

1	Úvodem	9
1.1	Dějiny a vývoj kosmetiky, význam pojmu krása	9
1.1.1	Pravěk	9
1.1.2	Starověk	10
1.1.3	Středověk a novověk	13
1.1.4	Vývoj kosmetiky v našich zemích	14
1.2	Náplň, poslání a rozsah kosmetické péče	16
	<i>Kontrolní otázky</i>	16
2	Anatomie kůže	17
2.1	Pokožka	18
2.2	Škára	19
2.3	Podkožní vazivo	20
	<i>Kontrolní otázky</i>	21
3	Adnexa kůže - přídatné kožní orgány	22
3.1	Mazové žlázy	22
3.2	Potní žlázy	22
3.3	Vlasy	23
3.4	Nehty	26
	<i>Kontrolní otázky</i>	27
4	Fyziologie kůže	28
4.1	Ochranná funkce kůže proti vlivům vnějšího prostředí a termoregulační funkce	28
4.2	Smyslová funkce kůže	31
4.3	Sekreční činnost kůže	32
4.4	Depotní činnost kůže	32
4.5	Bariérová, resorpční a respirační funkce kůže	32
4.5.1	Bariérová (obránná) funkce	32
4.5.2	Resorpční (vstřebávací) a respirační (dýchací) funkce	34
	<i>Kontrolní otázky</i>	34
5	Vzhled kůže	36
5.1	Kožní povrch - kožní rýhy a vrásky, zbarvení a tloušťka kůže	36

5.2	Topografická anatomie kůže	37
5.3	Stárnutí kůže, prevence v kosmetice	38
	<i>Kontrolní otázky</i>	40
6	Základní pravidla kosmetické péče	41
6.1	Postup kosmetického ošetření, kosmetické úkony	42
6.2	Hygienické minimum pro pracovníky provozoven služeb	43
6.2.1	Provozní protiepidemický řád pro provozovny služeb	43
6.2.2	Provozní protiepidemický řád pro provozovny kosmetiky	46
6.2.3	Opatření proti přenosným nemocem u pracovníků vykonávajících epidemiologicky závažné činnosti	47
6.2.4	Stručné shrnutí úkolů vyplývajících z hygienického minima pro pracovníky provozoven služeb	49
6.3	Kartotéční záznam	52
	<i>Kontrolní otázky</i>	54
7	Péče o ruce	55
7.1	Leštění a lakování nehtů	64
7.2	Modelace nehtů	66
7.3	Masáž rukou	69
7.4	Parafinový zábal	73
	<i>Kontrolní otázky</i>	74
8	Barvení obočí a řas	75
	<i>Kontrolní otázky</i>	77
9	Posouzení pleti - kosmetická diagnóza	78
9.1	Promaštění	79
9.2	Tonus a turgor	81
9.3	Vrásky	82
9.4	Barva kůže	84
9.5	Odchyly od normy	84
9.6	Tvar obličeje	89
	<i>Kontrolní otázky</i>	92
10	Čištění pleti	93
10.1	Povrchové čištění pleti	93
10.1.1	Druhy čisticích přípravků	93
10.1.2	Technologický postup	95
10.1.3	Přípravky podle typu pleti	95
10.2	Napářka obličeje	96
10.3	Hluboké čištění pleti	99
10.3.1	Technologický postup	100
	<i>Kontrolní otázky</i>	101

11	Pletové masky a zábaly	102
	<i>Kontrolní otázky</i>	108
12	Ošetření jednotlivých typů pleti	109
12.1	Normální pleť.	109
12.2	Smíšená pleť	112
12.3	Suchá pleť	115
12.4	Mastná pleť	118
12.5	Citlivá pleť.	122
12.6	Stárnoucí pleť.	125
12.7	Rozšířené žilky - kuperóza	127
	<i>Kontrolní otázky</i>	128
13	Poškození kůže chybnými kosmetickými úkony a kosmetickými přípravky	131
	<i>Kontrolní otázky</i>	132
14	Přístroje používané v kosmetických salonech	133
	<i>Kontrolní otázky</i>	140
	Literatura	142
	Prameny ilustrací	143