input type="checkbox"/>
Цвет глаз	
Цвет волос	
Косметические и декоративные средства, применяемые при выполнении макияжа: фирма, цвет	
Очищающие	
Основа	
Тональный крем	
Пудра	
Тени для век	
Тушь	
Контурный карандаш для глаз	
Румяна	
Помада	
Другое	

Подпись визажиста: \_\_\_\_\_

Подпись клиента: \_\_\_\_\_ (ознакомился).

### 5.3. ДЕТАЛИ ЛИЦА

#### Нос

Форма носа может быть самой различной. Влияют на форму носа национальные признаки, анатомическое строение и др.



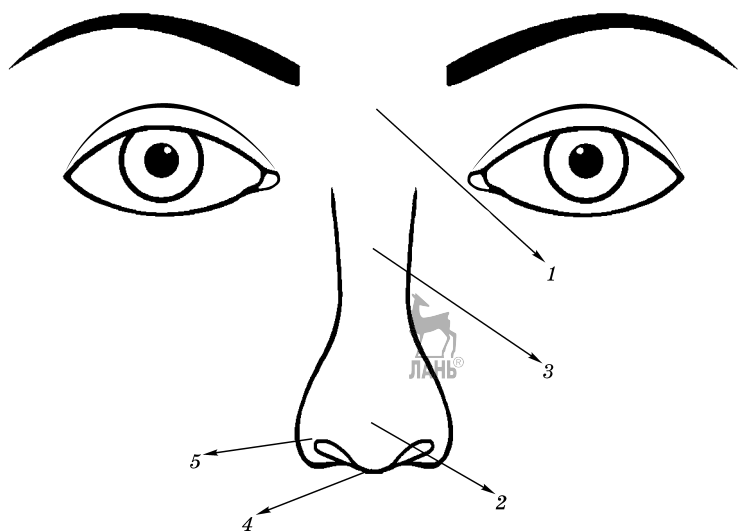


Рис. 34

*Строение носа:*

1 — переносица; 2 — основание носа; 3 — спинка носа;  
4 — носовая перегородка; 5 — крыло носа.

Наружный нос, с которым имеет контакт визажист, представлен костно-хрящевым остовом, покрытым кожей.

В строении носа (рис. 34) различают переносицу (корень), основание носа, спинку носа, крылья носа, носовую перегородку.

Нос пропорционально лицу может быть широким, длинным, коротким.

Кроме того, в профиль — прямым, с горбинкой, вогнутым, курносым и т. п.

Форму носа можно изменить, применяя темные и светлые тона (см. п. 6.4).

**Глаза**

Глаза — зеркало души.

С помощью качественного макияжа глаз можно грамотно подчеркнуть привлекательность и умело скрыть недостатки.

### *Анатомические особенности глаз*

Глаза — сложный орган зрения, состоящий из воспринимающей части — глазного яблока с его придатками, проводящих путей, подкорковых центров, высших зрительных центров в затылочных долях коры больших полушарий.

Глазное яблоко состоит из трех оболочек: наружной (фиброзной), средней (сосудистой), внутренней (сетчатой). Наружная оболочка глаза (глазного яблока) обуславливает форму глаза, поддерживает его определенный тургор, выполняет роль защиты и является местом прикрепления глазодвигательных мышц. Передним отделом наружной фиброзной оболочки является роговица, которая кроме общих функций, свойственных наружной оболочке, принимает участие в преломлении световых лучей. Она занимает 1/6 протяженности наружной фиброзной оболочки. Основные свойства роговицы: зеркальность, прозрачность, сферичность, высокая чувствительность, отсутствие сосудов.

Остальные 5/6 наружной оболочки занимает склера. Склера имеет белый, иногда слегка голубоватый цвет.

Средняя оболочка глаза подразделяется на три отдела: радужку, ресничное тело и хориоидею. Радужка имеет вид тонкой пластинки, почти округлой. Зрачок — круглое отверстие в радужке, регулирующее количество световых лучей, проникающих в глаз. Величина зрачка меняется в зависимости от силы светового потока. Цвет радужки зависит от ее пигментного слоя, содержащего крупные многогранные пигментные клетки. Пигментных клеток особенно много у брюнетов, у альбиносов они отсутствуют. Ресничное тело недоступно непосредственному осмотру невооруженным глазом. Собственно сосудистая оболочка глаза (хориоидея) — задняя часть сосудистого тракта. К ней прилежит оптическая часть сетчатки. Внутренняя оболочка глаза — сетчатка — выстилает всю внутреннюю поверхность сосудистого тракта.

Глаз находится в костном вместилище — глазнице.

Передняя поверхность глазного яблока прикрывается веками, защищающими его от вредных внешних воздействий.

Края век соединяются у внутреннего и наружного углов глаз. Форма и ширина глазных щелей изменяются при смехе, гневе, раздражении глаза ветром, дождем, светом и т. д. На изменения могут влиять и заболевания глаз.

Кожа век очень тонкая. На веках кожа легко собирается в складки. Следует отметить, что подкожная сетчатка в этой зоне очень рыхлая и практически не содержит жира. В области век легко возникают отеки при местных воспалительных процессах, ушибах, заболеваниях почек, сердечно-сосудистых нарушениях и других заболеваниях.

Под кожей расположена круговая мышца глаза, имеющая три части: глазничную, вековую и слезную.

Глазничная часть расположена на верхнем и нижнем крае глазницы, образуя мышечное кольцо.

Вековая часть представлена тонким слоем мышечных пучков. Мышечные пучки проходят по передней поверхности хрящей верхнего и нижнего века.

Начинаясь от медиальной связки века и медиальной стенки глазницы, они направляются к латеральному углу глаза, переплетаясь друг с другом, часть волокон проходит к надкостнице латеральной стенки глазницы. Слезная часть охватывает слезный мешочек. Расширяя слезный мешочек, способствует всасыванию слезной жидкости через слезные каналы.

В оформлении глазничной впадины принимают участие и брови.

Глаза отличаются по форме, величине, положению, цвету радужки, выразительности, по расстоянию между внутренними углами глаз:

- 1) по форме и величине глазной щели — миндалевидные, щелевидные (монгольские, японские), круглые;
- 2) по размеру — большие и маленькие;
- 3) по посадке (положению) — нормально посаженные, глубоко посаженные, выпуклые (навыкате);
- 4) по расстоянию между внутренними углами глаз — близко посаженные, широко посаженные;
- 5) по расположению на оси (условная прямая горизонтальная ось, проведенная через наружный и внутренний угол глаза):

- классический глаз: внутренний и наружный угол глаза размещены на одной прямой;
- европейский глаз (падающий) — наружный угол ниже внутреннего;
- восточный глаз (восходящий) — наружный угол выше внутреннего.

### Губы

При общем осмотре лица оценивают, как влияет естественная форма губ на выражение всего лица в целом.

Губы — очень подвижная часть лица.

Губы (рот) образованы круговой мышцей рта, снаружи покрытой слизистой оболочкой; мышца продолжается в ротовой полости.

При макияже следует соблюдать санитарные правила (мыть руки перед выполнением процедуры макияжа, использовать качественные средства, соблюдать сроки хранения и т. п.).

Идеальные губы — симметричные (рис. 35). Центр губ приходится на вертикальную ось симметрии лица, которая делит губы на две равные части.

Расстояние от углов рта  $AB = BC$ . Углы рта  $A$  и  $C$  лежат на горизонтальной линии. Максимальный прогиб верхней и нижней губ расположен на вертикальной оси (точки  $B$  и  $E$ ).

Точка  $B$  расположена в центре верхней губы.

Точки  $A_1$  и  $C_1$  являются наивысшими точками V-образного выреза. Они размещены на одинаковом расстоянии от горизонтальной линии смыкания губ.

В зависимости от размеров разреза ротовой щели рот может быть большим и маленьким, углы рта приподняты или опущены (относительно к горизонтальной линии).

Верхняя губа бывает различной формы:

- изогнутый лук («лук Венеры» — классический вариант);

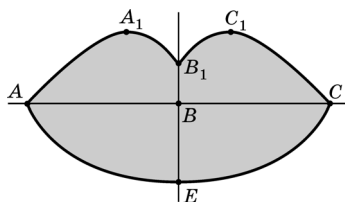


Рис. 35

Идеальные губы

- в виде буквы М;
- без выемки.

Складка смыкания губ может иметь прямую линию, округлую, выпуклую, волнистую формы.

По форме губы определяют как широкие, пухлые (полные), тонкие (узкие), нормальные.

По расположению: симметричные, асимметричные (несимметричные).

### Брови

Форма бровей наглядно демонстрирует характер человека:

- подчеркивает мужественность, суровость;
- может сделать лицо человека легкомысленным, веселым, печальным.

Они играют важную роль в выражении эмоций. Форма бровей способна подчеркнуть красоту наших глаз.

При макияже необходимо учитывать строение бровей, форму, длину. Кроме того, разной форме лица должна соответствовать определенная форма бровей (см. раздел «Коррекция бровей»).

В строении бровей выделяют головку, тело и хвостик (см. п. «Коррекция бровей и ресниц»).

Головка находится у переносья и является самой утолщенной частью.

В средней части расположено тело. Наружная часть брови (самая тонкая) — хвостик.

В п. 6.4 подробно изложен процесс коррекции бровей.

## ТЕХНОЛОГИЯ МАКИЯЖА



**М**акияж способен подчеркнуть достоинства внешности, сделать человека неотразимым.

Важно найти свой собственный стиль. Этого добиться труднее всего. Нужен опыт. Следует очень тщательно выбирать цвета. Главная задача — подчеркнуть естественную красоту.

Перед выполнением макияжа кожу нужно подготовить: тщательно очистить лицо, можно сделать легкий пилинг или очищающую маску.

У каждого народа веками выработывались определенные подходы к процедуре макияжа.

Современная промышленность создает огромный арсенал визажных средств. Наша задача — максимально и качественно их использовать.

При использовании декоративной косметики важно правильно подобрать гармонирующие цвета и оттенки.

Процесс выполнения макияжа — творческий, он довольно сложен и требует специальной подготовки. Цвет кожи играет большую роль, характеризует внешний облик человека.

Необходимо учитывать также возраст человека, национальность, социальное положение и другие объективные и субъективные аспекты.

В целях оптимального подбора цвета используют специальную палитру.

Для усиления цвета глаз можно применить эффект рефлекса. Отраженный свет, падая на окружающие предметы, изменяет или усиливает их цвета.

Например, атласная голубая блузка отлично подойдет к голубым глазам, подчеркивая их цвет.

Так же, используя темные и светлые тона, можно зрительно уменьшить или увеличить отдельные детали лица.

Излишне выступающие или крупные части лица зрительно уменьшают, покрывая их темным тоном, а небольшие, например маленький подбородок, — светлым. Глубоко посаженные глаза можно «вывести из глубины», покрыв веки светлыми тенями.

В макияже используют блик — светлое пятно (чтобы сделать губы более пухлыми).

Перед выполнением макияжа обязательно следует осмотреть лицо клиента, выполнить процедуру чтения лица.

Как отмечалось ранее, при чтении лица соблюдают определенную последовательность. Для этого:

- определяют тип кожи и цвет;
- отмечают форму лица, пропорции;
- определяют форму глаз, бровей, губ, носа, подбородка, лба;
- определяют цвет глаз, бровей, волос.

Кроме того, следует учитывать возраст, национальность, индивидуальные особенности лица, личный вкус клиента и современные требования моды.

Применяя декоративную косметику, можно исправить косметические недостатки.

Макияж развивается и совершенствуется, но классическое направление, отличающееся элегантностью, женственностью, мягкостью, всегда будет востребовано.

Следует также учитывать возможные побочные действия от применения декоративной косметики.

Некоторые косметические и декоративные средства могут вызывать аллергические реакции, обострение кожных заболеваний.

Данные осмотра рекомендуется занести в карту клиента.

## 6.1. ОБЩИЕ ПРАВИЛА ВЫПОЛНЕНИЯ МАКИЯЖА

Как было отмечено ранее, при выполнении макияжа необходимо соблюдать определенные правила:

- соблюдать правила санитарии и гигиены — перед выполнением процедуры вымыть руки;
- подготовить рабочее место;
- убрать волосы;
- тщательно очистить лицо — выполнить процедуру очищения (демакияжа);
- внимательно осмотреть лицо, все полученные данные внести в карту тестирования (выполнить «чтение лица»);
- приготовить средства для макияжа;
- выполнить макияж согласно намеченной программе.

Следует помнить: макияж выполняется на здоровой коже. Однако в настоящее время появилась декоративная косметика нового поколения (лечебная декоративная косметика), позволяющая выполнять макияж на проблемной коже.

## 6.2. РАЗНОВИДНОСТИ МАКИЯЖА

В зависимости от цели и объема выполняемой процедуры макияж может быть простым и сложным.

Простой макияж создает эффект легкости и естественности (например, дневной макияж).

Сложный макияж требует такого же подхода, что и простой, но ставит перед собой задачу скрыть недостатки, изменить форму деталей лица, сузить или расширить лицо — скорректировать.

Макияж по назначению бывает дневной, вечерний, образный, невесты, зрелого возраста и т. д.



### 6.3. ПРОСТОЙ МАКИЯЖ

Классическим вариантом простого макияжа является дневной. Но при выполнении он не лишен трудностей. Очень важна чистота и точность исполнения.

Любой макияж, в том числе и простой, требует серьезного, индивидуального подхода, соблюдения общей гармонии, стиля и вкуса.

Простой макияж состоит из следующих этапов:

- снятие макияжа, т. е. выполнение процедуры очищения (демакияжа);
- нанесение дневного увлажняющего крема (в зимнее время — питательного);
- тонирование лица;
- припудривание;
- макияж глаз;
- оформление бровей;
- оформление губ;
- нанесение румян.

Перед выполнением процедуры обязательно тщательно вымыть руки, усадить клиента, убрать волосы.

Визажист стоит справа, работает правой рукой, левая рука выполняет вспомогательную роль (держит салфетку, промокает и т. д.).

#### Очищение (демакияж)

При выполнении демакияжа применяют очищающие средства с учетом типа кожи.

Очищающие средства наносят легкими скользящими движениями, соблюдая направление от центра лба к вискам, на веки — по нижнему веку к носу и по верхнему — от носа к вискам, дальше на все лицо и шею по кожным линиям (рис. 36).

Средство смыть теплой водой, ополоснуть прохладной.

В условиях салона процедуру демакияжа выполняют в определенной последовательности:

1) сначала очистить губы, увлажнив ватный диск очищающим средством, для этого левой рукой фиксируют правый угол рта («вилочкой» — 2–3 пальцами), а правой

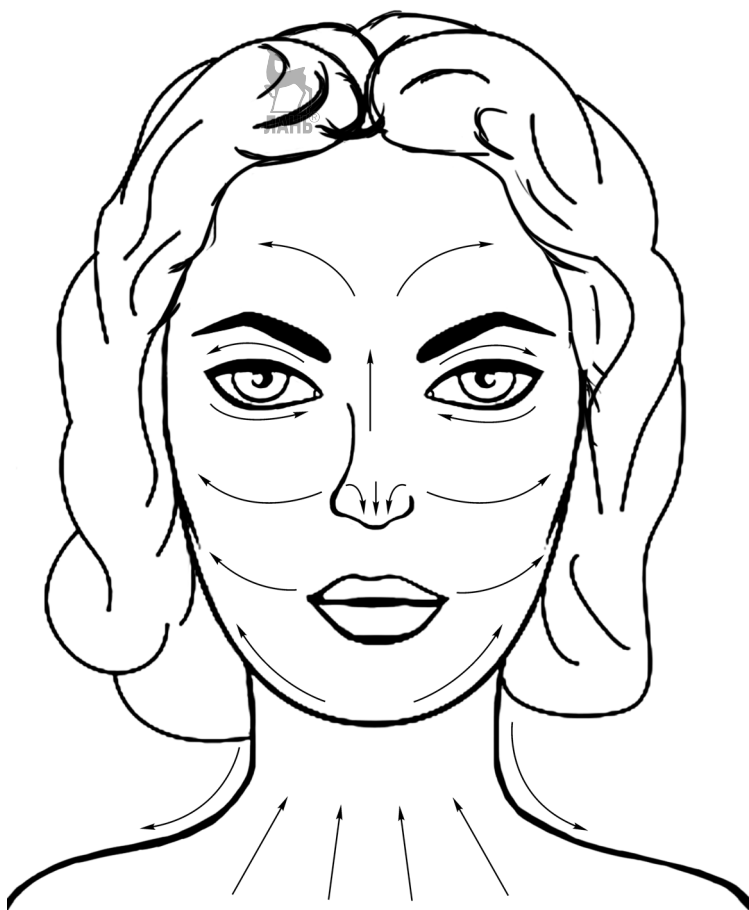


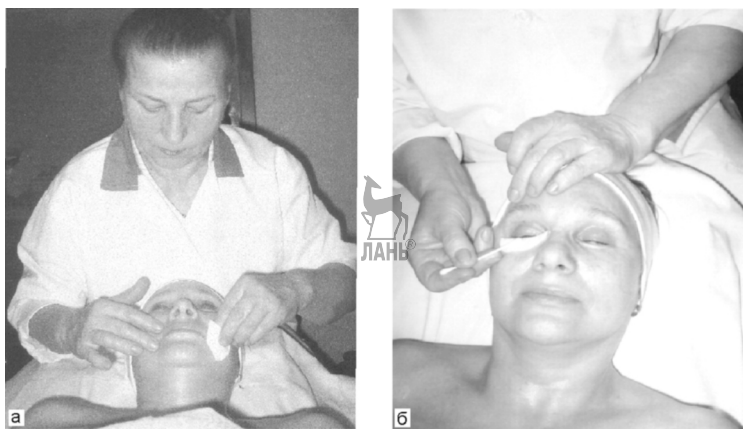
Рис. 36

*Кожные линии*

снимают помаду, двигаясь от правого угла к левому и затем наоборот (рис. 37а);

2) затем очищающее средство смывают водой, используя диски и соблюдая то же направление (рис. 37б);

3) тушь с ресниц снимают ватной палочкой, смочив ее в очищающем средстве и предварительно подложив под веки ватные диски;

**Рис. 37***Очищение:**а — губ; б — глаз.*

4) тени с век убирают ватными дисками, нанеся очищающее средство, соблюдая направление по нижнему веку от наружного угла глаза и по верхнему веку от носа к наружному углу глаза;

5) затем все лицо очищают по кожным линиям (см. выше);

6) завершают демакияж, обработав лицо тоником (лосьоном).

### Нанесение крема

Крем наносится кончиками пальцев на лицо и затем скользящими движениями, соблюдая направление кожных линий (линий наименьшего растяжения), растирается:

- от центра лба к вискам;
- на носу — от крыльев носа к кончику и по спинке носа вверх;
- на лице — от носа к углу рта, середины подбородка по щекам в стороны;
- над верхней и нижней губой, от угла к углу рта, фиксируя «вилочкой» кожу левого угла, а потом правого.

Вокруг глаз крем аккуратно наносят, двигаясь от наружных углов глаз к носу (по нижним векам) и от носа по верхним векам и подбровному пространству к внешним углам. Можно выполнить нанесение крема легкими прижимающими движениями, соблюдая то же направление.

На кожу шеи наносят средство от основания по направлению к нижней челюсти.

Вечером, сняв макияж, можно нанести питательный (увлажняющий) крем не позднее чем за 2 ч до сна.

Следует помнить, что перед сном должна быть обязательно выполнена процедура очищения.

### Тонирование лица

Тональный крем распределяют аналогично, соблюдая то же направление.

Особое внимание обращают на распределение тонального крема у линии роста волос, сводя его «на нет». Тон на лице подбирают с учетом цвета кожи шеи.

Для этой цели небольшое количество тонального крема наносят на край нижней челюсти, равномерно распределив, и сравнивают с цветом кожи шеи. Он должен быть на тон светлее или совпадать.

Тональный крем наносят небольшим количеством кончиками пальцев и распределяют по коже лица.

Начать можно с носа, двигаясь по спинке носа на лоб, далее распределяют тональный крем на лбу по направлению к вискам и до волос. Затем тонируют все лицо и шею. Можно использовать спонж, особенно в местах углублений (складок). Помним, что тональный крем наносим строго по линиям наименьшего растяжения кожи. Тон должен быть распределен равномерно и выглядеть естественно.

При использовании жидкого тонального крема (флюида) необходимо небольшое количество его нанести на тыл кисти (левой), чтобы согреть до температуры кожи, и спонжем легкими скользящими движениями распределить по массажным линиям.

При применении твердых тональных средств, например фар-крема, его наносят на влажный спонж и распространяют по коже. В складках на коже и на участках с расширенными

порами тональный крем наносят, слегка прижимая пальцами или латексным спонжем.



### Нанесение пудры (припудривание)

Для закрепления макияжа, придания коже матовости, создания гладкой ровной поверхности наносят пудру, используя ватные тампоны (диски) или кисти.

Существуют два вида пудры: рассыпчатая, которую применяют для закрепления тон-основы, и прессованная, или компактная, которая используется для поддержания макияжа в течение дня.

Пудру в последние годы стали использовать и для закрепления помады. После нанесения первого слоя помады губы припудривают, затем наносят второй слой поверх пудры.

Пудра имеет много оттенков. Используется в макияже и прозрачная, или бесцветная, пудра. Она пригодна для любого цвета кожи, так как не меняет цвет нанесенных ранее макияжных средств.

### Макияж глаз

Макияж глаз включает следующие этапы: нанесение теней на веки, подводка глаз, окраска ресниц.

Макияж глаз должен учитывать форму и цвет глаз, цвет волос и кожи лица.

*Общие принципы нанесения теней:*

1) светлые тени наносят на внутренний угол глаза и подбровное пространство, темные — у внешнего угла глаза и растушевывают к вискам;

2) переход от светлых теней к темным должен быть очень плавным;

3) подвижное веко покрывают более темными тенями, располагая вдоль ресничного края;

4) выше к бровям постепенно переходят к более светлым;

5) тени для век наносят, как правило, начиная с самых светлых тонов, заканчивая темными.

*Способы подводки глаз*

Нанесение полоски темного цвета (контур) делает глаза более крупными и удлиненными, зрительно их «откры-

вает». Для этой цели используют жидкую подводку, карандаш (черный, синий, коричневый) или тени.

Жидкую подводку наносят тонкой кисточкой ровной линией, проходя непосредственно вдоль ресниц.

Следует в этой процедуре придерживаться определенных правил.

По нижнему веку выполняют подводку от внутреннего угла глаза к наружному. Верхнее веко подводят от внешнего к внутреннему углу штрихами, наслаивая друг на друга. Конец подводки у наружного угла глаза должен повторять форму крайних ресниц.

*Примечание:* подводка может не соединяться (рис. 38) и соединяться (рис. 39) и выходить за пределы глаза.

При использовании черных теней подводку выполняют кисточкой или тонким аппликатором.

При классическом варианте для подводки используют карандаш-айлайнер черного цвета.

Штрих на верхнее веко (как было отмечено ранее) наносят, начиная у наружного угла глаза, ровно наслаивая, оттянув веко кверху, двигаясь к внутреннему углу.

Линия подводки плавно расширяется у внешнего угла глаза, не выходя за



Рис. 38

*Подводка глаз не соединяется у наружного угла глаз*

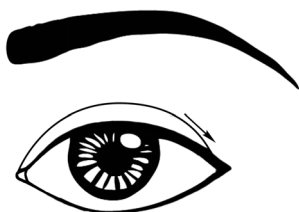


Рис. 39

*Подводка глаз соединяется у наружного угла глаз*

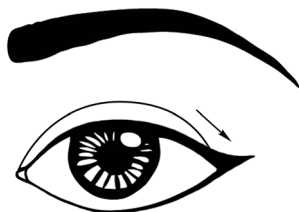


Рис. 40

*Подводка у наружного угла глаз в виде стрелки*

границу подвижного века. Согласно принципам моды, этот подход может меняться.

Например, у наружного угла глаза может оформляться стрелка (рис. 40).

### Оформление бровей

В начале процедуры брови следует расчесать расческой сначала вверх, затем вдоль брови и внимательно осмотреть. При необходимости брови можно подкрасить карандашом или тенями для век.

Недостающие волоски прорисовать карандашом штрихами в направлении роста волосков.

При выполнении любого вида макияжа брови должны быть подкрашены в цвет волос — черного, коричневого, серого карандашей (см. п. «Окраска бровей и ресниц»).

### Оформление ресниц

Ресницы выполняют важную функцию естественной защиты глаз.

Продолжительность жизни ресниц в среднем 5–6 месяцев. На месте выпадающих ресниц вырастают новые. Этот процесс мало заметен. С возрастом состояние ресниц меняется. При наличии воспалительного процесса ресницы истончаются и выпадают.

Имеет значение и правильный уход. Ежедневно утром и вечером следует тщательно смывать макияж с век и ресниц (тени, тушь, карандаш). При этом рекомендуется использовать качественные очищающие средства, предназначенные для ухода за данной зоной, применяя разовые диски, аппликаторы и т. п.

Главная задача макияжа глаз и ресниц — придать им выразительность.

Тушь используется для окраски, утолщения и удлинения ресниц. В повседневном макияже обычно используют тушь черного и коричневого цветов. В зависимости от цвета глаз, туалета, назначения макияжа можно сочетать разные тона туши.

Для закрепления макияжа используют специальный гель для ресниц и бровей («маскара»).

### Макияж губ

Макияж губ начинают с нанесения контура для создания четкой формы и придания губам большей выразительности. Для этой цели используют карандаш или подводку для губ, или помаду более темного цвета.

При одинаковом цвете карандаша и помады можно после нанесения контура заштриховать губы. Помада после этого ляжет ровно и будет держаться более устойчиво.

После нанесения помады губы следует промокнуть бумажной салфеткой, слегка припудрить и нанести второй слой.

### Нанесение румян

Качественно нанесенные румяна создают природный румянец, придают лицу свежесть. Румяна наносят движениями снизу вверх на выступающую часть скул в направлении висков. При этом следует учитывать форму лица, как было изложено в предыдущем параграфе. Движение должно быть мягким, слегка касающимся. Румяна не должны резко менять натуральный оттенок кожи. Излишки румян следует удалить чистой кистью или ватным диском.

Для освежения макияжа в целом румянами касаются кончика носа, середины подбородка, мочек ушей, углов нижней челюсти и подклюичной ямки.

## 6.4. СЛОЖНЫЙ МАКИЯЖ

Сложный макияж выполняется по той же схеме, что и простой, но он включает моделирование лица с коррекцией форм лица и деталей, а также ставит задачу скрыть недостатки.

На участки кожи небольших размеров, отличающиеся от основного цвета (застойные пятна, телеангиэктазии, пятна после угревой сыпи и т. п.), наносятся корректоры:

- на синюшные — густого бежевого цвета;
- на желтые — сиреневого;
- на красные — зеленого.



При больших участках для коррекции используют цветную базу.

При наличии темных кругов под глазами для маскировки наносят антисерн (светлого телесного, лососевого, желтоватого цвета). Антисерн подбирают с учетом основного цвета кожи. Он должен быть на два тона светлее естественного.

Если лицо не является классическим по форме (овальным), то следует осуществить коррекцию овала лица с помощью тона, пудры, румян, как описывалось в главе 5 (формы лица, пропорции лица).

### **Особенности выполнения макияжа глаз**

Для макияжа глаз используют следующие средства: карандаши (айлайнеры для подводки), тени для век, тушь для ресниц и др.

Качественно и грамотно выполненный макияж позволяет подчеркнуть женскую привлекательность и умело скрыть недостатки.

Линия подводки глаз должна быть четкой. При классическом варианте она проводится у корней ресниц и в конце должна повторять форму крайних ресниц. При этом линия плавно расширяется к внешнему углу глаза и не выходит за границу подвижного века.

Наносить линию подводки следует мелкими штрихами (см. п. 6.3).

Современный макияж во многом повторяет былые эталоны. Еще египтяне узкой полоской наносили черную краску вдоль роста ресниц, расширив линию у внешних углов глаз для придания им удлиненной формы.

В настоящее время стиль «стрелок» 1960-х гг. опять становится модным, особенно в вечернем и экстравагантном макияже. В этом случае линию подводки выводят за внешний угол глаза.

Следует помнить, что при выполнении подводки необходимо учитывать форму глаз.

Тени для век подбирают с учетом типа макияжа (дневного, вечернего, праздничного, свадебного и т. д.).

В целом макияж глаз включает нанесение оттеночных средств на веки, подчеркивание разреза глаз и оформление ресниц.

При коррекции следует учитывать форму глаз. Существуют разные варианты сочетания теней. Например, подвижное веко покрывают самыми темными тенями. Постепенно к бровям переходят на светлые. Для нанесения теней используют разовые аппликаторы или кисточки. Другой вариант: на внутренний угол глаза наносят светлые тени, у внешнего угла глаза — темные и растушевывают к вискам. На подбровное пространство наносят светлые тени. Переход от светлых теней к темным должен быть плавным.

Способы растушевки теней и зоны нанесения светлых и темных теней меняются в зависимости от формы глаз, что будет изложено ниже. Нанесение теней обычно следует начинать с самых светлых тонов, а заканчивать темными. Тени необходимо тщательно растушевывать для плавного перехода от одного цвета к другому.

Следует отметить, что современная мода не требует обязательно использовать тени для глаз, совпадающие с цветом глаз. Даже наоборот, контрастные оттенки используются чаще. Например, с карими глазами — насыщенные зеленые, с голубыми — золотистые, ореховые.

Световой акцент (хайлайт) размещают под бровями:

- при вечернем макияже используют для акцента золотистые, серебристые тени, тени цвета слоновой кости;
- при дневном — светло-розовый, бежевый, приглушенный цвет слоновой кости.

### Коррекция формы глаз

Различают глаза по форме (миндалевидные, щелевидные, круглые и т. д.), по размеру (большие и маленькие), по посадке (нормально посаженные, глубоко посаженные, выпуклые), по расстоянию между внутренними углами глаз (близко посаженные, широко посаженные), по оси (при классическом варианте — внутренний и наружный угол глаза на одной линии, при восходящем — наружный угол

выше внутреннего, «восточный глаз», при падающем — наружный угол ниже внутреннего, «европейский»).

### *Миндалевидные глаза*

По форме идеальными глазами считаются миндалевидные. При миндалевидных глазах расстояние между глазами равно длине глаза, внутренний и наружный углы лежат на одной прямой.

При макияже темную тень следует нанести на выпуклую часть глаза, на внутренний угол, под бровь — светлую тень. Сделать плавный переход, растушевав (рис. 41).

Подводку выполняют по самой линии ресниц к внешнему углу глаза, постепенно расширяя (не должна выходить за границу подвижного века).

Интенсивность подводки нижнего века должна быть на 25% меньше, чем верхнего.

При необходимости глаз расширить, подводку не соединять у наружного угла глаза.

### *Круглые глаза*

Цель коррекции — приблизить круглые глаза к миндалевидным. Для подводки не рекомендуется использовать черный цвет, лучше темно-серый, серо-фиолетовый. Контур наносить следует с  $1/3$  века, расширяя к внешнему углу глаза.

Тени более интенсивно наносить в области наружного угла глаза (рис. 42).

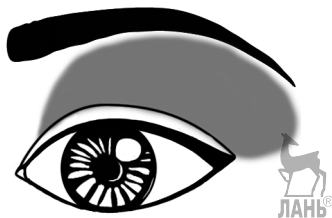


Рис. 41

*Макияж миндалевидных глаз*

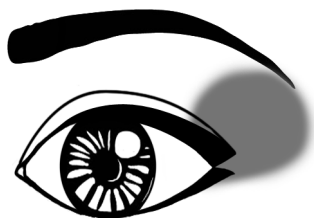


Рис. 42

*Коррекция круглых глаз*

Верхний и нижний контур подводки должен быть четким. У наружного угла глаза он не должен соединяться.

*Щелевидные глаза  
(раскосая форма — узкие, монголоидные,  
японские)*

Цель коррекции — увеличить глаза.

Тенями темного цвета по подбровному пространству рисуют новую складку («банан») и растушевывают в следующем виде:

- округлой формы, вытянутой к виску (рис. 43);
- в форме листика, расположенного острым углом к виску (рис. 44);
- в форме прямоугольника (рис. 45).

Подбровное пространство, пространство между темными тенями нарисованной складки и внутренним углом глаза покрывают светлыми тенями.

Подводку выполняют только по нижнему веку, прорисовывая линию по всей длине. При подводке упор следует делать на внешний угол глаз, расширяя с 1/3 нижнего века.

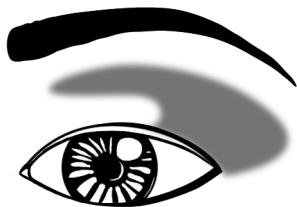


Рис. 43

*Коррекция щелевидных глаз  
(«банан» округлой формы)*

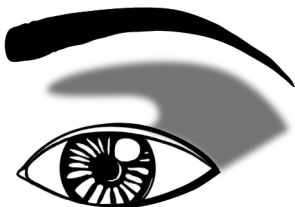


Рис. 44

*Коррекция щелевидных глаз  
(форма листика)*

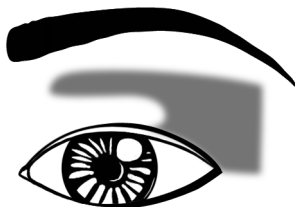


Рис. 45

*Коррекция щелевидных глаз  
(форма прямоугольника)*

## Коррекция размеров глаз

### *Маленькие глаза*

Для коррекции следует применять светлые тени (телесного, бежевого, розового цветов), а также перламутровые или с сильным блеском.



### *Большие глаза*

При коррекции подвижное веко покрывают темными, матовыми тенями холодных цветов (серо-фиолетовые, темно-синие, темно-серые) или используют в макияже подводку.

Темным цветом можно покрыть не только верхнее, но и нижнее веко.

## Коррекция глаз по посадке

### *Выпуклые глаза (глаза навывкате)*

При коррекции подвижное веко покрывают тенями темного цвета или подводкой (линию делают размытой).

Линию подводки выполняют на верхнем и нижнем веке, учитывая форму глаз.

Тени используют темных и матовых, неярких цветов, холодных тонов (темно-синие, серо-фиолетовые, серо-голубые).

Их наносят на выступающую часть глаза, растушевывая вертикально (рис. 46).

Подбровное пространство тонируется светлым тоном.

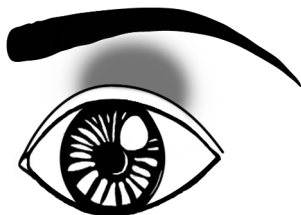


Рис. 46

*Коррекция выпуклых глаз*

### *Глубоко посаженные глаза*

Цель коррекции — визуально приблизить глаза, вывести из глубины, сделать более выразительными.

При макияже на верхнее веко наносят светлые тени (рис. 47). Подбровное пространство следует смягчить матовыми тенями (бежевого, розового, телесного цвета). При вечернем макияже можно добавить легкий блеск или перламутр.

Для поднятия брови следует нанести белую полоску под бровью (очень тонкую) и растушевать к концу брови.

Контур необходимо выполнить в классическом стиле.

*Примечание:* при глубоко посаженных глазах в макияже лучше избегать теней темных оттенков.



Рис. 47

*Коррекция глубоко посаженных глаз*

### Коррекция глаз по расстоянию между внутренними углами глаз

#### *Близко посаженные глаза*

При данном типе глаз расстояние между глазами меньше ширины глаз.

Цель коррекции: зрительно расширить, увеличить расстояние между глазами. При макияже тени светлых оттенков наносят на верхние веки и внутренние углы глаз по обе стороны переносицы. Внешние углы покрывают темными тенями (рис. 48), выходя за границы внешних углов глаз.

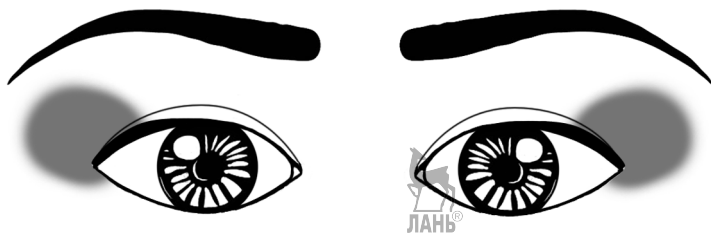


Рис. 48

*Коррекция близко посаженных глаз*



Рис. 49

*Нанесение контура*

Подводку (контур) наносят на внешний угол глаза, отступив на  $2/3$  от внутреннего угла и расширив в конце (рис. 49) или выйдя за внешний угол («стрелки»). Контур, выходящий за границу подвижного века, следует соединить с внутренним углом глаза. Верхняя точка наружного штриха и внутреннего угла — на одной линии. Стрелка должна быть четкой. Хайлайт (световой акцент) — у начала брови (очень светлый).

### Широко посаженные глаза

При данном типе расстояние между глазами больше длины глаз.

Цель коррекции: зрительно уменьшить расстояние между глазами.

При макияже тенями темного цвета покрывают внутреннюю часть подбровного пространства от внутреннего угла глаза до переносицы и основания брови. От середины века к вискам — более светлый тон.

Подводка (контур) по верхнему и нижнему веку выполняется у внутреннего угла глаза (рис. 50) более интенсивно.

Для уменьшения расстояния между бровями наносят штрихи коричневого или черного цвета, увеличивая брови.



Рис. 50

*Широко посаженные глаза*

Можно использовать и тушь, нанося ее на ресницы более густо у внутренних углов глаз (на верхние и нижние ресницы).

### Коррекция по оси расположения глаз

#### *Восходящий вариант (восточный глаз)*

При классическом варианте внутренний и наружный угол глаза находятся на одной линии.

При восходящем варианте наружный угол глаза расположен выше внутреннего («раскосые глаза») (рис. 51).

В таком случае при коррекции акцент следует сделать на наружный угол нижнего века, используя тени и подводку, как бы вернуть наружный угол на одну горизонталь с внутренним.

При макияже тени темного цвета нанести на внешний угол глаза.

Нижнее веко подчеркнуть подводкой, утолщающейся с 1/3 нижнего века к наружному углу глаза.

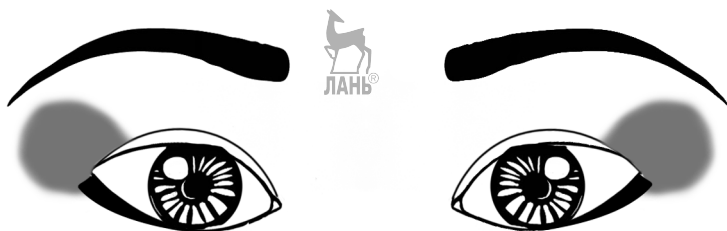


Рис. 51

*Восходящий вариант глаз (восточный глаз). Подводка*

#### *Падающий глаз (европейский глаз)*

При этом варианте наружный угол глаза расположен ниже внутреннего по отношению к горизонтальной оси (рис. 52).

Цель коррекции — зрительно поднять опущенные наружные углы глаз.



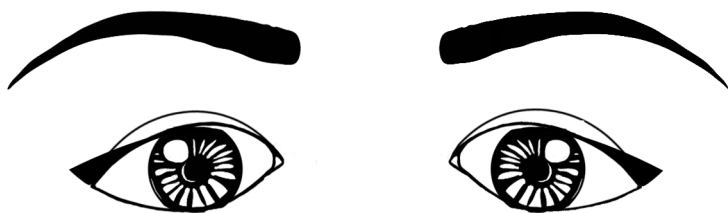


Рис. 52

*Падающий глаз (европейский глаз)*

Если подвижное веко хорошо развито, то для коррекции используют подводку (контур), нанося ее на внешнюю 1/3 часть верхнего века.

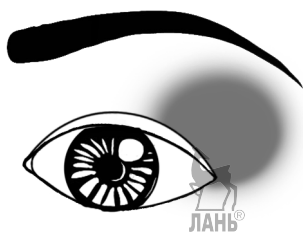


Рис. 53

*Коррекция европейского глаза*

Линию подводки начинают от внешнего угла глаза и заканчивают в точке, с которой глаз начинает падать (рис. 52).

Если подвижное веко не развито или закрыто нависающими складками кожи верхнего века, то коррекцию выполняют темными тенями для век. Тени растушевывают, поднимая наружный угол глаза (рис. 53).

### Коррекция формы носа

Форма носа зависит от формы костной и хрящевой тканей.

При коррекции выступающие части носа можно зрительно уменьшить, покрыв их более темными декоративными средствами. Причем переход от светлого тона к темному следует делать плавно. Таким образом, за счет контраста используемых декоративных средств мы можем изменить форму носа.

Наши клиенты часто прибегают к услугам пластических хирургов, особенно при дефектах и аномалиях носа.

С помощью макияжа корректируют мелкие несовершенства носа. Например, маленький нос — для придания ему выразительности — покрывают весь светлым тоном (рис. 54а).

Широкий нос можно уменьшить, покрыв более темным цветом самую выступающую часть носа (рис. 54б).

Если нос длинный и узкий, светлый тон необходимо нанести на крылья носа

и боковые стороны носа, а затем затемнить участок в области носовой перегородки (рис. 34).

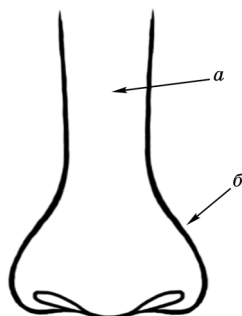


Рис. 54

*Коррекция формы носа:*  
 а — нанесение светлого тона;  
 б — нанесение темного тона.

### Окраска бровей и ресниц и коррекция бровей

#### Строение бровей

Брови — важная часть лица. Они способны разрушить или создать равновесие лица, подчеркнуть красоту глаз, придать лицу то или иное выражение, усугубить недостатки. Макияж может потерять смысл, если брови оформлены неправильно.

В брови различают (рис. 55а) головку 1, тело 2 и хвост 3. Длина брови — расстояние от начала брови до кончика 4. В зависимости от густоты брови бывают широкими, тонкими, длинными, сросшимися у переносицы.

Если зрительно соединить основание брови (головку) с концом (хвост) прямой линией, то по отношению к горизонтальной плоскости эта линия может быть горизонтальной, восходящей и ниспадающей.

По форме брови бывают дугообразные (рис. 55б), круглые (рис. 55в), с изломом (рис. 55г), изогнутые (рис. 55д) и прямые (рис. 55е). Классическим вариантом считается дугообразная бровь.

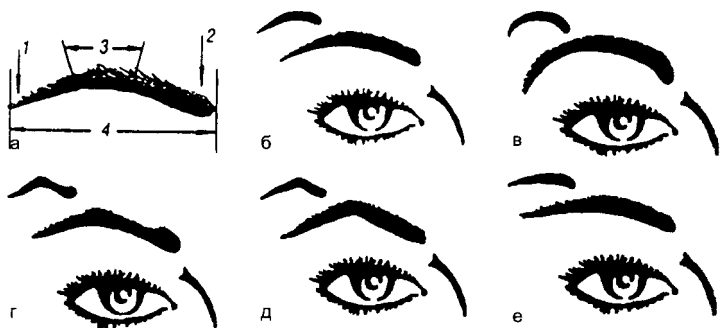


Рис. 55

*Строение бровей:*

*а* — части брови; *б* — дугообразные брови; *в* — круглые брови; *г* — брови с изломом; *д* — изогнутые брови; *е* — прямые брови.

### Окраска бровей и ресниц

В санитарных нормах процедура окраски бровей и ресниц отмечена в перечне процедур, разрешенных для выполнения в косметических кабинетах (салонах).

Для окраски используются профессиональные краски различных фирм («Лондаколор», «Шварцкопф» и др.).

Для выполнения процедуры необходимо приготовить:

- диски (тампоны для очищения);
- очищающие средства;
- ватные палочки;
- краску (разных цветов);
- растворитель;
- кисточки (лучше одноразовые);
- белый карандаш (пудру);
- средство для снятия краски с кожи в области бровей;
- емкости для смешивания краски.

При подборе краски следует придерживаться следующих правил:

- цвет краски должен соответствовать цвету волос головы (классический вариант; возможно темнее или светлее волос);

- использовать только хорошо зарекомендовавшие себя средства с маркировкой «для окраски ресниц и бровей»;
- не окрашивать брови в насыщенный черный цвет — черты лица становятся грубыми, теряется женственность; при светлых волосах может быть рекомендован серо-коричневый цвет краски.

### *Выполнение процедуры*

Усадить или уложить клиента в кресло. Голова запрокинута (использовать подголовник).

В стеклянную или фарфоровую емкость выдавить 1–1,5 см краски и добавить 2–3 мл 3%-ной перекиси водорода, тщательно размешать. Можно 1 таблетку гидроперита развести в 10 мл воды.

Под ресницы поместить диск. Брови обезжирить.

Краску нанести кисточкой по ходу роста волос, начиная от хвостовой части брови; для ресниц — от корня к кончикам. Экспозиция для ресниц — 10–15 мин; для бровей — 5–10 мин.

После экспозиции краску снять ватным диском и смыть теплой водой или использовать для удаления краски с кожи области бровей специальное, предназначенное для этого средство. Перед окрашиванием на веко можно нанести аппликатором немного крема.

### **Коррекция бровей**

Коррекция бровей является широко распространенной процедурой в современной косметологии.

Изменение формы бровей может изменить выражение лица. Прежде чем приступить к коррекции, необходимо очень внимательно изучить форму брови. Окрасив брови и правильно откорректировав их, можно зрительно увеличить глаза, подчеркнуть черты лица, скрыть недостатки. Черты лица не у всех людей пропорциональны. У некоторых выделяется нос, у других — губы, у третьих — подбородок и т. д. В зависимости от интенсивности окраски бровей можно уравновесить черты лица или подчеркнуть их.

Прежде чем приступить к коррекции бровей, следует внимательно осмотреть их — они могут быть разными по длине, форме, густоте волос. Существенное значение имеют пропорции и форма лица.

Определять точки начала, изгиба и окончания бровей принято следующим образом.

1. Берут линейку и располагают ее вертикально на лице, соединив внутренний угол глаза и наружный край крыла носа соответствующей стороны лица. Продлевают линию вверх до пересечения с бровью, отмечают белым карандашом точки пересечения — здесь бровь должна начинаться (рис. 56а).

Волосы, оставшиеся на области переносицы, подлежат удалению. Их не следует удалять, если лицо имеет квадратную или круглую форму или глаза широко посажены. Удаление волос в данном случае зрительно расширит лицо.

2. Ставят линейку на линии, соединяющей наружный угол глаза и наружный край ноздрей. Точка пересечения с бровью будет соответствовать концу брови (рис. 56б).

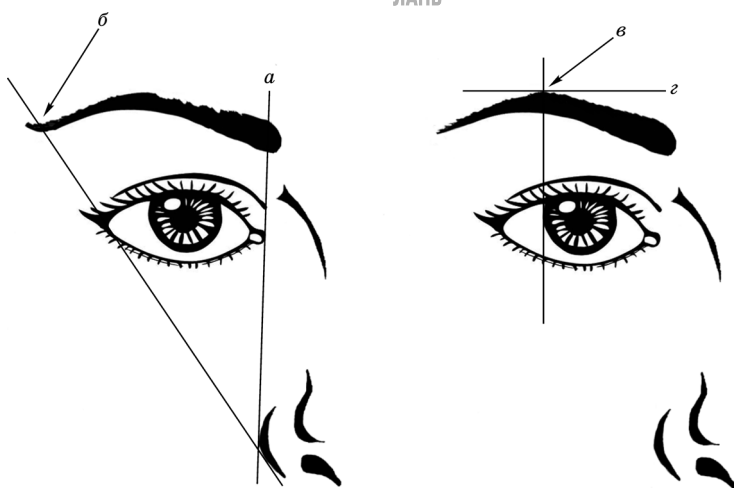


Рис. 56

Этапы (а-г) коррекции бровей

3. Наибольшая высота брови (пик подъема) определяется по вертикальной линии, проходящей по наружному краю радужки глаза до пересечения с бровью. Две точки пересечения на нижней и верхней границе брови будут определять свод подъема. Пик подъема — самая высокая точка брови (рис. 56в).

По современным требованиям моды, рекомендуется брови не изменять, а лишь подчеркнуть красоту естественной линии. После коррекции бровь должна гармонировать с чертами лица и формой глаз. Как было изложено выше, сначала необходимо определить длину бровей, затем следует выбрать форму бровей в соответствии с формой лица.

Для коррекции используют различные способы.

1. Подстригание ножницами используют для волос, выступающих за границу формы бровей. Для этого брови зачесывают вверх и к границе лобно-височной области. Выступающие волоски подрезают, отступив от линии бровей на 2–3 мм вверх (рис. 56г). Не рекомендуется подстригать единичные волоски, так как линия среза видна.

2. Бритье мало популярно, так как отрастающий волос заметен практически на следующий день (абсолютно не подходит для темных волос, так как точка среза заметна сразу).

3. Удаление волос при помощи хлопковых нитей (тридинг). Способ требует профессиональной подготовки. Недостаток — резкая болезненность. При этом способе волосы отрастают медленно (3–6 недель).

4. Удаление с помощью воска или полосок. Требования к технике те же, что и при депиляции на теле. Длина волос в момент удаления должна быть не менее 5–6 мм.

5. Удаление волос с помощью электроэпиляции и лазера в зоне бровей практически не используется.

6. Самым популярным способом удаления ненужных волосков на бровях является выщипывание с помощью специального пинцета. Удалять волос следует в направлении роста, захватывая его у основания и избегая обрыва. Для уменьшения болезненности кожу фиксируют пальцем. При коррекции не рекомендуется удалять волоски сверху брови, так как визуально бровь как бы «садится» (не все

косметологи едины в мнении, что верхнюю часть брови не следует выщипывать).

Перед выщипыванием необходимо удалить макияж, очистить и продезинфицировать кожу; на несколько секунд приложить тампоны, смоченные в горячей воде. Сначала следует откорректировать брови карандашом (белым — при черном цвете волос и наоборот), прорисовав необходимую форму. Можно использовать трафарет. Для выщипывания лучше использовать пинцет с плоскими или скошенными кончиками.

7. Декоративная коррекция — подкрашивание — выполняется карандашом, тенями для век или тушью. Предварительно бровям следует придать желаемую форму, зачесать вверх и вдоль их линии. Не следует использовать насыщенный черный цвет — теряется женственность. В зависимости от цвета волос и бровей используют карандаши серого, коричневого цвета. С помощью карандаша рисуют мелкие штрихи (где недостаточно волос), не подкрашивают сплошной линией. Можно использовать для окрашивания хну.

На завершающем этапе форму можно закрепить специальными косметическими средствами.

Для усиления роста бровей и ресниц в домашних условиях можно изготовить средство:

- 1 тюбик питательного крема (30–40 г);
- 30 капель концентрата витамина А (в масле);
- 15 капель витамина Е (в масле);
- 1 чайная ложка оливкового масла;
- 1 чайная ложка касторового масла.

Ежедневно кисточкой смазывают брови и ресницы в течение 2–3 мес. утром и вечером перед сном.

### **Коррекция формы подбородка, лба**

Подбородок в зависимости от формы лица может быть различным по форме и размеру.

К коррекции подбородка следуют прибегать при двойном, сильно выступающем, длинном, остром, квадратном подбородке. С этой целью на выступающую за овал лица часть подбородка наносят темный тон, растушевывая к шее.



Форма лба зависит от размеров лобной кости черепа. При различных формах лица размеры лба будут разные (см. п. 5.1). Лоб может быть широким или узким, высоким или низким. У некоторых людей выступают лобные бугры и надбровные дуги. Зрительно на ширину лба влияет форма бровей. Все эти особенности следует учитывать при выполнении макияжа.

Цель коррекции: смягчить острые очертания подбородка, нижней челюсти и лба, используя светлые и темные оттенки визажных средств (пудры, румян). Затемняя выступающие детали, можно зрительно их уменьшить. Главное — тщательно все растушевать, создавая плавный переход. Граница между светлыми и темными тонами должна быть незаметной.

### Коррекция формы губ

Как отмечалось ранее, форма губ может быть самой разной. Выражение лица часто зависит от формы губ.

При макияже мы стремимся изменить не только форму, но и цвет губ.

Для успешной коррекции необходимо при любой форме губ тщательно прорабатывать контур.

Идеальные губы — симметричные.

Контур должен быть нанесен в тон помады или на тон темнее. Обязательное условие — контур верхней и нижней губ совместить в углах рта. При коррекции губ природный контур вначале перекрывают плотным тонирующим средством. Отступив от природного контура, наносят новый, соединяя в углах рта.

Отклонение от естественного контура не должно превышать 1 мм.

При узких (тонких) губах следует на 1 мм выходить за естественные границы губ, а при полных — наоборот внутрь.

### Варианты коррекции губ

Тонкие губы (рис. 57):

- прорисовать новый контур, выходя за пределы естественного на 1 мм;



- нанести помаду на губы с учетом нового контура;
- помаду лучше использовать светлых тонов, теплую с естественным блеском.

Полные губы (рис. 58):

- нанести плотное тонирующее средство на природный контур;
- отступив от природного контура внутрь нанести новый контур, соединяя линии в углах губ;
- расстояние от природного контура должно быть не более 1 мм;
- рекомендуется избегать помады ярких тонов, слишком темных, переливающихся оттенков.

Несимметричные губы (рис. 59):

- нанести контур на правильную сторону губ;
- скопировать линии контура правильной стороны на другой стороне, которую нужно корректировать;
- обвести контур губ полностью.

Маленькие губы (рис. 60):

- нанести контур, отступив от природного, до уголков рта (соединив);

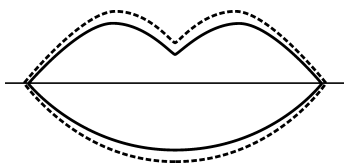


Рис. 57  
Тонкие губы

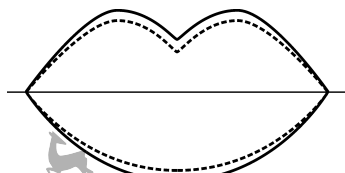


Рис. 58  
Полные губы

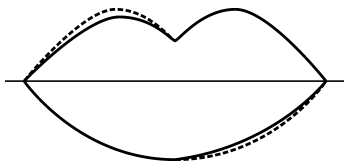


Рис. 59  
Несимметричные губы

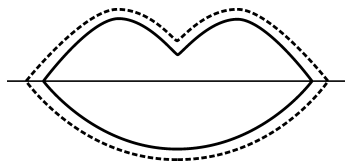


Рис. 60  
Маленькие губы

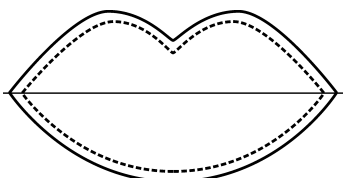


Рис. 61

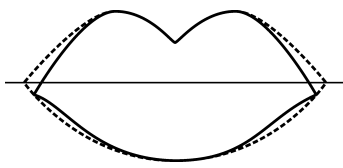
*Большие губы*

Рис. 62

*Губы с опущенными уголками*

- использовать помаду ярких тонов;
- применить блеск.

Большие губы (рис. 61):

- нанести плотное тонирующее средство на природный контур губ;
- отступив от природного контура внутрь на 1 мм, нанести новый контур, соединяя в углах рта;
- рекомендуется избегать ярких тонов помады, лучше использовать матовые цвета, натуральные.

Губы с опущенными углами (рис. 62):

- нанести контур на верхнюю губу из центра, выйдя ближе к углу рта за верхнюю границу;
- так же нанести контур на нижнюю губу, соединив с верхним контуром в углах рта;
- помаду более яркого оттенка нанести на центр губ;
- в углах рта нанести помаду менее яркую и аккуратно растушевать от более яркого к менее яркому;
- в центре губ можно нанести блеск.

### **Оформление губ (техника макияжа губ)**

Из технических средств при макияже губ мы используем карандаши для нанесения контура, помаду и рассыпчатую пудру.

Сначала выполняют очищение губ. Для очищения губ (снятия макияжа) используются нежные очищающие средства (техника выполнения изложена ранее в п. «Очищение (демакияж)» главы 6).

Следует тщательно осмотреть губы для определения формы и наметить программу коррекции.

При тонировании лица природный контур губ перекрывают плотным тонирующим средством. При оформлении губ важно правильно нанести контур. Для этой цели используют контурные карандаши, позволяющие точно и нежно обвести губы. Контур следует наносить тонкими штрихами, наслаивая каждый штрих друг на друга, начиная с верхней губы, и, двигаясь, прорисовывать линию от углов рта вверх. По нижней губе провести непрерывную линию от левого угла к правому (рис. 63). Контур фиксируют нанесением пудры (рассыпчатой).

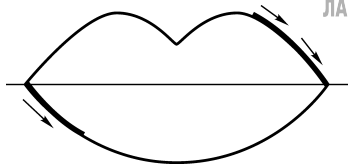


Рис. 63

*Нанесение контура*

Затем наносят помаду. Промокнув помаду бумажной салфеткой, припудрить еще раз и повторно нанести помаду.

При необходимости используют блеск и помаду разных тонов (светлых, темных).

Как отмечалось ранее, отклонение от естественного контура не должно превышать 1 мм.



## ВАРИАНТЫ МАКИЯЖА

### 7.1. ДНЕВНОЙ МАКИЯЖ



С учетом направлений, особенностей стиля, цветовой гаммы вариантов дневного макияжа может быть много.

Если женщина придерживается *классического стиля* в одежде, выглядит элегантно, в дневном макияже можно применить визажные средства коричневато-бронзовой гаммы.

#### **Классический вариант (см. цв. вклейку, ил. 12)**

Для выполнения макияжа необходимо приготовить:

- очищающее средство по типу кожи;
- увлажняющий крем;
- тональный крем — золотисто-бежевый;
- пудру натурального цвета;
- тени для век — рыжеватую охру, коричнево-бронзовые, бежево-розовые, светло-желтые;
- карандаш для подводки — коричневый, рыжевато-охристый;
- тушь для ресниц черного цвета;
- румяна розового цвета;
- помаду красного цвета.

#### *Техника выполнения*

Выполнить процедуру очищения (демакияжа) лица.

В качестве основы нанести увлажняющий крем, соблюдая направление кожных линий. Затем лицо затонировать

золотисто-бежевым тональным кремом и припудрить пудрой натурального цвета.

Оформление глаз:

- на верхнее веко на всю поверхность вплоть до брови нанести бежево-розовые тени;
- поверх них на внутреннюю половину подвижного века нанести рыжевато-охристого цвета тени;
- от наружного угла подвижного века до центра — коричневато-бронзовые тени, растушевав до конца бровей, складку верхнего века прокрасить более интенсивно;
- на нижнее веко от наружной части наносят эти же коричневато-бронзовые тени, переходя у внутренних углов к рыжевато-охристым;
- под бровью выполняют линию светло-бежевыми или перламутровыми, или светло-желтыми тенями;
- верхнее и нижнее веко подводят коричневым карандашом;
- на ресницы наносят черную тушь, на верхние ресницы на 1–2 слоя больше, чем на нижнее.

Брови расчесать щеточкой и слегка подкрасить в цвет волос.

Румяна используют розового цвета.

На губы наносят помаду красного цвета.

### Вариант 1 (см. цв. вклейку, ил. 13)

Для выполнения этого вида макияжа необходимо приготовить следующие средства:

- очищающее молочко по типу кожи;
- увлажняющий крем по типу кожи (в зимнее время питательный);
- тональный крем светло-бежевого цвета;
- тени для век песочно-розового, лилового, серого, желто-зеленого, розового цветов;
- контурный карандаш коричневого и черного цветов;
- тушь для ресниц черного цвета; румяна розово-сиреневого цвета;

- карандаш для губ насыщенного розового цвета;
- помаду розово-оранжевого цвета.

### *Техника выполнения*

Перед выполнением макияжа очистить лицо (выполнить процедуру очищения, соблюдая все требования). Нанести увлажняющий крем в качестве основы, мягко распределяя его по коже в направлении кожных линий. Затем распределить тональный крем светло-бежевого цвета. После этого припудрить лицо, используя пудру натурального цвета.

На внутреннюю половину верхнего века нанести тени песочно-розового цвета, от конца до центра верхнего века — тени серого цвета, мягко растушевывая к середине верхнего века и по направлению к кончику бровей. Выпуклую часть глаза покрыть желто-зелеными тенями. Под самую бровь нанести сиренево-розовые тени.

Наружный угол глаза подвести карандашом черного цвета, постепенно двигаясь к середине и переходя на коричневый цвет.

Для окраски ресниц использовать тушь черного цвета.

На боковую поверхность скул нанести румяна сиренево-розового цвета.

Завершают макияж, окрасив губы помадой розовато-оранжевого цвета, предварительно нанеся контур.

### **Вариант 2 (см. цв. вклейку, ил. 14)**

Для выполнения данного макияжа необходимо приготовить следующие средства:

- очищающее молочко по типу кожи;
- увлажняющий (питательный) крем;
- тональный крем светло-бежевого цвета;
- пудру (светлую № 0, 1);
- тени для век серого, темно-серого, светло-серого цветов;
- белый кайял;
- контурный карандаш черного цвета;
- тушь для ресниц черного цвета;
- румяна розово-красные;
- помаду светло-розовую.

### *Техника выполнения*

Выполнить процедуру очищения (демакияжа) лица.

В качестве основы нанести увлажняющий крем (в зимнее время питательный) в направлении кожных линий до полного впитывания. Тонирование лица выполнить тональным кремом светло-бежевого цвета и припудрить.

Макияж глаз необходимо начать с нанесения теней светло-серого цвета на верхнее веко, растушевав до брови. Вдоль брови оставить полоску, используя белый кайял.

Затем на подвижное веко у внутреннего угла глаза нанести серые тени до середины глаза, на наружную часть верхнего века — тени темного цвета, мягко растушевав до середины века.

Румянами светло-розового цвета освежить область скул.

На губы нанести розово-красную помаду.

### **Вариант 3 (см. цв. вклейку, ил. 15)**

Для выполнения макияжа необходимо приготовить следующие средства:

- очищающее молочко по типу кожи;
- увлажняющий крем по типу кожи (в зимнее время — питательный);
- тональный крем светлый;
- тени для век светло-оранжевого, оранжевого, светло-коричневого, розового, светло-зеленого цветов;
- контурный карандаш черного цвета;
- тушь для ресниц черного цвета;
- румяна светло-розовые;
- блеск для губ.

### *Техника выполнения*

Перед выполнением макияжа очистить лицо. Затем нанести увлажняющий крем в качестве основы, соблюдая направление по кожным линиям. После этого затонировать лицо, используя светлый тональный крем розовато-бежевого цвета и припудрить пудрой светлого натурального оттенка.

### Оформление глаз:

- на подвижное веко нанести оранжевые тени;
- от внутреннего угла глаза верхнее веко до середины покрыть светло-оранжевыми тенями, наружную часть — светло-коричневыми, оставив небольшую полоску под бровью, на которую нанести тени розового цвета;
- подводку на верхнем и нижнем веке выполнить черным карандашом;
- дополнительно нижнее веко подвести светло-зелеными тенями (или карандашом);
- на ресницы нанести черную тушь.

Румяна использовать светло-розового цвета. Губы покрыть блеском.

## 7.2. ВЕЧЕРНИЙ МАКИЯЖ

В любом макияже важную роль играет цветовая гамма. В повседневном макияже главное — естественность. Он должен быть женственным и мягким.

Вечерний макияж отличается использованием глубоких насыщенных цветов. Цветовая гамма часто содержит контрастные теплые и холодные оттенки. Следует учитывать и характер мероприятия, в котором вы принимаете участие.

Например, в новогоднем макияже главное яркость и экстравагантность.

На торжественном приеме важно подчеркнуть изысканность вкуса и элегантность.

Праздничный макияж выполняется с использованием теней с мерцающим эффектом.

В вечернем макияже можно сочетать оттенки яркой помады (от рубинового до карминового) с тенями голубых, синих, золотисто-песочных, серебристо-серых, коричневых, насыщенных зеленых, фиолетовых цветов. В тональные кремы могут добавляться светоотражающие частицы.

Выполнение макияжа начинается с очищения лица, для которого используются очищающие средства соответственно типу кожи. Затем наносят базу. В обыденной жизни ее



заменяют увлажняющим кремом (в зимнее время — питательным).

При необходимости для маскировки дефектов кожи используют средства, помогающие скрыть косметические недостатки (застойные пятна после угрей, пигментные пятна, телеангиэктазии).

С этой целью применяют консилер, антисерн (для укрывания синих кругов под глазами), камуфляж, модельер. Эти средства наносят поверх основного тона. При проблемной коже используют консилеры с добавками экстрактов лекарственных растений, обладающих бактерицидным, противовоспалительным действием. В этом случае их следует наносить на очищенную кожу до нанесения базы.

Тональный крем подбирают, сравнивая с цветом кожи шеи. При необходимости можно прибегнуть к смешиванию темных тонов со светлыми. Тон должен гармонизировать с натуральным цветом кожи. Распределить его следует качественно, соблюдая направление кожных линий.

Следующим этапом для создания идеального цвета лица является нанесение пудры, позволяющее закрепить тон, а кроме того, максимально скрыть неровности кожи.

Рекомендуется на этом этапе использовать рассыпчатую пудру. Она покрывает равномерно кожу. Можно наносить бесцветную прозрачную пудру. Она позволяет закрепить тон, не изменяя его цвета.

Для того чтобы цвет лица был свежим, обычно берут пудру натурального оттенка, светло-бежевую, нежно-розовую, бежево-розовую.

Если нужно изменить, откорректировать пропорции лица, используют пудру светлых и темных оттенков. Можно также выбрать перламутровую пудру с переливающимся эффектом.

Следующим этапом макияжа, пожалуй, самым ответственным, является макияж глаз.

Например, область верхнего века покрыть золотистыми тенями. Поверх них на подвижное веко нанести выбранный тон. Цвет глаз, их глубину можно подчеркнуть сочетанием теней. Светлые тени с перламутровым блеском нанести на



внутренний угол глаза и под бровь, более темными подчеркнуть внешнюю боковую часть века, тщательно растушевав переход.

С помощью подводки контурным карандашом можно сделать глаз более выразительным, взгляд более глубоким.

Обязательно нужно подобрать правильную линию в соответствии с формой глаза.

Важен цвет подводки. Линия может быть четкой или растушеванной, широкой по верхнему веку, с выходом в «стрелку» или очень тонкой. Линия может наноситься на верхнее и нижнее веко или только на верхнее (см. в разделе «Коррекция»).

Губы следует оформить при помощи контурного карандаша (увеличить или уменьшить). Карандаш подбирается в тон помады или на тон темнее.

В вечернем макияже румяна используют яркие.

### **Вариант 1 (см. цв. вклейку, ил. 16)**

Для выполнения макияжа следует приготовить следующие средства:

- очищающее молочко по типу кожи;
- базу;
- тональный крем светло-бежевого цвета;
- пудру натурального оттенка, перламутровую;
- тени изумрудного, сиреневого, нежно-зеленого, золотистого цвета;
- контурный карандаш черного цвета;
- румяна нежно-розовые;
- помаду — цикламен;
- тушь для ресниц черного цвета.

#### *Техника выполнения*

Выполнить процедуру очищения (демакияжа).

Нанести базу (или увлажняющий крем, в зимнее время — питательный).

Тональный крем распределить по кожным линиям, обращая внимание на складки.

Припудрить все лицо.

Область верхнего века (до подбровной зоны) покрыть золотистыми тенями, под самую бровь нанести белым кайялом линию. На подвижное веко поверх золотистых теней нанести тени изумрудного цвета, растушевав к глазничной складке. У внешнего угла глаза сделать небольшое облако нежно-сиреневого цвета, растушевав к брови.

Нижнее веко покрыть у наружного угла изумрудными тенями, переходящими в нежно-зеленые у внутреннего (растушевав).

Подводку черного цвета выполнить по верхнему и нижнему веку и нанести тушь на ресницы.

На губы нанести контур и покрыть помадой цвета цикламена.

На область скул нанести нежно-розовые румяна, поверх них припудрить перламутровой пудрой.

### Вариант 2 (см. цв. вклейку, ил. 17)

Для выполнения макияжа следует приготовить следующие средства:

- очищающее средство по типу кожи;
- базу;
- тональный крем нежно-розового цвета;
- пудру прозрачную, матирующую;
- тени золотистого, терракотового, коричневого, темно-серого цвета;
- контурный карандаш черного цвета;
- румяна светло-розовые;
- помаду розового цвета;
- тушь для ресниц черного цвета.

#### *Техника выполнения*

Выполнить процедуру демакияжа (очищения).

Нанести базу.

Тональный крем нежно-розового цвета нанести на лицо, мягко распределяя по кожным линиям.

Припудрить лицо прозрачной пудрой.



Золотистые тени нанести на внутренний угол глаза на  $1/3$  по высоте, далее распространить на середину вдоль неподвижной части верхнего века и не доходя на  $1/3$  до конца наружной части.

Затем на внутренний угол глаза выше золотистых теней нанести терракотовые тени и продолжить вдоль брови (оставить место под бровью для белого кайяла) к наружной части верхнего века, мягко растушевав.

На подвижное веко нанести серые тени, начиная очень тонкой линией у внутреннего угла глаза, и с  $1/3$  расширить к наружному углу.

На нижнее веко также нанести серые тени, расширив к наружному углу и не соединяя с линией верхнего века.

Выше серых теней на верхнее и нижнее веко нанести тени коричневого цвета, растушевав по направлению к виску.

Подводку выполнить черным карандашом вдоль ресниц.

Под бровью провести белым кайялом (или тенями) линию.

На губы нанести помаду розового цвета.

Румяна применить светло-розового цвета.

На ресницы нанести тушь черного цвета.

Аналогично выполняют все последующие варианты вечернего макияжа, точно придерживаясь рисунков.

Варианты вечернего макияжа 3, 4, 5 представлены, соответственно, на иллюстрациях 18, 19, 20 цветной вклейки.

### 7.3.

## МАКИЯЖ НЕВЕСТЫ



### Вариант 1 (см. цв. вклейку, ил. 21)

Главное в этом макияже — придать торжественность. Он должен быть естественным и мягким.

Основу (базу) рекомендуется использовать устойчивую к потению и водоотталкивающую.

При необходимости применяют антисерн, а также корректоры.

Для выполнения макияжа приготовить следующие средства:

- базу (основа);
- тональный крем — подобрать по цвету, сравнив с кожей декольте;
- пудру (рассыпчатую);
- тени для век — золотисто-бронзовые, золотистые, светло-бежевые, бежево-перламутровые, розово-коричневые, коричневые;
- белый кайял;
- контурный карандаш черного цвета;
- румяна нежно-розового цвета;
- помаду темно-розового цвета;
- блеск для губ;
- корректоры (зеленого, бежевого цветов), анти-серн.

#### *Техника выполнения*

Очистить лицо: выполнить процедуру очищения (демакияж), используя средства с учетом типа кожи. Нанести базу.

При наличии застойных пятен, телеангиэктазий применяют корректор зеленого цвета, нанеся его аппликатором и мягко растушевав пальцем (прижимающими движениями). Синеву под глазами тонируют антисерном. Тональный крем наносят по кожным линиям, предварительно подобрав по цвету. Затем припудривают лицо, шею и зону декольте.

Особое внимание уделяется макияжу глаз, поэтапно нанося подобранные тени и растушевывая их для плавного перехода.

Контур по верхнему веку прорисовать карандашом черного цвета (выходя за внешний угол глаза, слегка растушевав) и по нижнему веку.

На губы поверх помады можно нанести блеск или использовать перламутровую помаду.

Румяна нежно-розового цвета освежают лицо.

Вариант макияжа невесты 2 представлен на иллюстрации 22 цветной вклейки.

## 7.4. МАКИЯЖ ДЛЯ ЖЕНЩИНЫ СТАРШЕГО ВОЗРАСТА



### Вариант 1 (см. цв. вклейку, ил. 23)

Наше лицо с годами меняется. Появляются новые морщины, опускаются уголки губ, образуется второй подбородок, кожа становится дряблой и менее упругой и т. п. Возникают проблемы и с кожей в области глаз: верхнее веко нависает, часто появляются телеангиэктазии на коже век и лица, пигментные пятна. Используя декоративные средства, мы можем визуально снять акцент с этих проблем. Макияж поможет нам почувствовать себя более уверенно. Лицо «оживет», поднимется настроение.

Возрастной макияж должен быть легким и выглядеть естественно, быть неброским. В вечернем макияже можно разнообразить цветовую гамму, но главное — не сделать его вульгарным.

При возрастном макияже следует выполнить коррекцию овала лица, убрать или сгладить двойной подбородок, скрыть пигментные пятна, сосудистые звездочки (телеангиэктазии), уменьшить нависание век, складки, придать лицу свежесть и т. п.

Следует отметить, что тонирующие средства, к сожалению, при нависании собираются в морщинах, подчеркивая их, особенно при выраженных возрастных изменениях. Если вы решили все-таки использовать тональный крем, его нужно применять в минимальных количествах (можно развести водой). Тональный крем должен быть светлого оттенка и тщательно растушеван. Главное — естественность тона.

Для осветления темных кругов под глазами используют антисерн. Камуфляжным средством маскируют пигментные пятна, консилером — телеангиэктазии.

Для припудривания лица следует применять рассыпчатую пудру натурального или розового цвета, для коррекции — темные тона.

При макияже глаз не рекомендуется применять слишком интенсивных ярких красок. Нанесение таких цветов

придает лицу «тяжесть», старит; макияж будет выглядеть вульгарно. Освежат лицо румяна нежно-розового цвета.

Не рекомендуется использовать подводку черного цвета и яркую помаду.



### *Техника выполнения*

Выполнить процедуру очищения (демакияжа) лица.

Можно выполнить легкий пилинг (гоммаж, энзимный), очищающую маску.

Нанести увлажняющий крем.

Тональный крем применять в минимальных количествах или отказаться от использования совсем.

Темные круги под глазами убрать, применив антисерн. При наличии выраженных телеангиэктазий использовать корректор зеленого цвета. Нанести его в небольшом количестве, легко придавливая пальцем.

Лицо припудрить рассыпчатой пудрой розового или натурального цвета.

Второй подбородок припудрить пудрой более темного цвета.

На область скул нанести нежно-розовые румяна.

На веки не наносить интенсивные, яркие тени (зеленые, голубые), используйте бежевые, серо-дымчатые. Брови при необходимости можно подкрасить карандашом коричневого или серого цвета (или тенями).

Помаду используйте по цвету губ: если макияж дневной, гамма должна быть пастельных тонов.

Небольшое количество розовых румян придаст лицу свежесть.

Многие фирмы выпускают пудру для увядающей кожи (Шанель, Кристиан Диор, Ланком, Алекс Авьен и др.).

Можно использовать специальную фиксирующую базу для глаз, используемую в качестве основы для век. Нанесенные тени ложатся ровно и гладко (фирмы Элизабет Арден, Эсти Лаудер, Макс Фактор и др.).

Не рекомендуется использовать черный карандаш. Подводка должна быть мягкой, слегка растушеванной. Не ре-

комендуется использовать перламутровые блестящие тени и губную помаду.

Вариант макияжа 2 представлен на иллюстрации 24 цветной вклейки.

## 7.5. МАКИЯЖ ПРИ ПРОБЛЕМНОЙ КОЖЕ



На современном этапе мнение, гласящее, что макияж нельзя выполнить при проблемной коже, устарело. В настоящий момент фирмами созданы специальные средства, которые учитывают проблемы на коже.

Прибегать к макияжу пациентам приходится при наличии шрамов, при дерматозах с гиперпигментациями (невусы, хлоазма), с гипопигментациями (витилиго и т. д.), при телеангиэктазиях, ангиомах, при гиперимии, которая возникает после воздействия лазера, дермабразии, мезотерапии, при солнечных эритемах, при татуировках, при угрях и застойных пятнах после угрей, себореи и т. д.

Обязательным условием является выполнение следующих требований:

1) перед макияжем тщательно выполнить процедуру очищения с использованием качественных очищающих средств, учитывающих проблемы на коже;

2) увлажнить кожу специальным кремом (увлажняющим);

3) для маскирующего эффекта подбирать консилеры (в частности при застойных пятнах после угревой сыпи), в состав которых входят антисептические, противовоспалительные компоненты;

4) тональный крем обычно рекомендуется использовать жидкий;

5) при обширных очагах изменений на коже применяют камуфляжные средства, обращая внимание на состав, подбирая максимально щадящее средство;

6) следует исключить возможность развития аллергической реакции, при наличии аллергии использовать гипоаллергенную косметику;



7) при наличии пигментных пятен после угревой сыпи и рубчиков используют консилер телесного цвета;

8) при проблемной коже рекомендуется применять тональные средства с добавками экстрактов шалфея, календулы, ромашки, вероники (как правило, в их состав не входит ланолин, крахмал);

9) для припудривания кожи предназначена рассыпчатая пудра с добавлением цинка (компактная пудра не рекомендуется);

10) некоторые фирмы рекомендуют крем-пудру, используемую как тонирующее средство.

Примером косметики для медицинского макияжа является средства «Кувранс» фирмы «Авен» (Франция). Средства Кувранс применяются как после хирургических вмешательств, так и для терапевтических целей, позволяя замаскировать любые дефекты кожи.

В линейке «Кувранс» также применен в своих препаратах и принцип сочетания цветов при разработке корректирующего макияжа. Это особенно важно для пациентов и помогает им освободиться от комплексов.

## 7.6. МАКИЯЖ И ОЧКИ

Есть мнение, что очки должны гармонировать с формой лица, цвет оправы — с макияжем глаз.

При круглом лице, например, лучше подбирать форму оправы более вытянутую в вертикальном направлении. Если лицо удлиненное, то более вытянутую в горизонтальном.

Светлые оправы «облегчают» лицо.

Кроме того, следует учитывать, что при дальнозоркости стекла увеличивают глаза, делая их визуально выпуклыми.

Макияж при данной форме очков должен быть легким. Рекомендуется использовать тени бежевого или серого цвета. Наносить их следует на середину века и растушевать к краям.

Для окраски ресниц использовать серую или коричневую тушь.

В макияже особое внимание можно уделить губам, сделав их более яркими.

При близорукости стекла зрительно уменьшают глаза. При выполнении макияжа рекомендуется использовать светлые перламутровые тени соответствующей гаммы, нанеся их на внутренний угол глаза, переходя на интенсивный цвет у наружного угла глаз.

Складку верхнего века можно оттенить более насыщенным цветом.

Увеличит глаз и использование блика. На верхнее и нижнее веко наносите черный контур.

## 7.7. МУЖСКОЙ МАКИЯЖ

Главная задача визажиста — придать лицу ухоженный вид.

Необходимо подготовить лицо:

- очистить средством (молочком, сливками, гелем, учитывая тип кожи);
- выполнить пилинг (легкий или очищающую маску);
- тональный крем в тон кожи.

Коррекция формы лица не выполняется во избежание потери мужественности.

Брови следует расчесать, длинные волоски, выходящие за общую форму, подстричь, если очень густые брови, отдельные очень длинные можно удалить.

Ресницы не удлиняются.

При наличии дефектов следует применить корректоры.





## ТЕРМИНОЛОГИЯ

*Айдефайнер* — айлайнер в виде ручки с гибким стержнем для подчеркивания век.

*Айлайнер* — специальная жидкая тушь для подкрашивания века глаза.

*Алигнин* — бумага для снятия макияжа (грима), хорошо впитывает влагу, жир, краску.

*Ангуаз* — состав, применяемый в гримировании для затушевывания бровей (состав: сахар, вода, воск).

*Аппликатор* — губка на стержне для нанесения теней на веки, надбровное и подбровное пространство.

*Визажист* (от фр. visage — лицо) — мастер, художник по лицу.

*Гидролиз* — растворение мертвых частиц и ороговевших клеток.

*Грунтовка* (от профессионального термина художников «грунт» — первый слой краски, покрывающий поверхность холста) — основное тонирующее средство, создающее общий тон кожи. По консистенции бывает:

- жидкое — на коже;
- тональные кремы — накладывают поверх дневного крема или базы, камуфляжа. Они могут быть: увлажняющие, защитные с дезинфицирующим противовоспалительным действием (при проблемной коже);

- крем-паста — наносится спонжем. Твердые тональные кремы (фар-кремы — от *фр.* *far gras*) часто используются вместе с миксером;
- тон-пудра — наносят влажным спонжем.

*Грим* — в переводе с французского и итальянского «гримо» — морщина, складка:

- искусство придания внешности, необходимой актеру для данной роли при помощи гримировальных красок;
- косметические средства, применяемые для осуществления «театрального грима».

*Гумиоз* — вещество, применяемое в гримерном деле для вылеплення носа различной формы для создания определенного театрального образа.

*Губка* — низшее многоклеточное. Также губки могут производиться из резины и синтетического материала. Хорошо впитывает воду из-за ноздреватой текстуры. Используется для распределения тона (грима) на лице.

*Кайал* — контурный карандаш, используется для подводки глаз (по краю роста ресниц).

*Камуфлирующий карандаш* — корректировочный, используется для корректировки небольших дефектов на лице.

*Косметика декоративная* — средства для выполнения макияжа (грима).

*Корректоры* (от *англ.* *corrector*) — исправляющий) — средства декоративной косметики, используемые для маскировки дефектов кожи и коррекции формы и деталей лица:

- консилер (от *англ.* *conceal* — средство, позволяющее скрыть дефекты кожи (круги под глазами, пигментные пятна, расширенные сосуды)). Это могут быть карандаши, палочки (стики), кремы (жидкие) с аппликаторами;
- антисерн (от *фр.* *serne* — синева) — используют только для маскировки синих кругов под глазами (карандаши, стики и др.);
- камуфляж — тонирующее средство с максимальным эффектом, выпускается в специальных упаковках (годе, пепкейке — брикете) для любого

цвета широкой гаммы оттенков. Наносят влажным спонжем, кисточкой или ватным тампоном на палочке;

- модельер (от *фр.* modeller — модельщик) — используется для изменения формы и деталей лица в макияже на телевидении, кино, фото и др.

*Макияж* — см. в тексте.

*Маскара* — краски (в футляре), туши, карандаши, тени для век в футлярах.

*Миксер* (от *англ.* mix — смешивать) — косметическое средство, используют как базу под макияж или как разбавитель для других косметических средств (особенно для жирных красок):

- наносят спонжем и затем тональный крем, камуфляж и т. д.;
- смешивают с тонирующим средством нескольких цветов для получения нужного оттенка;
- миксер бывает бесцветный или разных оттенков.

*Пудра* (*англ.* loose powders, *фр.* poudres libre — рассычатая (порошкообразная) пудра и *англ.* compact — компактная (прессованная) — косметическое средство в виде порошка. Французская фирма «Герлен» (Guerlain) впервые выпустила пудру в виде шариков (разноцветных). Пудра используется для придания матовости коже, визуального уменьшения пор и мелких дефектов и неровностей, закрепляет макияж (прозрачная, не изменяющая цвет макияжа пудра называется транспарантной).

*Пуховка* — приспособление из ваты (тампон), из пуха, ворсовых тканей для наложения пудры.

*Растушевка* — палочка для растушевки лишней краски при подводке глаз или для рисования морщин (в гриме), с тонкими концами, утолщением в середине (как правило из крепко скрученной бумаги).

*Румяна* — косметическое средство для подкрашивания лица; бывают сухие и жидкие, жирные, компактные.

*Саше* — сухие ароматизаторы, пахучие сухие растения в мешочках, сухие духи в футлярах и т. д.

*Тени* — косметические краски для подкрашивания век, глазничных впадин, лица.

*Тональный крем* — тонирующее средство, наносится поверх дневного крема или базы.

*Фиксатор* — косметическое средство (бесцветная маскара) для закрепления формы бровей. Часто содержит витамины, касторовое масло, кератин (для укрепления волос).

---

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Аксенов, В. А.* Дезинфицирующие средства и антисептики. Проблема выбора. — М. : КоЛЕВ, 2006. — 332 с.
2. *Ахтемов, С. М.* Практическая дерматокосметология : учеб. пособие / С. М. Ахтемов, Ю. С. Бутов. — М. : Медицина. 2003. — 400 с.
3. *Борзяк, Э. И.* Анатомия человека. В 2 т. / Э. И. Борзяк, В. Я. Бочаров, М. Р. Санин [и др.]. — Т. 2 / под ред. М. Р. Санина. — М. : Медицина, 1993. — 560 с.
4. *Бушер, Х.* Какой цвет вам к лицу. — М. : Кристина & Со, 1997. — 128 с.
5. *Гончарова, Т. А.* Секреты красоты. — М. : Крон-Пресс, 1997. — 384 с.
6. *Соколовский, Е. В.* Дерматовенерология : учебник / Е. В. Соколовский, Е. Р. Аравийская, К. Н. Монахов [и др.]; под ред. Е. В. Соколовского. — М. : Академия, 2005. — 528 с.
7. *Кольчуненко, И. И.* Ключ к красоте, молодости и здоровью / И. И. Кольчуненко, Н. Б. Зубова. — М. : Рифмополиграф, 1993. — 153 с.
8. *Мазнев, Н. И.* Энциклопедия лекарственных растений. — М. : Мартин, 2004.
9. Образ жизни современной женщины / Г. А. Непокойчицкий, Е. Б. Самохина, Р. В. Чумакова [и др.]. — М. : ИД «АНС» ; ОЛМА-Пресс Образование, 2006.
10. *Ношчик, Н.* Медицина красоты / Н. Ношчик, Б. Ношчик. — СПб. : Нева, 2002. — 488 с.

11. *Озерская, О.С.* Косметология. — СПб.: Искусство России, 2004. — 488 с.
12. СанПин 2.1.2.2631-10. Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству, оборудованию, содержанию и режиму работы организаций коммунально-бытового назначения, оказывающих парикмахерские и косметические услуги.
13. *Сикорская, Т.* Макияж, стиль, характер. — М.: АСТ ; Астрель, 2002.
14. *Сорокина, В.К.* Практическая косметология / под ред. Л. Н. Сорокиной. — СПб.: Книжный мир, 2006. — 199 с.
15. *Сорокина, В.К.* Косметология : пособие для врачей / под ред. Л. Н. Сорокиной. — СПб.: Гиппократ, 2012. — 400 с.
16. *Сорокина, В.К.* Косметология : пособие для врачей / под ред. Л. Н. Сорокиной. — СПб.: Фолиант, 2014. — 408 с.
17. Энциклопедический словарь медицинских терминов / под ред. В.И. Покровского. — М.: Медицина, 2001. — 960 с.
18. *Яковлева, Т.* Макияж и уход за кожей лица / Т. Яковлева, О. Ларина, Л. Ахмадулина. — М.: ЭКСМО, 2010. — 224 с.
19. Федеральный закон от 30.03.1999 г. № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» // СЗ РФ. — 1999. — № 14. — Ст. 1650.
20. Постановление Правительства РФ от 24.07.2000 г. № 544 «Об утверждении Положения о государственной санитарно-эпидемиологической службе Российской Федерации и Положения о Государственном санитарно-эпидемиологическом нормировании» // СЗ РФ. — 2000. — № 31. — Ст. 3295; 2004. — № 8. — Ст. 663; № 47. — Ст. 4666; 2005. — № 39. — Ст. 3953.



---

# ОГЛАВЛЕНИЕ

<i>Введение</i> . . . . .	3
Санитарные правила . . . . .	11
<b>Глава 1.</b>	
<b>Анатомо-физиологические особенности кожи</b> . . . . .	19
1.1. Строение кожи . . . . .	19
1.2. Придатки кожи . . . . .	30
1.3. Физиология кожи. . . . .	33
1.4. Процессы, происходящие в коже . . . . .	39
1.5. Тип кожи и его значение в косметологии . . . . .	41
1.6. Определение типа кожи . . . . .	43
<b>Глава 2.</b>	
<b>Уход за кожей</b> . . . . .	46
2.1. Общие принципы ухода за кожей . . . . .	46
2.2. Уход и возраст . . . . .	49
2.3. Уход за жирной кожей. . . . .	51
2.4. Уход за нормальной кожей . . . . .	53
2.5. Уход за сухой кожей . . . . .	55
2.6. Уход за смешанным типом кожи . . . . .	56
2.7. Уход за кожей рук . . . . .	56
2.8. Уход за кожей вокруг глаз. . . . .	58
<b>Глава 3.</b>	
<b>Средства декоративной косметики.</b> . . . . .	61
3.1. Рабочее место визажиста . . . . .	61
3.2. Инструменты и технические средства декоративной косметики . . . . .	62

3.3. Косметические и декоративные средства . . . . .	67
3.4. Оформление средств декоративной косметики . . . . .	74
3.5. Правила хранения и использования косметических и визажных средств. . . . .	76
<b>Глава 4.</b>	
<b>Цветоведение . . . . .</b>	<b>79</b>
4.1. Основные свойства цвета . . . . .	79
4.2. Использование цветометрии при макияже . . . . .	80
4.3. Свет и цвет . . . . .	81
4.4. Гармония цвета . . . . .	82
4.5. Цветовые типы . . . . .	84
<b>Глава 5.</b>	
<b>Чтение лица . . . . .</b>	<b>91</b>
5.1. Формы лица . . . . .	93
5.2. Пропорции лица . . . . .	100
5.3. Детали лица . . . . .	103
<b>Глава 6.</b>	
<b>Технология макияжа . . . . .</b>	<b>109</b>
6.1. Общие правила выполнения макияжа . . . . .	111
6.2. Разновидности макияжа . . . . .	111
6.3. Простой макияж. . . . .	112
6.4. Сложный макияж . . . . .	119
<b>Глава 7.</b>	
<b>Варианты макияжа . . . . .</b>	<b>139</b>
7.1. Дневной макияж . . . . .	139
7.2. Вечерний макияж . . . . .	143
7.3. Макияж невесты . . . . .	147
7.4. Макияж для женщины старшего возраста . . . . .	149
7.5. Макияж при проблемной коже . . . . .	151
7.6. Макияж и очки. . . . .	152
7.7. Мужской макияж. . . . .	153
<i>Терминология . . . . .</i>	<i>154</i>
<i>Список литературы . . . . .</i>	<i>158</i>

*Валентина Квириновна СОРОКИНА*  
**ТЕХНОЛОГИЯ ВЫПОЛНЕНИЯ ВИЗАЖА**  
**ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО**

Под редакцией Л. Н. Сорокиной

*Учебное пособие*

*Издание пятое, стереотипное*

Зав. редакцией  
медицинской литературы *В. Л. Михалева*

ЛР № 065466 от 21.10.97  
Гигиенический сертификат 78.01.10.953.П.1028  
от 14.04.2016 г., выдан ЦГСЭН в СПб  
**Издательство «ЛАНЬ»**  
lan@lanbook.ru; www.lanbook.com;  
196105, Санкт-Петербург, пр. Юрия Гагарина, д. 1, лит. А  
Тел.: (812) 412-92-72, 336-25-09  
Бесплатный звонок по России: 8-800-700-40-71

Подписано в печать 08.11.20.  
Бумага офсетная. Гарнитура Школьная. Формат 84×108<sup>1/32</sup>.  
Печать офсетная. Усл. п. л. 8,61. Тираж 100 экз.

Заказ № 1501-20.

Отпечатано в полном соответствии  
с качеством предоставленного оригинал-макета  
в АО «Т8 Издательские технологии».  
109316, г. Москва, Волгоградский пр., д. 42, к. 5.



**Ил. 1**  
Палитра — форма  
упаковки средств  
декоративной косметики



**Ил. 2**  
Стик — палочка, брусок  
(губная помада)



**Ил. 3**  
Пэнкейк — брикет,  
плитка — форма выпуска  
визажных средств



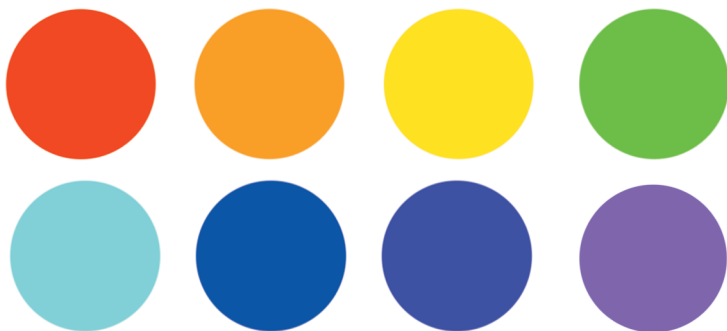
**Ил. 4**  
Теплая гамма солнечного спектра (красный, оранжевый,  
желтый, зеленый — промежуточный)



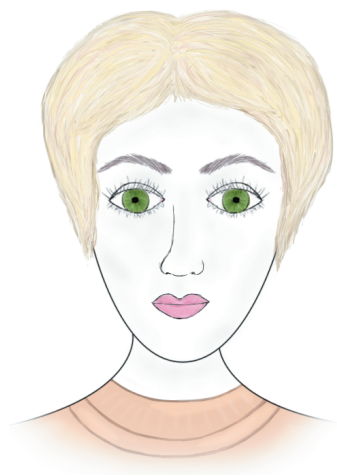
**Ил. 5**  
Холодная гамма солнечного спектра (голубой, синий,  
фиолетовый)



**Ил. 6**  
Цветовой круг



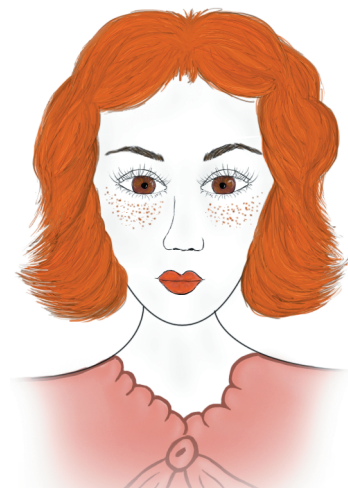
**Ил. 7**  
При смешивании цвета дают серый цвет



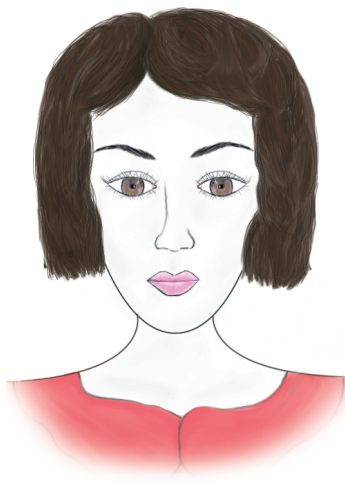
**Ил. 8**  
Весенний тип женщины  
(«весна»)



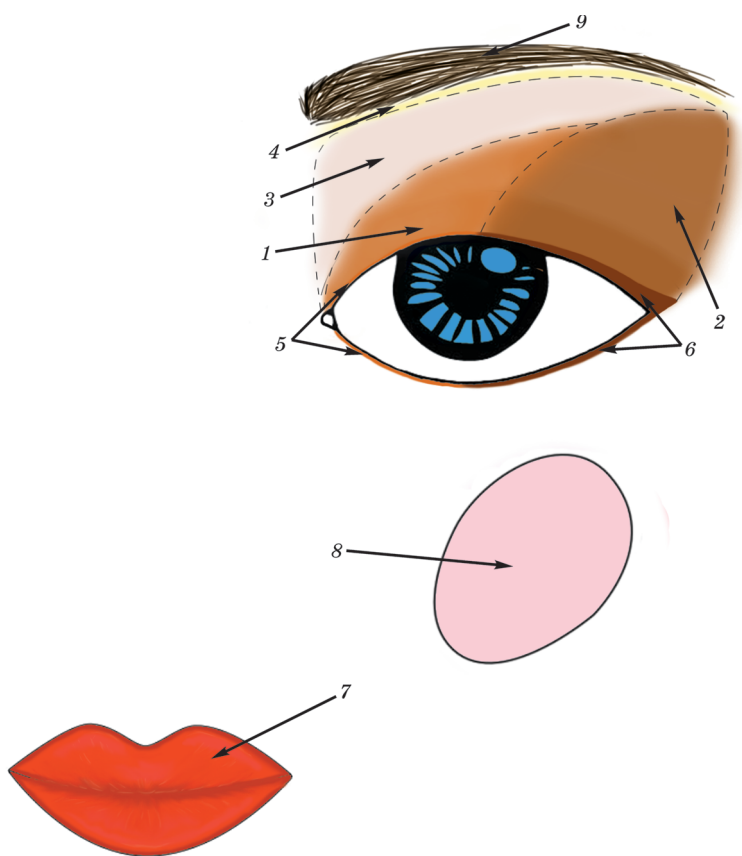
**Ил. 9**  
Летний тип женщины  
(«лето»)



**Ил. 10**  
Осенний тип женщины  
(«осень»)



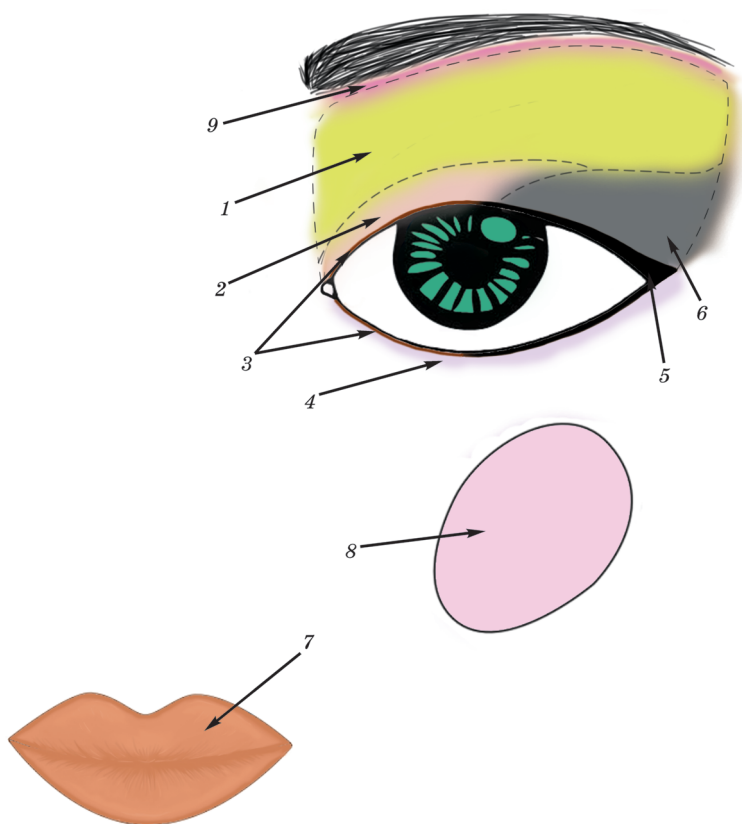
**Ил. 11**  
Зимний тип женщины  
(«зима»)



**Ил. 12**

**Дневной макияж (классический стиль):**

цвет: 1 — рыжеватая охра, 2 — коричнево-бронзовый, 3 — бежево-розовый, 4 — светло-желтый, 5 — рыжегато-охристый, 6 — коричневый, 7 — красный, 8 — розовый, 9 — в цвет волос; тон — золотисто-бежевый; пудра — натурального цвета; тушь — черная.

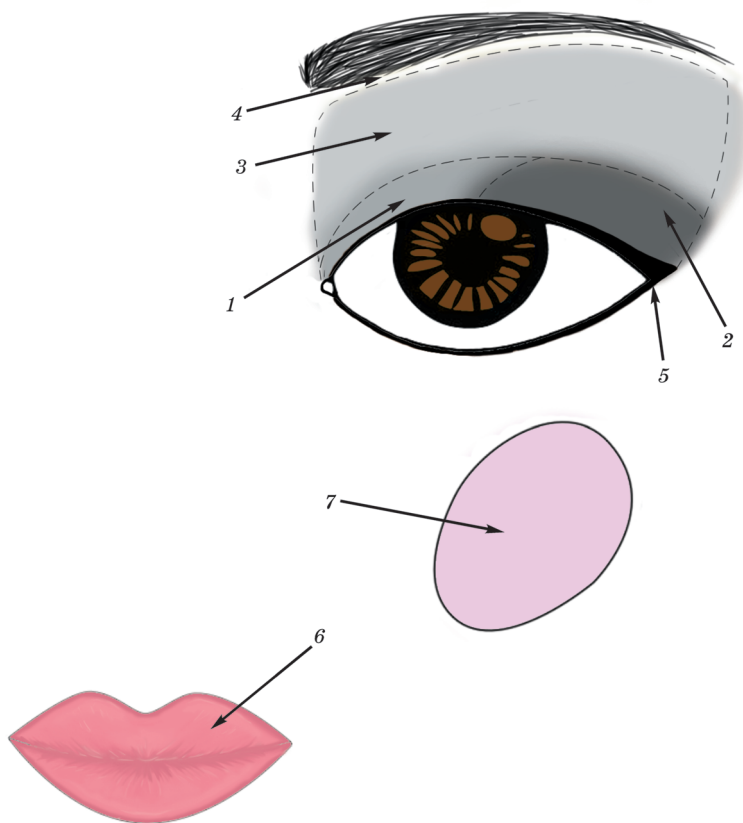


**Ил. 13**

Дневной макияж (вариант 1):

цвет: 1 — желто-зеленый, 2 — песочно-розовый, 3 — коричневый, 4 — лиловый, 5 — черный, 6 — серый, 7 — розово-оранжевый, 8 — сиренево-розовый, 9 — розовый; тон — светло-бежевый; пудра — натурального цвета; тушь — черная.

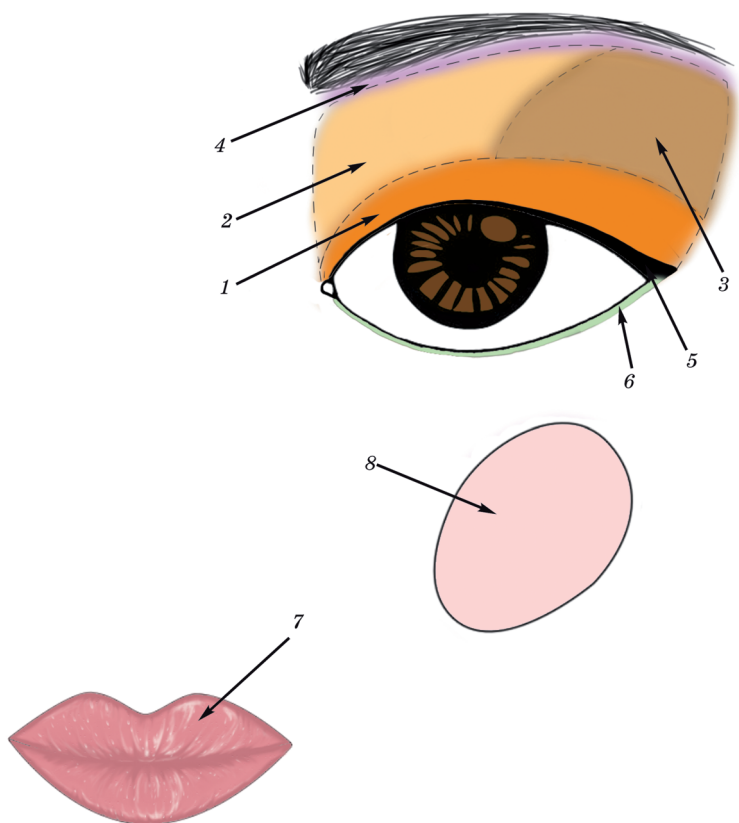




**Ил. 14**

**Дневной макияж (вариант 2):**

цвет: 1 — серый, 2 — темно-серый, 3 — светло-серый, 4 — белый, 5 — черный, 6 — розово-красный, 7 — светло-розовый; тон — светло-бежевый; пудра — светлая (натурального оттенка); тушь — черная.



**Ил. 15**

Дневной макияж (вариант 3):

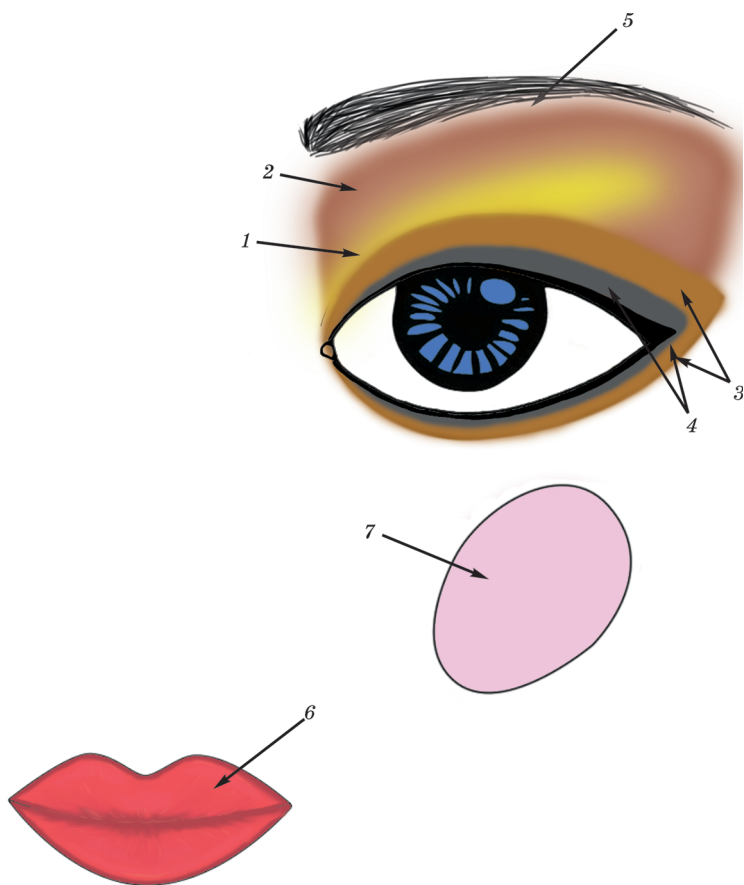
цвет: 1 — оранжевый, 2 — светло-оранжевый, 3 — светло-коричневый, 4 — розовый, 5 — черный, 6 — светло-зеленый, 7 — блеск, 8 — светло-розовый; тон — светлый, розовато-бежевый; пудра — светлая (натурального оттенка); тушь — черная.



**Ил. 16**

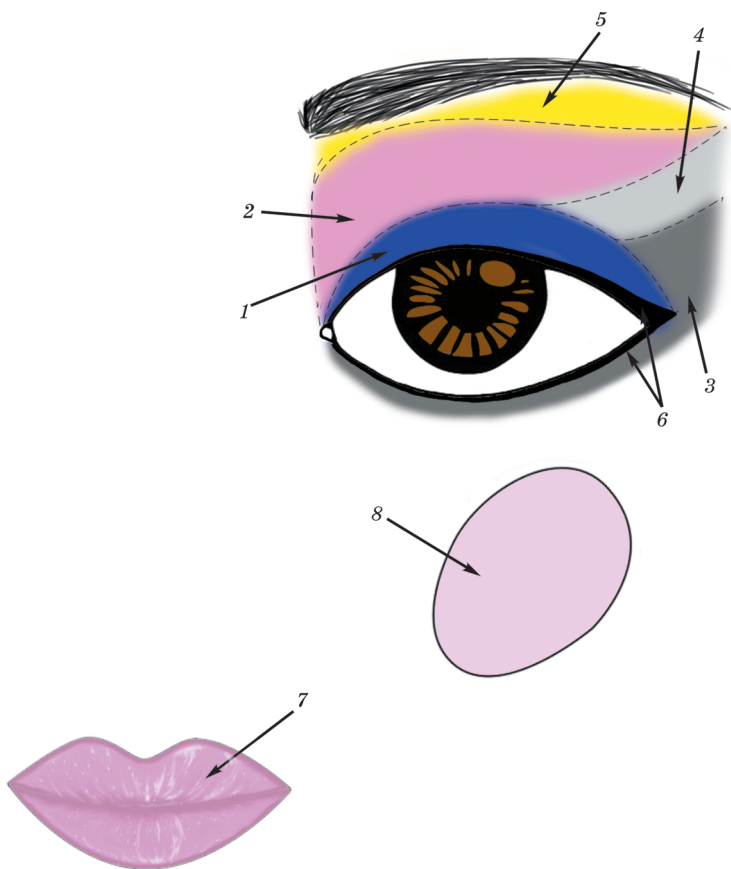
**Вечерний макияж (вариант 1):**

цвет: 1 — золотистый, 2 — изумрудный, 3 — нежно-сиреневый, 4 — нежно-зеленый, 5 — черный, 6 — цикламен, 7 — нежно-розовый + перламутровый, 8 — белый; тон — светло-бежевый; пудра — светлая (натурального оттенка); тушь — черная.



**Ил. 17**  
**Вечерний макияж (вариант 2):**

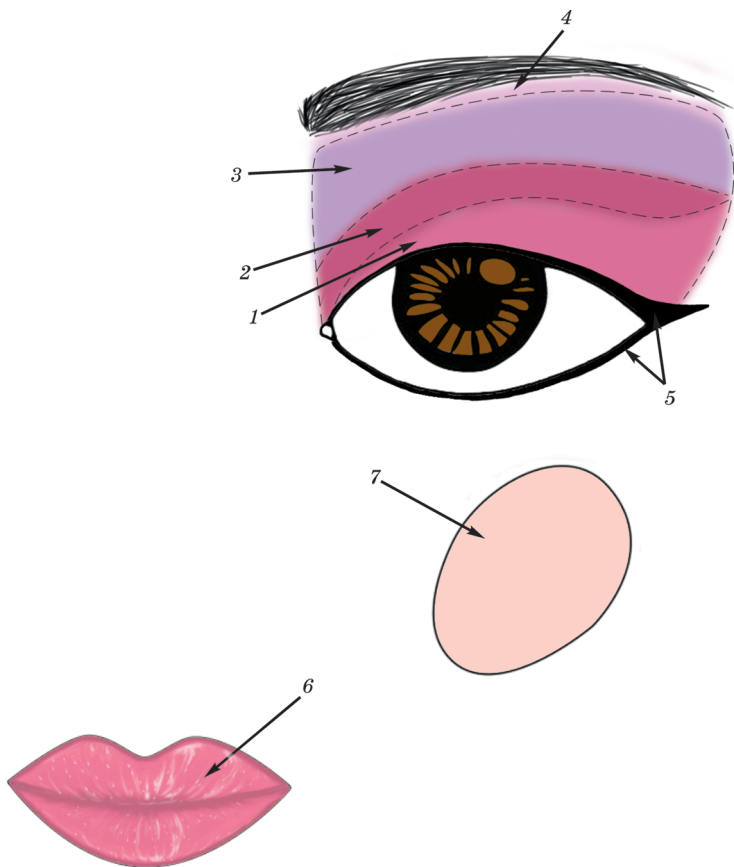
цвет: 1 — золотистый, 2 — терракотовый, 3 — коричневый, 4 — темно-серый, 5 — белый, 6 — розовый, 7 — светло-розовый; тон — нежно-розовый; пудра — прозрачная, матирующая; тушь — черная.



**Ил. 18**

**Вечерний макияж (вариант 3):**

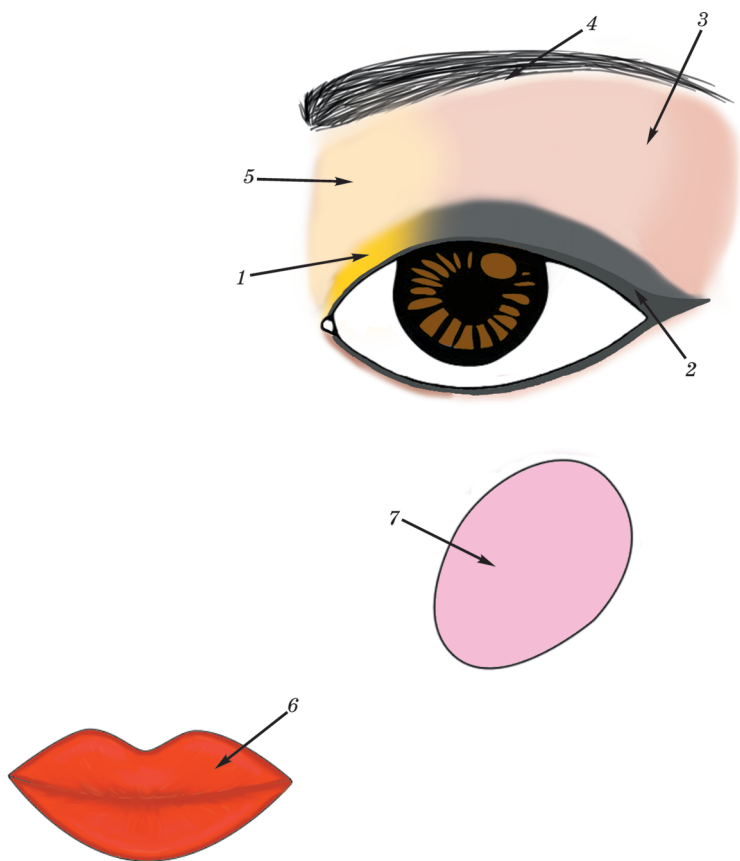
цвет: 1 — фиолетовый; 2 — розовый; 3 — темно-серый, 4 — серый, 5 — золото, 6 — черный, 7 — цикламен с блеском, 8 — розовато-сиреневый; тон — светло-розовый; пудра — бежево-розовая; тушь — черная.



**Ил. 19**

**Вечерний макияж (вариант 4):**

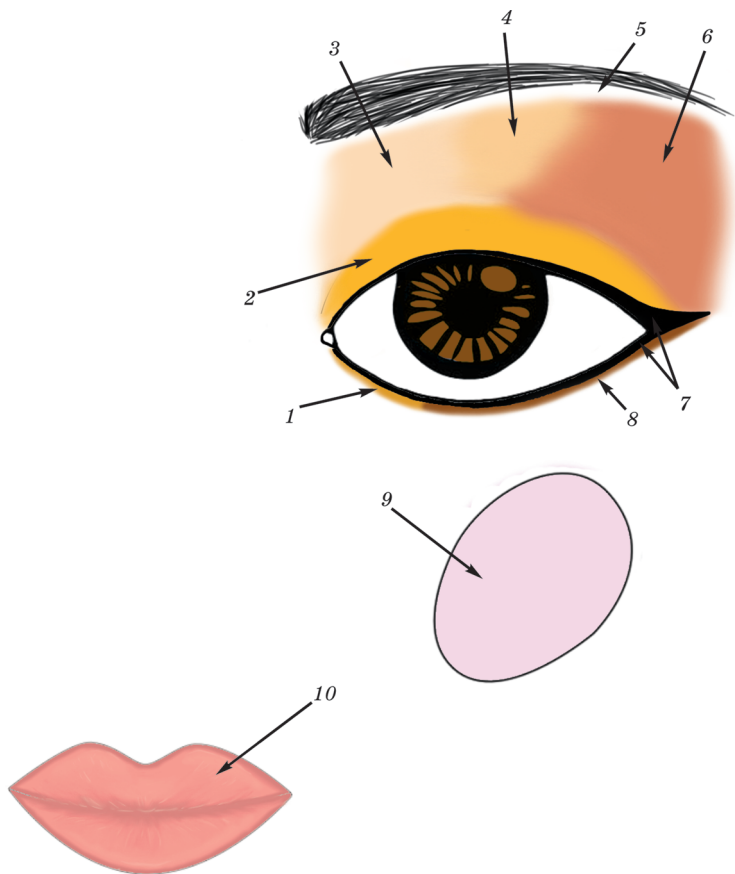
цвет: 1 — лиловый, 2 — темно-лиловый, 3 — сиреневый, 4 — светло-розовый, 5 — черный, 6 — розовый (или малиновый), 7 — розово-бежевый + блеск; тон — светло-бежевый; пудра — розовато-бежевая; тушь — черная (синяя темная).



**Ил. 20**

**Вечерний макияж (вариант 5):**

цвет: 1 — золотистый, 2 — серый, 3 — бежево-розовый, 4 — белый перламутровый, 5 — терракотовый (светлый), 6 — красный, 7 — розовый; тон — светло-розовый, пудра — натурального оттенка; тушь — черная.

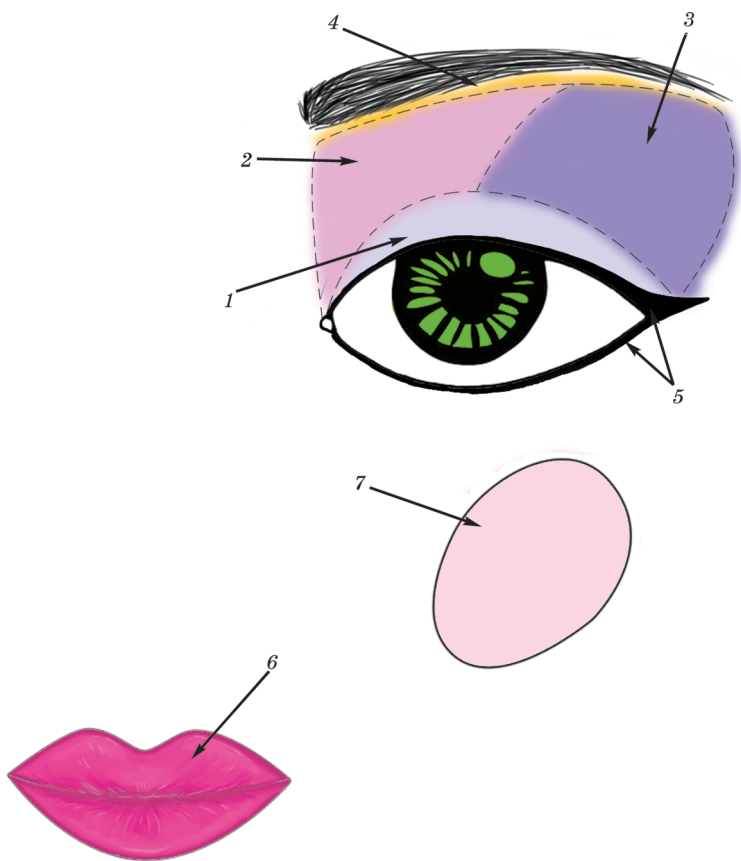


**Ил. 21**

**Макияж невесты (вариант 1):**

цвет: 1 — золотисто-бронзовый, 2 — золотистый, 3 — светло-бежевый, 4 — бежево-перламутровый, 5 — белый, 6 — розово-коричневый, 7 — черный, 8 — коричневый, 9 — нежно-розовый, 10 — темно-розовый + блеск; тон — по цвету кожи зоны декольте; пудра — прозрачная; тушь — черная.

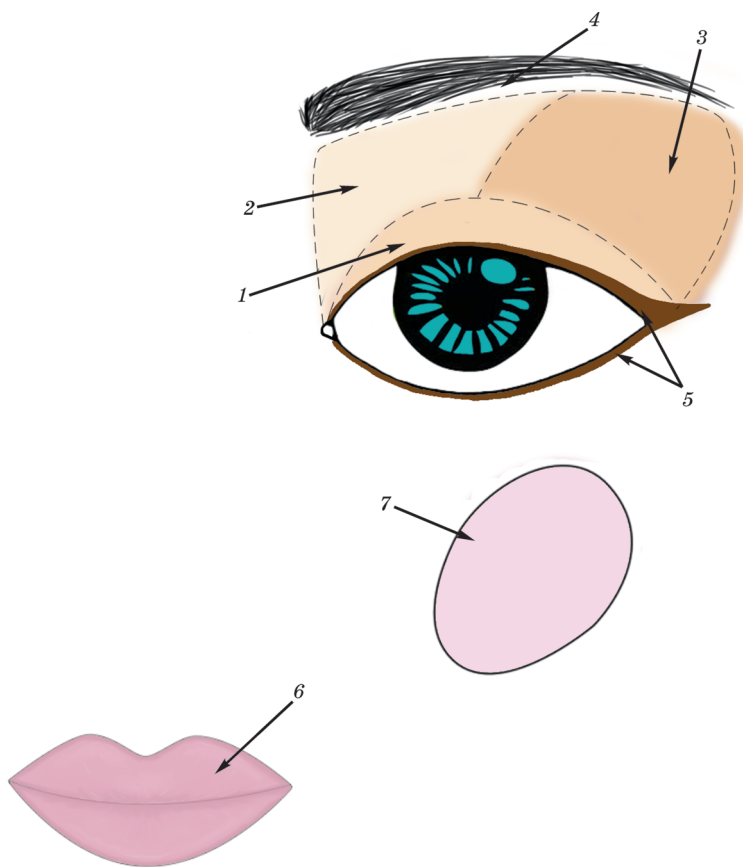




**Ил. 22**

**Макияж невесты (вариант 2):**

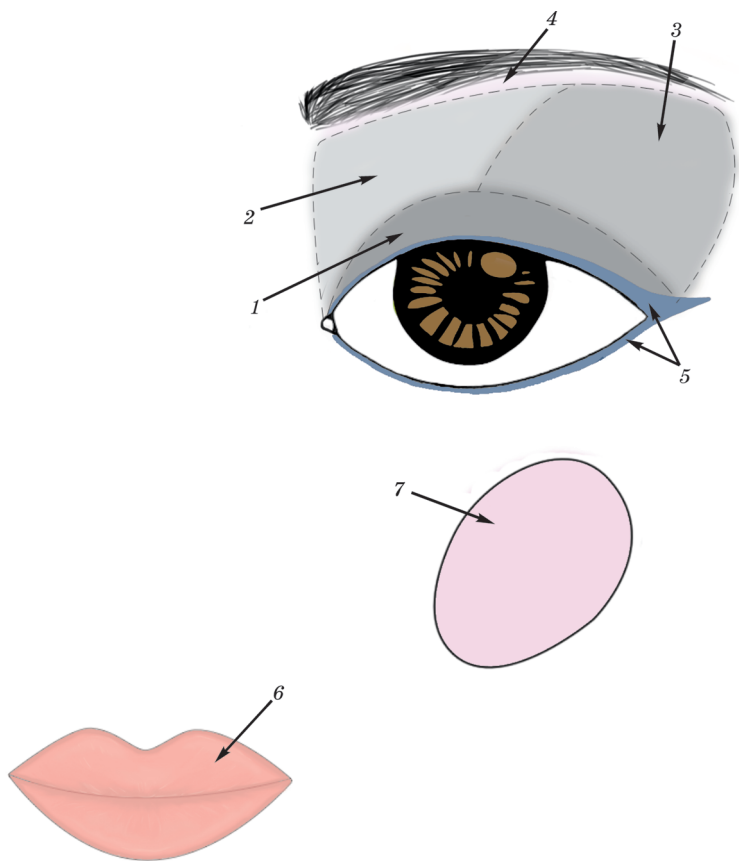
цвет: 1 — розово-сиреневый, 2 — нежно-розовый, 3 — сиреневый, 4 — золотистый, 5 — черный, 6 — насыщенный розовый или цикламен, 7 — нежно-розовый; тон — цвет кожи декольте или на тон светлее; пудра — розово-бежевая, светлая; тушь — черная.



### Ил. 23

#### Возрастной макияж (вариант 1):

цвет: 1 — бежевый, 2 — светло-бежевый, 3 — темно-бежевый, 4 — белый, 5 — коричневый, 6 — розовый, 7 — нежно-розовый; тон — светлый беж; пудра — натурального оттенка; тушь — черная; при необходимости применить корректоры.



**Ил. 24**

**Возрастной макияж (вариант 2):**

цвет: 1 — темно-серый, 2 — светло-серый, 3 — серый, 4 — розовый, 5 — серо-сиреневый, 6 — розово-бежевый, 7 — нежно-розовый; тон — светлый беж; пудра — натурального оттенка; тушь — черная; корректоры (при необходимости).