

Общество с ограниченной ответственностью
«ПроСервис»

УТВЕРЖДАЮ

« 15 » августа 2022г.

Генеральный директор ООО «ПроСервис»

Филиппов А.И. / 



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
«Диагностика кожи и составление комплексных программ
домашнего ухода»**

Форма обучения: Учебная программа реализуется исключительно посредством электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

Организация разработчик: ООО «ПроСервис»

г. Москва, 2022 г.

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации

«Диагностика кожи и составление комплексных программ домашнего ухода»

Нормативный срок освоения программы дополнительного профессионального обучения

20 часов.

Форма обучения: дистанционная, с применением дистанционных образовательных технологий (освоение программы по средствам самостоятельного прохождения электронного обучения и тестирования без отрыва от работы, без видеоконференций), индивидуальные занятия.

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
КВАЛИФИКАЦИОННАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА.....	4
УЧЕБНЫЙ ПЛАН.....	6
КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК	8
РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИН.....	10
ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ.....	25
ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ: ТЕСТИРОВАНИЕ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ К КУРСУ БАДы.....	26
ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ: ТЕСТИРОВАНИЕ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ К КУРСУ ТИПЫ СТАРЕНИЯ КОЖИ.....	30
ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ: ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ (ТЕСТИРОВАНИЕ)...	32
НОРМАТИВНАЯ ПРАВОВАЯ БАЗА.....	40

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа дополнительного профессионального обучения «Диагностика кожи и составление комплексных программ домашнего ухода» разработана в соответствии с Федеральным законом "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ, Приказом Минпросвещения России от 26.08.2020 № 438 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным программам профессионального обучения", Приказом Министерства труда России от «13» января 2021 г. № 2н "Об утверждении профессионального стандарта "Врач-косметолог", (Зарегистрировано в Минюсте России 12.04.2021 N 63072).

Цель реализации программы - совершенствование знаний врача-косметолога о гигиенических рекомендациях и мерах профилактики преждевременного и естественного старения, а также уходу за покровными тканями организма.

Программа состоит из 8 тем: теоретического учебного материала. Освоение теоретического материала происходит дистанционно.

По окончании обучения тем «БАДы» и «типы старения кожи», проводится промежуточная аттестация – тестирование.

По окончании изучения всех тем обучения проводится итоговая аттестация. Форма итоговой аттестации – тестирование. Тестирование состоит из 30 вопросов, с выбором одного или нескольких правильных вариантов ответов.

Слушатель, приступающий к освоению программы, должен владеть основами работы на персональном компьютере, уметь работать с текстовым редактором Microsoft Word или его аналогами.

Обучение по программе ведется на русском языке.

КВАЛИФИКАЦИОННАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА

Трудовые действия:

- Информирование пациента о процедурах для самостоятельного выполнения в домашних условиях; разработка рекомендаций по уходу за покровными тканями организма, в том числе обучение пациента необходимым гигиеническим навыкам;
- Информирование пациента о негативном воздействии факторов окружающей среды на кожу;
- Разработка программ индивидуального здорового образа жизни, в том числе программы профилактики преждевременного и естественного старения кожи и ее придатков, подкожной жировой клетчатки и мышечного аппарата, программы снижения потребления алкоголя и табака, оптимизации физической активности, рационального питания;
- Разработка рекомендаций по применению косметических средств для использования в домашних условиях;
- Назначение косметических средств для защиты от ультрафиолетового излучения;
- Направление пациентов к врачам-специалистам для коррекции соматических заболеваний внутренних органов и систем, приводящих к преждевременному старению

Необходимые умения:

- Оценивать общее и функциональное состояние кожи и ее придатков, подкожной жировой клетчатки
- Оценивать необходимость консультаций врачей-специалистов для исключения/установления диагноза сопутствующего заболевания, течение которого может влиять на состояние кожи и ее придатков
- Подбирать и рекомендовать косметические средства для ухода за кожей и ее придатками в домашних условиях с учетом индивидуальных особенностей морфофункциональных нарушений покровных тканей
- Составлять рекомендации по питанию, оптимальному уровню физической нагрузки

Необходимые знания:

- Меры профилактики старения кожи

- Принципы ухода за различными типами кожи
- Строение и функции кожи и слизистых оболочек, придатков кожи
- Составы и действующие вещества косметических средств, их классификация по входящим ингредиентам
- Классификация, состав, механизмы действия косметических средств для ухода за кожей и ее придатками в домашних условиях
- Классификация защитных средств от ультрафиолетового излучения
- Клиническая картина соматических заболеваний, влияющих на преждевременное старение кожи, в том числе сахарного диабета, метаболического синдрома
- Основы и принципы лечебного и здорового питания, основы диетотерапии, лечебной физической культуры
- Порядок оказания медицинской помощи населению по профилю «косметология»

В результате освоения программы слушатели приобретают следующие профессиональные компетенции в рамках имеющейся квалификации:

- Диагностика и коррекция врожденных и приобретенных морфофункциональных нарушений покровных тканей человеческого организма, преждевременного и естественного старения, инволюционной дегенерации кожи и ее придатков, подкожной жировой клетчатки и мышечного аппарата
- Информирование пациента о гигиенических рекомендациях и мерах профилактики преждевременного и естественного старения, инволюционной дегенерации кожи и ее придатков, подкожной жировой клетчатки и мышечного аппарата
- Ведение медицинской документации, организация деятельности находящегося в распоряжении медицинского персонала
- Оказание медицинской помощи в экстренной форме

Общество с ограниченной ответственностью
«ПроСервис»

УТВЕРЖДАЮ

« 15 » августа 2022г.

Генеральный директор ООО «ПроСервис»



Филиппов А.П.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
«Диагностика кожи и составление комплексных программ
домашнего ухода»

Контингент слушателей: лица, имеющие Высшее образование – специалитет по специальности «Лечебное дело» или «Педиатрия», подготовка в интернатуре и (или) ординатуре по специальности «Дерматовенерология» и дополнительное профессиональное образование – программы профессиональной переподготовки по специальности «Косметология», в части, касающейся профессиональных компетенций, соответствующих обобщенным трудовым функциям кода А и В профессионального стандарта «Врач-косметолог», и дополнительное профессиональное образование – программы профессиональной переподготовки по специальности «Косметология»

Форма обучения: дистанционная, с применением дистанционных образовательных технологий (освоение программы по средствам самостоятельного прохождения электронного обучения и тестирования без отрыва от работы, без видеоконференций), индивидуальные занятия.

Количество часов обучения: 20 часов.

Срок обучения: 5 дней

Календарный график обучения: понедельник-пятница, по 4 часа в день.

Документ, выдаваемый по окончании обучения: Удостоверение о повышении квалификации.

№ п/п	Наименование разделов, курсов, предметов	Кол-во часов всего	Виды занятий
			Электронный курс (электронная лекция)
1.	Теоретическое обучение		
1.1.	Строение и диагностика кожи	4	4
1.2.	Косметика и космецевтика	4	4
1.3.	Назначение косметических продуктов	2	2
1.4.	Уход за кожей: правда и миф	2	2
1.5.	Волосы и кожа готовы	2	2
1.6.	БАДы	2	2
	Промежуточная аттестация (тестирование)	1	1
1.7.	Типы старения кожи	0,5	0,5
	Промежуточная аттестация (тестирование)	0,5	0,5
1.8.	Составление комплексных программ	1	1
2.	Итоговая аттестация (тестирование)	1	–
	ИТОГО:	20	

Общество с ограниченной ответственностью
«ПроСервис»

УТВЕРЖДАЮ

« 15 » августа 2022г.

Генеральный директор ООО «ПроСервис»

Филиппов А.П.



[Handwritten signature]

**Календарный учебный график на 2023 г.
ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
«Диагностика кожи и составление комплексных программ
домашнего ухода»**

Календарный учебный график является документом, регламентирующим организацию деятельности по осуществлению образовательного процесса в течение 2022 учебного года.

Календарный учебный график является обязательным для его исполнения для всех участников образовательного процесса.

Общий объем учебной нагрузки: 20 академических часов, из которых: электронный курс (электронная лекция) – 17,5 ч., промежуточная аттестация – 1,5 ч., итоговая аттестация (тестирование) 1 ч.

Срок обучения: 5 дней.

Календарный график обучения: понедельник-пятница.

Продолжительность занятий в день: по 4 часа в день.

№ п/п	Календарный период	Наименование разделов, курсов, предметов	Кол-во часов всего	Виды занятий
				Электронный курс (электронная лекция)
1.	___ г.	Теоретическое обучение		
1.1.	___ г.	Строение и диагностика кожи	4	4
1.2.	___ г.	Косметика и <u>космецевтика</u>	4	4
1.3.	___ г.	Назначение косметических продуктов	2	2

1.4.	_____ г.	Уход за кожей: правда и миф	2	2
1.5.	_____ г.	Волосы и кожа готовы	2	2
1.6.	_____ г.	БАДы	2	2
		Промежуточная аттестация (тестирование) к курсу БАДы	1	1
1.7.	_____ г.	Типы старения кожи	0,5	0,5
		Промежуточная аттестация (тестирование) к курсу Типы старения кожи	0,5	0,5
1.8.	_____ г.	Составление комплексных программ	1	1
2.	_____ г.	Итоговая аттестация (тестирование)	1	–
		ИТОГО:	20	

РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИН

Разделы	Содержание
1. Теоретическое обучение	
<p>1.1.«Строение и диагностика кожи»</p> <p><i>Тип: электронный курс (электронная лекция)</i></p> <p><i>Объем часов: 4 ч.</i></p> <p><i>Итого: 4 ч.</i></p>	<p>Определение базовых знаний о коже.</p> <p>Строение кожи.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Эпидермис • Дерма • Гиподерма <p>Функции кожи.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Защитная • Выделительная • Терморегуляция • Дыхательная • Рецепторная • Эндокринная и метаболическая <p>Определение и разбор типов и состояния кожи.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Жирная/Сухая • Комбинированная • Нормальная <p>Характеристика типов кожи.</p> <p>Диагностика типа кожи.</p> <p>Определение состояние кожи.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Чувствительная • Обезвоженная <p>Диагностика состояния кожи.</p> <p>Разбор особенностей ухода за кожей с АКНЕ.</p>

Классификация АКНЕ:

- По форме
- По степени тяжести
- По возрасту

Лечение АКНЕ.

Ежедневный уход за кожей с признаками АКНЕ.

Разбор особенностей за чувствительной кожей.

Типы чувствительности кожи:

- Аллергичная (атопичная)
- Реакционная
- Чувствительная (интолерантная)
- Сухая
- Обезвоженная

Факторы, обостряющие чувствительность кожи и причины ее возникновения.

Лечение чувствительной кожи.

Уход за чувствительной кожей.

Разбор особенностей за кожей с куперозом и пигментацией.

Стадии купероза:

- 1 -я стадия
- 2-я стадия
- 3-я стадия
- 4-я стадия

Возможные причины купероза.

Лечение купероза.

Определение гиперпигментации кожи.

	<p>Разновидности гиперпигментации кожи:</p> <ul style="list-style-type: none"> • меланоцитарные • меланиновые <p>Возможные причины гиперпигментации.</p> <p>Лечение гиперпигментации кожи.</p>
<p>1.2. «Косметика и космецевтика»</p> <p><i>Тип: электронный курс (электронная лекция)</i></p> <p><i>Объем часов: 4 ч.</i></p> <p><i>Итого: 4 ч.</i></p>	<p>Определение принципов выбора косметических средств.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Тип и состояние кожи • Класс косметики • Проблема кожи <p>Этапы ухода:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Демакияж • Мягкое очищение • Тонизирование • Питание • Специальный уход <p>Разбор основных типов кожи и их признаков.</p> <p>Разбор критериев состояния кожи.</p> <p>Этапы ухода за комбинированной кожей</p> <p>Этапы ухода за сухой кожей.</p> <p>Этапы ухода за нормальной кожей.</p> <p>Этапы ухода за жирной кожей.</p> <p>Классификация косметики:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Масс - маркет • Миддл – маркет • Люкс • Профессиональная косметика • Лечебная (аптечная) косметика

	<ul style="list-style-type: none"> • Нутрикосметика (БАДы) <p>Марки косметических средств, их философия, линии ухода, особенности бренда.</p>
<p>1.3.«Назначение косметических продуктов»</p> <p><i>Тип: электронный курс (электронная лекция)</i></p> <p><i>Объем часов: 2 ч.</i></p> <p><i>Итого: 2 ч.</i></p>	<p>Выбор косметических средств в зависимости от возраста.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 20 + • 40 + • 60 + <p>Определение типа и вида косметических продуктов.</p> <p>Определения базового ухода:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Средство очищения • Тоник • Крем для Лица • Крем для контура глаз • Средство для глубокого очищения • Увлажняющая маска • Крем от солнца <p>Разбор косметических продуктов:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Функциональность • Возрастные ограничения • Состав • Техника использования <p>Определение расширенного ухода.</p> <p>Портфель косметических продуктов:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Сыворотка • Концентрат • Бустеры • Патчи • Мицеллярная вода

	<ul style="list-style-type: none"> • Гидрофильное масло • Бальзам для губ • Масло • Термальная вода • Маски • Защита от загрязнения воздуха <p>Протоколы ухода:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Профилактика старения • Антивозрастной уход 40 + • Антивозрастной уход 35 + • Антивозрастной уход 30 + (чувствительная кожа) • Антивозрастной уход 30 + • Лифтинг и укрепление каркаса • Увлажнение • Гиперпигментация • АКНЕ • Розацеа • Атопия
<p>1.4.«Уход за кожей: правда и миф»</p> <p><i>Тип: электронный курс (электронная лекция)</i></p> <p><i>Объем часов: 2 ч.</i></p> <p><i>Итого: 2 ч.</i></p>	<p>Мифы о вреде и пользе при использовании косметических продуктов</p> <ul style="list-style-type: none"> • Влияние солнца • Лечение АКНЕ • Минимальный комплект ухода за кожей • Натуральность косметических продуктов • Причины возникновения морщин • Опасность ингредиентов в косметических продуктах • Косметические продукты и их применение • Аппараты красоты • Функции кожи

	<ul style="list-style-type: none"> • Способы применения косметических продуктов • Область применения косметических продуктов • Концентрация компонентов косметики • Функциональность компонентов косметики
<p>1.5.«Волосы и кожа готовы»</p> <p><i>Тип: электронный курс (электронная лекция)</i></p> <p><i>Объем часов: 2 ч.</i></p> <p><i>Итого: 2 ч.</i></p>	<p>Строение и состав волоса.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Наружный слой • Корковый слой • Сердцевинный слой <p>Состав волоса:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Кератин • Липиды • Меланин • Вода <p>Концентрация компонентов.</p> <p>Определение и разбор роста волос.</p> <p>Фазы роста волос:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Анаген • Катаген • Телоген • Анаген <p>Типы волос. Разбор типов волос и их характеристики.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Сухие • Жирные • Смешанные • Нормальные

Проблемы и причины с волосами и кожей головы:

- выпадение волос
- перхоть
- сухая кожа головы
- жирная кожа головы
- зуд и покраснение кожи головы

Определение перхоти и ее виды:

- Сухая перхоть
- Жирная перхоть
- Жирная перхоть с корочками

Определение себореи и ее виды:

- Кожа с очагами эритемы
- Интенсивное шелушение
- Воспаление, сильный зуд, истончение волос

Причины появления перхоти:

- Грибок
- Нарушение микробиома
- Внутренние факторы
- Внешние факторы

Протоколы ухода при перхоти:

- Средства ухода за волосами и кожей головы
- Прием БАДов

Разбор косметических продуктов:

- Функциональность
- Возрастные ограничения
- Состав
- Техника использования

	<p>Определение выпадения волос.</p> <ul style="list-style-type: none">• Причины выпадения волос:• Генетика• Стрессы• Перхоть• Высокая жирность кожи головы• Диеты, дефицит витаминов и минералов• Иммунитет• Недостаток сна• Табачный дым, загрязнения среды <p>Виды алопеции:</p> <ul style="list-style-type: none">• Рубцевая• Нерубцевая <p>Виды нерубцовой формы алопеции:</p> <ul style="list-style-type: none">• Телогеновая алопеция• Андрогенная алопеция• Гнездная алопеция• Анагеновая алопеция• Трихотилломания• Тракционная алопеция <p>Виды выпадения волос:</p> <ul style="list-style-type: none">• Хроническое выпадения волос• Острое выпадения волос <p>Протоколы ухода при выпадении волос:</p> <ul style="list-style-type: none">• Средства ухода за волосами и кожей головы• Прием БАДов• Лечебные препараты <p>Разбор косметических продуктов:</p> <ul style="list-style-type: none">• Функциональность
--	---

- Возрастные ограничения
- Состав
- Техника использования

Сухие и обезвоженные волосы.

Симптомы обезвоженности волос:

- Локоны шероховаты на ощупь
- Не блестят
- Пушатся
- Ломаются
- Секутся

Причины сухости волос:

- Внешние факторы
- Внутренний факторы

Протоколы ухода при сухости волос:

- Средства ухода за волосами и кожей головы
- Прием БАДов

Разбор косметических продуктов:

- Функциональность
- Возрастные ограничения
- Состав
- Техника использования

Определение жирности волос.

Причины, провоцирующие жирность волос:

- Внешние факторы
- Внутренний факторы

Протоколы ухода при жирности волос:

- Средства ухода за волосами и кожей головы

	<ul style="list-style-type: none">• Прием БАДов <p>Разбор косметических продуктов:</p> <ul style="list-style-type: none">• Функциональность• Возрастные ограничения• Состав• Техника использования <p>Проблема кожи головы: зуд и раздражение.</p> <p>Факторы, провоцирующие чувствительность кожи головы:</p> <ul style="list-style-type: none">• Окрашивание• Уход за волосами• Жесткая вода• Неправильное питание• Грязный воздух• Стресс• Перепад температур <p>Протоколы ухода за чувствительной кожей головы:</p> <ul style="list-style-type: none">• Средства ухода за волосами и кожей головы• Прием БАДов <p>Разбор косметических продуктов:</p> <ul style="list-style-type: none">• Функциональность• Возрастные ограничения• Состав• Техника использования <p>Протоколы ухода по маркам:</p> <ul style="list-style-type: none">• Уход за нормальными волосами• При себорее кожи головы
--	---

<p>1.6.«БАДы»</p> <p><i>Тип: электронный курс (электронная лекция)</i></p> <p><i>Объем часов: 2 ч.</i></p> <p><i>Итого: 2 ч.</i></p>	<p>Определение биологически активных добавок (БАД).</p> <ul style="list-style-type: none">• Витамины• Минералы• Растения• Жирные кислоты• Белки аминокислоты <p>Разбор витаминов и что сигнализирует об их дефиците.</p> <p>Витаминоподобные вещества:</p> <ul style="list-style-type: none">• Коэнзим Q (Убихинон)• Витамин В4 (Холин)• Витамин В8 (Инозитол)• Витамин В10 (Параминобензойная кислота)• Витамин В15 (Пангамовая кислота)• Липоевая кислота• Витамин U (Противоязвенный фактор) <p>Жирорастворимые витамины:</p> <ul style="list-style-type: none">• Витамин А• Витамин D• Витамин Е• Витамин К <p>Водорастворимые витамины:</p> <ul style="list-style-type: none">• Витамин С• Витамин В1• Витамин В2• Витамин В6• Витамин В12• Витамин РР• Витамин В5
---	--

- Витамин В9
- Витамин Н

Разбор протокола контроля веса

Определение Минералов и минеральных веществ. Признаки дефицита.

- Кальций
- Магний
- Цинк
- Йод
- Железо
- Фосфор
- Медь
- Марганец
- Селен
- Хром
- Молибден
- Ванадий

Разбор протокола: АКНЕ

Растения и растительные комплексы.

- Экстракт эхинацеи пурпурной
- Экстракт черники.
- Экстракт черники.
- Экстракт валерианы
- Экстракт виноградной косточки
- Экстракт листьев гинкго билоба
- Экстракт расторопши
- Экстракт листьев сенны и абрикоса
- Экстракт травы пустырника
- Экстракт овса
- Экстрактов золототысячника и любистока
- Женьшень

	<p>Разбор протокола: старение кожи</p> <p>Аминокислоты. Признаки дефицита.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Таурин • Аргинин • Глютамин • Гистидин • Карнитин • Фенилаланин • Лизин • Аргинин <p>Разбор протокола: лишний вес</p> <p>Жирные кислоты. Признаки дефицита.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ненасыщенные жирные кислоты • Насыщенные жирные кислоты • Мононенасыщенные жиры (омега9) <p>Разбор протокола: Рост волос и профилактика седины</p>
<p>Промежуточная аттестация (тестирование)</p> <p><i>Тип: тестирование</i></p> <p><i>Объем часов: 1 ч.</i></p> <p><i>Итого: 1 ч.</i></p>	
<p>1.7.«Типы старения кожи»</p> <p><i>Тип: электронный курс (электронная лекция)</i></p> <p><i>Объем часов: 0,5 ч.</i></p> <p><i>Итого: 0,5 ч.</i></p>	<p>Определение морщин.</p> <p>Типы морщин.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мимические • Актинические • Хронологические (возрастные) <p>Причины старения кожа.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Изменение водно-липидной мантии.

	<ul style="list-style-type: none"> • Воздействие свободных радикалов. <p>Типы старения кожи лица.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Усталый тип старения • Мелкомарщинистый тип старения • Мускульный тип старения • Деформационный тип старения • Смешанный тип старения <p>Составление рекомендаций по уходу.</p> <p>Протокол ухода кожи с возрастными изменениями</p> <p>Протокол ухода выпадения волос</p> <p>Протокол ухода за кожей с пигментацией</p>
<p>Промежуточная аттестация (тестирование)</p> <p><i>Тип: тестирование</i></p> <p><i>Объем часов: 0,5 ч.</i></p> <p><i>Итого: 0,5 ч.</i></p>	
<p>1.8.«Составление комплексных программ»</p> <p><i>Тип: электронный курс (электронная лекция)</i></p> <p><i>Объем часов: 1 ч.</i></p> <p><i>Итого: 1 ч.</i></p>	<p>Примеры комплексных программ с рекомендациями по выбору лечебной косметики и БАДов.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Протокол ухода за сухой кожей • Протокол ухода за кожей голов с перхотью • Протокол ухода при потере волос • Протокол ухода за кожей с АКНЕ <p>Факторы, влияющие на проблему АКНЕ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Неправильное питание • Жесткая вода • Стресс • Гормональный дисбаланс

	<p>Факторы, влияющие на проблему выпадения волос:</p> <ul style="list-style-type: none">• Неправильное питание• Жесткая вода• Стресс• Дефицит витаминов <p>Факторы, влияющие на проблему перхоти:</p> <ul style="list-style-type: none">• Неправильное питание• Жесткая вода• Стресс• Нарушения микробиома <p>Факторы, влияющие на сухую кожу:</p> <ul style="list-style-type: none">• Стресс• Курение• Недостаток воды
--	---

2. Итоговая аттестация (тестирование)

Тип: тестирование

Объем часов: 1 ч.

Итого: 1 ч.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

Требования к материально-техническому оснащению программы:

- компьютер с лицензионным ПО;
- доступ к сети Интернет.

Требования к кадровым условиям реализации программы:

Реализация программы профессионального обучения обеспечивается педагогическими работниками организации осуществляющей обучение, а также лицами, привлекаемыми к реализации программы профессионального обучения на условиях гражданско-правового договора.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ: ТЕСТИРОВАНИЕ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ К КУРСУ БАДы

ВОПРОСЫ

1. Перечислите случаи, когда Вы будете включать витамин А в комплексную продажу покупателя?
 - a) Запрос крема от морщин
 - b) Запрос крема при сухости кожи
 - c) Запрос средства от выпадения волос
 - d) Запрос крема от пигментации кожи
2. Перечислите случаи, когда Вы будете включать витамин Е в комплексную продажу покупателя?
 - a) Запрос крема при сухости кожи
 - b) Запрос крема от пигментации кожи
 - c) Запрос препарата при физических нагрузках
3. Перечислите случаи, когда Вы будете включать витамин Н (биотин) в комплексную продажу покупателя?
 - a) Запрос шампуня от перхоти
 - b) Запрос препарата от выпадения волос
 - c) Запрос препарата при физических нагрузках
 - d) Запрос крема от пигментных пятен
4. Перечислите случаи, когда Вы будете включать Селен в комплексную продажу покупателя?
 - a) Запрос препарата йодомарин
 - b) Запрос крема от морщин
 - c) Запрос детского питания
5. Перечислите случаи, когда Вы будете включать Цинк в комплексную продажу покупателя?

- a) Запрос горячего напитка при простуде
 - b) Запрос препарата от выпадения волос
 - c) Запрос препаратов для стройности талии
6. Перечислите случаи, когда Вы будите включать Цинк в комплексную продажу покупателя?
- a) Запрос препарата для улучшения сна
 - b) Запрос препарата для сердца
 - c) Запрос шампуня от выпадения волос
 - d) Запрос крема от морщин
7. Какой природный экстракт обладает антиоксидантным действием?
- a) Зеленого чая
 - b) Экстракт виноградной косточки
 - c) Черники
8. Какое растение обладает успокаивающим действием?
- a) Валерьяна
 - b) Пустырник
 - c) Черника
9. Какой природный экстракт обладает слабительным действием?
- a) Экстракт листьев сенны
 - b) Экстракт абрикоса
 - c) Экстракт пустырника
10. Перечислите случаи, когда Вы будите включать омега 6 в комплексную продажу покупателя?
- a) Запрос препарата от выпадения волос
 - b) Запрос препарата для поднятия внимания
 - c) Запрос препарата для сухой кожи

11. Перечислите случаи, когда Вы будите включать омега 3 в комплексную продажу покупателя?

- a) Запрос препарата от АКНЕ
- b) Запрос препарата от депрессии
- c) Запрос препарата для сухой кожи

12. Какую комплексную рекомендацию Вы составите для покупателя для профилактики седины.

- a) Хелат меди
- b) Витамин E
- c) Омега 369

13. Какую комплексную рекомендацию Вы составите для покупателя с запросом на препараты борьбы с лишним весом.

- a) Лкартнитин
- b) Хром
- c) Таурин

14. Какую комплексную рекомендацию Вы составите для покупателя с запросом на препарат от стресса.

- a) Витамин C
- b) Магний
- c) Витамины группы B

15. Какую комплексную рекомендацию Вы составите для покупателя для контроля АКНЕ.

- a) цинк
- b) витамин A
- c) витамин E

16. Какую комплексную рекомендацию Вы составите для покупателя с запросом крема от морщин.

- а) витамин С
- б) витамин Е
- с) Экстракт виноградных косточек

ОТВЕТЫ К ТЕСТУ

Номер вопроса	Буквенное обозначение правильного ответа
1.	a,b,c
2.	a,b
3.	a,b
4.	a,b
5.	a,b
6.	a,b,c
7.	a,b
8.	a,b
9.	a,b,c
10.	a,b,c
11.	a,b,c
12.	a,b,c
13.	a,b,c
14.	a,b,c
15.	a,b,c
16.	a,b,c

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ: ТЕСТИРОВАНИЕ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ К КУРСУ ТИПЫ СТАРЕНИЯ КОЖИ

ВОПРОСЫ

1. Расположите этапы протокола ухода с возрастными изменениями в правильном порядке:
 - a) Этап. Динамичное увлажнение
 - b) Этап. Очищение (пенка)
 - c) Этап. Укрепление и защита
 - d) Этап. Тонизирование (тоник)
 - e) Этап. Демакияж (мицелярная вода)

2. Сопоставьте этапы протокола защиты кожи от пигментации элементы с их значениями:

Очищение	Ночной крем
Тонизирование	Гель, пенка, мусс
Увлажнение	Крем с SPF
Бережный пилинг	Ночной пилинг
Защита	Тоник

3. Перечислите типы морщин:
 - a) Актинические
 - b) Хронологические
 - c) Фейстические
 - d) Мимические

4. Перечислите причины старения кожи:
 - a) Изменение водно – липидной мантии
 - b) Изменение массы тела
 - c) Воздействие свободных радикалов

5. Сопоставьте типы морщин с их значениями:

мимические	в местах обезвоженной кожи
актинические	в местах мимических морщин
хронологические	связанны с возрастными изменениями коллагена, деформацией мягких тканей лица

ОТВЕТЫ К ТЕСТУ

1.	e,b,d,a,c
2.	Очищение - Гель, пенка, мусс Тонизирование – Тоник Увлажнение - Ночной крем Бережный пилинг - Ночной пилинг Защита - Крем с SPF
3.	a,b,d
4.	a,c
5.	Мимические - в местах мимических морщин Актинические - в местах обезвоженной кожи Хронологические - связаны с возрастными изменениями коллагена, деформацией мягких тканей лица

ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ (ТЕСТИРОВАНИЕ)

ВОПРОСЫ

1. Какие проблемы организма сигнализируют о нехватке витамина А?
 - a) Повышается восприимчивость к инфекционным заболеваниям
 - b) Медленно заживают раны на коже и слизистых
 - c) Выпадают волосы

2. Составьте комплексную рекомендацию для покупателя с проблемой АКНЕ.
 - a) Цинк – действует на иммунную систему, уменьшая проявление хронического воспаления, помогает постакне заживать быстрее, тем самым уменьшая общее количество прыщей
 - b) Омега 3-6-9 - уменьшает раздражение, вызванное гиперреактивностью, разглаживает морщинки и возвращает коже притягательную упругость
 - c) Пренатабс – сбалансированный комплекс для беременных (А, В, Е, С, железо, йод и т.д.)

3. Какие проблемы организма сигнализируют о нехватке витамина С?
 - a) Медленно заживают раны и ушибы
 - b) Снижается работоспособность
 - c) Усиливается кровоточивость десен

4. Какие проблемы организма сигнализируют о нехватке биотина в организме?
 - a) Шелушение, сухость кожи всего тела
 - b) Ломкость и выпадение волос
 - c) Старение

5. Чем отличается сухая кожа от обезвоженной?
 - a) В сухой коже дефицит липидов, в обезвоженной коже дефицит воды
 - b) Это одно и то же
 - c) Сухая кожа – это тип кожи, обезвоженность – временное состояние

6. Какие компоненты в составе кремов применимы, как помощники в борьбе со старением?
 - a) Ретинол
 - b) Антиоксиданты

- c) Пептиды
- d) Коллаген
- e) Гиалоурановая кислота

7. Прием препаратов с содержанием коллагена способствует...

- a) Повышению упругости и эластичности кожи
- b) Улучшению остроты зрения
- c) Улучшению работы головного мозга
- d) Профилактике преждевременного старения кожи
- e) Поддержанию здоровья суставов и сухожилий

8. Можно ли средства с кислотами наносить перед выходом на солнце?

- a) Нет
- b) Да

9. Что в качестве дополнительной покупки порекомендовать покупателю, который приобретает средство лечебной косметики с кислотами?

- a) Крем с SPF
- b) Увлажняющую сыворотку
- c) Очищение

10. Может ли со временем измениться тип кожи?

- a) Нет, это генетика
- b) Да, это следствие внешней среды и питания

11. Сухая кожа - это?

- a) Дефицит синтеза липидов
- b) Избыток синтеза липидов
- c) Близко расположенные сосуды

12. Жирная кожа – это?

- a) Дефицит синтеза липидов
- b) Избыток синтеза липидов
- c) Близко расположенные сосуды

13. Чем характеризуется жирная кожа?

- a) Избыточная работа сальных желёз
- b) Плотная кожа
- c) Жирный блеск

14. Чем характеризуется сухая кожа?

- a) Слабо защищена. Рано чувствует потребность в нанесении крема
- b) Очень часто можно увидеть разного рода шелушения
- c) Дефицит сальных желёз. Свой «завод крема» работает очень слабо
- d) На поверхности гладкая, ровная, очень узкие поры
- e) Склонна к преждевременному появлению морщин, особенно вокруг глаз, в зоне межбровья, на лбу

15. Верно ли утверждение: крема с SPF блокируют выработку витамина D.

- a) Да
- b) Нет

16. Верно ли утверждение: при пасмурной погоде не нужно использовать крем с SPF

- a) Да
- b) Нет

17. При выборе покупателя крема с ретинолом, какие советы нужно дать?

- a) Днём необходимо использовать солнцезащитный крем со степенью защиты не ниже SPF 30
- b) Препарат не должен применяться беременными женщинами и пациентами во время лечения во время лечения ретиноидами
- c) Не рекомендуются горячие ванны или умывание лица хлорированной водой
- d) Необходимо исключить острые, очень горячие блюда, а также спиртные напитки

18. У покупателя (18+) есть потребность получить эффективное лечение от АКНЕ. Лечебную косметику, с каким составом Вы посоветуете?

- a) Ретинол
- b) Ниацинамид
- c) Витамин С

19. Ретинол это универсальный помощник в борьбе с АКНЕ и морщинами?

- a) Да
- b) Нет

20. Верно ли утверждение: Умывание горячей водой полезно.

- a) Да
- b) Нет

21. Верно ли утверждение: мыть голову каждый день вредно.

- a) Да
- b) Нет

22. Верно ли утверждение: мужской уход за кожей принципиально отличается от женского.

- a) Да
- b) Нет

23. Перечислите все типы кожи:

- a) Жирная
- b) Нормальная
- c) Сосудистая
- d) Комбинированная
- e) Сухая
- f) Обезвоженная

24. Косметика класса Масс-маркет – это?

- a) Это самая доступная в ценовом отношении косметика. В этом сегменте свои продукты предлагают сотни различных брендов. В составе средств сегмента Масс-маркет много синтетических компонентов, искусственных ароматизаторов.
- b) В этих средствах содержатся более натуральные консерванты, получаемые путем химической переработки растительного сырья. Однако в процессе производства даже самые полезные и натуральные ингредиенты подвергаются наиболее дешевым технологическим процедурам, что влечет большую потерю полезных свойств.
- c) Эта дермакосметика зачастую предлагает линии для ухода за кожей дерматологических пациентов и продается в аптеках. Среди этой дермакосметики можно найти средства для людей с атопическим дерматитом, акне, а также линии для анти-возрастного ухода.
- d) Эти продукты предназначены для профессионального использования в салонах красоты. Эффективность таких средств действительно высока. Насыщенная формула профессиональных продуктов позволяет достичь видимого эффекта уже после одного-двух применений.

25. Профессиональная косметика – это?

- a) Это самая доступная в ценовом отношении косметика. В этом сегменте свои продукты предлагают сотни различных брендов. В составе средств сегмента Масс-маркет много синтетических компонентов, искусственных ароматизаторов.
- b) В этих средствах содержатся более натуральные консерванты, получаемые путем химической переработки растительного сырья. Однако в процессе производства даже самые полезные и натуральные ингредиенты подвергаются наиболее дешевым технологическим процедурам, что влечет большую потерю полезных свойств.
- c) Эта дермакосметика зачастую предлагает линии для ухода за кожей дерматологических пациентов и продается в аптеках. Среди этой дермакосметики можно найти средства для людей с атопическим дерматитом, акне, а также линии для анти-возрастного ухода.
- d) Эти продукты предназначены для профессионального использования в салонах красоты. Эффективность таких средств действительно высока. Насыщенная формула профессиональных продуктов позволяет достичь видимого эффекта уже после одного-двух применений.

26. Аптечная косметика/космецевтика – это?

- a) Это самая доступная в ценовом отношении косметика. В этом сегменте свои продукты предлагают сотни различных брендов. В составе средств сегмента Масс-маркет много синтетических компонентов, искусственных ароматизаторов.
- b) В этих средствах содержатся более натуральные консерванты, получаемые путем химической переработки растительного сырья. Однако в процессе производства даже самые полезные и натуральные ингредиенты подвергаются наиболее дешевым технологическим процедурам, что влечет большую потерю полезных свойств.
- c) Эта дермакосметика зачастую предлагает линии для ухода за кожей дерматологических пациентов и продается в аптеках. Среди этой дермакосметики можно найти средства для людей с атопическим дерматитом, акне, а также линии для анти-возрастного ухода.
- d) Эти продукты предназначены для профессионального использования в салонах красоты. Эффективность таких средств действительно высока. Насыщенная формула профессиональных продуктов позволяет достичь видимого эффекта уже после одного-двух применений.

27. Косметика класса Миддл-маркет – это?

- a) Это самая доступная в ценовом отношении косметика. В этом сегменте свои продукты предлагают сотни различных брендов. В составе средств сегмента Масс-маркет много синтетических компонентов, искусственных ароматизаторов.

- b) В этих средствах содержатся более натуральные консерванты, получаемые путем химической переработки растительного сырья. Однако в процессе производства даже самые полезные и натуральные ингредиенты подвергаются наиболее дешевым технологическим процедурам, что влечет большую потерю полезных свойств.
- c) Эта дермакосметика зачастую предлагает линии для ухода за кожей дерматологических пациентов и продается в аптеках. Среди этой дермакосметики можно найти средства для людей с atopическим дерматитом, акне, а также линии для анти-возрастного ухода.
- d) Эти продукты предназначены для профессионального использования в салонах красоты. Эффективность таких средств действительно высока. Насыщенная формула профессиональных продуктов позволяет достичь видимого эффекта уже после одного-двух применений.

28. К числу дермакосметики можно отнести бренды:

- a) PHYTO
- b) LIERAC
- c) VICHY
- d) Avene
- e) URIAGE
- f) La Roche-Posay

29. Натуральная косметика – это?

- a) Это косметика, в составе которой используются компоненты естественного (природного) происхождения. Но помимо натуральных в составе могут присутствовать и синтетические компоненты, причем их не обязательно будет меньше — никаких правил о процентном соотношении нет.
- b) Это косметика, где используются растительные ингредиенты, но не применяются методы генной инженерии, химических удобрений и пестицидов.

30. Органическая косметика – это?

- a) Это косметика, в составе которой используются компоненты естественного (природного) происхождения. Но помимо натуральных в составе могут присутствовать и синтетические компоненты, причем их не обязательно будет меньше — никаких правил о процентном соотношении нет.
- b) Это косметика, где используются растительные ингредиенты, но не применяются методы генной инженерии, химических удобрений и пестицидов.

ОТВЕТЫ К ТЕСТУ

Номер вопроса	Буквенное обозначение правильного ответа
2.	a,b,c
3.	a,b
4.	a,b,c
5.	a,b
6.	a,c
7.	a,b,c,d,e
8.	a,d,e
9.	a
10.	a
11.	a
12.	a
13.	b
14.	a,b,c
15.	a,b,c,d,e
16.	b
17.	b
18.	a,b
19.	a
20.	a
21.	b
22.	b

23.	b
24.	a,b,d,e
25.	a
26.	d
27.	c
28.	b
29.	a,b,c,d,e,f
30.	a
31.	b

НОРМАТИВНАЯ ПРАВОВАЯ БАЗА

Нормативно-правовая литература:

1. "Конституция Российской Федерации" (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020).
2. "Гражданский процессуальный кодекс Российской Федерации" от 14.11.2002 N 138-ФЗ (ред. от 16.04.2022)
3. Гражданский кодекс Российской Федерации.
4. Закон РФ от 07.02.1992 N 2300-1 «О защите прав потребителей» (ред. от 11.06.2021).
5. Федеральный закон от 29 ноября 2010 г. N 326-ФЗ "Об обязательном медицинском страховании в Российской Федерации"
6. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (11.06.2022).
7. **Приказ Минтруда России от 13.01.2021 N 2н "Об утверждении профессионального стандарта "Врач-косметолог" (Зарегистрировано в Минюсте России 12.04.2021 N 63072).**
8. Приказ Минобрнауки России от 01.07.2013 N 499 (ред. от 15.11.2013) "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам" (Зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2013 N 29444)
9. Постановление Правительства РФ от 18.09.2020 N 1490 (ред. от 30.11.2021) "О лицензировании образовательной деятельности" (вместе с "Положением о лицензировании образовательной деятельности") (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.03.2022)
10. Приказ Минздрава России от 08.10.2015 N 707н (ред. от 04.09.2020) "Об утверждении Квалификационных требований к медицинским и фармацевтическим работникам с высшим образованием по направлению

подготовки "Здравоохранение и медицинские науки" (Зарегистрировано в Минюсте России 23.10.2015 N 39438)

11.Федеральный закон от 27.07.2006 N 149-ФЗ "Об информации, информационных технологиях и о защите информации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2022).

12.Федеральный закон от 27.07.2006 N 152-ФЗ "О персональных данных" (ред. от 02.07.2021).

13.Федеральный закон "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" от 21.11.2011 N 323-ФЗ

Учебные издания:

1. Клинические рекомендации. Розацеа. Российское общество дерматовенерологов и косметологов. 2019 . 34 с.
2. Юсупова Л.А., Юнусова Е.И., Гараева З.Ш., Мавлютова Г.И., Валеева Э.М. Клинические варианты и терапия больных розацеа. Лечащий врач, журнал. № 6. 2019.
3. Шептий О.В., Круглова Л.С., Жукова О.В., Эктова Т.В., Ракша Д.А., Шматова А.А. Высокоэнергетическое лазерное излучение в дерматологии и косметологии. Российский журнал кожных и венерических болезней. № 6, 2012. С. 39-43.
4. Ливандовский Ю.А., Павлова О.Ю. Телеангиэктазии. Клиническая дерматология и венерология. 2010; 8(5). С. 6-15.
5. Клинические рекомендации «Алкогольная болезнь печени (АБП) у взрослых». Разраб.: Российское научное медицинское общество терапевтов, Научное общество гастроэнтерологов России. – 2021.
6. Онкодерматология: атлас: учебное пособие / И.А. Ламоткин – М.: Лаборатория знаний, 2017.
7. Дерматовенерология. Национальное руководство. Краткое издание / под ред. Ю. С. Бутова, Ю.К. Скрипкина, О.Л. Иванова. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2013. – 896 с.
8. Баринаева А.Н. Современные методы лечения и реабилитации больных с вульгарными угрями. Российский семейный врач, журнал. 2018. Т. 22, № 4. - С. 5-18. doi 10.17816/RFD201845-18.
9. Н.В.Чеботарева. Настольная книга косметолога.