

# Spis treści

Część I. Problematyka dermatologiczna w kosmetologii .....	1
<b>1. Dermatologia – Anna Erkiert-Polguj, Agnieszka Żebrowska .....</b>	<b>3</b>
1.1. Objawy chorób skóry .....	3
1.2. Zakażenia bakteryjne skóry .....	4
1.3. Zakażenia grzybicze skóry .....	6
1.4. Choroby wirusowe skóry .....	8
1.5. Łupież różowy Gilberta .....	12
1.6. Liszaj płaski .....	12
1.7. Łuszczyca .....	13
1.8. Pokrzywka .....	14
1.9. Atopowe zapalenie skóry .....	15
1.10. Kontaktowe zapalenie skóry .....	16
1.11. Bielactwo .....	18
1.12. Trądzik pospolity .....	19
1.13. Trądzik różowaty .....	20
1.14. Łojotokowe zapalenie skóry .....	20
1.15. Rogowacenie mieszkowe .....	20
1.16. Brodawka łojotokowa .....	21
1.17. Włókniak miękki .....	22
1.18. Włókniak twardy .....	22
1.19. Keloid – bliznowiec .....	22
1.20. Znamiona melanocytowe .....	22
1.21. Naczyniaki .....	23
1.22. Stany przednowotworowe skóry .....	24
1.23. Nowotwory skóry .....	25
1.24. Zmiany skórne mogące pojawić się w przebiegu cukrzycy .....	27
1.25. Zmiany skórne w przypadku wybranych schorzeń endokrynologicznych .....	28
1.26. Interakcje leków stosowanych w dermatologii i zabiegów medycyny estetycznej i kosmetologii .....	28
<b>2. Psychodermatologia – Agnieszka Bartczak .....</b>	<b>30</b>
2.1. Charakterystyka dziedziny .....	30
2.2. Psychodermatozy .....	30
2.3. Stres a choroby skóry .....	39

<b>3.</b>	<b>Alergie i podrażnienia kosmetyczne – <i>Radosław Śpiewak</i></b>	42
3.1.	Narastający problem skórnych reakcji niepożądanych na kosmetyki	42
3.2.	Mechanizmy skórnych reakcji niepożądanych na kosmetyki	43
3.3.	Kosmetyki jako przyczyna reakcji alergicznych	45
3.4.	Czy możliwe jest stworzenie „bezpiecznych kosmetyków”?	53
<b>4.</b>	<b>Trichologia dla kosmetologów – <i>Piotr Szlązak</i></b>	54
4.1.	Budowa włosa i mieszków włosowych, barwa i rodzaje włosów	54
4.2.	Cykl włosowy	57
4.3.	Metody badania zaburzeń wzrostu włosów	59
4.4.	Wrodzone zaburzenia struktury łodyg włosów i towarzyszące im łysienia	67
4.5.	Typy łysienia	67
4.6.	Podsumowanie	78
<b>5.</b>	<b>Podologia – <i>Maria Klamczyńska, Magdalena Ciupińska, Elżbieta Szczepańska</i></b>	79
5.1.	Krótką historią podologii – <i>Maria Klamczyńska</i>	79
5.2.	Podologia jako interdyscyplinarna dziedzina nauki – <i>Maria Klamczyńska</i>	80
5.3.	Regulacje zawodu i zadania podologa w Polsce – <i>Maria Klamczyńska</i>	81
5.4.	Przepisy prawne w usługach podologicznych – <i>Maria Klamczyńska</i>	82
5.5.	Perspektywy zatrudnienia podologa – <i>Maria Klamczyńska</i>	82
5.6.	Wybrane zagadnienia z zakresu anatomii i fizjologii kończyn dolnych z elementami patofizjologii – <i>Maria Klamczyńska</i>	83
5.7.	Choroby skóry stóp i paznokci – <i>Magdalena Ciupińska</i>	85
5.8.	Praktyka podologiczna – <i>Elżbieta Szczepańska</i>	103
5.9.	Diabetyk w gabinecie podologicznym – <i>Elżbieta Szczepańska</i>	107
<b>6.</b>	<b>Kosmetologia onkologiczna – <i>Dorota Rybarczyk</i></b>	109
6.1.	Istota kosmetologii onkologicznej jako potrzeby XXI wieku	109
6.2.	Wpływ chemioterapii na skórę i przydatki	109
6.3.	Wpływ radioterapii na skórę	111
6.4.	Pielęgnacja w gabinecie kosmetycznym w trakcie leczenia onkologicznego i po jego zakończeniu	111
6.5.	Współpraca z klientem onkologicznym w gabinecie kosmetycznym	113

## Część II. Chemia surowców kosmetycznych

<b>7.</b>	<b>Chemia kosmetyczna – <i>Paulina Mucha, Elżbieta Budzisz</i></b>	125
7.1.	Substancje czynne	125
7.2.	Substancje pomocnicze	150
7.3.	Formy kosmetyków ze względu na pełnione funkcje	174
<b>8.</b>	<b>Perfumerya – <i>Angelika Adamus-Grabicka</i></b>	183
8.1.	Historia perfumeryi	183
8.2.	Percepcja wrażeń węchowych	184
8.3.	Klasyfikacja zapachów	185
8.4.	Substancje zapachowe	187
8.5.	Kompozycje zapachowe	207
8.6.	Perfumy i inne wyroby perfumeryjne	212

<b>9.</b>	<b>Surowce naturalne stosowane w kosmetykach certyfikowanych – <i>Maria Urbańska, Renata Dawid-Pać</i></b> . . . . .	215
9.1.	Pojęcie kosmetyku naturalnego . . . . .	215
9.2.	Składniki aktywne pochodzenia roślinnego stosowane w fitoterapii i pielęgnacji skóry . . . . .	221
9.3.	Wybrane rośliny o potwierdzonej aktywności kosmetycznej . . . . .	226
9.4.	Surowce pochodzenia zwierzęcego stosowane w kosmetykach naturalnych . . . . .	256
9.5.	Surowce pochodzenia mineralnego i bogate w składniki mineralne, stosowane w kosmetykach naturalnych . . . . .	260
<b>10.</b>	<b>Aromaterapia – <i>Anna Kołodziejczak</i></b> . . . . .	264
10.1.	Olejki eteryczne . . . . .	264
10.2.	Zastosowanie olejków eterycznych . . . . .	265
10.3.	Uwagi dotyczące zastosowania olejków związane z możliwym działaniem niepożądanym . . . . .	266
10.4.	Zastosowanie olejków eterycznych w kosmetyce . . . . .	267
10.5.	Jakość, przechowywanie i trwałość olejków eterycznych . . . . .	273
 <b>Część III. Badania i ocena jakości kosmetyków</b> . . . . .		279
<b>11.</b>	<b>Toksykologia i ocena bezpieczeństwa produktów kosmetycznych w zarysie – <i>Kamil Jurowski</i></b> . . . . .	281
11.1.	Czym jest toksykologia kosmetyków? . . . . .	281
11.2.	Wybrane niebezpieczne składniki w produktach kosmetycznych wzbudzające kontrowersje . . . . .	281
11.3.	Metody alternatywne w toksykologii kosmetyków . . . . .	283
11.4.	Współczesne narażenie na ksenobiotyki obecne w produktach kosmetycznych . . . . .	284
11.5.	Ocena bezpieczeństwa produktów kosmetycznych . . . . .	285
<b>12.</b>	<b>Zasady GMP, badania i ocena jakości produktów kosmetycznych – <i>Tomasz Bujak, Zofia Nizioł-Lukaszewska, Tomasz Wasilewski</i></b> . . . . .	291
12.1.	Zasady funkcjonowania fabryki kosmetyków zgodnie z GMP . . . . .	291
12.2.	Metody stosowane w kontroli jakości kosmetyków . . . . .	303
12.3.	Badania kosmetyków przed wprowadzeniem na rynek (testy dermatologiczne, aplikacyjne, mikrobiologiczne, aparaturowe i badania na hodowlach komórkowych) . . . . .	306
12.4.	Metody oceny działania produktów kosmetycznych – wybrane zagadnienia – <i>Kamil Jurowski</i> . . . . .	311
<b>13.</b>	<b>Analiza sensoryczna – <i>Ewelina Namiecińska</i></b> . . . . .	320
13.1.	Istota analizy sensorycznej . . . . .	320
13.2.	Warunki przeprowadzania ocen sensorycznych . . . . .	321
13.3.	Znaczenie zmysłów człowieka w sensoryce . . . . .	324
13.4.	Metody analizy sensorycznej . . . . .	325
13.5.	Ocena subiektywna oraz obiektywna . . . . .	337
 <b>Część IV. Fizjoterapia w kosmetyce</b> . . . . .		341
<b>14.</b>	<b>Masaż – sprężyste odkształcanie tkanek – <i>Paweł Piątkowski, Monika Jasińska-Hahn</i></b> . . . . .	343
14.1.	Definicja masażu . . . . .	344
14.2.	Podział masażu . . . . .	344
14.3.	Przeciwwskazania do masażu . . . . .	359

<b>15. Fizykoterapia – Agata Mańkowska, Wojciech Kasprzak</b> .....	361
15.1. Energia w fizykoterapii .....	361
15.2. Elektroterapia .....	361
15.3. Ultradźwięki .....	368
15.4. Światłoterapia .....	370
15.5. Laseroterapia .....	372
15.6. Pole magnetyczne .....	374
15.7. Fala uderzeniowa .....	376
15.8. Fizykoterapia w stomatologii – Ewelina Żyźniewska-Banaszak, Magdalena Gębska .....	378
<b>16. Spa i wellness. Odnowa biologiczna – Małgorzata Bajgier-Kowalska, Mariola Tracz</b> .....	389
16.1. Spa .....	389
16.2. Wellness .....	391
16.3. Filozofia i założenia spa i wellness .....	392
16.4. Składowe spa i wellness stosowane w programach relaksacyjnych .....	392
16.5. Turystyka i hotelarstwo spa i wellness .....	393
16.6. Podział ośrodków spa i wellness .....	396
16.7. Charakterystyka wybranych terapii zabiegowych spa .....	398
<b>17. Aktywność fizyczna – Magdalena Gębska</b> .....	403
17.1. Fizjologiczne aspekty aktywności fizycznej .....	403
17.2. Wpływ aktywności fizycznej na wybrane narządy i układy człowieka .....	407
17.3. Wpływ aktywności fizycznej na procesy starzenia się skóry .....	409
17.4. Rola aktywności fizycznej w profilaktyce chorób cywilizacyjnych .....	409
17.5. Przeciwwskazania do systematycznej aktywności fizycznej .....	413
<b>18. Termoterapia – Anna Kołodziejczak</b> .....	414
18.1. Fizjologiczne aspekty termoterapii .....	414
18.2. Ciepłolecznictwo .....	415
18.3. Zimnolecznictwo .....	419
<b>19. Balneoterapia i hydroterapia – Anna Kołodziejczak</b> .....	423
19.1. Balneoterapia .....	423
19.2. Hydroterapia .....	428
<b>20. Klimatoterapia, subterraneoterapia, muzykoterapia i chromoterapia – Anna Kołodziejczak</b> .....	429
20.1. Klimatoterapia .....	429
20.2. Subterraneoterapia .....	430
20.3. Muzykoterapia .....	431
20.4. Chromoterapia .....	434

---

**Część V. Dietetyka w dermatologii i kosmetologii** .....

<b>21. Znaczenie żywienia i poszczególnych składników odżywczych w profilaktyce i leczeniu wybranych chorób skóry i innych wybranych chorób przewlekłych – Agnieszka Marzec, Karolina Szczygieł, Karolina Goral, Michał Skrzypek</b> .....	443
21.1. Znaczenie żywienia w życiu człowieka .....	443

21.2.	Żywnienie a profilaktyka i leczenie wybranych chorób skóry oraz innych wybranych chorób przewlekłych .....	445
<b>22.</b>	<b>Wybrane składniki pokarmowe i czynniki wpływające na funkcje skóry – <i>Agnieszka Marzec, Karolina Szczygieł, Karolina Goral, Michał Skrzypek</i></b> .....	454
22.1.	Korzystny wpływ wybranych składników pokarmowych i czynników na funkcje skóry .....	454
22.2.	Wpływ żywienia na stan włosów i paznokci .....	469
22.3.	Znaczenie suplementów diety w pielęgnacji skóry .....	470
22.4.	Niekorzystny wpływ wybranych składników i produktów żywnościowych oraz niektórych czynników na funkcje skóry .....	472
 <b>Część VI. Estetyka medyczna i paramedyczna</b> .....		483
<b>23.</b>	<b>Medycyna estetyczna – <i>Marek Wasiluk, Aneta Pondo</i></b> .....	485
23.1.	Jak zmieniły się trendy w medycynie estetycznej .....	485
23.2.	Metody działania na tkanki w medycynie estetycznej .....	486
23.3.	Najważniejsze zabiegi medycyny estetycznej .....	488
<b>24.</b>	<b>Chirurgia plastyczna twarzy – <i>Kazimierz Kobus, Katarzyna Kobus-Zaleśna</i></b> .....	501
24.1.	Operacje kosmetyczne twarzy .....	501
24.2.	Chirurgia plastyczna okolic twarzy .....	501
24.3.	Operacje odmładzające .....	508
24.4.	Plastyka czoła i brwi .....	512
24.5.	Operacje powiek .....	513
24.6.	Korekcje małżowin usznych .....	514
24.7.	Uwagi końcowe .....	515
<b>25.</b>	<b>Chirurgia plastyczna sylwetki – <i>Andrzej Przyłpiak</i></b> .....	516
25.1.	Estetyka sylwetki .....	516
25.2.	Liposukcja .....	516
25.3.	Przeszczepianie tkanki tłuszczowej .....	518
25.4.	Plastyka powłok brzusznych .....	519
25.5.	Body lifting .....	520
25.6.	Nici haczykowe liftingujące .....	521
25.7.	Operacje w obrębie piersi .....	521
25.8.	Korekta rąk .....	522
25.9.	Korekta podudzi .....	523
<b>26.</b>	<b>Ginekologia estetyczna – <i>Rafał Kuźlik</i></b> .....	525
26.1.	Rozwój dziedziny .....	525
26.2.	Zabiegi chirurgiczne .....	526
26.3.	Zabiegi mało inwazyjne .....	532
<b>27.</b>	<b>Makijaż permanentny – <i>Dorota Rybarczyk</i></b> .....	536
27.1.	Historia i idea makijażu permanentnego .....	536
27.2.	Makijaż permanentny brwi, ust i powiek .....	538
27.3.	Zastosowanie mikropigmentacji w medycynie i pigmentacja niestandardowa .....	540

27.4. Zasady higieniczno-sanitarne dotyczące zabiegu mikropigmentacji	542
27.5. Przeciwwskazania do zabiegu, wywiad z pacjentem i karta pacjenta	543
27.6. Sztuka projektowania makijażu i rysunek wstępny	547
27.7. Pielęgnacja i zalecenia po zabiegu makijażu permanentnego oraz czynniki wpływające na jego trwałość	547
27.8. Możliwe błędy i powikłania. Korekta nieudanych makijaży (cover, laser, remover)	548
<b>28. Tatuaż i piercing – Ewa Pierzchała</b>	550
28.1. Tatuaż	550
28.2. Piercing	557

## Część VII. Psychologia biznesu dla kosmetologów

<b>29. Marketing usług kosmetycznych z elementami psychologii sprzedaży – Marta Fiłoń</b>	563
29.1. Zdobywanie nowych klientów do salonu piękności	564
29.2. Zwiększanie sprzedaży kosmetyków i zabiegów	573
29.3. Zwiększanie częstotliwości wizyt	579
29.4. Zakończenie	583
<b>30. Kosmetologia w ujęciu psychologicznym – Agnieszka Bartczak</b>	585
30.1. Zmiana kanonów piękna na przestrzeni lat	585
30.2. Psychologiczne aspekty pracy kosmetologa	587

## Część VIII. Prawo medyczne a kosmetologia

<b>31. Pojęcie zdrowia i choroby z perspektywy kosmetologii – Iwona Wrzeźniewska-Wal, Agnieszka Wal</b>	593
<b>32. Zabiegi kosmetyczne – zakres i granice – Iwona Wrzeźniewska-Wal</b>	595
32.1. Podmioty wykonujące zabiegi kosmetyczne	595
32.2. Zabiegi lecznicze i kosmetyczne	596
32.3. Zgoda na zabieg	597
32.4. Podsumowanie	598
<b>33. Odpowiedzialność kosmetologa w związku z wykonywaniem czynności zawodowych – Monika Zboralska</b>	599
33.1. Odpowiedzialność cywilnoprawna	600
33.2. Odpowiedzialność karna	602
33.3. Odpowiedzialność administracyjna – wymogi sanitarne	604
<b>34. Etyka w zawodzie kosmetologa – Adam Skowron</b>	606
34.1. Pojęcie etyki	606
34.2. Etos	606
34.3. Jawność i dyskrecja	607
34.4. Etyka zawodowa a działalność gospodarcza	607
34.5. Wnioski	608

Skorowidz	610
-----------	-----