

BONUS #3

Ošetrovanie depilovanej
pokožky

BONUS
ZADARMO

www.cukrovadepilacia.sk

Ošetrovanie depilovanej pokožky

Keď som pred niekoľkými rokmi začínala s cukrovou pastou, bola som nadšená. V porovnaní s depiláciou voskom (ktorá bola jediná depilácia finančne dostupná v kozmetických salónoch), bola moja pokožka po depilácii úplne iná (podráždenie minimálne, žiadne modriny, červené podliatiny).

V priebehu rokov, som však prišla na jednu vec:

Samotná depilácia nestačí.

Ak chceme dosiahnuť zdravú a krásnu pokožku, musíme sa o ňu postarať. A depilácia je súčasťou tejto starostlivosti. Je jemná a šetrná, ale nerobí zázraky. Preto je to na Vás. Vy musíte svojich klientov informovať, ako sa majú o pokožku starať, aby bola podľa ich predstáv.

V ebooku nájdete informácie ako si klientov pripraviť na depiláciu, čo máte po depilácii robiť vy a aj ako sa majú Vaši klienti o pokožku starať doma. Ak ich od začiatku naučíte, že je to dôležité, výsledky budú vidieť oveľa skôr.

Ak by Vám nebolo niečo jasné, alebo máte iné informácie, prípadne máte pocit, že tu niečo chýba, budem rada, ak mi napíšete na môj email: alica@cukrovadepilacia.sk

Prajem príjemné čítanie

Mgr. Alica Priečinská

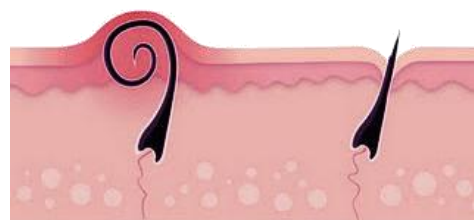
Prehlásenie:

Tento materiál je informačným produktom. Akékoľvek šírenie alebo poskytovanie tretím osobám bez súhlasu autorky je zakázané. Ďakujem za pochopenie a rešpektovanie tohto prehlásenia. Stiahnutím tohto materiálu rozumiete, že akékoľvek použitie informácií z tohto materiálu a úspechy, či neúspechy, ktoré z toho plynú, sú iba vo Vašich rukách a autorka nenesie žiadnu zodpovednosť.

Depilovaná pokožka zostane zdravá a krásna, hlavne pravidelnou starostlivosťou.

1. Depiláciou sa starostlivosť o pokožku nekončí, práve naopak.

Naša pokožka sa neustále obnovuje, čím dochádza k zrohovateniu vrchných vrstiev. Tento proces sa stále opakuje. Na povrchu pokožky sa tvorí pevnejšia vrstva, ktorá môže zabrániť alebo zhoršiť možnosť prirodzeného rastu chĺpka.



Po vytrhnutí chĺpka aj korienkom, **vyrastá jemnejšou, zaoblenou špičkou** a preto jeho rast nevnímate tak, ako keď chĺpok zrežeme žiletkou. Rast nie je sprevádzaný nepríjemnými pocitmi pichania a svrbenia. Niektoré chĺpky pri vyrastaní nemajú silu preraziť vrchnú vrstvu pokožky, čím dochádza k ich zarastaniu.

Cukrová pasta pri depilácii, **odstraňuje aj vrchné zrohovatené kožné bunky**, čím umožňuje chĺpkom ľahšie vyrásť. Odstraňovaním týchto vrchných vrstiev, zostáva pokožka jemná, hebká a vyrastajúce chĺpky ľahšie preniknú na povrch.

Pri opakovanom vytrhávaní sa korienok chĺpka oslabuje, až časom môže prestať rásť úplne. Je to veľmi individuálne a preto u každého jedinca, je táto doba, aj stav odlišný.

O pokožku je potrebné sa starať aj medzi dvomi depiláciami, pretože **k zrohovateniu pokožky dochádza neustále**. Práve v tomto období, dochádza najviac k zarastaniu chĺpkov pod pokožku. Vhodným kozmetickým prípravkom, ktorý zabraňuje zarastaniu chĺpkov, je peeling.

Peeling odstráni odumreté kožné bunky, do hĺbky pokožku vyčistí, prekrví a zvláčni.

Trh nám ponúka množstvo prípravkov s abrazívnymi zložkami ako je soľ, cukor, pemza alebo rôzne druhy zrníčok. Samozrejme musíme zvážiť, na akú časť tela budeme peeling dávať. Telový peeling môže byť vo forme hrubších kryštálikov (napríklad kryštálový cukor). Ak je príliš jemný, nemá taký účinok.

Jemnejšiu a citlivejšiu pokožku tváre musíme chrániť a preto tam použijeme oveľa jemnejší peeling.

Prípravky z lufi sú výborným doplnkom depilovanej pokožky. Jemným masírovaním prekrvia pokožku, odstránia zrohovatené kožné bunky a uvoľnia vyrastajúce chlípky.



Použitie peelingu a prípravkov z lufi sa odporúča **aspoň 2-3 krát do týždňa** – jemne masírovať.

Naučte svojich klientov, aby pravidelne používali peeling niekoľko krát do týždňa, hlavne v prípade, ak trpia na výrazné zarastanie chlípok. V prípade ak sa im chlípky zapalujú je výborným ošetrovacím prípravkom **Aloe Vera gél**, ktorý pôsobí ako prírodné anestetikum a upokojí pokožku.



Upozornite svojich klientov, aby si po depilácii neplánovali **žiadne športové aktivity, saunu, ani opaľovanie**. Pokožka je citlivá na zmeny teploty, kedy môže dochádzať k nadmernému poteniu.

Póry, sú po depilácii otvorené a potením dochádza k ich podráždeniu. Pot obsahuje soli a iné nečistoty, ktoré sa z tela vylučujú a môže sa to prejavovať, nepekými vyrážkami.

Po depilácii pokožka výraznejšie reaguje na slnečné lúče, pretože depiláciou sa odstráni aj ochranná vrstva, ktorú si pokožka vytvára a pár hodín trvá, kým sa opäť obnoví.

Informujte svojich klientov, aby po depilácii (v ten deň, najlepšie 24 hodín po depilácii) nepoužívali mydlá, sprchovacie gély, dezodoranty, krémy alebo prípravky na umývanie intímnych partií. Tieto kozmetické prípravky, môžu obsahovať látky, ktoré pokožku dráždia.

Stačí, ak sa opláchnu čistou teplou vodou. Ak majú pokožku aj niekoľko hodín po depilácii stále začervenanú a podráždenú, nech použijú Aloe Vera gél na upokojenie.

Pokožka po depilácii potrebuje odpočinok vo forme relaxácie.

Využite tieto informácie pri komunikácii s Vašimi klientami a upozornite ich na riziká spojené s opaľovaním a športom.



Pred depiláciou vždy použite dezinfekčný prostriedok na pokožku, aby ste odstránili nečistoty a baktérie a nechajte ju uschnúť.

2. Ošetrovanie – intímne partie, bikiny

Starostlivosť o pokožku by sme nemali zanedbať hlavne v týchto partiách, aby zostala jemná a hebká, bez podráždenia a zarastajúcich chlčpkov.

Po depilácii je pokožka veľmi citlivá, preto je treba týmto partiám venovať zvláštnu pozornosť.

Ak je depilácia hotová, veľmi jemne umyte pokožku teplou čistou vodou a dobre osušte. Potom použite dezinfekčný prostriedok na pokožku a ošetríte upokojujúcim prípravkom, **najlepšie Aloe Vera gélom**, ktorý má protizápalové a chladivé účinky. V prípade, že klient trpí na zapálené póry, odporučte mu používať gél aj niekoľko krát za deň. V týchto partiách iný prípravok už používať nemusíte.

Ako sa majú o pokožku starať Vaši klienti?

Chlčpky v intímnych partiách majú svoju funkciu, zachytávajú nečistoty a baktérie. Odstránením chlčpkov sa tento stav zmení a preto musíme prispôbiť aj ošetrovanie pokožky.

Hygiena intímnych partií je každodenný proces, pri ktorom by sme mali brať do úvahy výber prípravkov na umývanie. Intímne partie, nie je vhodné umývať bežným mydlom. **Mydlo je alkalicke a narúša ochrannú bariéru pokožky**, ktorá je mierne kyslá. Práve klasické mydlá v týchto miestach napomáhajú prenikaniu baktérii, ktoré môžu spôsobovať zdravotné problémy.

Hlavne v letnom období sú obľúbené **tangá alebo bikiny, prípadne spodná bielizeň z jemnej čipky**. Táto bielizeň po depilácii nie je vhodná, pretože **pokožka pod ňou nedýcha**, čo sa môže prejaviť svrbením a vyrážkami.

Odporúčajte svojim klientom po depilácii bikín a intímnych partií čistú a pohodlnú bavlnenú bielizeň po zvyšok dňa (hlavne po brazílskej depilácii, by mala pokožka zostať suchá a čistá).

V ten deň po depilácii, čo by nemali robiť a obliekať si:

- Sauna
- Slnko
- Šport
- Čipky, bikiny a tangá, nylónové pančušky
- Intímne aktivity – dochádza k treniu, čo môže pokožku ešte viac podráždiť

Váš klient by nemal zabúdať na pravidelný peeling, ktorý zabráni vrastaniu chĺpkov do pokožky.

3. Ošetrovanie – nohy

Pokožka na nohách je najsuchšia zo všetkých depilovaných častí tela, preto **najviac potrebuje odstraňovať zrohovatené bunky** na povrchu peelingom. Minimalizuje sa tým zarastanie a pokožka sa krásne prekrví. Upozornite svojich klientov nech si 1-2 dni pred depiláciou urobia peeling pokožky, aby sa im uvoľnili vrastené chĺpky a mohli sa pri depilácii odstrániť.

Po depilácii pokožka zostane mierne lepkavá, preto ju umyte čistým uterákom namočeným v teplej čistej vode a utrite do sucha. Potom pokožku vydezinfikujte a nechajte uschnúť. Ako ošetrovanie po depilácii môžete použiť **Aloe Vera gél alebo nejaký balzam po depilácii** (niečo ľahké, nie príliš masné, aby mohla pokožka lepšie dýchať).

Ako sa majú o pokožku starať Vaši klienti?

Pár hodín po depilácii, nie je vhodné sa obliekať do tesných materiálov, v ktorých dochádza k zvýšenému treniu (dráždeniu pokožky) a pokožka nemá dost priestoru na oddych.

Pred depiláciou upozornite klientky, aby neprišli oblečené v nylónových pančuškách – pokožka pod nimi nedýcha, môže dôjsť k podráždeniu a objavia sa nepekné červené vyrážky v mieste vytrhnutia chĺpka. V deň depilácie nech ich vôbec nepoužívajú.



V lete treba dať pozor na slnečné lúče, ktoré sú veľmi prudké a preto by na depiláciu mali prísť oblečení v ľahkých dlhých nohaviciach alebo ženy v dlhej sukni.

Aj v tomto prípade platí, že použitím peelingu, prípadne masážnych **prípravkov z ľufi**, dosiahnete hladkú pokožku, bez zarastajúcich chĺpkov. Percentuálne najviac problémov so zarastajúcimi chĺpkami, sú práve na nohách, pretože je tam pokožka veľmi suchá a chĺpky nevládku preniknúť cez vrchnú vrstvu pokožky.

Nesmieme zabudnúť, ani na ošetrovanie vhodnými kozmetickými prípravkami. Dodajú pokožke potrebnú hydratáciu, čím sa zabraňuje jej vysušovaniu.

4. Ošetrovanie ruky

Po depilácii umyte pokožku teplou čistou vodou, aby sa zbavila zvyškov cukrovej pasty a dobre vysušte. Potrite ju dezinfekčným prostriedkom, aby sa dôkladne vyčistila. Môžete použiť Aloe Vera gél na osvieženie a upokojenie, ošetríte ľahkým balzomom po depilácii, nie príliš mastným.

Ako sa majú o pokožku starať Vaši klienti?

Aby si mohla pokožka oddýchnuť a zregenerovať sa, je potrebné voľné oblečenie, najlepšie z prírodných materiálov.

V lete pozor na slnko, čiže obliecť si dlhé rukávy, aby sa pokožka nepodráždila, čo by mohlo mať za následky červené fľaky.

Ani tu netreba zabúdať na starostlivosť pomocou peelingu, masážnymi prípravkami z ľufy a kozmetickými prípravkami na doplnenie hydratácie.



5. Ošetrenie – tvár

Pokožka na tvári, reaguje na depiláciu pri správnej technike depilácie, len miernym začervenaním.

Je však **najviac vystavená vonkajším vplyvom prostredia**, ako je hlavne slnko a v zime suchý a studený vzduch.

Pred depiláciou dobre odstráňte mejkap z miesta, ktoré budete depilovať. Pokožka musí ostať čistá a vydezinfikovaná.

Po depilácii ju omyte vodou a vydezinfikujte. Nechajte uschnúť a potom použite Aloe Vera gél, ktorý je výborným prostriedkom na upokojenie a má mierne chladivý účinok.

Ako sa majú o pokožku starať Vaši klienti?

V deň depilácie sa neodporúča **používanie mejkapu**, pokožka pod ním nedýcha. Začervenanie a podráždenie, môže vydržať oveľa dlhšie, dokonca to môže vyústiť aj do vyrážok. Po depilácii sú póry na tvári otvorené a potrebujú čas, aby sa uzavreli.

Pred depiláciou mejkap odstráňte a upozornite klientku nech si ho v ten deň už nedáva.



6. Ošetrenie - podpazušie

Pokožka v týchto miestach je veľmi citlivá a má obmedzený prístup vzduchu.

Naviac v podpazuší sa nachádza množstvo potných žliaz, čo depilovanú pokožku ešte viac dráždi. Udržujte ju v suchu a čistote.

Pred depiláciou ju dobre vyčistite a vydezinfikujte, aby sa odstránili zvyšky nečistôt a potu. Naneste telový púder v tenkej vrstve a dobre rozotrite, aby vsiakol pot a pokožka zostala dlhšie suchá (na spotenej sa cukrová pasta šmýka a nedrží na nej).

Po depilácii pokožku dobre umyte teplou čistou vodou a vysušte. Následne vydezinfikujte a nechajte uschnúť. V týchto partiách stačí, ak použijete len Aloe Vera gél, upokojí a príjemne schladí pokožku.

Ako sa majú o pokožku starať Vaši klienti?

Podpazušie bude veľmi citlivé na trenie oblečenia, takže odporúčajte klientom voľnejšie oblečenie. V žiadnom prípade nech v ten deň po depilácii nepoužívajú **deodorant ani antiperspirant**.

Ak sa príliš potia (hlavne v lete), nech si na pokožku nanesú Aloe Vera gél, alebo kokosový olej. Tieto prípravky síce nezabránia poteniu (čo je dobre), ale na nejakú dobu zamedzia rozkladu baktérií (kokosový olej sa používa aj ako základ do prírodných deodorantov).



7. Ošetrenie chrbát, hrudník – muži

Muži majú na hrudníku a chrbte veľmi citlivú pokožku, ktorá tiež vyžaduje ošetrovanie.

Pred depiláciou ju vydezinfikujte a nechajte uschnúť. Ak sa počas depilácie pokožka začne potiť, naneste púder a dobre rozotrite.

Po depilácii umyte teplou čistou vodou, aby sa zmyli zvyšky cukrovej pasty a vydezinfikujte pokožku. Naneste Aloe Vera gél a nechajte uschnúť. Po 10-15 minútach môžete použiť balzam po depilácii, nie príliš mastný.

Na chrbáte stačí ak použijete Aloe gél, prípadne môžete klientovi odporučiť, aby ho používal aj doma. Tesné oblečenie a pot, sú vhodnou kombináciou pre vytvorenie zapálených vyrážok.

Odporúčajte klientom pravidelné používanie peelingu, aby im chlípky nezačali zarastať (majú o niečo hrubšiu pokožku ako ženy).

Muži sa oveľa potia, čo má za následok dráždenie pokožky a vznik zapálených pórov. Každý deň by si mali pokožku prepláchnuť v sprche pod vlažnou vodou.

Ako sa majú o pokožku starať Vaši klienti?

Voľné oblečenie z prírodných materiálov. v ten deň po depilácii

Žiadny šport, sauna, slnenie, aby nedošlo k podráždeniu.



8. Ako pripraviť pokožku pred depiláciou:

1. Najprv sa pozrieť, aké sú chlípky. Ak sú príliš dlhé, skrátiť maximálne na 0,5 cm.
2. Vyčistiť a vydezinfikovať pokožku.
3. Nechať uschnúť.
4. Ak je v mieste kde sa potí, natrieť v tenkej vrstve púdom, môžete ho používať vždy. Dôležité je, aby ste ho rozotreli naozaj v tenkej vrstve, pretože hrubá vrstva zhorší kvalitu cukrovej pasty (púder sa s pastou pri depilácii zmieša)
5. Pozrieť, ktorým smerom rastú chlípky a postaviť sa k pokožke tak, aby bola depilácia najpraktickejšia pre Vás. Čiže tak, aby ste cukrovú pastu nanášali k sebe a stáhali od seba.

9. Zásady ošetrovania pokožky po depilácii:

1. Umyť pokožku.
2. Dobre vysušiť.
3. Pozrieť sa, či je pokožka všade hladká bez chlípok, ak nie dotrhať chlípky pinzetou.
4. Vydezinfikovať pokožku a nechať uschnúť.
5. Ošetriť Aloe Vera gélom, ktorý pokožku upokojí, alebo balzomom po depilácii.
6. Na tvár a intímne partie stačí iba Aloe Vera gél.