

Методические рекомендации по внедрению и использованию оздоровительной технологии «Парафинотерапия» (для рук)

Парафинотерапия – процедура, направленная на восстановление и увлажнение кожи. Глубокое прогревание активизирует регенерирующие процессы и улучшает кровообращение. Питательные вещества проникают в эпидермис, делая кожу мягкой и гладкой. Видимый эффект достигается с первого раза при помощи простых материалов и инструментов. Парафин разогревают в электрованне и наносят на кожу рук поверх питательного крема. Процедура широко применяется в медицине и косметологии. Парафин обладает большой теплоемкостью и низкой теплоотдачей, поэтому он долго сохраняет необходимую температуру.

Тонизирующая и восстанавливающая процедура проводится при комфортной температуре, руки чувствуют приятное тепло. Парафинотерапия особенно популярна в зимнее время из-за приятного согревающего эффекта и увлажнения.

Преимущества парафинотерапии

1. Восстанавливает водный баланс кожи, делает ее ровной и бархатистой.
2. Снижает болевые ощущения в суставах.
3. Способствует заживлению трещин и отбеливанию. Кожа приобретает ровный цвет и здоровый вид.
4. Быстро приводит в порядок обветренную кожу – следствие пребывания на улице без перчаток в мороз.
5. Сопровождается комфортными ощущениями, действует успокаивающе и расслабляюще, поэтому часто используется салонами как часть SPA-комплекса.
6. Уменьшает последствия воздействия бытовой химии и других неблагоприятных средств.
7. Дает долговременный эффект. Результат заметен сразу же после первой процедуры.

Температура кожи под парафином повышается, раскрываются поры и выделяется влага. В этих условиях быстрее усваиваются полезные вещества, содержащиеся в креме, которым были намазаны руки.

Показания к процедуре

1. Сухая потрескавшаяся кожа, которой не хватает увлажнения.
2. Болевые ощущения при артритах, посттравматических изменениях и других заболеваниях.
3. Неровный цвет кожи, возрастные изменения, пигментные пятна.
4. Обморожение кистей рук.
5. Неинфекционные заболевания кожи.
6. Отеки.
7. Рубцы.
8. В качестве профилактики при частом воздействии на кожу агрессивных сред.
9. В составе комплекса процедур для рук после обработки кутикулы и ногтевой пластины.

Противопоказания

При нарушении целостности кожи, гнойничках и воспалительных процессах следует воздержаться от проведения парафинотерапии. Процедуру нельзя выполнять при гипертонии и ишемической болезни, состоянии после инфаркта, опухолевых образованиях, стенокардии, атеросклерозе, сахарном диабете, аллергических реакциях. Риск для здоровья в этих случаях превышает положительный эффект! Если нет полной уверенности, что процедура показана, лучше отложить ее и проконсультироваться с врачом.

Необходимые инструменты и материалы

Для проведения парафинотерапии мастеру понадобятся:

- антисептик для рук;
- скраб для рук с мелкими частичками;
- питательное масло или жирная крем-маска;
- кисточка для нанесения крема;
- увлажняющий крем;
- масло для ногтей;
- полиэтиленовые пакеты или перчатки;
- термоварежка для сохранения тепла;
- косметический парафин, содержащий питательные вещества;
- бумажные салфетки;
- парафиноплав (воскоплав) с термостатом для поддержания постоянной температуры.

Использовать для процедуры парафин из свечек или другого технического назначения запрещается! В салонах применяют профессиональные средства, поэтому парафинотерапия, выполненная мастером в центре красоты или на дому, даст лучший эффект.

Этапы проведения

1. Подготовка оборудования. Парафиноплав устанавливают на нужную температуру (около +55оС). В зависимости от модели прибора и объема емкости, ванночку разогревают от 30 минут до 1,5 часов.
2. Если клиенту до начала процедуры подпиливают ногтевую пластину или удаляют старый гель-лак, используют [маникюрный пылесос МАХ](#), чтобы обеспечить чистоту. Вытяжка всасывает блестки и ногтевую пыль, предотвращает попадание микрочастиц в подготовленную электрованну.
3. Перед парафинотерапией моют руки с глицериновым мылом.
4. Небольшое количество разогретого вещества наносят на ладонь, чтобы проверить реакцию кожи.
5. Кольца и браслеты снимают, чтобы не было ожога.
6. Мастер обрабатывает свои руки и руки клиента антисептиком для обеззараживания. Дезинфекция – важная часть процесса. Прогревание усиливает воздействие любых веществ, поэтому нельзя допустить, чтобы на коже осталась патогенная флора.
7. Выполняют пилинг с помощью скраба. Эта процедура удаляет омертвевшие частички кожи, очищает и способствует открыванию пор, усиливает эффект от парафинотерапии. Остатки скраба смывают водой или удаляют влажными салфетками.
8. Наносят крем-маску, питающую кожу витаминами, иногда закрепляют ее термолосьоном. Если ногти покрыты лаком, его защищают специальным маслом, чтобы парафин легко снимался.
9. Руку с раздвинутыми пальцами медленно опускают в растопленный парафин, затем вынимают и ждут несколько секунд, чтобы слой затвердел и образовал корочку. Процесс повторяют несколько раз, поворачивая руку, чтобы масса равномерно покрывала кожу. Во время процедуры нельзя шевелить пальцами, чтобы парафин не «стек».
10. На руки надевают полиэтиленовый пакет или перчатку и термоварежку, чтобы тепло сохранялось как можно дольше.
11. По истечении 15-20 минут полиэтилен снимают вместе с парафиновой корочкой, руки вытирают салфетками.
12. На кожу наносят увлажняющий крем.

13. Завершают процедуру легким массажем рук.

После окончания парафинотерапии следует беречь руки от холода в течение 2 часов. Для закрепления оздоравливающего эффекта процедуру рекомендуется повторять 1-2 раза в неделю. Парафинотерапия сохраняет молодость и красоту кожи. Если процедура выполнена вами с учетом всех правил и показаний, то результатом будут ухоженные руки клиентов, положительные отзывы и повторные обращения.