Дипломная работа

Парикмахерское дело

Тема:

«Химическая завивка волос. Современные методы завивки»

Г.Буденновск 2010 год

Содержание

Введение

Глава I. Дезинфекция инструментов, требования к санитарно-гигиеническим и эпидемиологическим нормам

* 1. Дезинфицирующие средства
	2. Моющие и мылящие средства
	3. Санитарно-техническое оборудование
	4. Рабочее место парикмахера

Глава II. Физиологические свойства волос. Диагностика состояния волос клиента и применение различных систем средств профессионального ухода за волосами

1. Типы волос
2. Уход за волосами

Глава III. Технология горизонтальной химической завивки. Использование новейших современных биопрепаратов

1. Технология завивки
2. Современные биопрепараты

Глава IV. Практическая работа

Заключение

Список источников и литературы

ВВЕДЕНИЕ

Выполнить красивую современную прическу - дело непростое. И роль парикмахера в создании обшей гармонии линий с учетом индивидуальности клиента является подчас решающей. Каждый человек прибегает к помощи парикмахера в надежде на то, что он на основе своих знаний и требований современной моды, профессионального опыта и личного вкуса создаст изящную прическу. Именно поэтому профессию парикмахера должны выбирать люди с творческой натурой и достаточно развитым эстетическим вкусом.

Выбор любой профессии - важнейшее событие в жизни и судьбе человека - происходит в том возрасте, когда только начинает складываться жизненный опыт, не слишком точны ориентиры и высока вероятность ошибки.

В чем заключается сложность той или иной профессии? Каковы психофизиологические требования, предъявляемые к ней? В чем состоит требование к способностям человека, избравшего ту или иную специальность? Ведь случается и так, что некоторые разочаровываются в ней из-за несовпадения собственных представлений с фактическим характером и содержанием труда.

Психофизиологические данные и состояние здоровья оказываются порой противопоказанными избранной профессии или специальности. А это, как правило, ведет к смене профессии, в результате чего люди и общество в целом несут моральные и материальные издержки[[1]](#footnote-1).

Важное значение имеет правильный и всесторонний учет психофизиологических требований к выбранной профессии. Зная особенности своего характера и темперамента, степень эмоциональной возбудимости, впечатлительности и энергичности, быстроту смены настроений и т.п., следует подбирать такие виды деятельности, которые соответствуют вам в наибольшей степени.

К числу главных требований при выборе профессии парикмахера следует отнести:

* общее физическое развитие;
* высокую чувствительность к цвету и оттенкам;
* хорошую координацию движений рук;
* хорошее зрение;
* наблюдательность;
* выдержку;
* постоянный самоконтроль и организованность.

Не последнюю роль при этом играет и такое требование, как хорошее настроение.

Необходимо обладать и знанием таких предметов, как рисование, химия в объеме учебных программ средней общеобразовательной и профессиональной школ.

От профессиональных знаний, опыта и умения работать с людьми мастера-парикмахера во многом зависит культура обслуживания клиентов. Эти работники должны быть людьми творческого склада, обладать хорошим вкусом, быть чуткими, внимательными и отзывчивыми по отношению к клиентам. Очень важным в профессии парикмахера является умение анализировать, быстро находить индивидуальный подход к каждому клиенту.

Для общения с клиентом мастер должен обладать терпением, самообладанием, самоконтролем. Эти высокие требования продиктованы многолетней практикой работы. Парикмахеру должны быть свойственны и такие качества, как:

* развитая зрительная память и оперативное мышление;
* умение быстро ориентироваться и принимать правильное решение в конфликтных ситуациях;
* тактичность, доброжелательность, дисциплинированность, готовность к преодолению трудностей в обслуживании клиентов;
* общительность, отзывчивость;
* уважение к клиентам;
* способность правильно оценивать поступки клиента и свои собственные действия, умение предвидеть их последствия.

Мастер должен также знать основы психологии, этики, эстетики, педагогики, права. Это ему необходимо для выбора рациональной тактики обслуживания того или иного клиента и индивидуального подхода к нему.

Клиент нередко ожидает от мастера доброго совета. В такой ситуации мастер становится для него необходимым человеком. Учитывая сказанное выше, мастер должен быть внимательным и предупредительным по отношению к клиентам, уметь объективно высказывать свое мнение по тому или иному вопросу, поддерживать с ними доверительные отношения. Мастер должен пользоваться у клиента авторитетом. При обслуживании клиентов нельзя допускать с ними панибратских отношений, обслуживать их нужно радушно, но не навязчиво.

Личные качества мастера и его отношение к работе оказывают определенное воздействие на клиентов. В высококультурном работнике клиенты часто видят для себя положительный пример. Но для этого мастер должен быть специалистом в своем деле. Вместе с тем его должна отличать и увлеченность своей профессией.

Активность мастера с значительной степени зависит от его профессионального опыта, ответственности, от умения «войти» в производственную и общественную жизнь коллектива.

Осознание важности своей работы благоприятно влияет на развитие самосознания и формирование необходимых черт личности работника - трудолюбия, дисциплинированности, организованности, деловитости, настойчивости, которые облегчают ему обслуживание даже не очень вежливых клиентов.

У мастера, удовлетворенного своей работой, формируется определенная система знаний и приемов, которая во многом определяет успех обслуживания клиентов.

Глава I. Дезинфекция инструментов, требования к санитарно-гигиеническим и эпидемиологическим нормам

* 1. Дезинфицирующие средства

Этиловый спирт (С2Н5ОН) - бесцветная жидкость, кипящая при температуре 78°С. Для технических целей этиловый спирт получают из крахмала. Для дезинфекции инструмента в парикмахерских следует применять этиловый спирт не ниже 70%-ной консистенции[[2]](#footnote-2).

Йод. Настойка йода очень эффективна как дезинфицирующая и прижигающая жидкость при обработке порезов, царапин и других повреждений кожи.

Формалин. Бесцветная жидкость, обладает резким неприятным запахом, применяется для дезинфекции новых, не бывших в употреблении кисточек для бритья.

Хлорамин. Для дезинфекции инструмента в парикмахерских используется 0,5%-ный раствор хлорамина для щеток, расчесок и другого инструмента, изготовленного из пластмассы. Опускают инструменты в раствор хлорамина на 10-15 минут.

Хлорная известь применяется для дезинфекции помещений парикмахерских и санузлов.

Карболовая кислота (фенол) - твердое вещество кристаллической структуры, обладает резким, характерным запахом и хорошо растворяется в воде. Фенол ядовит, поэтому для дезинфекции следует использовать 5%-ный раствор, приготовленный в аптеке.

Квасцы - насыщенные растворы сернокислого алюминия. Растворы квасцов бесцветные. На вкус слегка сладковатые, без запаха. Они очень эффективны для остановки кровотечения при порезах, ссадинах и других повреждениях кожи. Готовят раствор квасцов следующим образом: во флакон с пероксвдом водорода небольшими порциями всыпают кристаллы сернокислого алюминия до тех пор, пока они не перестанут растворяться. После добавления каждой порции кристаллов пероксид водорода необходимо взбалтывать до их полного растворения[[3]](#footnote-3).

* 1. Моющие и мылящие средства

Мыла - это щелочные соли высших жирных кислот, а именно: жирнокислые калий и натрий. По этим свойствам мыла делятся на две группы:

* твердые (хозяйственные) и туалетные – соль калия;
* жидкие – соль натрия.

При их изготовлении жиры и масла расщепляются, выделяя глицерин. Полученная жидкая смесь - мыльный клей - смешивается с поваренной солью, вследствие чего нерастворимые в соли щелочи выпадают, всплывая на поверхность. После высаливания происходит выварка ядра, проверка щелочности, отливка и прессование в формы[[4]](#footnote-4).

Хорошее мыло должно иметь следующие качества:

1. Хорошо растворяться в воде.
2. Не содержать в себе лишнего щелока.
3. Обладать устойчивостью при хранении.

Жидкие туалетные мыла представляют собой водно-спиртовые растворы калиевого мыла, приготовленного из жидких растительных масел. Для производства жидких мыл сырьем являются кокосовые и коркоядровые жиры или подсолнечное масло, канифоль, деготь, едкий натрий, едкий калий, вода, спирт, глицерин и отдушка.

Дегтярное мыло - это водно-спиртовый раствор мыла с очищенным берестовым дегтем. Дегтярное мыло раздражает кожу, это усиливает местное кровообращение, кроме того, оно является антисептическим и антипаразитарным средством.

Мыльные палочки для бритья представляют собой изготовленное в форме палочек туалетное мыло на основе кокосового масла (50%) и говяжьего сала (50%).

Крем для бритья является мыльным препаратом кремообразной консистенции с перламутровым блеском от белого до светло-коричневого цвета с приятным запахом. Он предназначен Для размягчения и обезжиривания волос перед бритьем. Для его изготовления необходимы: стеарин, кокосовое масло, едкий калий, борная кислота, хлористый натрий, вода, отдушки.

Мыльный порошок для бритья получают путем высушивания мыльной туалетной основы с последующим смешиванием порошка, крахмала и отдушки[[5]](#footnote-5).

* 1. Санитарно-техническое оборудование

Постоянная температура рабочих помещений парикмахерской – 18-20°С. И летний период такую температуру поддерживают с помощью вентиляции. В другие периоды времени, когда температура наружного воздуха понижается, возникает необходимость в использовании отопительной системы. В больших городах и населенных пунктах основная масса парикмахерских имеет центральное отопление (водяное или паровое). Оно состоит из ряда нагревательных приборов (калориферов или батарей), расположенных равномерно в различных точках парикмахерских. Площадь поверхности приборов строго рассчитана для каждого помещения. Такое отопление позволяет поддерживать равномерную температуру во всех помещениях парикмахерской. При оборудовании парикмахерской центральным отоплением в задачу обслуживающего персонала входит лишь содержание нагревательных приборов в чистоте и порядке.

Большое значение для нормального функционирования парикмахерской имеет вентиляция. Выделение тепла и влаги, а также попадание в атмосферу помещений большого количества газообразных продуктов от применяемых для обработки волос препаратов вызывает необходимость в установке в каждой парикмахерской с числом рабочих мест более трех системы принудительной вентиляции. В соответствии с санитарными нормами все парикмахерские с числом рабочих мест от трех до десяти необходимо оборудовать приточной вентиляцией, от десяти до двадцати - приточно-вытяжной, а для парикмахерских с большим количеством рабочих мест желательно предусмотреть кондиционирование воздуха и воздушно-тепловую завесу в тамбуре главного входа.

По санитарным нормам при значительных тепловыделениях в помещениях парикмахерской температура в рабочей зоне не должна превышать наружную более чем на 5°С. Мощность системы вентиляции парикмахерской должна обеспечивать полное удаление образующихся теплоизбытков.

При использовании в парикмахерской приточно-вытяжной системы вентиляции равномерный воздухообмен во всех помещениях обеспечивается при условии, если приточная система вентиляции подает воздуха в среднем в 1,2-1,5 раза меньше, чем удаляет вытяжная.

В парикмахерских, размешенных в жилых зданиях, вентиляционная система должна быть раздельной с вентиляцией жилого дома и располагаться в подвальных помещениях, имеющих повышенную звукоизоляцию.

В маленьких парикмахерских с числом рабочих мест до трех вентиляцию помещения осуществляют естественным путем - через окна, форточки, фрамуги и т.п.

Выполнение парикмахерских работ требует большого количества воды. Поэтому парикмахерские должны быть оборудованы горячим и холодным водоснабжением и канализацией.

Для подогрева и кипячения воды в парикмахерских, где отсутствует горячее водоснабжение, используют титаны и другие нагревательные приборы (обычно газовые или электрические).

Санитарно-техническое оборудование парикмахерских требует постоянного ухода, его необходимо содержать в чистоте и порядке.

* 1. Рабочее место парикмахера

Рабочее место парикмахера оборудуется туалетным столом и креслом.

Существует множество конструкций парикмахерских туалетных столов. Обычно это столик, облицованный пластиком, с вмонтированной в него раковиной или без нее. В столике имеются выдвижные ящики для инструментов, приспособлений, парфюмерии и белья. Нал столиком установлено прямоугольное или овальное зеркало размером не менее 60x100 см.

Парикмахерское кресло должно иметь полумягкое сиденье со спинкой и подлокотниками, обивку из водонепроницаемых материалов и свободно вращаться вокруг вертикальной оси. Желательно также, чтобы оно было оборудовано грузоподъемником, чтобы в зависимости от роста клиента его можно было поднимать или опускать, а также поворачивать в нужное положение. Для удобства клиентов кресло должно быть снабжено специальной подставкой для ног[[6]](#footnote-6).

Расположение туалетных столов и кресел в рабочем зале парикмахерской может быть различным в зависимости от площади и формы помещения. Туалетные столы размещают вдоль стены или в центре зала. Можно также группировать их по два-три и т. д. Главное условие, которое должно быть выполнено при размещении оборудования, - это соблюдение установленных расстояний между креслами. Считается, что рабочая зона парикмахера не должна быть удалена от вертикальной оси кресла более чем на 90 см. Следовательно, минимальное расстояние между осями двух кресел 180 см.

Если рабочее кресло расположено у стены, расстояние между ним и стеной должно быть не менее 70 см.

При размещении в помещении парикмахерской туалетных столов и кресел на каждое рабочее место парикмахера по санитарным нормам отводится не менее 4,5 м2 площади.

На рабочем столе в определенном порядке (справа налево) необходимо разместить предметы туалета: спиртовку, ватницу, банку с дезинфицирующим раствором, пудреницу, порошочницу, флакон с перекисью водорода и т. д. При этом следует руководствоваться основным правилом - чем чаще используется в работе данный предмет, тем ближе к мастеру он должен находиться. Это даст возможность парикмахеру сократить до минимума количество движений и, следовательно, уменьшить утомляемость[[7]](#footnote-7).

Мастер обязан содержать в чистоте свое рабочее место и предметы туалета. По окончании рабочего дня туалетный стол и все принадлежности необходимо протирать 0,5%-ным раствором хлорамина.

Парикмахер должен выполнять правила личной гигиены, чтобы не стать переносчиком заболеваний. Перед обслуживанием каждого клиента он обязан тщательно вымыть руки с мылом, обращая особое внимание на участки кожи, где могут скапливаться загрязнения (складки кожи, подноготные пространства и др.).

Для дезинфекции помещения парикмахерских и санузлов применяют хлорную известь. Обработку производят влажной тряпкой, смоченной раствором хлорной извести (на ведро воды добавляют один-два стакана хлорной извести).

Перед началом работы мастер должен подготовить рабочее место к приему посетителей. При подготовке к работе необходимо убедиться в наличии нужных инструментов, продезинфицировать их, разложить в определенном порядке, проверить их исправность; подготовить необходимое количество белья, воду, парфюмерию, препараты.

Мытье рук парикмахер должен производить перед обслуживанием каждого посетителя в его присутствии[[8]](#footnote-8).

При всех работах по обслуживанию посетителей в парикмахерских мастер должен применять белье, предохраняющее одежду клиента от попадания на нее используемых в работе составов, а также остриженных волос. Это пеньюары, полотенце, салфетки и пелерины.

Итак, в следствии окончания первой главы я пришла к выводу, что парикмахерские инструменты необходимо дезинфицировать, санитарно-техническое оборудование парикмахерских и рабочее место парикмахера требует постоянного ухода, его необходимо содержать в чистоте и порядке.

Глава II. Физиологические свойства волос. Диагностика состояния волос клиента и применение различных систем средств профессионального ухода за волосами.

1. Типы волос

Для грамотного и эффективного ухода за волосами важно правильно определить тип волос, так как в противном случае есть риск ухудшить их состояние. Под типами волос (табл. 1) принято подразумевать сухие, нормальные, жирные и смешанные волосы: мягкие и жесткие; толстые и тонкие; длинные и короткие, а также здоровые или истощенные волосы. Степень жирности волос, как правило, соответствует типу кожи: на жирной коже растут жирные волосы, на сухой - сухие. Жирность волос зависит от активности сальных желез, которая преимущественно является сугубо индивидуальной и закладывается генетически. Хотя в определенной, вероятно, небольшой степени, количество вырабатываемого кожного сала зависит от типа питания и количества потребляемых с пищей углеводов (в первую очередь) и жиров[[9]](#footnote-9).

Жирный тип волос

Волосы жирного типа - с неприятным запахом, сальные, имеют характерный тусклый блеск, спустя небольшое время после мытья слипаются и начинают казаться грязными, неопрятными. Именно при этом типе происходит интенсивное выпадение волос, да и внешний вид их вызывает неприятное чувство. Как правило, обладатели жирной кожи имеют жирные волосы. Причиной сальных и неопрятных волос является гиперактивность сальных желез, вырабатывающих слишком много естественной смазки для волос. К жирности волос может привести изменение функций различных органов и систем организма. Волосы при этом часто покрываются жирными чешуйками - перхотью. Так выглядит сальная себорея.

Повышенная жирность может быть вызвана и неправильным уходом - например, втиранием большого количества жирных питательных масел, масок. Такие волосы нужно мыть каждый день, так как жир, ко всему прочему, собирает большое количество грязи и пыли. Для ухода за жирными волосами используют средства, уменьшающие салоотделение кожи. Старайтесь чередовать мягкие шампуни для ежедневного применения с шампунями для жирных волос[[10]](#footnote-10).

Таблица 1. Типологическая характеристика волос

|  | Тип волос |
| --- | --- |
| Нормальные | Жирные | Сухие | Смешанные (жирные корни, сухие кончики) |
| Частота мытья волос | 1 раз в 2-3 дня | Каждый день | 1 раз в 6-7 дней | 1 раз в 3-4 дня |
| Корни | Сразу после мытья - нормальные, к концу 3-го дня - жирные | Сразу после мытья - нормальные, к концу первого дня - жирные | Сразу после мытья - сухие, на 3-4 день - нормальные, к концу 7-го дня - жирные | Сразу после мытья - нормальные, на 2-3 день - жирные |
| Кончики (при длине волос от 20 см) Блеск волос (фактор, сильно зависящий от применяемого шампуня) | Нормальные или суховатые; иногда секущиеся Сразу после мытья - чистый блеск, к концу 2-3 дня - у кожи жирный блеск | Не секутсяСразу после мытья - чистый блеск, к середине первого дня - жирный блеск | Сухие, секущиеся, ломкиеСразу после мытья - блеск недостаточно интенсивный, хотя и присутствует., Затем тускнеет | Сухие, секущиесяСразу после мытья - чистый блеск у корней, недостаточно интенсивный - на кончиках. Через 3-4 дня - жирный блеск у корней и никакого блеска на кончиках |
| Электризация | Очень редко | Почти никогда | Очень часто | Чаще кончики |
| Пышность | При прочих равных условиях - удовлетворительная | Срезу после мытья - неплохая, затем - «жирные сосульки» | Чаще повышенная (волосы разлетаются) . | У корней - обычная, кончики разлетаются |
| Как поддаются укладке (без стайлинговых средств) Основной принцип ухода | Хорошо(если волосы не очень толстые)Мыть 2 раза в неделю шампунем для нормальных волос; периодически использовать маски для поддержания здоровья волос. Химия, окраска волос и прочие парикмахерские процедуры не противопоказаны в разумных пределах | Укладке поддаются неплохо, но держится она недолгоМыть каждый день или через день мягким шампунем для ежедневного мытья, иногда - 1 раз в 10-14 дней, используя шампунь для жирных волос, Масками не увлекаться. Химия, окраска волос рекомендуются. Скорректировать диету | Плохо поддаютсяМыть голову 1 раз в 5-6 дней увлажняющими шампунями, регулярно пользоваться увлажняющими масками, кремами и прочими увлажняющими средствами в промежутках между использованием шампуня. Химия и Окраска волос не рекомендуется. Регулярно состригать кончики.Скорректировать диету | Прикорневые варианты способны продержаться некоторое времяМыть голову 2 раза в неделю мягким шампунем для ежедневного употребления, изредка (1 раз в 12-14 дней) использовать шампунь против жирных волос. Отдельное внимание к сухим кончикам - маски и кремы на концы волос. Регулярно состригать кончики  |

При ежедневном мытье обычным шампунем нарушается естественная защитная кислотная мантия кожи, сальные железы пытаются компенсировать недостаток жира и начинают вырабатывать его еще интенсивнее. Учтите, чем меньше шампунь пенится, тем он мягче. Для этого типа волос хорошо подходят шампуни для жирных волос с экстрактами крапивы, шалфея, мать-и-мачехи, аира, полевого хвоща, морских водорослей, с протеинами, витаминами А, С, К, микроэлементами цинка, а также специальные лечебные шампуни[[11]](#footnote-11).

Прекрасно зарекомендовали себя народные средства для очищения жирных волос: ржаной хлеб, сухая горчица, кора дуба и др. (см. главу «Очищение»). При регулярном использовании эти средства дают хороший эффект: со временем салоотделение кожи головы уменьшается. Для мытья головы используйте чуть прохладную воду и тщательно промывайте волосы от шампуня, особенно это касается магазинных шампуней. После мытья ополаскивайте волосы раствором уксуса или лимонным соком, а также травяными отварами, чтобы восстановить кислотно-щелочной баланс. Время ополаскивания должно в пять раз превышать время намыливания. Снижению жирности волос способствует и выполнение рекомендаций, касающихся соблюдения диеты и образа жизни.

Если у вас повышенное салоотделение, то массаж кожи головы и частое расчесывание волос щеткой (особенно расческами с острыми зубьями) вам не рекомендуются. Выбирайте щетки из натуральных материалов и по возможности с закругленными кончиками зубьев, чтобы при расчесывании не стимулировать лишний раз кожу головы. Следите также, чтобы расчески были всегда идеально чистыми. В противном случае при расчесывании вы тут же перенесете грязь и жир на чисто вымытые волосы.

Нежелательно также укладывать жирные волосы феном и носить их длинными - все это способствует усилению салоотделения. Один из выходов уменьшить жирность волос (правда, не самый лучший) - химическая завивка. Жидкость для химической завивки забирает у кожи головы и волос влагу, делает отдельные волосы шероховатыми, за счет чего они впитывают намного больше жира. Если классическая кудрявая химия вам претит, сделайте очень крупную завивку или прикорневую химию. В любом случае, это самый простой способ надолго решить проблему жирных волос.

Если у вас жирные волосы, то вы прекрасно знаете, как они выглядят уже на второй-третий день после мытья. Вполне допустимая частота мытья для таких волос - 1 раз в 2-3 дня; естественно, что используются шампуни для этого типа. Вода при мытье жирных волос не должна быть слишком горячей - в этом случае функция сальных желез только усилится. И сушить волосы горячим воздухом тоже не следует (впрочем, лучше не делать это при любом типе волос). Лучше сушить дольше, но под прохладным феном.

Сухой тип волос

Волосы сухого типа - тонкие, ломкие, секущиеся на концах, плохо отражают свет, вследствие чего смотрятся тусклыми, не имеющими глянца. Они легко рвутся, путаются, трудно расчесываются. Довольно часто им сопутствует сухая мелкая перхоть. Активность сальных желез низка и естественной смазки не хватает на то, чтобы содержать волосы в хорошем состоянии. Однако нередко сухие волосы - это результат неправильного ухода, а не следствие пониженной активности сальных желез. Такие волосы не нуждаются в частом мытье, зато полезным для них будет массаж кожи головы и регулярное употребление бальзама-ополаскивателя.

Сухость волос и кожи может быть вызвана недостатков некоторых витаминов в организме (особенно витамина А), нарушением нервной и эндокринной регуляции. Недостаточная функция щитовидной железы сопровождается сухостью и выпадением волос, бровей, ресниц, усов и бороды. Частой причиной сухости и выпадения волос является неправильный уход за ними и травмирующие действия: частое использование щелочного мыла, горячего фена, грубое расчесывание (металлическими и некачественными деревянными расческами с заусенцами), окраска с использованием закрепителя при концентрации пергидроля более 12%, солнечная повышенная активность в сочетании с сухим ветром (на море), а также длительное ношение одного вида прически (конский хвост, начес) и пробора. Неправильный уход приводит к тому, что волос изменяет свою структуру и начинает расщепляться.

Сухие волосы требуют бережного ухода. До мытья (примерно за 2-3 часа) неплохо втереть в кожу головы какое-либо масло (например, репейное или другое растительное) или смесь касторового, оливкового (кукурузного) масла с водой, взятых по 1 чайной ложке. Волосы нужно расчесать на проборы, втирать масло круговыми движениями, сдвигая кожу, делая легкий массаж. Затем прочесать отдельные пряди для равномерного распределения жира. Волосы соберите в узел, голову оберните полиэтиленом, сверху повяжите махровое полотенце. Мыть волосы после данной процедуры следует обычным способом. Репейное масло легко смывается шампунем и не оставляет масляной оболочки, наоборот, делает волосы блестящими и шелковистыми. Для мытья лучше использовать соответствующие шампуни, разработанные специально для такого типа волос. Хороши кремы-шампуни, содержащие также такие биологически активные вещества, как лецитин, витамин В5, экстракт ромашки, липового цвета, мяты, ростков пшеницы. Иногда при чрезмерной сухости кожи и волос применение даже нежных моющих средств вызывает еще большую сухость, шелушение. В этих случаях нужно перейти на мытье головы с использованием натуральных продуктов, например, сыворотки, простокваши, кефира и др. (см. главу «Очищение»). После мытья хорошо ополоснуть волосы настоем мяты или другим (см. главу «Ополаскиватели»), Моют сухие волосы в среднем 1 раз в 10 дней, а в промежутках между мытьем проводят укрепляющие и увлажняющие процедуры, поскольку сухость волос чаще всего сочетается с ломкостью и истощенностью[[12]](#footnote-12).

Ухаживая за сухими волосами, не забывайте и об общеукрепляющем режиме, регулярном питании, хорошем отдыхе. Пусть они станут вам союзниками.

Нормальный тип волос

Если волосы хорошо отражают свет, переливаются на солнце и сохраняют эти качества в течение нескольких дней после мытья головы, то их следует отнести к нормальному типу. Этот тип волос также отличается эластичностью; они почти не секутся и легко расчесываются независимо от того, сухие они или влажные. Но и таким волосам нужен уход, и тогда они долго будут радовать своих обладательниц здоровьем и красотой.

Уход за нормальными волосами мало отличается от ухода за сухими и жирными. Мыть их надо по мере загрязнения специальным шампунем, созданным для нормального типа волос. Также для них подходят шампуни для любого типа волос. В их составы вводятся такие полезные добавки, как настой хны, корень аира, экстракт чая и другие. Можно использовать и народные средства для мытья таких волос (см. главу «Очищение»), которые обладают неизменно превосходным результатом. После мытья можно использовать кондиционер или ополоснуть волосы предложенными в данной книге средствами. Несмотря на то, что нормальные волосы доставляют меньше хлопот, им также необходимы питательные втирания или маски.

Здоровые волосы нормальной жирности вполне допускают мытье волос 1 раз в 4-5 дней. При этом, разумеется, не учитывается время года, специальные условия работы, средства, используемые для мытья, и т. д.

Смешанный тип волос

Это, как правило, длинные волосы, жирные у корней и сухие на концах вследствие того, что они недостаточно смазываются жиром по всей длине. Концы волос этого типа, не получая необходимой смазки, часто секутся.

Существуют две самые распространенные проблемы длинных волос. Первая - трихоптилоз, о котором уже упоминалось выше, когда волосы разветвляются на концах, то есть секутся. Такие волосы надо незамедлительно подстричь хотя бы на несколько сантиметров, срезав «больные» кончики. Избавление от расщепленных концов всегда придает волосам более здоровый, живой вид.

Вторая проблема длинных волос - комбинированность их структуры. В подавляющем большинстве длинные волосы бывают жирными у основания и сухими на концах. Это легко объяснимо. Выделяемый кожей головы жир питает волосы и сохраняет их влажность. Даже при самой жирной коже головы естественного жира хватает только на 5-6 сантиметров волос. Именно поэтому длинные волосы нуждаются в усиленном питании.

Его обеспечивают бальзамы, восстанавливающие кремы и маски. Отличным эффектом для питания длинных волос обладают маски-бальзамы, приготовленные в домашних условиях. Причём на концы волос и на кожу головы маски готовятся по-разному. Большинство масок для кончиков волос включают в свой состав какое-либо растительное масло: репейное, миндальное, оливковое, касторовое. Для кожи и основания волос можно применять, например, такие маски: алоэ, лимонный сок и мед в равных пропорциях; взбитый желток с выдавленным зубчиком чеснока; размытые ягоды рябины. Маски наносятся на волосы за 30 минут до мытья, укрепляются полиэтиленом, сверху для тепла одевается шапка.

Чтобы длинные волосы не тускнели, их нужно ополаскивать после мытья травами: отваром зверобоя, крапивы, смесью ромашки и шалфея или репейника и лопуха. Оптимальные пропорции - две столовые ложки мёлко нарезанных трав на пол-литра воды. Довести до повторного кипения и настаивать не менее часа. Затем процедить и добавить кипяченой воды. Перелить настой в тазик и прополоскать в нем волосы. Можно ополоснуть волосы водой с добавлением водки (столовая ложка на литр воды) или зеленым чаем. Ополаскивания придают волосам, иссушенным своей длиной, серебристый блеск.

Для блеска стоит промокнуть волосы шелковым платком. И вот почему. Стержень волоса состоит из мягкого кератина. Сверху он завернут в кутикулу, словно в чехол. Кутикула - это несколько слоев прозрачных чешуек. В здоровом состоянии чешуйки плотно прилегают друг к другу - волосы блестят и легко расчесываются. У ослабленных волос чешуйки приподнимаются под разным углом, в зависимости от степени заболевания, и волосы путаются и тускнеют. Шелк замечательно «приглаживает» кутикулы.

Теперь о шампунях. Для длинных волос нужно иметь два шампуня: для жирных волос, которым моются кожа головы и волосы у основания, и для сухих - для мытья всей длины волос. Также нужно пользоваться двумя бальзамами-ополаскивателями. Одна из новинок - шампунь для смешанной структуры волос, который используется и для кожного покрова, и для волос.

Мыть длинные волосы следует реже, чем короткие,- не чаще одного раза в неделю.

Лучшая укладка длинных волос - накручивание полусухих волос на мягкие безвредные бигуди. Непоправимый вред наносит волосам лак. Его желательно заменить смачиванием волос соком лимона или разбавленным пивом. Вылечить поврежденные длинные волосы очень трудно, поэтому таким волосам противопоказаны химия и мелирование. Не рекомендуется использование стойких красок с химическими красителями. Лучше подкрашивать волосы растительными красками: хной, басмой, луковой шелухой и др. Допустимо тонировать волосы щадящими оттеночными средствами.

1. Уход за волосами

Классификация шампуней в современной косметологии такова:

* Шампунь для жирных волос. Содержит большое количество моющих веществ, очищающих кожу и волосы от излишков жира.
* Шампунь для нормальных волос. Содержит меньше моющих веществ. Он очищает волосы, не мешая естественному выделению масел.
* Шампунь для сухих волос. Содержит мало; моющих, веществ, в него добавлен увлажнитель, который предотвращает излишнюю сухость кожи и волос.
* Мягкий шампунь для частого мытья. Очень слабый, не раздражает кожу и не высушивает волосы.
* Шампунь против перхоти. Содержит вещества, замедляющие деление клеток кожи, а также удаляет ее отмершие чешуйки. Слишком частое его использование делает волосы тусклыми и сухими[[13]](#footnote-13).

Шампуни домашнего изготовления для всех типов волос

Горчичный. 1 столовую ложку горчицы развести в двух литрах теплой воды и этим шампунем вымыть волосы.

Горчица лучше всего подходит для жирных волос. Она устраняет неприятный сальный блеск, волосы не так быстро пачкаются.

Желатиновый. Смешать 1 столовую ложку любого шампуня, 1 желток и 1 столовую ложку желатина в порошке. Медленно взбить, чтобы не было комков, нанести на влажные волосы и подержать 5-10 минут, после чего хорошо промыть волосы чуть теплой водой. Этот состав содержит много протеина, волосы становятся красивыми и густыми. Можно для удобства сделать концентрированный раствор желатина (1 столовая ложка желатина на 3 столовые ложки воды). Можно вместо шампуня добавить еще 1 желток[[14]](#footnote-14).

Желточный. Втереть яичный желток в слегка влажные волосы и через 3-5 минут хорошенько промыть теплой водой.

Желточно-масляный. Смешать желток с 1 чайной ложкой касторового и оливкового масла и вымыть волосы получившимся раствором. Такая смесь особенно подходит для сухих волос.

Из пижмы. 1 столовую ложку пижмы залить двумя стаканами кипятка и оставить на два часа. Процеженным настоем промыть волосы. При жирных волосах мыть этим настоем волосы через день в течение месяца. Это средство помогает также при перхоти.

Кисломолочный-1. Можно воспользоваться для мытья волос прокисшим молоком, кефиром или простоквашей. С древних времен многие народности Средней Азии использовали для этой цели кисломолочные продукты. Они создают жировую пленку, которая защищает волосы от вредных воздействии окружающей среды.

Нужно взять, к примеру, простоквашу, обильно смочить ею голову и накрыть волосы полиэтиленом, а сверху - махровым полотенцем. Через полчаса тщательно промыть волосы обычной теплой водой, а затем - подкисленной соком одного лимона или раствором уксуса (1 столовая ложка уксуса на 2 литра воды).

Кисломолочный-2. Разбавить кефир горячей водой и вымыть этим составом волосы.

Крапивный. Залить 100 г свежей или сухой крапивы 1 л воды, добавить 0,5 л уксуса. Кипятить смесь на медленном огне 30 минут, затем процедить. Добавить 2-3 стакана получившегося отвара в таз с водой. Вымыть этим составом волосы.

Крахмальный. Если надо быстро вымыть голову, можно посыпать сухие волосы картофельным крахмалом и взбить их, как при мытье. Через 5-10 минут протереть сухим полотенцем. Остатки крахмала удалить щеткой или частым гребнем.

Ржаной. Взять кусочек ржаного хлеба и размять в небольшом количестве горячей воды таким образом, чтобы получилась жидкая кашица. Можно дать ей некоторое время настояться. Этой кашицей натереть волосы и подержать 5-10 минут. Затем тщательно промыть волосы водой[[15]](#footnote-15).

Нужно учитывать, что хлебные крошки достаточно трудно вычесывать, потому лучше протереть кашицу, например, через сито. Но ваши усилия не будут напрасны: этот шампунь-маска очень благотворно влияет как на рост волос, так и на их состояние: волосы становятся объемными, густыми. Особенно эффективен этот рецепт для жирных волос.

Шампуни домашнего изготовления для жирных волос

Березовый. Приготовить настой листьев березы бородавчатой или пушистой (1:10) или в такой же пропорции настой почек и мыть им волосы 2-3 раза в неделю. Курс лечения - 12 (15) процедур. При необходимости повторить через 2 - 3 недели.

Гранатовый. В течение двух месяцев волосы необходимо мыть каждый третий день отваром кожуры граната (3 столовые ложки кожуры проварить в течение 15 минут в 1 л воды). В дальнейшем следует применять лишь поддерживающее лечение, ополаскивая волосы этим отваром после каждого гигиенического мытья (1-2 раза в неделю).

Дубовый. 3 столовые ложки дубовой коры залить 1 л воды, прокипятить. Мыть этим отваром волосы в течение двух месяцев. В дальнейшем волосы следует ополаскивать этим отваром после каждого мытья.

Китайский. Муку из гороха, приготовленную при помощи кофемолки, залить теплой водой и дать настояться в течение ночи. Затем нанести на волосы на 30 минут. Гороховая смесь заберет с волос всю грязь и жир. Смыть шампунь-маску теплой водой.

Крапивный. При жирной коже головы с перхотью голову нужно мыть отваром крапивы (100 г в 0,5 л 6%-ного уксуса) без мыла ежедневно в течение 10 дней.

Яично-камфорный. Смешать 1 желток, 2 столовые ложки воды, ½ чайной ложки камфорного масла. Нанести эту смесь на волосы, подержать 5-7 минут и смыть теплой водой.

Шампуни домашнего изготовления для сухих волос

Желточно-водочный-1. Смешать 2 яичных желтка, ¼ стакана воды, ½ стакана водки и 1 чайную ложку нашатырного спирта. Нанести на кожу головы. Подержать 5 минут и смыть теплой водой.

Желточно-водочный-2. 1 яичный желток смешать с 50 мл водки и 50 мл воды. Нанести на кожу головы. Подержать 5 минут и смыть.

Желточно-масляно-лимонный. Смешать 1 желток куриного яйца, по 20 мл растительного масла и лимонного сока. Добавить 3 столовые ложки морковного сока. Взболтать и влить каплю нейтрального шампуня. Нанести на волосы. Подержать 5 минут и смыть теплой водой.

Из сыворотки. Подогретой до 35-37 градусов сывороткой смочить отдельные пряди, надеть утепляющий колпак и через несколько минут промыть.

Маски

Если вы все-таки предпочитаете шампуни от производителя, перед каждым мытьем головы побалуйте волосы маской, которая поможет им восстановить силы, а после - ополаскивайте отваром трав, который придаст им шелковый блеск. Шампуни же из арсенала народной косметологии, которые мы предложили вам выше, являются одновременно и масками, поскольку состоят полностью из натуральных компонентов. Что же касается непосредственно масок, то они рекомендуются абсолютно всем, а не только тем, у кого есть проблемы с волосами. Чтобы почувствовать эффект от маски, необходимо делать ее не реже раза в неделю на протяжении одного-двух месяцев. Не надо бросаться делать разнообразные маски, лучше выбрать одну, пройти курс, а потом уже пробовать другие. К слову сказать, масками от производителя нужно пользоваться реже: от одного-двух раз в месяц до одного-двух раз в неделю. Рекомендации, как правило, прилагаются к средству. Маски домашнего изготовления можно использовать чаще, поскольку они содержат только натуральные компоненты и не могут нанести ущерба вашим волосам. Примечательно, что маски из арсенала народной косметологии дают значительно лучший результат, чем их магазинное аналоги[[16]](#footnote-16).

В маски домашнего изготовления можно добавлять компоненты на свое усмотрение. Для жирных волос, например, хороши лимонный сок и горчица, для сухих - оливковое и касторовое масло. Можно добавлять в маски эфирные масла лимона, пихты, иланг-иланга и другие.

Предлагаемые ниже составы втирают в кожу головы примерно за полчаса-час до мытья. Целесообразно делать теплое укутывание головы, особенно если волосы секутся.

Маски для всех типов волос

Желточно-масляно-коньячная. 1-2 желтка (без пленок) смешать с 1-2 столовыми ложками оливкового или кукурузного масла и 1-2 столовыми ложками коньяка, усиливающего приток крови к поверхности кожи. Нанести смесь по проборам на кожу головы и на волосы и как следует помассировать голову пальцами. Надеть на 40-50 минут утепляющий колпак, после чего смыть маску обычным шампунем или яичным желтком, а затем ополоснуть волосы отваром липы или мяты.

Касторово-ромовая. Смешать 1 столовую ложку касторового масла и 1 столовую ложку рома, натереть получившейся смесью голову за час до мытья.

Луково-репейная. Приготовить смесь, состоящую из 1 части коньяка, 4 частей сока репчатого лука, 6 частей отвара корней репейника. Втереть ее в кожу головы за 2 часа до мытья. Рекомендуется делать такую маску 2-3 раза в неделю.

Луковая. 3 столовые ложки лукового сока втирать в корни волос 1-2 раза в неделю. Голову укутать полотенцем, выдержать 2 часа, а затем промыть шампунем.

Из редьки. Натереть на терке редьку, отжать сок и втереть его в корни волос. После этого завернуть голову полотенцем. Через час тщательно промыть волосы теплой водой без мыла.

Столетниковая-1. Смешать 1 чайную ложку сока алоэ, 1 чайную ложку лимонного сока, 1 яичный желток и 1 измельченный зубчик чеснока. Втереть эту смесь в корни волос, а голову завернуть полотенцем. Оставить маску на 30-40 минут, затем смыть теплой водой и ополоснуть волосы настоем из ромашки или крапивы. Рекомендуется применять это средство пять раз подряд перед мытьем головы.

Столетниковая-2. Смешать 1 чайную ложку лимонного сока, 1 столовую ложку морковного сока, 1 столовую ложку сока алоэ, 1 желток, 1 столовую ложку касторового масла, 1 столовую ложку коньяка. Нанести смесь на волосы, а через полчаса смыть теплой водой.

Травяная. Равные части листьев березы, травы крапивы и мать-и-мачехи, шишек хмеля, цветов календулы измельчить и заварить (одна горсть смеси на 1 л кипятка). Настоять, процедить, затем втереть в кожу и волосы ватным тампоном.

Маски для жирных волос

Айвовая. Вырезать из айвы сердцевину плода вместе с семенами. Залить сердцевину стаканом воды и довести до кипения на медленном огне. Отвар айвы втирать в кожу головы, что способствует уменьшению жирности волос, а также лечит жирную себорею.

Масляная ароматная. 100 мл сока алоэ (аптечная спиртовая настойка) смешать с 15 каплями масла чайного дерева, 10 каплями масла розмарина, 10 каплями масла кедра. Взболтать, настоять неделю в темноте, ежедневно взбалтывая. Аккуратно втирать этот раствор в кожу головы (предварительно встряхнув несколько раз бутылочку) после каждого мытья волос. Достаточно буквально 20 капель.

Белковая. Взбить 2 белка в крепкую пену. Втереть пену в волосы и кожу головы и оставить до тех пор, пока белки не высохнут. Затем ополоснуть волосы и вымыть серным мылом (если таковое имеется) или шампунем и теплой водой.

Белковая с ромашкой. 2 столовые ложки сухих цветков ромашки залить 50 мл кипятка и настаивать 3-4 часа, после чего процедить. Взбить 1 яичный белок в крепкую пену, смешать с настоем ромашки. Полученную смесь втереть в волосы и кожу головы. Оставить до полного высыхания, после чего вымыть голову теплой водой с использованием шампуня. Регулярное использование этой маски не только поможет решить проблему с чрезмерной жирностью головы, но и сделает волосы более мягкими и шелковистыми.

Березово-спиртовая. 1 столовую ложку измельченных березовых листьев залить 100 мл водки. Настаивать в плотно закрытой посуде 5 дней. Составом протирать волосы ежедневно в течение двух недель.

Вишневая. Отжать сок из вишен и втирать его в кожу головы за час до мытья волос. Такая маска подойдет только обладательницам темных волос, поскольку вишня имеет тенденцию к окрашиванию.

Дрожжевая. Размешать 1 столовую ложку дрожжей с 1 чайной ложкой теплой кипяченой воды, чтобы при этом образовалась кашица. Затем смешать эту кашицу с взбитым белком. Втереть полученную смесь в волосы и кожу головы, оставить до тех пор, пока она не высохнет. Потом промыть голову теплой водой с использованием шампуня.

Картофельная-1. Две крупные молодые картофелины вместе с кожурой отварить в небольшом количестве воды, размять и добавить 5 столовых ложек свежего некипяченого молока, 2 чайные ложки глицерина и 1 чайную ложку растопленного меда. Все тщательно перемешать. Разделить волосы на пряди и нанести полученную смесь на кожу головы, затем накрыть полиэтиленовым пакетом и махровым полотенцем. Через 50 минут снять.

Соковая. Можно протирать кожу головы соком самых разных свежих фруктов и овощей. Это очень полезное и эффективное средство. Наилучший эффект дают сок алоэ, свежий морковный или яблочный соки. Протирать кожу головы следует 2-3 раза в неделю, лучше за 2-3 часа до мытья. Не забывайте, что сок должен быть только что приготовленным, а не законсервированным или купленным в магазине. Соком лимона рекомендуется протирать жирные волосы в промежутках между мытьем. Процедура хорошо подсушивает волосы, успокаивает зуд при жирной себорее.

Маски для сухих волос

Березовая. Настой листьев березы приготовить из 4 столовых ложек березовых листьев на 1½ стакана воды, втирать в кожу головы после мытья.

Водочно-масляная. Смешать льняное масло с водкой в равных пропорциях и втирать в голову в течение 10 минут легкими круговыми движениями, затем полчаса держать голову в тепле, обмотав ее полотенцем[[17]](#footnote-17).

Касторово-репейная. Смесь касторового и репейного масел, взятых в равных пропорциях, смешать с таким же количеством водки и втирать в голову в течение 10 минут легкими круговыми движениями, затем полчаса держать голову в тепле, обмотав ее полотенцем.

Касторовая. Взбить 1 желток с 1 столовой ложкой касторового масла. Нанести на волосы, а через 3 часа тщательно смыть. Маска эффективна также в излечении перхоти.

Касторово-оливковая. За час до мытья головы подогреть смесь оливкового и касторового масла, взятых поровну, добавить 1 желток и этот состав втереть в кожу головы.

Касторово-календуловая. Залить 1 столовую ложку измельченных сухих цветков календулы ½ стакана спирта или водки, настоять в течение недели, потом процедить. Смешать 1 столовую ложку настойки календулы с таким же количеством касторового масла. Приготовленную смесь втереть в кожу головы и волосы перед мытьем. Выдержать маску 20 минут.

Касторово-оливковая. Маску из равных частей касторового, оливкового (или другого растительного) масла и шампуня, смешанных в соотношении 2:2:1, нанести на кожу головы и волосы на 30-60 минут. После чего смыть обильным количеством мягкой воды без мыла.

Лопухово-масляная. Залить 75 г свежих измельченных корней лопуха 200 мл миндального или подсолнечного масла и настаивать в теплом месте одни сутки, а затем прокипятить на слабом огне 15 минут, постоянно помешивая. Остудить, процедить. Полученным средством необходимо протирать волосы и кожу головы за 1-2 часа до мытья.

Луково-медовая. Натертый репчатый лук смешать с медом (4 части луковой кашицы и 1 часть меда). Нанести смесь на волосы на 30-40 минут, после чего волосы хорошо промыть теплой водой. Если волосы сухие и ломкие, в кашицу можно добавить немного теплого оливкового, соевого или кукурузного масла и втереть получившуюся смесь в корни волос за час до мытья.

Из репейного масла. 1 столовую ложку репейного масла, 1 желток, 1 чайную ложку меда, 1 чайную ложку коньяка перевешать и нанести полученную массу на волосы. Выдержать маску под утепляющим колпаком 2-3 часа и хорошо промыть шампунем.

Из хрена. Натереть корень хрена на терке и положить кашицу в керамическую чашку (металлическую посуду использовать нельзя во избежание окисления). Добавить 1 столовую ложку густой сметаны, 1 столовую ложку растительного масла, перемешать. Приготовленную смесь нанести на кожу головы на 30-40 минут и надеть утепляющий колпак, после чего вымыть голову шампунем с теплой водой.

Масляная. Растительное масло слегка подогреть на водяной бане до 40-45°С, втереть в кожу вымытой головы (волосы также смазываются). Надеть на 1-2 часа утепляющий колпак, после чего промокнуть волосы полотенцем и вымыть шампунем.

Ополаскиватели, или Тонизирование волос

Благотворное влияние на волосы оказывает и использование ополаскивателей, особенно на слабые от природы, либо истощенные волосы. Все средства «после мытья» призваны, прежде всего, создать мягкую кислотную среду на поверхности волос и нейтрализовать щелочное воздействие моющих средств, входящих в состав всех шампуней. В этой слабокислой среде волосяные чешуйки, «разлохматившиеся» под действием воды, шампуня и механических «беспокойств», закрываются: поверхность волоса становится гладкой, иначе преломляет солнечные лучи, и именно поэтому волосы начинают блестеть, становятся красивыми и здоровыми.

Это не единственная работа бальзамов, кондиционеров и подобных продуктов. Еще до того, как чешуйки закроются, частички различных веществ, входящих в их состав, проникают в мягкие волокна волоса и остаются в них, питая и увлажняя. Волосы становятся эластичными, мягкими и шелковистыми. Важно использовать средство, соответствующее типу волос. Применяя бальзам для окрашенных или поврежденных волос на натуральные тонкие волосы, можно «утяжелить» прическу: средство обволакивает волоски и «тянет» их вниз, уничтожая объем[[18]](#footnote-18).

Таким образом, ополаскивать волосы надо обязательно. Чем? Во-первых, обязательно кипяченой или отфильтрованной водой. Что же касается непосредственно самого средства, то выбор принадлежит вам. Для ополаскивания можно использовать как готовые составы, так и приготовленные самостоятельно. Если вы предпочитаете ополаскиватели от производителя, то к ним всегда прилагается инструкция по применению. В нашей же книге будут предложены народные средства для ополаскивания, которые не только ничуть не хуже, но по многим показателям зачастую превосходят магазинные.

В качестве ополаскивателя для волос можно использовать различные экстракты и настои растений. Травяные настои, березовый сок не только смягчают шевелюру, но и стимулируют рост волос, а также предотвращают появление перхоти. После них прическа держится намного дольше. Чтобы волосы блестели, их надо ополаскивать подкисленной водой. Лимонный сок, уксус, пиво - натуральные ополаскиватели-кондиционеры, которые помогают хорошо промыть волосы от мыла. Они увеличивают кератиновый слой, делая волосы гладкими и блестящими. Если вода жесткая, то полоскание волос уксусом совершенно обязательно. Темные волосы заблестят от уксусного полоскания. Для светлых волос прекрасным средством для ополаскивания, придающим неповторимый оттенок, является настой аптечной ромашки.

Все перечисленные средства являются безопасными способами вернуть волосам их природный цвет, силу и густоту.

Ополаскиватели для всех типов волос

Аирный. 4 столовые ложки корня аира залить 0,5 л кипяченой воды и настоять. Использовать для ополаскивания головы после мытья, в течение 1,5-2 месяцев. Этот ополаскиватель предотвращает выпадение волос, улучшает их рост, избавляет кожу головы от перхоти.

Лавровый. Залить 50 г лавровых листьев 1 литром кипяченой воды. Прокипятить 5 минут. Настоять.

Лимонный. 1 литр кипяченой воды развести соком ½ лимона.

Петрушечный. 100 г петрушки залить 1 литром кипяченой воды. Настоять.

Ромашковый. 2 столовые ложки ромашки залить 1 л воды и кипятить 5 минут. Этот ополаскиватель особенно эффективен для светлых волос: волосы приобретают свежий оттенок и блеск.

Уксусный. 1 столовую ложку уксуса развести 1 л кипяченой воды.

Уксусно-травяной. В 0,5 л воды положить 2 столовые ложки любой травы (для светлых волос лучше всего ромашка) и кипятить 10 минут. Затем отфильтровать и добавить 2 столовые ложки уксуса.

Чайный. 2 столовые ложки чая залить 1 л воды и кипятить 5 минут. Этот ополаскиватель особенно эффективен для темных волос: волосы приобретают свежий оттенок и блеск.

Пивной. Вылить бутылку пива (светлого) в любой сосуд и дать пене осесть. Нанести на только что помытые волосы и не смывать (запах вскоре выветрится). Волосы становятся пышными и густыми из-за сахара и протеина, содержащихся в нем. Можно добавлять пиво в шампунь.

Рябиновый. 4 столовые ложки сушеных плодов рябины залить 0,5 л воды и кипятить 5 минут. Ополаскивать волосы после мытья. Придает упругость и блеск[[19]](#footnote-19).

Рябиново-крапивный. 100 г листьев рябины, 100 г листьев крапивы и пол-лимона залить холодной водой (1,5 л), довести до кипения и держать на водяной бане 25 минут. Процедить. Применять для ополаскивания.

Ополаскиватели для жирных волос

Ароматический ополаскиватель. В 0,5 л теплой воды добавить 5-7 капель масла чайного дерева или розмарина, или кедра. После окончательного ополаскивания волосы сполоснуть этой водой и высушить.

Дубовый. 3 столовые ложки коры дуба варить в 1 л воды 15 минут. Остудить и процедить.

Еловый. 4 столовые ложки хвои ели залить кипятком, томить на медленном огне 10 минут.

Зверобойный. 5 столовых ложек зверобоя залить 0,5 л кипятка, настоять полчаса.

Календулово-лопуховый. 1 столовую ложку измельченных корней лопуха смешать с 2 столовыми ложками цветков календулы, залить 0,5 л воды, прокипятить 15-20 минут, остудить и процедить. Этим отваром ополаскивать волосы после мытья. Для усиления эффекта два-три раза в неделю втирать в корни волос. Это средство эффективно также при лечении себореи.

Крапивно-календулово-дубовый. 2 столовые ложки крапивы, 2 столовые ложки цветов календулы, 1 столовую ложку коры дуба залить 1,5л кипятка, настоять 30 минут, процедить и обильно прополоскать составом волосы несколько раз.

Липовый. 5 столовых ложек цветков липы залить 0,5 л кипятка, настоять полчаса.

Лопуховый. 3 столовые ложки измельченных корней лопуха залить 0,5 л воды, кипятить 15-20 минут, остудить и процедить. Этим отваром ополаскивать волосы после мытья.

Мать-и-мачеховый. 5 столовых ложек сухого растения залить 0,5 л кипятка, настоять полчаса.

Молочный. После мытья шампунем волосы смочить на несколько минут молоком с солью (на 1 стакан молока 1 чайная ложка соли). В завершение процедуры волосы ополоснуть теплой кипяченой водой[[20]](#footnote-20).

Нашатырный. В воду для ополаскивания добавить нашатырный спирт из расчета 1 чайная ложка на 1 л воды.

Пихтовый. 4 столовые ложки хвои пихты залить кипятком, томить на медленном огне 10 минут.

Подорожниковый. 5 столовых ложек подорожника залить 0,5 л кипятка, настоять полчаса.

Ромашково-лнмонный. Светлые волосы рекомендуется ополаскивать настоем ромашки (2 столовые ложки на 2 л воды) с добавлением лимонного сока или лимонной кислоты.

Сосновый. 4 столовые ложки хвои сосны залить кипятком, томить на медленном огне 10 минут.

Травяной-1. 2 столовые ложки смеси трав (крапивы, хмеля, хвоща полевого, мать-и-мачехи, корня лопуха, корня аира) залить 1 л кипятка, прокипятить, дать настояться 20 минут и процедить.

Ополаскиватели для сухих волос

Березовый. 1 столовую ложку измельченных листьев березы залить 1 стаканом кипятка и настаивать 2 часа.

Мальвовый. 2 столовые ложки цветков мальвы залить стаканом кипятка, настоять 30 минут.

Мятный. 2 столовые ложки мяты перечной залить 1 стаканом кипятка, настоять 30 минут.

Просвирниковый. 1 столовую ложку измельченных корней просвирника залить стаканом кипятка и настаивать 2 часа.

Хмелевой. 2 столовые ложки хмеля залить 1 стаканом кипятка, настоять 30 минут.

Шалфейный. 2 столовые ложки шалфея залить 1 стаканом кипятка, настоять 30 минут.

Сушка волос

Правильная сушка волос имеет такое же значение, как и мытье. Известно, что самой лучшей сушкой является естественное высыхание волос, иногда с использованием теплого полотенца. Во время сушки волос не трите их сильно полотенцем, оберните им голову (сделайте чалму) и мягкими промакивающими движениями подсушите волосы, а затем снимите полотенце. Старайтесь сушить волосы при комнатной температуре, а если все-таки пользуетесь феном, используйте теплый, а не горячий воздух, и не подносите фен близко к голове. Если вы не можете обойтись без укладки феном, то старайтесь делать это на уже подсушенные естественным образом волосы. Ограничьте использование фена и в том случае, если у вас химическая завивка на волосах, а если все-таки вы им пользуетесь, надевайте широкую насадку.

Пользоваться феном желательно как можно реже, только в необходимых случаях. Однако если вы уже не представляете себе жизнь без фена, то рекомендуется пользоваться специальными препаратами, предназначенными для тех, кто сушит волосы феном, например, спреем для термозащиты, содержащем смолы из панцирей ракообразных и аминокислоты пшеницы.

Нельзя сушить волосы и на солнце, так как лишнее количество ультрафиолета еще никому не приносило пользы, а влажные волосы являются слабозащищенными от внешних воздействий. Еще хуже сушить волосы над плитой.

Расчесывание волос

Для расчесывания волос применяются расчески, гребни, щетки. Сначала волосы расчесывают расческой с широкими зубцами (для предотвращения спутывания волос и механического повреждения), гребнем, а затем щеткой. Расческа не должна быть слишком частой, чтобы не царапать кожу головы и не выдергивать волосы. Очень вредны железные расчески, даже расческа из натурального дерева может быть плохо обработана. Расческа должна быть строго индивидуальной, так как через чужую расческу можно получить серьезное заболевание, на лечение которого уйдет немало времени и средств.

Расчесывайте волосы каждый день щеткой перед сном по 5-10 минут во всех направлениях. Они будут густыми, блестящими, их будет легко укладывать. При этом не забывайте, что частое расчесывание жирных волос стимулирует сальные железы к еще большей выработке секрета, от чего волосы засаливаются быстрее.

Если вы мыли волосы, запрокинув голову назад, то после мытья осторожно расчесывайте волосы в том же положении. Если вы мыли волосы, наклонив голову вперед, то и расчесывать нужно так же. Выбирайте мягкие щетки для волос из натурального материала. Острые края расчески могут повредить структуру волос.

Считается, что волосы, хорошо расчесанные до мытья, лучше будут расчесываться и после. Мокрые волосы лучше не расчесывать (в таком состоянии они более уязвимы), а если уж это необходимо, то используйте не металлические расчески, а пластмассовые или деревянные. Чтобы распутать пряди, пользуйтесь частым гребешком и обязательно с величайшей осторожностью, двигаясь «лесенкой» снизу (от кончиков) вверх (к корням волос). Что касается коротких волос, то их рекомендуется расчесывать от корней.

Пользуйтесь хорошей и чистой расческой. Грязная расческа является рассадником бактерий и инфекции. Как советуют наши мудрые бабушки, летом, когда на волосах оседает много пыли, расческу или гребень можно обернуть кусочком марли или ваты. При этом волосы хорошо очищаются. По крайней мере, раз в неделю необходимо мыть щетки для волос и расчески, особенно если у вас жирные волосы; вымойте их своим шампунем или мягким мылом и хорошо прополощите; не забудьте хорошо высушить. Почаще меняйте расчески, особенно пластмассовые. Они время от времени тоже старятся, на них появляются едва заметные выбоины и трещинки, а это резервуары для микробов.

Массаж

Греческое слово massein, от которого произошло известное нам слово «массаж», означает «мять». Эта лечебная процедура была известна еще во времена Гиппократа, который считал массаж исцеляющим тело и душу.

Массаж головы - необходимая часть косметического ухода за волосами. Благодаря этой процедуре улучшается кровообращение, нормализуется обмен веществ, деятельность сальных желез, облегчается выделение продуктов обмена, кожа освобождается от отживших клеток рогового слоя, то есть массаж помогает коже дышать и тем самым противодействует застою крови, а также удаляет с корней остатки сухого кожного сала, что в свою очередь стимулирует рост волос и укрепляет их. Кроме того, регулярный расслабляющий массаж кожи головы имеет массу скрытых достоинств. Помимо укрепления волос, он стимулирует мускулы, отвечающие за тонус головы, и положительно отражается на общем самочувствии. Выполнение самомассажа головы способствует «прочищению» энергетических каналов головы и возбуждению биологически активных точек, поддерживающих организм человека в здоровом физическом и психическом состоянии. Считается, что самомассаж головы приносит облегчение при самых разнообразных болезненных состояниях - головных болях, головокружении, насморке, шуме в ушах, неврастении и др. Он также способствует расслаблению мышц и снятию усталости, улучшает память, стимулирует умственную деятельность, помогает восстановить работоспособность, не говоря уже о благотворном влиянии на рост волос. Но при этом не стоит забывать, что массаж головы одновременно усиливает и работу сальных желез, что напрямую связано со степенью жирности волос. Особенно показан массаж для сухих волос. В случае с жирными волосами нужно применять эту процедуру осмотрительно[[21]](#footnote-21).

Необходимо помнить также, что массаж головы, как и любой другой, нужно делать умело, так как неправильно сделанный массаж может нанести вред.

Перед массажем постарайтесь максимально расслабиться, закройте глаза и думайте о хорошем. Сядьте, откинув голову слегка назад. Необходимо также усвоить следующее:

1. Массажные линии на голове начинаются на макушке и радиально расходятся от нее во все стороны (рис. 1).
2. Массировать нужно в направлении наклона роста волос.

Рис. 1

1. Массаж должен быть энергичным (особенно это касается тех, у кого ослабленные волосы).
2. Во время разминания пальцы должны быть плотно прижаты к коже, а не скользить по волосам.
3. Массаж головы должен продолжаться не более 10-15 минут.
4. Массаж головы как оздоровительный курс включает в себя не менее 15-20 сеансов.
5. Необходимо знать месторасположение зон головы и мышц (рис.2).

Рис. 2

Последовательность выполнения приемов при массаже головы следующая:

* шею нужно освободить от одежды, плечи закрыть полотенцем или накидкой;
* протереть кожу головы и шеи ватным тампоном, смоченным в спиртовом растворе или одеколоне;
* если волосы сухие, то перед массажем нужно смазать их маслом;
* начиная со лба, большим и указательным пальцами обеих рук необходимо захватить в складки всю толщину тканей в области надбровных дуг и сдавить.

Подобные движения следует повторить по всей длине надбровных дуг, от переносицы к вискам (малейшее смещение пальцев влечет за собой давление на глазные яблоки и может вызвать нежелательный рефлекс!).

Затем нужно подушечками двух-трех пальцев обеих рук проделать круговые разминания височной области.

Подушечками четырех пальцев необходимо произвести давящее поглаживание от надбровных дуг по направлению к передней границе волосяного покрова, затем следует сомкнуть пальцы и ладонью погладить лоб снизу вверх - от надбровных дуг до края волосяного покрова.

Теперь нужно перейти к массажу волосистой части головы.

Первым делом необходимо расчесать волосы от макушки в разные стороны (на пробор), затем кончиками одного или двух пальцев правой руки следует произвести круговые разминания по ходу пробора от макушки к границе волосистой части головы (рис. 3).

Рис. 3

Далее нужно сделать то же самое по следующему пробору и т.д.

После того как разминания будут проделаны по всем проборам, нужно кончиками четырех согнутых пальцев сдвинуть кожу каждого пробора вперед и назад от макушки к периферии.

Рис. 4 Рис. 5

Наложить кисти рук на волосистую часть головы параллельно друг другу. Правую кисть - на теменную область, а левую - на затылочную. Правой рукой необходимо выполнять разминание, а левой - поддерживать голову. Движения следует выполнять по кругу, передвигаясь по всей голове (рис. 4). Затем правой и левой руками нужно обхватить соответствующие половины головы, при этом пальцы обеих рук необходимо развести, кончики пальцев должны соприкасаться. Кожу вместе с лежащими под ней тканями следует сдвигать одновременно в противоположных направлениях (рис. 5).

Правой рукой нужно плотно обхватить теменную, а левой – затылочную области. При этом кожу вместе с лежащими под ней тканями необходимо сдвинуть навстречу друг другу. Такие движения нужно произвести по всей поверхности головы.

В результате окончания второй главы, я пришла к выводу, что существует четыре вида волос: жирный, сухой, нормальный и смешанный и каждый тип волос имеет свой индивидуальный уход, в современном мире существует различные средства для профессионального ухода за волосами.

Глава III. Технология горизонтальной химической завивки. Использование новейших современных биопрепаратов

1. Технология завивки

Подготовительные работы

Для выполнения химической завивки волос необходимы следующие инструменты и приспособления:

* + - 1. фарфоровая или эмалированная мисочка объемом не менее 50-60 мл, достаточно устойчивая, чтобы она не опрокидывалась во время работы;
			2. полиэтиленовая или любая другая неметаллическая расческа с «хвостиком»;
			3. филировочная бритва для стрижки волос (опытный мастер может стричь волосы опасной бритвой);
			4. мерный цилиндр емкостью 50 мл с ценой деления 5 мл;
			5. деревянные или пластмассовые коклюшки с резинками для фиксации пряди волос в накрученном состоянии;
			6. вата и поролоновые губки размером 10x10 см для нанесения на волосы фиксажа и размером 3x4 см для нанесения состава;
			7. резиновые перчатки;
			8. утепленный колпак из полиэтилена или любого другого непромокаемого материала.

Примечание: При наличии к парикмахерской аппарата ПА-1 для обработки полос паром необходимость в применении утепленною колпака отпадает.

Подготовительные работы перед завивкой волос проводят в следующем порядке[[22]](#footnote-22):

* внешний осмотр кожи головы и волос;
* проверка кожи головы на восприимчивость к химическому составу для завивки;
* проверка состояния волос при смачивании их препаратом;
* подготовка инструментов и приспособлений для завивки.

Внешний осмотр кожи головы и волос перед завивкой необходим для выявления различных заболеваний, при которых химическую завивку делать нельзя. Противопоказаниями являются ярко выраженные раздражения на коже, царапины, порезы, язвы и др. При обнаружении заболеваний подобного рода следует отказаться от выполнения химической завивки, а посетителю посоветовать обратиться к врачу.

При осмотре волос необходимо обратить внимание на их состояние. В том случае, если волосы ранее подвергались сильному обесцвечиванию или окраске любым другим красителем, необходимо проверить их на разрыв: если волосы в сухом состоянии легко отрываются, завивку делать нельзя. Не рекомендуется также делать химическую завивку на волосах, окрашенных «Восстановителем» или металлосодержащими красками.

После внешнего осмотра необходимо проверить реакцию кожи клиента на раздражение (идиосинкразия) препаратом, с которым будет выполняться завивка. Удобнее всего это сделать за ушной раковиной, так как в этом месте воздействие препарата будет наиболее заметным. Берут кусочек ваты, смоченный препаратом, и наносят состав на кожу в указанном месте. Через 8-10 минут уже видна реакция кожи на раздражитель. При отсутствии раздражения (покраснения) можно считать, что данный препарат не противопоказан клиенту и, следовательно, можно производить завивку. При появлении ярко выраженного раздражения кожи необходимо смыть нанесенный состав слабым раствором перекиси водорода и сполоснуть кожу водой. В этом случае от химической завивки волос следует отказаться. Если у парикмахера имеется препарат для завивки другого состава, также нужно проверить реакцию кожи на раздражение и в случае отрицательной выполнять завивку этим составом.

Одновременно с проверкой кожи на раздражение необходимо проверить реакцию волос на препарат для завивки. Это поможет выявить незамеченные при внешнем осмотре противопоказания к завивке. Необходимо взять небольшую прядь волос и смочить ее составом для завивки. Через 1-2 минуты нужно попробовать ее на разрыв. Если волосы сохранили свою прочность, то они пригодны к завивке. Если же они потеряли ее и имеют паклеобразный вид, завивать их составом этой концентрации нельзя. В этом случае необходимо разбавить состав водой в пропорции 1:1 или 1:2 и повторить проверку. Таким образом можно найти необходимую концентрацию состава или убедиться в том, что от завивки нужно отказаться[[23]](#footnote-23).

При подготовке инструментов и приспособлений для завивки волос парикмахер должен, прежде всего, убедиться в наличии всего необходимого. Особо важно иметь достаточное количество разнообразных по толщине коклюшек с резинками, а также необходимых составов для завивки. Следует проверить остроту лезвия филировочной бритвы и в случае необходимости заменить его новым. Все инструменты и приспособления должны быть разложены на своих местах, чтобы мастер не тратил времени на отыскание их во время работы.

Мытье головы перед выполнением химической завивки - необходимая и важная операция. От того, насколько хорошо она выполнена, зависит качество завивки. При мытье головы волосы очищаются от жира и других загрязнений, которые мешают проникновению состава в глубинные слои волос. Вот почему этому виду работы требуется уделить такое же внимание, как и любому другому при химической завивке.

Независимо от того, сколько времени прошло с момента последнего мытья головы, перед химической завивкой волосы следует обязательно вымыть[[24]](#footnote-24).

Для мытья головы можно применять различные моющие средства в зависимости от степени загрязнения волос. Если волосы очень жирные, лучше пользоваться жидким туалетным мылом, которое легко удаляет жир. На сухие и нормальные волосы хорошо действуют шампуни. Расчесывать волосы после мытья головы рекомендуется неметаллической расческой, так как заусеницы и острые края на металлических расческах могут повредить размягченные после мытья волосы.

Модель стрижки определяется фасоном будущей прически. Стрижка - фундамент прически. От формы стрижки зависит и форма прически. Стрижку волос перед химической завивкой желательно выполнять филировочной бритвой - с ее помощью легче получить различную длину волос в каждой пряди. Естественно растущие волосы могут быть разной длины ввиду их постоянного обновления. Такое естественное соотношение в длине волос в большей степени влияет на время действия химической завивки. При стрижке волос необходимо помнить, что наилучших результатов при химической завивке можно добиться на сравнительно коротких волосах - до 15-20 см. Однако можно завивать и волосы более длинные.

При филировке волос концы прядей нужно делать более тонкими, чтобы они хорошо лежали в прическе. На шее и на висках при необходимости можно сделать окантовку волос ножницами. Срезать толстый слой волос в данном случае не рекомендуется. Если стрижка выполнена правильно, надобность в окантовке волос ножницами отпадает.

Любую модель стрижки перед завивкой следует выполнять так, чтобы даже без завивки волосы имели законченную, вполне определенную форму.

Накручивание волос на коклюшки

После стрижки, которая производится на мокрых волосах, их совсем не обязательно подсушивать, тем более под сушуаром. При сушке волос под аппаратом роговой слой волос твердеет, в результате чего препарат для завивки с трудом проникает сквозь чешуйки поверхностного слоя. Если возникает необходимость подсушить волосы, лучше это сделать естественным путем. Для ускоренней этого процесса нужно непрерывно расчесывать их расческой в разных направлениях. Обычно для естественной сушки волос достаточно 5 минут[[25]](#footnote-25).

Существует мнение, завивать мокрые волосы нельзя ввиду того, что в этом случае состав разбавляется и завивка может получиться более слабой. Это мнение ошибочно, хотя в действительности такое разбавление и происходит. Однако влажные волосы значительно быстрее впитывают препарат для завивки, и необходимое время выдержки не увеличивается, а иногда даже сокращается. Завивка получается естественной, а волосы лучше сохраняют первоначальную структуру, что является очень важным фактором, учитывая, что цель мастера не только сделать хорошую завивку, но и сохранить волосы.

Перед накручиванием волос на коклюшки необходимо разделить волосяной покров головы на участки (пряди). Ширина пряди не должна превышать длины коклюшки. Если прядь волос окажется шире коклюшки, то при накручивании не удастся расположить ее строго перпендикулярно оси вращения коклюшки. Последнее очень важно для получения хорошей завивки. Прядь волос должна быть расположена и накручена на коклюшку аналогично ниткам на катушке.

Обычно волосяной покров головы делят для накручивания на коклюшки следующим образом: с правой и левой сторон головы проводят горизонтальные проборы до затылка примерно на уровне бровей с тем расчетом, чтобы прядь волос на темени по ширине соответствовала коклюшке. Эту прядь волос необходимо закрепить зажимом, чтобы она не мешала выполнению последующих операций. Затем от горизонтальных проборов вниз к уху как с левой, так и с правой сторон головы следует сделать вертикальный пробор, соблюдая установленную ширину прядей. Эти участки нужно также закрепить зажимами. Затем необходимо разделить оставшиеся на затылочном участке волосы на три пряди. Для этого нужно продолжить сделанные ранее на уровне бровей горизонтальные проборы от затылка вниз к шее.

Таким образом, средняя прядь волос по ширине будет соответствовать ширине прядей на темени. После этого переходят к обработке боковых прядей волос за ушными раковинами. Обычно на голове среднего размера эти пряди по ширине удовлетворяют предъявляемым требованиям. Если ширина пряди превышает ширину коклюшки, можно, например, перенести вертикальный пробор немного назад, за ухо и затем, ввиду того, что часть волос на виске стала шире, отделить небольшую прядь со стороны лица для накручивания. Эту прядь волос накручивают на коклюшку в вертикальном положении.

Накручивать волосы следует в тонких резиновых перчатках, чтобы предохранить руки от воздействия состава на кожу. Начинают операцию со средней пряди затылочной части головы. Смачивать составом всю прядь не рекомендуется. Нужно отделить небольшую ее часть - 3-4 см - и смочить составом с помощью поролоновой губки примерно ¾ ее длины начиная с концов. Не рекомендуется смачивать волосы у самых корней во избежание вредного воздействия химического состава на кожу головы. Смочив таким образом прядь волос, отделяют маленькую часть ее - примерно 1 см (в зависимости от густоты и длины волос) - и накручивают на коклюшку так, как показано на рисунке.

При накручивании на коклюшки нужно тщательно закрутить концы волос, иначе заломанные концы будут выделяться из общей массы. Расчесанную прядь кладут на ладонь левой руки, затем коклюшку, находящуюся в правой руке, подводят под прядь, а большим и указательным пальцами левой руки в это время захватывают концы волос подготовленной пряди. При этом коклюшку держат за конец большим и указательным пальцами правой руки - это положение является исходным.

Затем концы волос кладут на коклюшку так, чтобы они выступали с одной стороны на 1-2 см. Указательным пальцем левой руки подгибают концы волос внутрь по направлению накручивания, а средним пальцем этой же руки прижимают их к коклюшке. Прижав волосы правой рукой, нужно сразу же слегка натянуть прядь перпендикулярно поверхности головы.

После этого следует самый ответственный момент в накручивании: указательным пальцем левой руки быстрым скользящим движением по плоскости коклюшки в направлении накручивания нужно подогнуть кончики волос под прядь, а средним пальцем этой же руки вслед за указательным повторить его движение, как бы подстраховывая его и прижимая волосы к коклюшке. В тот момент, когда указательный палец левой руки начнет скользящее движение по плоскости коклюшки, подгибая концы волос под прядь, указательный и большой пальцы правой руки, слегка ослабив натяжение пряди, должны быстро прокрутить коклюшку в нужном направлении. От синхронности работы трех пальцев левой и двух пальцев правой руки зависит правильность захвата кончиков волос на коклюшки.

Чтобы приобрести навык в выполнении этих приемов, с самого начала освоения химической завивки нужно стараться точно выполнять предлагаемые рекомендации. Пальцы правой руки не должны держать коклюшку крепко - они как бы поддерживают ее, так что в случае залома концов пряди пальцы, встретив дополнительное сопротивление, почувствуют это. Сам процесс закрутки первых 1,5-2 оборотов должен осуществляться легким быстрым движением.

Затем нужно освободить пальцы левой руки и перенести их на левый конец коклюшки, а пальцы правой, слегка натягивая захваченную на коклюшку прядь, занимают исходное положение для окончательного закручивания коклюшки. Такими же приемами накручивают на коклюшки и остальные волосы.

Толщину накручиваемых коклюшек следует менять в зависимости от толщины и длины волос. На шее и других частях головы, где волосы тонкие или короткие, применяют более тонкие коклюшки.

После того как волосы на затылочном участке головы будут накручены на коклюшки, их смачивают препаратом для завивки.

Следующий этап - накручивание волос на височных участках, а затем на теменных. Волосы теменной части головы лучше накручивать по направлению ко лбу. Во время накручивания каждой пряди необходимо следить за тем, чтобы волосы были оттянуты строго перпендикулярно к поверхности головы на обрабатываемом участке. В противном случае волосы завиваются неравномерно, т. е. нижняя часть прядей завивается ближе к корню и ее завиток получается более крутой, а верхняя часть - дальше от корня и ее завиток более слабый.

Соблюдение требований при накручивании волос на всех участках головы (равномерное распределение волос по коклюшке, натяжение прядей) обеспечивает получение хорошего завитка.

Накрутив все волосы на коклюшки, необходимо смочить их препаратом для завивки и укрыть утепляющим колпаком. Время выдержки препарата для завивки на волосах в каждом конкретном случае нужно устанавливать в зависимости от свойства волос, применяемого препарата или по желанию клиента.

При употреблении аппарата для обработки волос паром ПА-1 время выдержки сокращается на одну треть. Для определения нужного времени выдержки необходимо раскрутить 3-4 локона на разных участках головы и проверить упругость завитка. Особое внимание следует обратить на локоны в нижней части головы, за ушами - они обычно завиваются несколько труднее остальных волос. Если завиток упругий, можно приступить к последующим операциям в соответствии с технологическим режимом обработки волос при химической завивке. Время воздействия раствора на волосы зависит от типа волос: для мягких - 18-25 минут; для нормальных - 16-18 минут; для жестких - 12-15 минут.

Споласкивание водой

Чтобы на волосах не осталось препарата для завивки, голову споласкивают обильной струей теплой проточной воды в течение 4-5 минут. Учитывая, что волосы накручены, процедуру следует выполнять очень тщательно.

Фиксация завивки

Прополоскав волосы, можно приступить к фиксации локонов в закрученном положении. С этой целью мастер готовит специальный состав - фиксаж, представляющий собой перекись водорода 3-5%-ной концентрации. В состав фиксажа нужно ввести некоторое количество мыльного шампуня для вязкости. Готовится фиксаж непосредственно перед нанесением его на волосы и используется сразу же после приготовления.

Состав фиксажа:

1. Для коротких волос:
* 2 таблетки 6%-ного гидроперита,
* 20 мл теплой воды,
* 15 мл шампуня.
1. Для длинных волос:
* 4 таблетки 6%-ного гидроперита,
* 40 мл теплой воды,
* 15 мл шампуня.

При отсутствии гидроперита применяют пергидроль 30%-ной концентрации.

В неметаллическую посуду налить:

* 40 мл теплой воды,
* 15 мл шампуня,
* 8-10 мл пергидроля 30%-ной концентрации.

Полученный раствор должен содержать около 5% перекиси водорода.

Вновь завязав на голове скрученное в жгут полотенце, чтобы предохранить лицо от фиксажа, последний вспенивают с помощью поролоновой губки и им тщательно обрабатывают каждую коклюшку, обильно смочив ее раствором. Очень важно равномерно распределить фиксирующий состав между коклюшками. Так как составная часть фиксажа - газообразный кислород - очень быстро улетучивается, фиксирующий раствор надо постоянно вспенивать и смачивать им волосы.

Нанеся примерно 1/3 всего раствора и выдержав фиксаж на волосах в течение 5-10 минут, осторожно (чтобы излишне не растянуть локоны) снимают все коклюшки. В заключение на волосы наносят оставшийся фиксаж еще на 5 минут.

После этого волосы тщательно прополаскивают водой без шампуня.

Нейтрализация

Состав для химической завивки, рН которого 8,5-9,5, действует на волосы как щелочь. Если оставить его небольшую часть на волосах, он постепенно будет разрушать их. Споласкиванием волос водой полностью избавиться от состава для завивки не удается. Поэтому следующая важная операция обработки волос при химической завивке - нейтрализация слабым раствором уксусной или лимонной кислоты.

Как известно, щелочь характеризуется избытком в растворе ионов ОН. Чем больше их относительное количество, тем выше концентрация щелочи, т. е. при нейтральной реакции среды рН раствора равна 7 и относительное количество ионов водорода Н+ и гидроксила ОН- приблизительно одинаково. Некоторый избыток одних или других ионов неизбежен, но в парикмахерской практике нет необходимости в точном его определении. Увеличение щелочности раствора начинается с увеличением рН, т. е. когда она начинает превышать 7. Состав для химической завивки представляет собой щелочь небольшой концентрации с рН, равной приблизительно 9. Кислые же растворы, к которым относятся, в частности, лимонная или уксусная кислоты, характеризуются преобладающим количеством ионов водорода Н+. Чем больше их в растворе, тем меньше рН среды, т. е. увеличение количества ионов водорода влечет за собой уменьшение рН среды, начиная от 7.

Что же происходит в растворе при нейтрализации? В растворах любых жидкостей, в которых присутствует вода, происходит непрерывное разложение и соединение ее молекул.

Одна молекула воды распадается на один ион водорода Н+ и один ион гидроксила ОН-, которые, соединяясь, снова образуют молекулу воды. Если реакция среды нейтральная, т.е. в растворе находится одинаковое количество тех и других ионов, происходит непрерывный процесс разложения и воссоединения молекул воды. В случае же преобладания ионов ОН некоторая часть их не участвует в процессе образования воды ввиду отсутствия необходимого количества ионов Н+. Подливая в щелочную среду кислоту, в которой преобладают ионы водорода, можно наблюдать следующую картину: по мере увеличения количества ионов водорода соответственно будет уменьшаться количество ионов гидроксила, которые, встретившись друг с другом, будут образовывать воду. Таким образом, как только на каждый свободный ион гидроксила придется по одному иону водорода, реакция среды станет нейтральной. Если же ионов водорода окажется чуть больше, реакция среды будет слабокислой. В парикмахерской практике в связи с отсутствием возможности точно проконтролировать рН среды до нейтрализации и после нее приходится пользоваться составами, приблизительно обеспечивающими полную нейтрализацию щелочей. Обычно для этого используют слабокислый раствор уксусной или лимонной кислоты.

Для получения состава такой слабой концентрации можно взять 2,5 г лимонной кислоты и растворить в 1 л теплой воды. Для лучшей нейтрализации остатков щелочей на волосах их необходимо хорошо прополоскать приготовленным составом. Одного споласкивания недостаточно - щелочь остается на некоторых участках волос. Операции необходимо повторить несколько раз[[26]](#footnote-26).

После нейтрализации волосы отжимают, вытирают полотенцем и накручивают на бигуди.

При химической завивке обесцвеченных и значительно разрыхленных перекисью водорода волос нужно увеличить количество воды в растворе для нейтрализации до 2 л, оставляя количество кислоты 2,5 г неизменным, или, наоборот, сократить вдвое содержание лимонной кислоты, не меняя количества воды.

Завивка крашеных и обесцвеченных волос

Перекись водорода наносит волосам определенные повреждения. Разрушая роговой слой волос, она создает условия, при которых волосы становятся более подверженными различным воздействиям как химическим, так и физическим. Здоровые волосы стойки к любым воздействиям, тогда как у окрашенных сопротивляемость к внешним условиям резко снижается из-за ослабления их структуры. Они становятся более пористыми, что облегчает проникновение состава внутрь волос.

При химической завивке крашеных и обесцвеченных волос следует учитывать эту особенность. Очень важно для мастера уметь определять степень повреждения волос перекисью водорода, чтобы найти оптимальную концентрацию состава для завивки. В случае ошибки волосам может быть нанесен непоправимый вред. По этой же причине, прежде чем приступить к завивке окрашенных волос, нужно проверить их на восприимчивость к составу для завивки. Прядь волос смачивают предварительно разбавленным до нужной концентрации составом. Если противопоказаний к завивке не обнаружится, концентрация состава подобрана правильно.

Состав для химической завивки обесцвеченных волос разбавляют водой в зависимости от степени их повреждения, и его концентрация может колебаться в значительных пределах. Так, если волосы окрашены лишь немного светлее своего естественного цвета и следов явного нарушения их структуры не видно, можно на три весовые части препарата для химической завивки прибавить одну весовую часть воды. Для очень обесцвеченных волос, когда видно, что волосы значительно пострадали от перекиси водорода, рекомендуется добавить на одну весовую часть препарата три-четыре весовые части воды.

Накручивать на коклюшки крашеные и обесцвеченные волосы нужно с большой осторожностью, не натягивая чрезмерно прядь. Нельзя слишком сильно растягивать волосы, так как в процессе завивки они могут разорваться в некоторых местах или чрезмерно растянуться.

Время выдержки состава на крашеных волосах обычно несколько меньше, чем при завивке здоровых необесцвеченных волос. Но, если концентрация состава слабее, чем требуется для волос данной структуры, то время выдержки может быть примерно таким же, как и при завивке здоровых волос.

Через 10-15 минут после укрывания головы колпаком нужно сделать, контрольную проверку, которая поможет определить дополнительное время для окончательного формирования локонов на коклюшке.

После того как достигнута необходимая степень завивки волос, их споласкивают водой так же, как и при завивке некрашеных волос.

Фиксирование волос - такая же ответственная операция, как и накручивание их на коклюшки, и смачивание составом. Качество получаемой завивки во многом зависит от выполнения этой операции.

Для фиксирования окрашенных или обесцвеченных волос применяют состав с минимально допустимой концентрацией - не выше 3%.

Причинами некачественной завивки при фиксаже могут быть следующие: слабая или слишком сильная концентрация перекиси водорода, недостаточное время выдержки фиксажа, передержка фиксажа на волосах и др.

После обработки волос фиксажем их споласкивают теплой водой и затем нейтрализуют. Процесс нейтрализации волос после их завивки производится стандартным способом, как и при других видах завивки или окраски волос.

После химической завивки окрашенных или обесцвеченных волос рекомендуется нанести на волосы эмульсию с лецитином или «Лондестраль». В настоящее время выпускают много препаратов для укрепления волос, которые можно использовать после выполнения химической завивки. Необходимо рекомендовать клиентам указанные препараты, так как волосы после окраски и завивки получили большую нагрузку.

1. Современные биопрепараты

В наше время существуют очень много современных биопрепаратов, которые используются в салонах:

1. Впервые тонизирующий гель «Loreal Homme», который наносится как шампунь и позволяет очень естественно скрыть седину.
2. Гелевая маска «Цветочная терапия» завершает и максимально нейтрализует химический процесс окрашивания. Благодаря мелкокислотной формуле она мгновенно «запечатывает» поверхностные слои, кутикулы, предотвращая вымывание пигментов и выравнивая структуру волоса.
3. Silhouette GOLD – лак и мусс сильной фиксации. Удобно наносить. Легко счесывать, не повреждая структуру хрупкого волоса.
4. Новый Essensity – роскошное природное качество: здоровье, экология в непревзойденных продуктах для окрашивания, ухода за волосами и стайлинга.
5. Reflection Color Care – линия средств, предназначенных для защиты яркости и насыщенности цвета окрашенных волос, в перерывах между посещениями салона. Препятствует вымыванию красящих пигментов. Придает волосам насыщенный цвет. Обеспечивает защиту от негативных внешних воздействий.
6. Интенсивная увлажняющая маска «4+4 Intensive Moisturising Mask». Глубоко насыщает волосы влагой. Питает богатым комплексом витаминов[[27]](#footnote-27).
7. «Volume Expand» - первый уход для объема тонких волос, обогащенный Mineral Cа. День за днем эти уникальные формулы, обогащенные кальцием, структурируют волосы для долговременного объема с возможностью легко изменять форму прически.
8. Инновация от Schwarzkopf Professional: новый Bonacure Sensitive – шампунь для чувствительной, кожи головы. Зуд и шелушение больше не потревожат вас! Экстракт алоэ вера успокаивает и увлажняет чувствительную кожу головы и волосы. Крупинки сахара – деликатный пилинг – бережно очищают и удаляют мертвые клетки. Шампунь не содержит отдушек и красителей. Предотвращает повторное раздражение.
9. Nanomax – это профессиональная пердовая линия по восстановлению структуры поврежденных волос и улучшению состояния и текстуру волос.
10. В летнем уходе за волосами рекомендуется сделать акцент на их питание и увлажнение. Для этих целей идеально подойдет линия Nourisshing из обновленной коллекции (D) Care. В состав средств линии входит фермент lactococcus – биохимический комплекс с питательными и энергонасыщающими свойствами, который укрепляет кератин волос, восстанавливает их оптимальный химический и физиологический баланс, улучшает метаболизм кожи головы. В результате такого ухода волосы получают ценные питательные вещества, сохраняют влагу, приобретают новую силу и мягкость.
11. Серия профессиональных средств Happy Sun – современная и надежная защита чувствительную кожу головы в летний период.
12. Still Cap – первое кремовое ухаживающее средство, которое успокаивает и защищает чувствительную кожу головы во время технических процедур.
13. Сыворотка Lifetex Resist Serum. Интенсивное ухаживающее средство с укрепляющим комплексом, содержащим фитопротеины, кератин и ройбуш, которые укрепляют волокно волос изнутри.
14. Bonacure Sun Hairtherapy – это трехшаговая программа для ухода за волосами во время пребывания на солнце. Для поддержания восхитительной красоты волос.
15. Глубокое очищение с использованием шампуня Detox Deep Cleanser. Экстракт лимона, входящий в состав продукта, избавляет кожу головы и волос от сальности, при этом питая их витамином С[[28]](#footnote-28).

Следовательно после окончания третьей главы я пришла к выводу технология горизонтальной химической завивки имеет свои индивидуальные особенности, для получения желаемого результата. Существуют различные современные биопрепараты для восстановления структуры поврежденных волос и лечения волос и кожи головы, для защиты яркости и насыщенности цвета окрашенных волос и т.д.

Глава IV. Практическая работа

Технология химической завивки

Попытки создать химическую завивку предпринимались еще в 1925 году, однако патент на нее был заявлен только в 1937 году. Эта завивка стала популярной в пятидесятые годы. Сейчас «химия» распространена по всему миру. Она стала основой всех модных причесок, в значительной мере отличаясь от первоначальной. Появились новые инструменты, сократилось время на ее выполнение, значительно улучшилось качество. В последнее время стали применять пластмассовые коклюшки с вертикальной резьбой, на которые наматывают пряди волос. Химическая завивка может быть крупной и мелкой, горизонтальной и вертикальной, а также прикорневой. Это зависит от способов навертки и размера коклюшек. По сравнению с перманентом, она менее сложна.

Различают следующие основные разновидности химической завивки:

1. Прикорневая - на коклюшку волосы накручивают только у корней, концы же остаются свободными[[29]](#footnote-29).
2. Горизонтальная - наиболее распространенная накрутка на коклюшки разных размеров. Волосяной покров головы делят на участки (пряди), коклюшки располагают на голове горизонтально как на затылочной, так и на височной, макушечной и теменной частях головы.
3. Вертикальная - при этом способе волосы накручивают на коклюшки в обратном порядке - от корней волос к их концам, равномерно распределяя волосы по всей длине коклюшки (разных диаметров, конусообразной формы).

1. Спиральная - этот способ накрутки выполняют на специальных спиральных коклюшках.

1. Кольцевая - накрутку выполняют на гибкие коклюшки, после чего их соединяют в кольцо и закрепляют.
2. С перекрутом - накрутку делают на длинные коклюшки, начиная с концов волос. Сначала 2-3 оборота, чтобы прихватить кончик пряди, затем коклюшку вращают, закручивая волосы в жгутик; их накручивают, равномерно распределяя по всей длине коклюшки.

1. На шпильку - прядь волос накручивают на шпильку, укладывая волосы в форме восьмерки.

1. Накрутка на две коклюшки - половину пряди накручивают на одну коклюшку, вторую половину - на вторую коклюшку, после чего их закрепляют у корней волос.
2. Косичка на коклюшке - каждую прядь волос заплетают в косичку, затем накручивают на коклюшку аналогично спиральной завивке.

1. Узловая - на каждой пряди волос завязывают узелки.
2. Каракулевый жгут - закручивают прядь в жгут, складывают и закрепляют у основания.
3. Гофре - накрутку выполняют на широкую пластмассовую линейку, используя ее как коклюшку.
4. На две спиральные коклюшки - коклюшки поставлены рядом, волосы накручивают поочередно на каждую из них, укладывая прядь в форме восьмерки.

Основные положения

1. Холодную химическую завивку волос можно производить на любых волосах: тонких, жестких, обычных, обесцвеченных, окрашенных хной, хной и басмой, краской «Гамма» и др.:

а) завивка волос, окрашенных хной или хной и басмой, производится обычным способом;

б) завивка волос, обесцвеченных или окрашенных краской «Гамма», должна производиться в точном соответствии с указаниями, изложенными в разделе «Как поступать в случае обесцвеченных или окрашенных краской «Гамма» волос»;

в) если волосы подвергались обработке восстановителем, завивка не производится до тех пор, пока волосы, обработанные восстановителем, не будут срезаны.

1. Холодная химическая завивка волос рассчитана на 4-5 мес.
2. Химическая завивка волос может производиться только после того, как на волосах не останется следов предыдущей завивки (химической, шестимесячной, паровой или электрической), т.е. только после того, как волосы со следами завивки будут срезаны.
3. Наибольший эффект получается при завивке коротких волос (10-12 см). Можно завивать и более длинные волосы, а также концы длинных волос.
4. Обязательная укладка мокрых волос необходима сразу после холодной химической завивки, а также каждый раз после их мытья.

Укладку производят с помощью бигуди.

1. При проведении химической завивки категорически запрещается пользоваться металлическими сосудами, расческами, металлическими бигуди, а также резиновыми бигуди, имеющими металлические части, так как соприкосновение раствора с металлом ведет к снижению его завивающего действия.
2. Флаконы с препаратом не должны открывать до тех пор, пока не будет подготовлено все необходимое для завивки волос.

Во время работы необходимо следить, чтобы флакон был плотно закрыт, так как соприкосновение препарата с воздухом ослабляет его завивающее действие.

1. Гарантийный срок хранения препарата во флаконе с плотно завинченным колпачком - 9 месяцев при температуре: для неморозоустойчивого препарата - не ниже 5°С и не выше 25°С, для морозостойкого - не ниже -25°С и не выше 25°С.
2. Изменение цвета препарата при хранении (от бесцветного до светло-фиолетового) не влияет на его качество.
3. Максимальный расход препарата на одну завивку - 60 г.
4. При выполнении завивки необходимо строго следить за исправной работой вентиляции, чтобы в рабочих помещениях был обеспечен не менее чем трехкратный воздухообмен.
5. Перед выполнением холодной химической завивки волос мастеру всякий раз рекомендуется наносить на чистую и сухую кожу рук профессионально-защитный крем «Силиконовый».
6. Во избежание раздражения кожи рук и порчи ногтей у мастеров-парикмахеров холодную химическую завивку следует проводить только в резиновых перчатках.
7. Категорически запрещается применение сушильных аппаратов для подогрева волос с целью ускорения образования завитка, так как последнее:

а) пагубно сказывается на состоянии волос;

б) резко ухудшает условия работы в парикмахерских.

1. При наличии на коже головы ссадин, царапин, раздражений завивку не производят до их исчезновения[[30]](#footnote-30).

Препараты для химической завивки

Выпускаемые препараты для химической завивки волос должны отвечать следующим требованиям:

1. в течение не менее 3 месяцев волосы сохраняют завиток, даже в случае стрижки;
2. волосы не изменяют первоначального цвета;
3. препарат легко смывается с волос теплой водой;
4. в препарат входят поверхностно-активные вещества (ПАВ), обеспечивающие хорошее смачивание и пропитывание волос;
5. препарат не оказывает ни аллергического, ни раздражающего действия на кожу, а его пары - на слизистую оболочку;
6. препарат имеет запах парфюмерной отдушки (не резкий).

Основой почти всех выпускаемых в настоящее время препаратов для химической завивки волос служат тиоорганические соединения и их производные. В большинстве рецептов зарубежных препаратов для химической завивки присутствует тиогликолевая кислота, которая обладает восстановительными свойствами. Соединения, относящиеся к группе тиоорганических, дают возможность воздействовать на форму волоса даже при нормальной температуре человеческого тела. Этим, очевидно, и можно объяснить то, что тиоорганические соединения входят в состав почти всех препаратов для химической завивки. К существенным недостаткам этих соединений относятся:

* + - * 1. резкий неприятный запах вследствие выделения на воздухе сероводорода и меркаптана;
				2. токсичность, вызывающая болезненные явления - головные боли, общее недомогание, уменьшение содержания белых кровяных телец и др.

При изучении воздействия раствора тиогликолевой кислоты на организм человека при ее использовании в парикмахерских работах были отмечены случаи заболеваний у лиц, готовящих растворы тиогликолевой кислоты: уменьшение содержания белых кровяных телец и числа тромбоцитов, головные боли, общая слабость и недомогание, желудочно-кишечные расстройства, нарушение работы почек. Кроме того, при работе с растворами тиогликолевой кислоты отмечались и заболевания кожи: покраснение, зуд, экзема, крапивница и поражение ногтей. Такие заболевания могут возникнуть как у парикмахеров, так и у лиц, самостоятельно применяющих подобные составы.

В качестве защитных средств для парикмахеров рекомендуются различные бактерицидные мази, биологические защитные препараты, покрытие ногтей лаком, сокращение времени контакта с вредными растворами и использование марлевых масок при работе. Не рекомендуется пренебрегать защитными средствами. Умелое и правильное их использование в значительной степени защищает парикмахера от непосредственного контакта с вредными составами и от их паров. Так, при накручивании волос на коклюшки следует пользоваться резиновыми перчатками. Приобретя навык работы в перчатках, можно выполнять эту операцию с такой же скоростью, как и без них.

Для химической завивки волос в парикмахерских используют следующие препараты: «Лонда» и «Минтокс», «Локон» и «Завитоль».

По химическому составу и степени воздействия на волосы «Лонда» близка к «Локону», а «Завитоль» - к «Минтоксу». Сходство препаратов «Лонда» и «Локон» объясняется тем, что они приготовлены на одной и той же основе. Процентное содержание главного компонента - тиогликолевой кислоты - в препаратах «Лонда» и «Локон» составляет около 6,5%.

В настоящее время фирма «Велла» выпустила новый препарат для химической завивки, который пользуется большой популярностью, так как процесс накручивания на коклюшки не требует перчаток для предохранения рук от химического состава. В данном случае время накручивания на коклюшки сокращается. В состав препарата «Велла» входит:

* жидкость для химической завивки - 100 мл (1);
* жидкость для фиксации - 100 мл (2);
* губка;
* пластиковый колпак:
* инструкция.

В зависимости от длины волос содержимого флакона достаточно для 1-2 применений.

Мытье и накручивание волос

1. Волосы вымыть мягким шампунем, не массируя кожу головы.
2. С помощью полотенца отжать лишнюю воду.
3. Накрутить волосы. Перед накручиванием на коклюшки волосы нельзя обрабатывать раствором для химической завивки.
4. Систему накручивания на коклюшки выбрать по фасону стрижки.
5. Надеть перчатки для нанесения раствора.
6. Лоб, виски и шею смазать кремом по краевой линии роста волос.
7. Свернуть марлю жгутом и обвязать ею вокруг головы, чтобы защитить кожу от стекающего раствора.
8. После накручивания волос на коклюшки основательно смочить раствором каждую коклюшку, начиная от шеи. Раствор следует наносить губкой небольшими дозами, чтобы избежать попадания его избытков на кожу. В случае попадания раствора на кожу следует сразу промыть ее ватным тампоном с водой.

Технологические данные по использованию препаратов при химической завивке волос различной структуры

| Структура волос | Соотношение частей | Время выдержки на волосах, мин | Примечания |
| --- | --- | --- | --- |
| «Локон» | Вода  | «Лонда» | Вода  | Без дополнительного тепла | Под аппаратом ПА-1 |
| Обычные тонкие волосы | 4 | - | 3 | 1 | 15-20 | 7-10 | - |
| Сухие тонкие волосы | 4 | - | 3 | 1 | 15-20 | 5-8 | Волосы, смоченные водой |
| Жирные тонкие волосы | 4 | - | 4 | - | 15-25 | 10 | - |
| Обычные полосы средней жесткости | 4 | - | 4 | - | 20-25 | 12 | - |
| С'ухие полосы средней жесткости | 4 |  | 4 |  | 20 | 10 | Волосы, смоченные водой |
| Жирные волосы средней жесткости | 4 | - | 4 | - | 25-30 | 10-12 | - |
| Обычные жесткости волосы | 4 | - | 4 | - | 20-25 | 10-12 | - |
| Сухие жесткие волосы | 4 |  | 4 |  | 20 | 10 | Волосы, смоченные водой |
| Жирные жесткие волосы | 4 | \_ | 4 | - | 30 | 12-15 | \_ |
| Слабообесцвеченные и первично окрашенные волосы | 3 | 1 | 2 | 2 | 10-15 | 5-7 | Волосы, смоченные водой, молоком или «Лонде - стралью» |
| Слабообесцвеченные и многократно окрашенные волосы | 2 | 2 | 1 | 3 | 7-8 | 5 |  |

Нельзя превышать указанное время действия, иначе можно значительно повредить структуру волос.

Крепость химической завивки зависит от:

* выбранного препарата для химической завивки;
* величины коклюшек (крупные коклюшки - легкий завиток, мелкие коклюшки - крутой завиток);
* состояния волос;
* времени действия состава для химической завивки на волосы.

Полоскание

По истечении времени действия накрученные на коклюшки волосы тщательно промыть теплой водой в течение 2 минут (не снимая коклюшек и перчаток).

Фиксация

* 1. С помощью полотенца подсушить волосы.
	2. Вылить в мисочку 100 мл пенного фиксатора, чистой губкой вспенить состав и равномерно нанести фиксатор на все коклюшки.
	3. Фиксаж оставить на 7-10 минут.
	4. Аккуратно снять все коклюшки, начиная с нижней затылочной зоны, нанести оставшийся фиксаж на волосы и оставить его на волосах еще на 5 минут.
	5. Тщательно промыть волосы проточной водой.

Заключительная обработка

* 1. Промыв волосы, обработайте их препаратом для нейтрализации и стабилизации волос.
	2. Затем уложите волосы по задуманной модели.

У клиента тип волос ослабленные, тонкие волосы, концы секутся. Ваши рекомендации.

Секущиеся волосы

Проблема секущихся кончиков затрагивает в основном тех, кто не подстригает регулярно волосы. И, как правило, это забывают (либо не желают) делать обладательницы длинных волос. Когда волосы достигают определенной длины, защитный слой волоса, кутикула, разрушается, в результате структура (волокна) внутреннего слоя волоса (кортикальный слой и медулла) расслаиваются. Чаще всего это затрагивает кончики волос, однако волосы могут сечься и по всей длине. Как правило, секущиеся кончики достигают 2-3 см, кроме того, они светлее, чем остальные волосы. Можно говорить о том, что секущиеся концы - это результат либо физического, либо химического стресса волос.

Несколько советов, которые помо1уг вам избежать либо, по крайней мере, оттянуть появление секущихся кончиков:

* Используйте фены с прохладным действием, фены с горячим потоком воздуха высушивают волос, делая его более ломким и тонким.
* Пейте больше воды. Вода поддерживает тело и волосы в тонусе и увлажняет их изнутри.
* Реже расчесывайтесь. Частое расчесывание волос повреждает их кутикулу.
* Никогда не расчесывайте мокрые либо влажные волосы, поскольку вы рискуете растянуть волосы и тем самым ослабить их. Если же волосы спутаны, тогда разделите их на мелкие пряди и попытайтесь аккуратно распутать их пальцами, начиная с самых концов и двигаясь вверх к корням.
* Используйте расческу либо гребень с редкими зубьями вместо щетки с металлическими зубьями. Хороша в использовании и деревянная щетка.
* Избавьте ваши волосы от заколок с неровными (или негладкими) концами. Такие заколки могут повредить волосы при их снятии.
* Закрывайте волосы от солнца. Чрезмерное пребывание на солнце без головного убора высушивает волос так же, как и всевозможные плойки, фены, термобигуди и т. д. Помните, что оригинальная шляпка - это и модная вещица, и хорошая защита от солнца.
* В холодное время года и при плохой погоде следует собирать длинные волосы и закалывать. Это необходимо делать для того, чтобы уберечь их от электризации при соприкосновении с шерстяной одеждой либо вещами из искусственного волокна, а также от вредного воздействия окружающей среды (холода, дождя и ветра).
* Никогда не подстригайте волосы тупыми ножницами, поскольку они только усугубляют состояние голос.
* Избегайте закрепляющих прическу средств (к ним относятся лаки, гели, муссы, воск) и шампуней, которые содержат алкоголь. Алкоголь высушивает волосы, они становятся более ломкими,
* Регулярно подстригайте концы волос (раз в 2 месяца).
* Одна из новинок по борьбе с секущимися волосами - процедура опаливания, когда кончики волос подстригаются горячими острыми ножницами. Эта процедура применяется сегодня во всех крупных, салонах. Однако есть мнение, что стрижка горячими ножницами - это огромный стресс для волос. Представьте, что вы спаиваете целлофан, точно так же в процессе такой стрижки спаивается кончик каждого волоска. Разумеется, какое-то время после этого волосы не секутся, но длится это удовольствие недолго: спустя какое-то время волосы отрастают и секутся с новой силой - с той лишь разницей, что волосы становятся более поврежденными.
* Тщательно подбирайте шампунь и кондиционер, исходя из типа ваших волос и их состояния.
* Меньше красьте волосы. Краска, какой бы качественной и дорогой она ни была, все равно высушивает волосы, делая их более ломкими.
* Ключ к красоте и здоровью волос - это их увлажнение! Волосы начинают расслаиваться, поскольку им не хватает влаги и они теряют натуральные жиры (кожное сало). Кожное сало - это натуральное жирное масло, которое насыщает волосы. Используя сильное увлажняющее средство раз в месяц, вы сохраните красоту ваших волос.

Народные средства оживления секущихся волос

* Травяной ополаскиватель. 1 столовую ложку мелко нарезанных шалфея, одуванчика или подорожника заварить 1 стаканом кипятка. Ополаскивать этим настоем волосы после мытья.
* Абрикосовая маска. 3-4 спелых абрикоса размять вилкой до образования кашицы. Затем добавить 1 столовую ложку растертого творога и 1 чайную ложку сметаны. Все тщательно перемешать и добавить 2-3 капли лимонного сока и 1 чайную ложку жидкого меда.
* Репейно-касторовая маска. Смешать по 1 чайной ложке репейного и касторового масла с 2 чайными ложками лимонного или березового сока.
* Маска для кончиков волос. Мелко нарезать ромашку, зверобой, крапиву, листья березы и залить половиной стакана растительного масла Плотно закрыть банку и настаивать в темном месте не менее недели. Затем процедить. Можно заменить эту маску компрессом из теплого оливкового масла с добавлением небольшого количества лимонного сока. Также подойдет желток, взбитый с десертной ложкой касторового масла.

Тонкие волосы

Тонкие волосы очень распространены, их обладательницы - примерно половина всех женщин. Такие волосы слишком мягкие, а поэтому их достаточно сложно уложить в красивую пышную прическу. Для решения этой проблемы можно воспользоваться как современными средствами для ухода за волосами и их укладки, так и старинными народными рецептами.

Для мытья волос нужно использовать специальные шампуни, придающие волосам больший объем. Эти шампуни содержат кератины, которые придают тонким волосам пышность и делают их более упругими. Специальные шампуни имеют только один недостаток - они не облегчают расчесывание волос, как шампуни с питательными добавками или с ополаскивателем. Что касается шампуней с ополаскивателем или «2 в 1», то они противопоказаны для тонких волос. Эти шампуни утяжеляют волосы, делают их клейкими, что очень затрудняет последующую укладку. Не пользуйтесь слишком часто и обычным ополаскивателем, иначе результат будет тот же[[31]](#footnote-31).

Существуют специальные средства для укрепления тонких волос. Такие средства не содержат жира и веществ, отяжеляющих и выпрямляющих волосы. Можно использовать обезжиренный гель (его наносят на кожу головы после мытья и втирают в корни волос) или жидкость для укрепления волос, имеющую в своем составе кератины и аминокислоты. Для предотвращения выпадения тонких волос можно воспользоваться специальными ампулами с жидкостью, содержащей питательные экстракты, изменяющие структуру волос. Чтобы увеличить эффект от применения лечебного средства, одновременно с ним нужно ввести в волосы кальций, который нагревает питательную смесь и тем самым способствует проникновению витаминов глубже в волосы. Для этого растолките таблетку кальция, смешайте с теплой водой и нанесите на волосы вместе с питательной жидкостью.

Тонкие волосы сильно страдают при недостатке витаминов. Поэтому кроме обычных витаминов каждые два месяца принимайте витамин Н, улучшающий состояние рогового слоя волос.

Для укрепления и питания тонких волос годятся и домашние средства:

* Желток смешайте со столовой ложкой растительного масла, взбейте, намажьте волосы этой смесью и закутайте полотенцем. Через полчаса тщательно вымойте голову.
* Хну в виде кашицы наносите на волосы так же, как при окраске, но основную массу старайтесь распределить на корнях волос. Затем голову обмотайте полотенцем, а через 3-5 минут хну смойте.

Самая подходящая длина для создания причесок из тонких волос - между подбородком и мочками ушей. Короткие стрижки непрактичны, так как при них тонкие волосы будут казаться редкими. Слишком большая длина утяжеляет волосы. Эффекта пышности можно достичь с помощью химической завивки или правильной укладки феном. Тонкие волосы сушите феном против роста волос. После сушки феном введите порцию пенного фиксатора и уложите волосы. В заключение зафиксируйте прическу лаком[[32]](#footnote-32).

Подготовительные работы

Для выполнения химической завивки волос необходимы следующие инструменты и приспособления:

* 1. Фарфоровая или эмалированная мисочка объемом менее 50-60 мл., достаточно устойчивая, чтобы она не опрокидывалась во время работы;
	2. Полиэтиленовая или любая другая неметаллическая расческа с «хвостиком»;
	3. Филировочная бритва для стрижки волос (опытный мастер может стричь волосы опасной бритвой);
	4. Мерный цилиндр, объемом 50 мл. с ценой деления 5 мл;
	5. Деревянные или пластмассовые коклюшки с резинками для фиксации пряди волос в накрученном состоянии.
	6. Вата и поролоновые губки размером 10х10 см. для нанесения на волосы фиксажа и размером 3х4 см. для нанесения состава;
	7. Резиновые перчатки;
	8. Утепленный колпак из полиэтилена или любого другого непромокаемого материала.

После выполнения практической части я пришла к выводу что различают основные разновидности химической завивки, что существует основные положения и препараты для химической завивки. В современном мире существует различные средства и биопрепараты для восстановления и лечения к каждому типу волос.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Изучив данную тему я пришла к выводу, что парикмахерские инструменты необходимо дезинфицировать, санитарно-техническое оборудование парикмахерских и рабочее место парикмахера требует постоянного ухода, его необходимо содержать в чистоте и порядке.

Существует четыре вида волос: жирный, сухой, нормальный и смешанный и каждый тип волос имеет свой индивидуальный уход, в современном мире существует различные средства для профессионального ухода за волосами.

Технология горизонтальной химической завивки имеет свои индивидуальные особенности, для получения желаемого результата. Существуют различные современные биопрепараты для восстановления структуры поврежденных волос и лечения волос и кожи головы, для защиты яркости и насыщенности цвета окрашенных волос, также существуют биопрепараты для придания естественного блеска волосам и средства для поддержания восхитительной красоты волос.

Существует мнение, что иметь шикарную внешность - не самое главное из того, к чему нужно стремиться. Многие с этим согласятся, но если разобраться, окажется, что это далеко не так. На что в первую очередь обращают внимание при знакомстве с новым человеком? Конечно, на его внешность: черты лица, прическу, одежду, а также на манеру поведения.

Именно это влияет на то, какое впечатление произведет человек. Неприятно смотреть на непричесанные или неухоженные и неуложенные волосы. Зато красивая прическа, блестящие и здоровые волосы нравятся всем.

Значит, ухаживать за своими волосами нужно прежде всего для того, чтобы людям было приятно с вами общаться.

На какие только жертвы не шли женщины ради привлекательной внешности несколько столетий назад. Когда-то, чтобы иметь модную прическу, нужно было постоянно терпеть мучительную головную боль. Но времена меняются, и прогресс движется вперед. Современные дамы отказываются испытывать дискомфорт во имя красоты.

Доказано, что красота и здоровье неразделимы, и если в работе организма что-то нарушено, это сложно скрыть. Сейчас существуют уникальные косметические средства, которые способны улучшить внешний вид волос, и они действуют. Не следует игнорировать и проверенные временем народные средства - бальзамы, ополаскиватели, шампуни и маски.

Красивые, блестящие, сильные и ухоженные волосы - мечта каждой женщины. К тому же именно по внешнему виду определяется состояние здоровья человека.

Список использованных источников и литературы

1. Абельмас Л.П. – М.: АСТ; Донецк: Сталкер, 2010
2. Александр Мысин «Прически с заколками для длинных волос», АСТ Астрель, Москва, 2009
3. Байтон Д. Элегантные прически для длинных волос на все случаи жизни. «Эскмо», 2010
4. Бриз Л. Мастер класс,АСТ, 2010
5. Булгакова И. «Большая книга домашнего парикмахера». – «Владис», 2010
6. Бумакова И. «Большая книга домашнего парикмахера». – Ростов-на-Дону, 2010
7. Васильева Ольга, Стреляцкая Мила Уроки макияжа. Из-во «Феникс», 2009
8. Власов Р.И. Парикмахерское искусство – М.: Издательство торговый центр А3, 2010
9. Ворж Доминик де Макияж на все случаи жизни ,ООО ТД «Издательство Мир книги», 2010
10. Гутыря Л.Г. «Парикмахерское мастерство» – М., 2009
11. Джоржино Фаулер. Стильные прически и укладки. «Эскмо», 2010
12. Дэвис Байтон «Элегантные прически», М.: Эксмо, 2010
13. Е.Карпова «Секреты красоты». ООО «Издательство Астрель», 2010
14. Зайцева И.А. Стрижки и прически – ООО ТД «Мир книги», 2010
15. Ильина Т.В. «История парикмахерского искусства» - М. Высшая школа, 2009
16. Кудинова Л.А. Длинные волосы. Из-во «Эскмо», 2009
17. Кэмеров П. Уэйдсон Дж. Прически для длинных волос. Из-во «Ниола-Пресс», 2010
18. Лано-Бриз Мастер-класс: прически 2М.: АСТ, СПб. Астрель – СПб., 2009
19. Лео Палладино: Женские прически, профессиональный подход, пер.с англ. – М.: Издательский дом, Ниаля 21-й век, 2009
20. Назарова Е. «Женские прически» – М., 2009
21. Нестерова Д. Энциклопедия домашнего парикмахера – М., АСТ, 2009
22. Панченко О.А. «Стрижка, мелирование, прическа» – С.-Пб., 2009
23. Плотникова И.Ю. Технология парикмахерских работ. Издательский центр «Академия», 2010
24. Реникова А.А. «Парикмахер-стилист». – Ростов-на-Дону, 2010
25. Савина А.А. Прически, завивки, укладки. С-Пб. «Дельта», 2009
26. Современная энциклопедия «Мода-стиль», Авана 2010
27. Сорокина Л.Н. Производственное обучение парикмахеров широкого профиля. 2009
28. Сыромятникова И.С. История прически – М: «Искусство» 2009
29. Уход за волосами. – М.: ООО ТД «Издательство Мир книги», 2009
1. Власов Р.И. Парикмахерское искусство – М.: Издательство торговый центр А3, 2010 [↑](#footnote-ref-1)
2. Гутыря Л.Г. «Парикмахерское мастерство» – М., 2009 [↑](#footnote-ref-2)
3. Нестерова Д. Энциклопедия домашнего парикмахера – М., АСТ, 2009 г [↑](#footnote-ref-3)
4. Лано-Бриз Мастер-класс: прически 2М.: АСТ, СПб. Астрель – СПб., 2009 [↑](#footnote-ref-4)
5. Кэмеров П. Уэйдсон Дж. Прически для длинных волос. Из-во «Ниола-Пресс», 2010 [↑](#footnote-ref-5)
6. Лео Палладино: Женские прически, профессиональный подход, пер.с англ. – М.: Издательский дом, Ниаля 21-й век, 2009 [↑](#footnote-ref-6)
7. Ильина Т.В. «История парикмахерского искусства» - М. Высшая школа, 2009 [↑](#footnote-ref-7)
8. Зайцева И.А. Стрижки и прически – ООО ТД «Мир книги», 2010 [↑](#footnote-ref-8)
9. Власов Р.И. Парикмахерское искусство – М.: Издательство торговый центр А3, 2010 [↑](#footnote-ref-9)
10. Назарова Е. «Женские прически» – М., 2009. [↑](#footnote-ref-10)
11. Панченко О.А. «Стрижка, мелирование, прическа» – С.-Пб., 2009 [↑](#footnote-ref-11)
12. Байтон Д. Элегантные прически для длинных волос на все случаи жизни. «Эскмо», 2010 [↑](#footnote-ref-12)
13. Современная энциклопедия «Мода-стиль», Авана 2010 [↑](#footnote-ref-13)
14. Уход за волосами. – М.: ООО ТД «Издательство Мир книги», 2009 г. [↑](#footnote-ref-14)
15. Джоржино Фаулер. Стильные прически и укладки. «Эскмо», 2010 [↑](#footnote-ref-15)
16. Кудинова Л.А. Длинные волосы. Из-во «Эскмо», 2009 [↑](#footnote-ref-16)
17. Дэвис Байтон «Элегантные прически», М.: Эксмо, 2010 [↑](#footnote-ref-17)
18. Е.Карпова «Секреты красоты». ООО «Издательство Астрель», 2010 [↑](#footnote-ref-18)
19. Александр Мысин «Прически с заколками для длинных волос», АСТ Астрель, Москва 2009 [↑](#footnote-ref-19)
20. Васильева Ольга, Стреляцкая Мила Уроки макияжа. Из-во «Феникс», 2009 [↑](#footnote-ref-20)
21. Плотникова И.Ю. Технология парикмахерских работ. Издательский центр «Академия», 2010 [↑](#footnote-ref-21)
22. Сорокина Л.Н. Производственное обучение парикмахеров широкого профиля. 2009 [↑](#footnote-ref-22)
23. Савина А.А. Прически, завивки, укладки. С-Пб. «Дельта», 2009 [↑](#footnote-ref-23)
24. Панченко О.А. «Стрижка, мелирование, прическа» – С.-Пб., 2009 [↑](#footnote-ref-24)
25. Плотникова И.Ю. Технология парикмахерских работ. Издательский центр «Академия», 2010 [↑](#footnote-ref-25)
26. Уход за волосами. – М.: ООО ТД «Издательство Мир книги», 2009 [↑](#footnote-ref-26)
27. Кэмеров П. Уэйдсон Дж. Прически для длинных волос. Из-во «Ниола-Пресс», 2010 [↑](#footnote-ref-27)
28. Кудинова Л.А. Длинные волосы. Из-во «Эскмо», 2009 [↑](#footnote-ref-28)
29. Джоржино Фаулер. Стильные прически и укладки. «Эскмо», 2010 [↑](#footnote-ref-29)
30. Бумакова И. «Большая книга домашнего парикмахера». – Ростов-на-Дону, 2010 [↑](#footnote-ref-30)
31. Бриз Л. Мастер класс. АСТ 2010 [↑](#footnote-ref-31)
32. Сорокина Л.Н. Производственное обучение парикмахеров широкого профиля. 2009 [↑](#footnote-ref-32)