



إدارة المناهج والكتب المدرسية

الاقتصاد المنزلي

التجميل

(العلوم المهنية الخاصة والتدريب العملي)

الفصل الدراسي الثاني

الصف الثاني عشر



٢٠١٩م / ١٤٤٠هـ

الصف الثاني عشر

الفصل الدراسي الثاني

التجميل

الاقتصاد المنزلي

ISBN : 978-9957-84-270-3



9 789957 842703



المطبعة الوطنية



إدارة المناهج والكتب المدرسية

منهاجي
منعة التعليم العادف

الاقتصاد المنزلي

التجميل

العلوم المهنية الخاصة والتدريب العملي

الفصل الدراسي الثاني

الصف الثاني عشر

تأليف

م. عريب يوسف الخطيب
رويدة حسين البطاينة
نعمة علي ندى
وسيلة عمر العلمي

الناشر
وزارة التربية والتعليم
إدارة المناهج والكتب المدرسية

يسر إدارة المناهج والكتب المدرسية استقبال ملحوظاتكم وآرائكم على هذا الكتاب خلال أوقات الدوام الرسمي على العناوين الآتية:

هاتف: ٩ - ٤ / ٥ - ٤٦١٧٣٠ فاكس: ٤٦٣٧٥٦٩ ص.ب. (١٩٣٠) الرمز البريدي: ١١١١٨

أو على البريد الإلكتروني: VocSubjects.Division@moe.gov.jo

قرّرت وزارة التربية والتعليم تدرّيس هذا الكتاب في مدراس المملكة الأردنيّة الهاشميّة جميعها بناءً على قرار مجلس التربية والتعليم رقم (٢٠١١/٣٦) تاريخ (٢٠١١/٤/١٣م) بدءًا من العام الدراسي ٢٠١١/٢٠١٢م.

الحقوق جميعها محفوظة لوزارة التربية والتعليم
عمّان - الأردن ص.ب. (١٩٣٠)

لجنة التوجيه والإشراف على التّأليف

زهية السيّدة حجازي
د. منيرة عيسى بطارسة
أ. د. سلمى خليل طوقان
تيسير محمد سليمان
د. إيمان فاروق بدران
د. عبير مصطفى الكسواني
م. بادرة حميد اليماني (مقرّرًا)

التحرير العلمي : م. بادرة حميد اليماني
التحرير اللغوي : محمد عريف عبيدات
التحرير الفني : نداء فؤاد أبو شنب
التصميم : هاني سلطي مقطش
الرسوم : إبراهيم محمد شاكر
التصوير : أديب اسماعيل عطوان
الإنّتاج : سليمان أحمد الخلايلة

دقّق الطباعة وراجعها : د. زبيدة حسن أبوشويمة

رقم الإيداع لدى دائرة المكتبة الوطنية

٢٠١١/٤/١٤٢٨

ISBN: 978- 9957- 84- 270- 3

١٤٣٢هـ / ٢٠١١م
٢٠١١ - ٢٠١٩م

الطبعة الأولى
أعيدت طباعته

٥	إرشادات عامّة
٦	المقدمة
٩	الوحدة الأولى : مستحضرات التجميل
١١	أولاً : المكوّنات الطبيعية والكيميائية لمستحضرات العناية بالبشرة
٢٢	ثانياً : أشكال مستحضرات التجميل
٣٨	ثالثاً : أنواع مستحضرات العناية بالبشرة
٥٠	أسئلة الوحدة
٥٣	الوحدة الثانية : تركيب الجلد وصحته
٥٥	أولاً : طبقات الجلد وملحقاته
٦٦	ثانياً : صفات الجلد ووظائفه
٧٨	ثالثاً : الاضطرابات الوظيفية للجلد
٨٧	رابعاً : الأمراض الجلديّة الشائعة
٩٢	أسئلة الوحدة
٩٥	الوحدة الثالثة : العناية بالبشرة
٩٧	أولاً : أنواع البشرة وصفاتها
١٠٢	ثانياً : تنظيف البشرة
١٢٧	ثالثاً : التدليك (المساج)
١٤٤	رابعاً : إزالة الزوان
١٥٥	خامساً : المستحضرات الخاصة بالعناية بالبشرة
١٧٠	سادساً : الأقنعة
١٨٢	سابعاً : التشعّر
٢٠٣	أسئلة الوحدة

٢٠٧	الوحدة الرابعة : تزيين الوجه (المكياج)
٢٠٩	أولاً : تزيين الوجه
٢١٣	ثانياً : مستلزمات تزيين الوجه
٢٢٣	ثالثاً : مراحل تزيين الوجه
٢٧٠	أسئلة الوحدة
٢٧٦	قائمة المصطلحات
٢٧٩	قائمة المراجع

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين وبعد، انسجامًا مع أهداف تطوير التعليم نحو اقتصاد المعرفة (ERfKE) وتطوير مباحث فرع الاقتصاد المنزلي بشكل عام ومباحث تخصص التجميل بشكل خاص، نضع هذا الجهد المتواضع بين أيدي الطلبة والمعلمين، آملين أن يحقق النتائج التي وضع من أجلها لإكساب الطلبة المعارف والمهارات والقيم والاتجاهات.

ويتضمن هذا الكتاب أربع وحدات دراسية: الوحدة الأولى مستحضرات التجميل، الوحدة الثانية تركيب الجلد وصحته، والوحدة الثالثة العناية بالبشرة والوحدة الرابعة تزيين الوجه (المكياج).

وقد اعتمدت في عرض مضمونه منهجية ومطوية محددة ليقدم القاعدة النظرية تليها التطبيقات العملية المرتبطة بها، حيث تم تقسيم كل وحدة دراسية إلى عدد من الموضوعات الرئيسية اشتمل كل منها على عدد من العناوين الفرعية المرتبطة بكل موضوع رئيس، والمدعمة بالأنشطة وقضايا للبحث والمناقشة والأشكال والرسوم التوضيحية؛ لتعميق الفهم وزيادة ربط المعلومة بالواقع، بالإضافة إلى الاهتمام بتفعيل دور تكنولوجيا المعلومات والاتصالات كأداة لتفعيل التعلم الإيجابي. أما أسلوب عرض التمرينات العملية فكانت تحتوي على اسم التمرين، ورقمه المتسلسل ضمن الوحدة الدراسية الواحدة والنتائج الخاصة بالتمرين، والأساس النظري المرتبط به والمواد والأجهزة والأدوات وخطوات التنفيذ متسلسلة ومعمزة بالرسوم والأشكال، مع إضافة تمارين للممارسة تراعي الفروق الفردية بين الطلبة وتشجعهم على التعلم والتعليم الذاتي وتحفزهم على الإبداع الشخصي، كما روعي في إعداد هذا الكتاب إجراءات السلامة والصحة المهنية المرتبطة بالتخصص، وقد توخينا ربط موضوعاته ببيئة الطالب.

ونسأل الله أن نكون قد وفقنا في تقديم هذا الكتاب ليكون نافعًا مفيدًا مرحبًا بكل نقد يهدف إلى إغنائه وتطويره.

والله ولي التوفيق

إرشادات عامة

فيما يأتي مجموعة من الإرشادات العامة التي تساعد على تنفيذ المهارات العملية والتجارب المخبرية الواردة في الكتاب:

- ١ تعزيز الاتجاهات الإيجابية لدى الطلبة نحو العمل اليدوي عن طريق الأداء العملي للتمرينات وليس عن طريق المعلومات النظرية والإرشاد.
- ٢ توفير مشغل مناسب لتنفيذ المهارات العملية في الكتاب وتجهيزه بالمواد والأدوات والتجهيزات اللازمة من بداية العام الدراسي، وتحضير كل ما يلزم مسبقاً قبل تنفيذ التمرينات العملية من قبل المعلم.
- ٣ التدرب على المهارات العملية التي لا تتوفر إمكانات تطبيقها في مشغل المدرسة في أثناء التدريب الصيفي الميداني في مواقع العمل المتخصصة، تحت إشراف المعلم المختص فنياً ومتابعته.
- ٤ مراعاة الفروق الفردية بين الطلبة، وتشجيعهم لاكتساب المهارة العملية بشكل جيد بما يعزز ثقتهم بأنفسهم، كذلك تشجيعهم على الإبداع والعمل الفردي خارج المدرسة تحت إشراف المعلم ومتابعته حسب الحاجة.
- ٥ تنظيم عدد من الزيارات الميدانية المتنوعة في أثناء العام الدراسي للاطلاع على تنفيذ المهارات العملية في مواقع العمل الفعلية، وحفظ التقارير الخاصة بذلك ومناقشتها في غرفة الصف.
- ٦ الاهتمام بنظافة وترتيب المشغل وتجهيزاته وأثاثه، وتوفير عدد من سلال النفايات ذات الغطاء للتخلص من النفايات والعبوات الفارغة.
- ٧ ترتيب المواد والأدوات الجديدة الزائدة وغير المستخدمة، وحفظها في أماكن مناسبة وتصنيف محدد؛ للتمكن من الحصول عليها عند الحاجة، واستخدام المواد المحفوظة مسبقاً ثم المواد الجديدة.
- ٨ إجراء عمليات الصيانة الدورية المستمرة لتجهيزات المشغل للمحافظة على جاهزيتها للعمل أطول مدة ممكنة.
- ٩ اتباع الطريقة الأدائية في تنفيذ المهارات العملية في المشغل؛ إذ تساعد على اكتساب المهارة

ببسر وفاعليّة، وأبرز ما تشتمل عليه هذه الطريقة الخطوات الآتية:

- أ تقديم المشاهدة العمليّة وفق الشروط التي يضعها المعلّم.
- ب محاكاة أداء المعلّم من قبل بعض الطلبة، ومشاركة الآخرين في تقويم الأداء وتصويبه.
- ج ممارسة الطلبة المهارات المتضمّنة، وتحقيق معيار الأداء في تنفيذ التمرينات، ومتابعة المعلّم تكرار الممارسة لاكتساب المهارة والسرعة في العمل.

١٠ تقويم الأداء النهائي للمهارات عن طريق سلسلة من الإجراءات المتواصلة التي تأخذ في الاعتبار السلامة والصحة المهنيّة، ومنهجية خطوات الأداء وتسلسلها كما وردت في التمرينات العمليّة مع مراعاة أخلاقيّات المهنة وآدابها، وكذلك تقويم المنتج النهائي الذي يشمل معيار الأداء المحدّد في خطوات التنفيذ، أو المحدّد من قبل المعلّم مسبقاً، والزمن المستغرق في الأداء، على أن تستخدم استمارات وقوائم التقويم الخاصّة بالمهارات العمليّة وفق الشروط الخاصّة بكلّ منها.

١١ إجراء التجارب المخبريّة الواردة في وحدات هذا الكتاب في مختبر المدرسة، وكتابة التقرير الخاصّ بها بعد إجرائها، وكتابة هذا التقرير في ملفّ الطالب وعرضه على المعلّم لتقييمه.

١٢ المحافظة على ترتيب المشغل في أثناء العمل، بوضع الأدوات الخاصّة بكلّ طالب، كالمعاطف وحقّية الكتب وغيرها في أماكنها الصحيحة، بالتنسيق مع سائر زملاءه وبإشراف المعلّم.

١٣ استعمال الأدوات والتجهيزات بالطريقة الصحيحة للمحافظة على جاهزيّتها للعمل أطول مدّة ممكنة، كاستعمال الماء المقطّر لجهاز البخار، ووصل الجهاز الكهربائيّ الجديد بمصدر التيار الكهربائيّ المناسب لفرق جهد تصميمه وغير ذلك من الأمثلة.

١٤ فصل الوصلات الكهربائيّة جميعها بعد الانتهاء من العمل وقبل مغادرة المشغل.

١٥ الاهتمام بقراءة وتنفيذ تعليمات الشركة الصانعة لكلّ جهاز أو آلة قبل استخدامها في المشغل، وفي أثناء الاستخدام، ولإجراء عمليات الصيانة الدوريّة المناسبة.

١٦ الاحتفاظ بالأدوات الخاصّة بكلّ طالب في علبة أو صندوق مناسب لتكون جاهزة للاستخدام في أثناء العمل.

١٧ استشارة المعلّم في التصرف المناسب حيال أيّ أمور قد تطرأ في أثناء العمل في المشغل.

١٨ الاهتمام بقراءة النشرات المرفقة مع المستحضرات الكيميائيّة قبل استعمالها.





الوحدة الأولى

مستحضرات التجميل



مستحضرات التجميل

الوحدة الأولى

اهتم الباحثون بالتركيب الكيميائي للجلد نظرًا لأهميته في الحفاظ على صحّة الجلد وحيويته ومظهره، وقد أنتجت مصانع مستحضرات التجميل مركبات كيميائية تماثل في تركيبها تلك الموجودة في الجلد، كالميلانين، والكولاجين، والإيلاستين، وقد أخذت هذه المستحضرات أشكالاً عدّة منها الكريمات بأنواعها، والمحاليل، وتنوّعت استعمالاتها واحتوى بعضها مستحلبًا مائيًا في الزيت والبعض الآخر زيتًا في الماء اعتمادًا على دواعي استعماله. وأعطيت هذه المستحضرات أسماء وظيفيّة اتفق عليها عالميًا مثل: كريم الليل، وكريم النهار، وغيرها.

- ما أشكال مستحضرات التجميل؟
- ما أهمّ المكونات التي تدخل في تركيبها؟
- ما أسس استعمال مستحضرات التجميل؟

يتوقّع منك بعد دراسة هذه الوحدة أن:

- تتعرّف المكونات الطبيعية والكيميائية لمستحضرات التجميل.
- تبيّن أشكال مستحضرات التجميل.
- تبيّن أنواع مستحضرات التجميل.
- تتعرّف مستحضرات التجميل المستخلصة من البحر الميت في الأردن.
- توضّح أهمّية البيانات المدوّنة في النشرة المرفقة مع مستحضرات التجميل.
- تحضّر الصابون السائل.
- تحضّر الصابون الصلب.
- تحضّر الكريم البارد.
- تحضّر مرهم أكسيد الخارصين.
- تطبّق قواعد الصحّة والسلامة العامّة في أثناء تحضير التجارب.

أولاً المكونات الطبيعية والكيميائية لمستحضرات العناية بالبشرة

تدخل العديد من المواد الكيميائية في تركيب مستحضرات التجميل (Cosmetics)، ويجب على المزيّن أن يكون ملماً بالمكوّنات الأساسيّة الداخلة في المستحضرات التي يتعامل معها بشكل يومي، والتي منها:

١ المركّبات غير العضويّة

تكون المركّبات غير العضويّة بأنواع متعدّدة هي: الأكاسيد، والقواعد، والأملاح.

أ - الأكاسيد (Oxides): المركّبات التي يتّحد فيها عنصر الأكسجين بعناصر أخرى، وتمثّل الأكاسيد جزءاً مهمّاً في مستحضرات التجميل المختلفة، ومن أهمّ الأكاسيد المستعملة في صناعة مستحضرات التجميل ما يأتي:

١. فوق أكسيد الهيدروجين: يستعمل فوق أكسيد الهيدروجين (Hydrogen Peroxide H_2O_2) بكثرة في عمليات صباغ الشعر وغيرها، ويتفكّك محلول فوق أكسيد الهيدروجين (H_2O_2) عند التعرّض للحرارة، أو إذا تعرّض للضوء، أو عند إضافة الأمونيا مطلقاً غاز الأكسجين.

٢. أكسيد الخارصين: يوجد أكسيد الخارصين (Zinc Oxide) بشكل بودرة لونها أبيض، أو أبيض مصفر، لا يذوب في الماء ولا في الكحول، وإنّما يذوب في الحموض غير العضويّة والهيدروكسيدات، ويدخل في تحضير مستحضرات التجميل بنسبة ٢٪ - ١٠٪، وهو معقّم قابض ومانع للالتهابات.

٣. ثاني أكسيد التيتانيوم (Titanium Dioxide): TiO_2 يوجد على شكل بودرة بيضاء، غير قابل للذوبان في الماء، أو الحموض المختلفة، أو المحاليل العضويّة، ويزوب فقط في حمض الكبريتيك المركز والمركّبات القلويّة أو كربوناتها، ويمتصّ الأشعة فوق البنفسجيّة، ويساعد على عدم احتراق الجلد، ويدخل في مستحضرات التجميل للعناية والتزيين؛ لأنّه قابض ومانع للالتهابات.

ب- القواعد (Bases): مركبات قلووية أساسية تدخل في تحضير مستحضرات التجميل، وهي أول ما استعمل في صنع الصابون، ومنها:

١. هيدروكسيد الصوديوم أو الصودا الكاوية (Sodium Hydroxide) (NaOH): بلورات جافة بيضاء وكاوية للجلد، ومؤذية للجسم خاصة للعينين، وتمتص رطوبة الجو بسرعة، وتذوب عند تعرّضها للجو، وتدخل في صناعة الصابون العادي أو النابلسي.

٢. هيدروكسيد البوتاسيوم (البوتاس الكاوي) (Potassium Hydroxide) (KOH): بلورات أو عيدان صغيرة جافة بيضاء، وكاوية بدرجة أقل من هيدروكسيد الصوديوم، تذوب في الماء، ويستعمل كمستحضر لإذابة اللحمية حول الأظفار، ويستعمل في صناعة الصابون السائل والمعاجين.

٣. هيدروكسيد الأمونيوم (Ammonium Hydroxide) (NH₄OH): سائل عديم اللون، له رائحة نفاذة، ينتج من إذابة غاز الأمونيا (NH₃) في الماء، ويستعمل لرفع قلووية مواد التجميل وخاصة مستحضرات صبغ الشعر وتمويجه وتمليسها.

ج- الأملاح (Minerals): تنتج الأملاح من تعادل الحموض مع القواعد لتعطي أملاحاً حمضية أو أملاحاً قاعدية، وحسب نسبة الحمض إلى القاعدة، وأهم الأملاح الأساسية في التجميل ما يأتي:

١. كربونات الصوديوم (Sodium Carbonate) (Na₂CO₃): تتكوّن كربونات الصوديوم من بلورات بيضاء قلووية، تذوب في الماء وتدخل في صناعة شامبو الحمام، وتدخل أيضاً في المراهم الخاصة بأمراض الجلد، وهي أساسية لإزالة عسر الماء المهم في مستحضرات التجميل، أما بايكربونات الصوديوم فتدخل في صناعة مزيلات رائحة العرق.

٢. ملح الطعام كلوريد الصوديوم (Sodium Chloride) (NaCl): يتكوّن ملح الطعام من بلورات عديمة اللون أو بلورات دقيقة بيضاء، تذوب في الماء وتدخل في صناعة الشامبو.

٣. ملح كلوريد الألمنيوم (Aluminum Chloride) (AlCl₃): توجد على شكل بودرة بيضاء مصفرة، تذوب في الماء، وهي مهمة جداً في صناعة مزيلات رائحة العرق، وقابضة

قويّة، حيث يكفي محلول (٣٠٪) من كلوريد الألمنيوم لإزالة رائحة عرق القدمين.

٤. كبريتات البوتاسيوم والألمنيوم $(Al_2(SO_4)_3)$ ، K_2SO_4 : توجد كبريتات البوتاسيوم والألمنيوم (Potassium Aluminum Sulphate) على شكل بلورات أو بودرة عديمة اللون، تذوب في الماء، وتدخل في مستحضرات أحمر الشفاه، وفي مستحضرات العناية بالقدمين؛ لأنها تزيل مسامير القدمين، وتدخل في مزيلات العرق لقدرتها على الامتصاص أيضاً، وتعرف تجارياً باسم الكاولين، وتدخل في مستحضرات التجميل جميعها وخاصة الأقمعة ومستحضرات التنظيف العميق للبشرة؛ لأنها مادة قابضة ومنظفة للأوساخ.

المركبات العضوية



مركبات بتروئيّة، أساسها الكربون والهيدروجين ويطلق عليها اسم الهيدروكربونات. ومن أهمّ المركبات العضوية التي تدخل في صناعة مستحضرات التجميل ما يأتي:

أ - الكحول الإيثيلي (Ethyl Alcohol): سائل شفاف، ومنتج، ويمتزج بالماء ليكون تراكيز مختلفة، وهو مطهر للجلد، وله تأثير مجفّف للبشرة، ويدخل في تركيب العطور والغسولات والتونك.

ب - الجليسرين (Glycerin): سائل شفاف لزج لا رائحة له، ويمتزج بالماء ويحتفظ به، ذو طبيعة متعادلة، وهو مرطب قوي يدخل في مستحضرات التجميل، والمستحلبات جميعها، والأقمعة الخاصّة بالكاولين، ويعدّ مادة حافظة.

ج - حمض اللبن (اللاكتيك) (Lactic Acid): سائل لزج شفاف أو مصفر قليلاً، له رائحة غير مستحبّة يمتزج بالماء، ويستعمل في معادلة حموضة المستحضرات المختلفة، ويساعد على تجديد الخلايا ويطري البشرة.

د - فيتامين (أ): سائل شفاف يستعمل في عملية تقشير الخلايا الميتة من البشرة.

هـ - حمض الصفصاف (السلسليك) (Salicylic Acid): يستخرج من شجرة الصفصاف، ويمتزج بالماء البارد ويدخل في تركيب مراهم الخارصين، ويعدّ حمض سيلكات الخارصين قاتلاً للفطريّات والبكتيريا، لذلك يدخل في تركيب مستحضرات ضد

القشرة، والأكزيما، والثآليل، ومجففات العرق، وكريمات حبّ الشباب المحتوية على الكبريت، ويعمل كمقشّر قوي للجلد.

و - **حمض الجلايكوليك (Glycolic Acid):** يسمّى حمض الفاكهة؛ لأنه يستخرج من الفاكهة ومن قصب السكر، ويمتزج بالماء ويستعمل كمادة حافظة، ويزيل القشور عن سطح الجلد؛ لذا، يدخل في تحضير المستحضرات الخاصة بتقشر الخلايا الميتة عن سطح البشرة، ويستعمله الأطباء بنسبة ٧٠٪ في مواد الصنفرة الكيميائية الخاصة بترميم البشرة، كما يدخل في تركيب موادّ التمويج والتلميس.

ز - **حمض الهيالورنيك (Hyalauronic):** يوجد في أنسجة الجلد، وهو موجود في تركيب كريمات البشرة جميعها، كما أنّه أساسي في حفظ الماء داخل الجلد، ويدخل هذا الحامض ضمن مجموعة العامل المرطّب الطبيعي في البشرة، ويساعد على حفظ ٩٠٪ من الماء داخل البشرة فيبقىها رطبة.

ح - **الفازلين (البارافين) (Vaseline):** مزيج من مكوّنات بتروليّة هيدروكربونيّة، يشبه الشمع



الشكل (١-١): الفازلين.

في قوامه، أبيض أو عديم اللون، وهو شحمي الملمس، ويدخل كمادّة أساسيّة في صنع المراهم والمستحلبات، مثل: الكريم البارد، والكريمات الخاصة بالجسم كما في الشكل (١-١)، ويستعمل زيت البرافين لقدرته على تكوين طبقة عازلة للجلد وترطيبه، ويفضل حاليًا استعمال الزيوت الطبيعيّة والجلسرين بدلًا منه؛ لأنّ الجلد لا يمتص هذا الزيت.

ط - **حمض الشمع (Saturic Acid):** لا يذوب في الماء، ويستخرج من مصادر حيوانية ونباتيّة، ويدخل في الكريمات سريعة الامتصاص، وفي معجون الحلاقة؛ لاحتوائه على مادة رغويّة.

ي - **شمع النحل (Bee wax):** يعدّ مادّة مستحلبة؛ أي المادّة التي تربط جزئيات الدهون بالماء كعامل استحلابي، كما في الكريم البارد، ويدخل في صناعة أحمر الشفاه، والشموع الساخنة والباردة المزيلة لشعر الجسم.

ك- زيت اللانولين (Lanolin): مادة شمعية تستخلص من دهن صوف الخراف، وتشابه في تركيبها الإفرازات الدهنية للجلد، وعادة تمزج بالزيوت النباتية والبارافين، ولها قدرة على امتصاص ما نسبته ٣٠٪ من الماء؛ لذلك فهي مادة مهمة في ثبات المستحلبات (W/O) ذات الوسط الزيتي.

ل- الكولاجين (Collagen): مركب بروتيني مكون لأنسجة الجلد والعظام، ويتألف من (١٧) حمضاً أمينياً مختلفاً في التركيب، ويحفظ الكولاجين رطوبة الجلد ويمنع الشيخوخة، ويدخل إلى داخل الأدمة بخاصية التأين، ويستعمل في صناعة أقنعة البشرة.

م - الإيلاستين (Elastine): مركب بروتيني يتكوّن من سلاسل من الحموض الأمينية التي تمنع تشقق الجلد عند زيادة وزن الجسم، أو نقصانه، أو في أثناء الحمل؛ لذلك يدخل الإيلاستين في تركيب مستحضرات العناية بالجلد والبشرة المسنة، ويكون بشكل مستخلصات سائلة أو كريمات مؤينة كي يستطيع النفاذ إلى داخل الأدمة.

ن - النشا (Starch): بودرة ناعمة لا طعم لها، ويستخرج من نباتات عدة مثل: الأرز، والقمح، والذرة، ويكثر استعماله في البودرة ومسحوق الظلال لتزيين البشرة والعيون، كما يدخل مع الكاولين في صنع الأقنعة المختلفة للوجه.

ص- المواد القابضة والمواد الحافظة: تدخل في صناعة مستحضرات التجميل، كما يأتي:

١. المواد القابضة (Astringents): من القوابض المألوفة الكافور (Caphor) وهو بلورات أو كتل من البودرة عديمة اللون ذات رائحة طيارة، ويحضّر من عملية تقطير شجرة الكافور، ويستعمل في السائل القابض للبشرة الدهنية؛ لأنه قابض ومطهر، ويدخل مشتركاً مع الزيوت الأخرى الخاصة بالتدليك؛ لأنه يحثّ على تدفق الدورة الدموية.

٢. المواد الحافظة: من المواد الحافظة (Preservatives) الداخلة في تحضير مستحضرات التجميل ما يأتي:

أ . ميثيل بارابين (Methyl paraben): من عائلة البنزين، ويعمل مضاداً للجراثيم لذلك يستعمل كمادة حافظة لمستحضرات التجميل المختلفة بأشكالها جميعها.

ب. بروبالين جلايكول (Propylene glycol): يشبه الجليسرول، وهو معقم ومرطب، ويستعمل كمادة حافظة في صناعة الأغذية، ويزيل تقشر الجلد وخاصة مسامير الجلد، وفضلاً عن ذلك فإن له تأثيراً مضاداً للفطريات.

مستخلصات النباتات والأعشاب في مستحضرات التجميل

برعت النساء منذ القدم وحتى يومنا هذا في استعمال الأعشاب وغيرها من المواد الطبيعية كمرطبات للبشرة، وكنّ يتطين ويتجملن باستعمال مستخلصات الورد، والرياحين، وخشب الصندل، وجوز الهند، والمسك، والعنبر. ومن أشهر المستحضرات الطبيعية التي استعملها الغرب: زبدة الشاي أو ثمرة الكرتيه (Sheabutter) المستوردة من إفريقيا، وهي تمثل اليوم أحد أهم المستخلصات الموجودة في كريمات البشرة المنتجة في أوروبا وأمريكا، وقد استعملت النباتات العطرية في تصنيع المنظفات، والصابون، والشامبو، واستعملت زيوت النباتات العطرية في صناعة أرق أنواع العطور، ومنها:



الشكل (١-٢): زيت اللوز.

أ - مستخلصات النباتات: من أهم المستخلصات

النباتية الزيوت الأساسية، والحموض الدهنية والعناصر، والفيتامينات نذكر منها ما يأتي:

١. زيت اللوز (Almond oil): يدخل زيت

اللوز الشكل (١-٢) في تحضير كريمات

الجسم والوجه والشعر؛ لأنه مطرّ للجلد،

وحافظ للماء، ومانع للتأكسد؛ لاحتوائه على فيتامين (هـ)، ويدخل زيت اللوز الحلو

في تركيب زيوت الشعر، كما يدخل زيت اللوز المرّ في صناعة كريمات الجسم.



الشكل (١-٣): زيت الخروع.

٢. زيت الخروع (Castor Oil): يتميز بقوامه الكثيف

الشكل (١-٣)، وهو ذو رائحة غير مرغوب فيها

ومذاق مرّ، يطري الجلد، ويدخل بشكل مباشر في

مراهم الخارصين، وفي تحضير الشمع المستعمل

لإزالة شعر الوجه والجسم، وفي الزيوت الأخرى

الخاصة بالعناية بالشعر.

٣. زبدة الكاكاو (Butter Coco): دهن شبه صلب،

مستخلص من بذور شجرة الكاكاو، الشكل (١-٤)، وقوامه شمعي يزيد في قوام الكريم ويسهل بسطه على الجلد؛ لأنه يحتوي على الحموض الدهنية الأساسية جميعها في الجلد، وهو أساسي في مستحضر أحمر الشفاه؛ لأنه مرطب ويمنع التحسس.

٤. الهامامليس (Hammamelis): مستخلص يستخرج

من أوراق نبات الهامامليس بعد تجفيفها الشكل (١-٥)، وتكمن فائدته في أنه قابض قوي يوقف النزيف في الجروح، ويدخل في السائل القابض

الخاص بالبشرة ومعاجين الحلاقة، وهو مانع لتهيج الجلد، ويلطف من الكدمات، ويدخل في السائل الخاص بورم الجفون بالإضافة إلى أنه يشترك مع أكسيد الخارصين في تلطيف الجلد ويمنع التحسس.

٥. زيت جوز الهند (Coconut Oil): يستخرج جوز الهند

من الثمار الناضجة، الشكل (١-٦)، ويستعمل كمرطب للجلد، وفي صناعة الصابون، وتقوية شعر الرأس.

٦. زيت الزيتون (Olive Oil): من أقدم الزيوت المستعملة

لترطيب الجلد الشكل (١-٧)، وهو أساسي في صنع الصابون، وفي مستحضرات علاج القشرة، كما أنه يعالج أمراض الجلد، كالإكزيما، والصدفية، والحروق.

٧. الكركم (Curcumin): يعدّ الكركم من المصادر الأساسية

لعلاج الطفيليات، وشفاء الجروح، والصدفية، كما



الشكل (١-٤): زبدة الكاكاو.



الشكل (١-٥): الهامامليس.



الشكل (١-٦): زيت جوز الهند.



الشكل (١-٧): زيت الزيتون.



الشكل (٨-١): الكركم.



الشكل (٩-١): البصل الأحمر.



الشكل (١٠-١): الجنسنگ.



الشكل (١١-١): الشاي.



الشكل (١٢-١): الصبار.

ويعالج حبّ الشباب والحروق. الشكل (٨-١).

٨. البصل الأحمر (Red Onion): يستعمل البصل الأحمر في كريمات علاج حبّ الشباب، والتهاب الجلد، وعلاج الحروق، وتساقط الشعر الشكل (٩-١).

٩. الجنسنگ (Ginseng): يستعمل الجنسنگ منذ أكثر من ٢٠٠٠ عام في الطب الشعبي الكوري والصيني، ويعالج التجاعيد، ويفتح لون الجلد، ويؤخر هرم الجلد الشكل (١٠-١).

١٠. الشاي: بنوعيه الأسود (Brown Tea) والأخضر (Green Tea): يحتوي على حموض أمينية، وفيتامينات، وكافيين، وعديدات التسكر، والفلافون، وفيتامين (أ)، وفيتامين (ب٦). يقلل الشاي الأسود من خطر الأضرار الناتجة من الإشعاع، أما الشاي الأخضر فله تأثير فعال في كريم العين لإزالة الانتفاخ، ومنع الترهل والتجاعيد الشكل (١١-١).

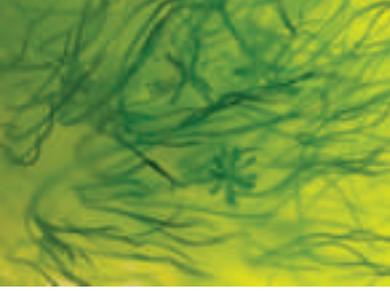
١١. الصبار (Aloe vera): يستعمل الصبار لتنعيم الشفاه، وترطيب الجلد وتجديده، ويستعمل كمطهر للحروق. وله خواصّ مضادّة للبكتيريا، والفطريات، والفيروسات، ويستعمل أيضاً كخافض للحرارة ومجدّد للخلايا الشكل (١٢-١).

١٢. الثوم (Garlic): يدخل الثوم في الكريمات المضادّة للقشرة وله خصائص التعقيم ومضاد للالتهابات.



الشكل (١٣-١): الحناء.

١٣. الحناء (Henna): يعدّ الحناء من ملوّنات الشعر والجلد، واستعمله الناس منذ القدم في عملية تلوين الشعر، وأصابع اليدين والقدمين، وما يزال أكثر الناس يستعملونه حتى وقتنا الحاضر الشكل (١٣-١).



الشكل (١٤-١): الطحالب.

١٤. الطحالب (Algae): توجد في المحيطات والبحار، وهي نباتات ملوّنة بألوان خضراء، وحمراء، وبنية، وأهمّ ما يميّزها وجود الكولاجين والإيلاستين بكمية وافرة؛ لذلك تدخل في الكريّمات الخاصّة بالتجاعيد، الشكل (١٤-١).

هل تعلم؟

أهمّ ما يميّز به استعمال الطحالب أنّه بدأ بعد ما أصيب البقر بمرض جنون البقر؛ لأن الكولاجين كان يستخرج من البقر.



الشكل (١٥-١): الريحان.

ب - مستخلصات الأعشاب: تميّز الأعشاب بزيتها الطيارة، وباستعمالاتها الغذائيّة والتجميليّة، ومن أهمّها:

١. الريحان (Basil): نبتة علاجيّة قويّة الشكل (١٥-١)، ولها خصائص مضادّة للالتهابات والتقرّحات، وتستعمل لعلاج حبّ الشباب.



الشكل (١٦-١): الميرمية

٢. الميرمية (Sage): تستعمل الميرمية لصبغ الشعر الشكل (١٦ - ١)؛ إذ تعطي مادّة ملوّنة للشعر، وهي قابض قوي تدخل في مزيّلات رائحة العرق.



الشكل (١٧-١): الحصالبان



الشكل (١٨-١): اللافندر.



الشكل (١٩-١): إبرة الراعي.

٣. زيت الحصالبان (Rosemary Oil): يعدّ زيت الحصالبان من الزيوت الطيّارة، ويستخرج من تقطير زهور نبات الحصالبان، الشكل (١ - ١٧)، ويعدّ مادة حافظة للكريم ومستحضرات العناية بالشعر؛ لذلك يدخل في صناعة الشامبو، ومقويّات الشعر، وفي زيوت مساج أو تدليك الجسم؛ لسهولة امتصاصه ولأنّه يزيل الآلام من الجسم.

٤. زيت اللافندر (Lavender Oil): يعدّ زيت اللافندر من الزيوت الطيّارة ويستخرج من زهرة اللافندر، الشكل (١-١٨). ويذوب زيت اللافندر في الكحول، ويتميّز برائحته الزكيّة؛ لذلك يدخل في صناعة العطور، والمرهم، وزيوت التدليك، والصابون.

٥. زيت إبرة الراعي (Geranium): يعدّ زيت إبرة الراعي أساسيّاً في الأقنعة والبشرة الجافّة؛ إذ يعمل على انقباض الأوعية الدمويّة وفي إزالة الندب، الشكل (١-١٩).

الأسئلة

- ١ - ما دور كلّ من: أكسيد التيتانيوم، وفوق أكسيد الهيدروجين، وكربونات الصوديوم في مستحضرات التجميل؟
- ٢ - اذكر مميزات واستعمالات كلّ من: اللانولين، وزيت الخروع، وزيت اللوز.
- ٣ - اذكر اثنين من الموادّ الحافظة التي تدخل في مستحضرات التجميل.
- ٤ - أعطِ مثالين على الزيوت الطيّارة، وآخرين على الزيوت الثابتة.
- ٥ - ما فائدة الصبّار في كريم النهار؟
- ٦ - قارن بين الفازلين واللانولين من حيث:
 - أ - المصادر.
 - ب - الشكل.
 - ج - المستحضرات التي يدخل في تركيبها.
 - د - امتصاص الجلد لها.

ثانيًا أشكال مستحضرات التجميل

صنعت مستحضرات التجميل بأشكال مختلفة لتخدم الهدف الذي تستعمل لأجله. فمنها: الصلب، كالمساحيق وأقلام الشمع، ومنها: شبه الصلب، كالمعجون والكريمات، ومنها: السائل، كالمستحلبات، والمحاليل، والمعلقات، ولكل مستحضر تجميلي خصوصيته من حيث: صفاته، وتحضيره ومكوناته واستعمالاته، فما أشكال مستحضرات التجميل؟ ما صفاتها وخصائصها؟ ما مكونات كل منها؟ كيف يتم تحضيرها؟

١ المحاليل

تعدّ المحاليل (Solution) مستحضرات سائلة متجانسة تحتوي على مادة أو مواد مذابة في مذيب، وعادة ما يكون المذيب ماءً أو مزيجاً من الكحول والماء أو الزيت أحياناً. وتعدّ بعض المذيبات مثل، الكحول، والجليسرين موادّ مساعدة على الذوبان؛ إذ يحضّر المحلول بإذابة مسحوق المادة المذابة في مذيب ساخن، ويحرّك حتى تذوب المادة تماماً، وبعدها يمكن فصل المادة المذابة عن المحلول بتبخير المذيب بالحرارة. يذوب الجليسرين في الماء؛ لذا، فإنّ الماء والجليسرين والكحول موادّ تمتزج ببعضها البعض؛ لتعطي محلولاً مائياً، ولكنّ الزيت لا يمتزج بالماء بل يمتزج بالموادّ الزيتية الأخرى؛ ليعطي محلولاً زيتياً كزيت الأطفال. يمكن أن تكون المادة المذابة صلبة، أو سائلة، أو غازية؛ فالملح مادة صلبة، والجليسرين مادة سائلة، وثاني أكسيد الكربون مادة غازية، كما الحال في المشروبات الغازية التي يحلّ فيها ثاني أكسيد الكربون في الماء، وكذلك ماء الورد الذي يتكوّن من غاز زيت الورد وماء مذيب لهذا الغاز، وتحفظ المحاليل الغازية في أوعية محكمة الإغلاق؛ لتلافي تطايرها.

تصنّف المحاليل بحسب درجة تركيزها إلى:

- أ - المخفّفة: المحاليل التي تحتوي على كمية قليلة من المادة المذابة مقارنة بالمذيب.
- ب - المحاليل المركّزة: تحتوي على كمّيات كبيرة من المادة المذابة في كمية من المذيب.
- ج - المشبعة: المحاليل التي لا تستطيع أن تستوعب أيّ كمية إضافية من المادة المذابة، إضافة

إلى ما تحتويه أصلاً مما يسبب ترسبها.

ومن أهمّ المحاليل المستعملة في مستحضرات التجميل: المحاليل القابضة والمقوية للبشرة والتي تتميز بتأثيراتها الموقعية في الجلد، وتتضمن واحدة أو أكثر من التأثيرات الآتية: انتصاب الشعرة، وشدّ الجلد، وتصغير مسامات الجلد، والتخفيف من العرق والدهون، وتجلط الدم في الجروح، وترميم الجلد، وإعطاء شعور بالانتعاش.

يمكن تصنيف المحاليل القابضة كيميائياً إلى ثلاثة أنواع رئيسية:

- **الأملاح المعدنية لحموض العضوية وغير العضوية:** وهي عديدة، إلا أنّ المفيد والمسموح باستعماله منها في موادّ التجميل هي أملاح الخارصين، والألومنيوم، والزركونيوم، مع حموض مختلفة، مثل: حمض الخلّ، أو اللبن، أو حمض الهيدروكلوريك، أو الليمون، أو حمض الطرطريك أو الساليسيليك.
- **الحموض العضوية ذات الوزن الجزيئي المنخفض:** وأكثرها استعمالاً حمض اللبن، وحمض الليمون.

● **الكحولات:** ويساعد لهذه الغاية الكحول الإيثيلي والكحول الإيزوبروبيلي بتركيبيز مختلفة قد تصل إلى ٦٠٪، وتضاف بعض الموادّ إلى المحاليل القابضة حتى تساعد أو تزيد في فاعليتها، ومن هذه المواد: المثول الذي يعطي تأثيراً مبرّداً في المحاليل التي تستعمل بعد الحلاقة، والموادّ المطهرة، وماء الورد لتلطيف الجلد المخدوش والمجروح وترميمه.

المعلّقات



المعلّقات (Suspensions): مستحضرات غير متجانسة سائلة، وتكون المساحيق فيها غير ذائبة في الماء ومعلّقة فيه ويجب عدم ترشيح المعلّق. يجب خضّ المعلّق جيّداً قبل استعماله؛ لضمان تجانسه، وتوزيع المسحوق بشكل جيد. وتحضّر المعلّقات بخلط المساحيق ببعضها، وإضافة كمية قليلة من السائل لتحضير معجون ناعم، ثم إضافة باقي السائل إلى المعجون وتحريكه جيّداً، وبذلك نحصل على معلّق بمواصفات جيّدة.

ومن المعلقات التي تستعمل على نطاق واسع للتخفيف من احمرار البشرة وتهيجها معلق الكالامين (Calamin).

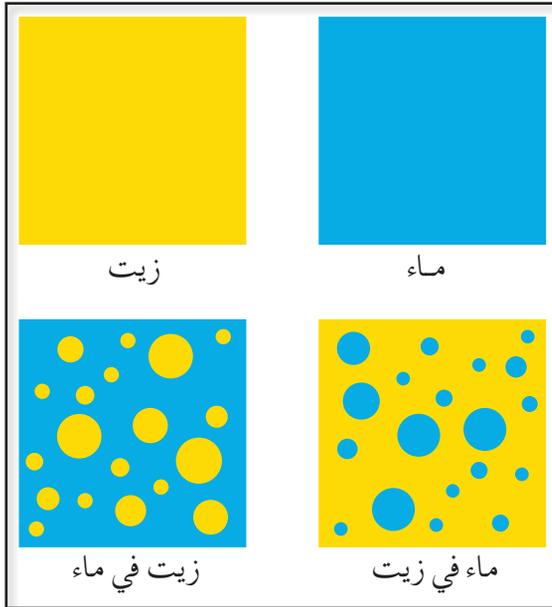
نشاط (١-١): مكوّنات معلق الكالامين

ابحث في المصادر المتوافرة لديك عن مكوّنات معلق الكالامين، واكتب تقريرًا في ذلك، ثم ناقش بإشراف معلمك زملاءك في الموضوع.

المستحلبات



المستحلبات (Emulsions): يؤدي خلط الماء بالزيت إلى تبعثر مؤقت لا يلبث أن يفصل على شكل طبقتين غير ممزجتين. ولمزج الزيت بالماء، لابد من إضافة عامل استحلابي له خواصّ محبّة للزيت من جهة ومحبّة للماء من جهة أخرى؛ كالحليب الذي يعدّ أقدم مستحلب عرفه الإنسان، فهو يتكوّن من الماء والبروتين الذائب فيه، ومن الدهن الذي يفصل عن الحليب على شكل سمن.



الشكل (١-٢٠): المستحلبات.

تحضّر المستحلبات بمزج كلّ من الزيت، والماء، والعامل الاستحلابي وتحريكهما يدويًا أو آليًا، وفي أثناء التحريك السريع، يتحوّل الطور الداخلي للمستحلب، سواء أكان زيتًا أم ماءً إلى قطرات صغيرة يحيط بها العامل الاستحلابي؛ إذ يمنع ارتطام القطرات الصغيرة واندماجها حتى لا تشكّل قطرات أكبر، وبالتالي يفصل المستحلب، وكلّما كانت قطرات المستحلب أصغر زادت لزوجته وأصبح أكثر ثباتًا.

والمستحلبات إمّا أن تكون على شكل مستحلب زيت في ماء (ز/م) (O\W)؛ أي قطرات زيت مستحلبة في الماء، أو مستحلب ماء في زيت (م/ز) (W\O)؛ ويكون الطور الخارجي فيها الزيت، كما في الشكل (١-٢٠).

تعدّ الكريّمات من أنواع المستحلبات، وتحتوي على الزيت الذي يكون مصدره معدنيًا، كزيت البرافين، أو نباتيًا، كزيت اللوز، وزيت الزيتون، وزيت السمسم، أو حيوانيًا، كدهن الصوف (اللانولين). وتعمل جميعها على تليين البشرة والمحافظة على رطوبتها، كذلك تحتوي المواد التي تجذب الرطوبة كالجليسرين، وتمزج بالماء، ويمكن إضافة المواد التي تزيد درجة اللزوجة؛ للمحافظة على ثبات الكريّمات وإعطائها القوام المناسب بوجود العامل الاستحلابي الذي يربط الزيت بالماء، ويحتوي الكريّم أو المستحلب على مادة حافظة ومادة معطرة.

يمكن الحصول على مستحلب سائل (لوشن) أو مستحلب شبه صلب (كريم/ مرهم) بالاعتماد على نسبة المحتوى الزيتي ودرجة انصهار هذه الزيوت، فكلّما زاد المحتوى الزيتي وارتفعت درجة انصهار الزيوت (كالشموع، والشحوم) زاد قوام المستحلب؛ ليعطي المستحلب المعروف بالكريم. وفي ما يأتي خصائص المستحلبات التجميليّة التي أساسها ماء في زيت، والأخرى التي أساسها زيت في ماء.

أ - خصائص الماء في زيت (W\O) .

- ١ . تمنع فقدان الرطوبة في الجلد.
- ٢ . تساعد على تنظيف البشرة.
- ٣ . لا يمكن تخفيفها بالماء.
- ٤ . تحتاج إلى الصابون والماء لإزالتها عن الجلد.

ب - خصائص الزيت في الماء (O\W).

- ١ . تبسط على الجلد بسهولة.
- ٢ . تنعم الجلد وتقلّل الجفاف.
- ٣ . تقلّل فقدان الرطوبة.
- ٤ . لا يمكن تخفيفها بالزيت.

المستحلبات من المستحضرات التي لها عمر قصير نسبيًا، ويجب حفظها في أماكن ذات درجة حرارة معتدلة ١٥-٢٥°س؛ للمحافظة على ثباتها.

ويمثل الجدول (١-١) أمثلة على المستحلبات التجميلية التي أساسها ماء في زيت، أو زيت في ماء.

الجدول (١-١): أمثلة على المستحلبات التجميلية التي أساسها ماء في زيت، أو زيت في ماء.

زيت في ماء (O\W)	ماء في زيت (W\O)
أمثلة لوشن الترطيب. لوشن التنظيف. كريمات تسمير البشرة. الكريم المختفي.	أمثلة الكريم البارد. كريمات التنظيف. كريمات الليل. كريمات التدليك.

تعرض المستحلبات لظاهرتين تتعلقان بثباتها:

الظاهرة الأولى: ظاهرة التقشيد (فصل الدهن)، وسببها اختلاف كثافة الزيت والماء، فإذا ارتفعت درجة الحرارة تقلّ اللزوجة، وتبدأ قطرات الزيت الموزعة في الماء بالصعود إلى أعلى على شكل طبقة غنية بالقطرات الزيتية، وهذا ما يسمى بالتقشيد، أو ما نسميه بالقشطة التي تظهر على سطح الحليب بعد تسخينه أو غليه.

تعمل شركات مستحضرات التجميل على التغلب على هذه المشكلة، بخلط هذه الكريمات أو المستحلبات جيّداً، بأجهزة التجنيس (Homogenizer) عالية الكفاءة، وذلك بإضافة مادة تزيد في اللزوجة وتمنع حركة القطرات، وبالتالي تمنع انفصالها على شكل طبقتين.

الظاهرة الثانية: ظاهرة انفصال المستحلب على شكل طبقتين منفصلتين تماماً واحدة زيت والأخرى ماء، وتنتج هذه الحالة من أسباب متعدّدة، منها:

- ١ . إضافة الموادّ الحمضية أو القلوية بتراكيز عالية، مما يعمل على تحلل العامل الاستحلابي.
- ٢ . نموّ الجراثيم في المستحلب التي تعمل على تحلل العامل الاستحلابي.
- ٣ . إضافة موادّ شحنتها معاكسة لشحنة العامل الاستحلابي.
- ٤ . تعرّض المستحلب لحرارة عالية.

بناءً على ما تقدم، فيتوجب حفظ الكريمات والمستحلبات في أماكن ذات حرارة مناسبة لا تقلّ عن ٥°س، ولا تزيد على ٣٠°س. كذلك يتوجب عدم خلط المستحلبات بأيّ مستحضر

آخر دون دراسة مكوّناته لإمكانية تفاعل المكوّنات مع بعضها. وتعود أهمية استعمال الكريمات على الجلد إلى تعرّض البشرة لجفاف مائي نتيجة فقدان الماء من أعلى سطح البشرة إلى المحيط الخارجي؛ بسبب عوامل فيزيائية، كانهخفاض رطوبة الجو، وارتفاع درجة الحرارة، أو عوامل الجفاف. وقد وجد أنّ وضع الكريمات الخاصّة بالبشرة يقلّل من جفاف الجلد، ويكسبه النعومة المطلوبة والوقاية من المتغيّرات البيئية.

نشاط (١-٢): الكريم البارد

يوجد في الأسواق نوع من كريمات الجلد يطلق عليه الكريم البارد (Cold Cream)، ابحث في مكوّناته واستعمالاته، ثمّ ناقش زملاءك في ذلك بإشراف معلمك.

٤ أقلام الشمع



أقلام الشمع (Wax Sticks): تتألّف من خليط من موادّ زيتية وشمعية بارافينية يتمّ صهرها في درجة حرارة عالية، وتمزج جيّدًا ويضاف إليها موادّ عدّة حسب غرض الاستعمال، ثمّ تصبّ في قوالب حتى تبرد لتصبح صلبة، ثمّ تخرج من القوالب، وتوضع في عبوات خاصّة، كأحمر الشفاه وأقلام الشمع المضادّة لرائحة العرق. تحضر أقلام الشفاه الشمعية من موادّ ملوّنة مأمونة مسموح باستعمالها، مثل زيت الخروع، وزيت البرافين، وشمع العسل، وشمع البرافين، وزيت الجوجوبا، والإنولين، وإيزوبروبيل والميرستات، وأكسيد التيتانيوم.

٥ المراهم



المراهم (Ointments): مكوّنات شبه صلبة معدّة للاستعمال الخارجي، وتستعمل عادة كملين (مطرّ) للجلد، وتعدّ المراهم وسطًا لنقل المكوّنات الأساسية للأدوية. ومن أنواع المراهم ما يأتي:

أ - مراهم ذات أساس زيتي لا يذوب في الماء، ولا يحتوي على ماء، والمادّتان الخام المستعملتان، هما الفازلين، والشمع، وقد تضاف إليهما بعض الأسترات الصناعية،

- والكحول العضويّة، وغالبًا ما تستعمل في صناعة الأدوية.
- ب- مراهم ذات أساس دهني محبّ للماء، لا تذوب في الماء، ولكنها تمتصّه؛ وتتركب من دهن الصوف (اللانولين) يضاف إليه شمع النحل، والكحول العضويّة، والكولسترول، ومنها: ما يستعمل في أقلام أحمر الشفاه.
- ج- مراهم ذات أساس مستحليبي، وتستعمل في صناعة أحمر الخدود، ويدخل في تركيبها اللانولين المائي المحتوي على ٣٥٪ ماء والكريم البارد، ومنها: المراهم المحبّة للماء التي تمتص ما نسبته ٣٠٪-٥٠٪ ماء دون أن يتغيّر قوامها، وتُزال عن الجسد بسهولة، ومنها: المراهم التي أساسها مائي بنسبة كبيرة، فضلاً عن المرطّب، مثل: الجليسرين البروبلين جلايكول إضافة إلى حمض الأسترات.
- د - مراهم ذات أساس مائي، تحتوي على الماء وتذوب فيه، وتتركب من مبلمرات الجلايكول الإيثيلي، وتستعمل في الأدوية.

المعاجين

٦

المعاجين (Pastes): هلاميات مائية تحتوي على نسبة عالية من موادّ صلبة غير ذائبة في الماء على شكل معجون، ومثالها معجون الأسنان، وقناع الوجه الطيني. وهناك أنواع من المراهم تضاف إليها نسبة عالية من موادّ صلبة؛ لتصبح معجوناً زيتياً لا يحتوي على الماء مطلقاً، ومثالها معجون أكسيد الخارصين الذي يستعمل في بعض أمراض الجلد، كالسماط. ومن أمثلة المعاجين ما يأتي:

أ - معجون الأسنان: الوظيفة الأساسيّة لمعجون الأسنان هي تنظيف الأسنان وتلميعها. وتركّز معظم معاجين الأسنان في الوقت الحالي على وقاية الأسنان؛ لمنع التسوّس، والمحافظة على صحّة اللثة والفم والأسنان، الشكل (١-٢١).

وتضاف بعض الموادّ لمعاجين الأسنان، منها:

١. الموادّ المثبّطة/ المانعة لنموّ الجراثيم: يمكن منع التسوّس بقتل الجراثيم أو وقف عملها، وذلك باستعمال الموادّ المطهّرة التي يجب أن تثبت بصورة جيّدة على أغشية الفم المخاطيّة؛ لتعطي تأثيرها لفترة كافية بعد كل استعمال لمعجون الأسنان، ومن هذه الموادّ: مركّبات الأمونيوم الرباعية.



الشكل (١-٢١): معاجين الأسنان.

٢. مثبّطات الإنزيمات: ويكون ذلك بالتخفيف من تحويل السكر إلى حموض تنخر الأسنان بتثبيط الإنزيم المسؤول عن تحلل السكر، ويستعمل في هذا المجال صوديوم لوريل سركوزينات.

٣. الفلور ومركباته: تعتمد بعض الدول إلى إضافة أملاح الفلور إلى مياه الشرب كطريقة مأمونة وفعالة واقتصادية؛ للمحافظة على صحّة الأسنان. إذن، فمن الطبيعي أن تفكر الشركات المنتجة لمعجون الأسنان بأن تضيف إليه مركّبات الفلور؛ لوقاية الأسنان من التسوّس، ومن هذه المركّبات: فلوريد الصوديوم.

قضية للبحث

ابحث في مدى فاعلية إضافة الفلور لمعاجين الأسنان مقارنة بوجوده بماء الشرب، وناقش ما توصلت إليه مع زملائك بإشراف معلمك.

ب- معجون الحلاقة: يستعمل البعض معجون الحلاقة؛ لتسهيل عملية إزالة الشعر في أثناء الحلاقة والشعور بالراحة، وتتوفّر أنواع متعدّدة من معجون الحلاقة حسب الأداة المستعملة لها، وهي على نوعين: الرطب، والجاف.

١. معجون الحلاقة الرطب: وميّزته تنعيم البشرة، وتسهيل عملية انزلاق شفرة الحلاقة على الوجه، ومنع تحسّس الجلد، وسهولة إزالة مخلفات الحلاقة عن الوجه. تساعد المعاجين الرطبة على امتصاص الشعرة ما يقارب ٣٠٪ من وزنها ماء، وعليه، فهي تتطلّب جهداً أقلّ عند حلقها بالشفرة، ومن أنواع معاجين الحلاقة الرطبة: المعجون العادي الذي يتكوّن من (حمض الأستيرات، والكحول، وزيت البرافين، واللانولين، والإيثانول الأميني، والماء، والعطر)، والمعجون الرغوي؛ إذ تزيد الرغبة من تزويد الشعرة بالماء الكافي إلى درجة الإشباع أو تمنعها من الجفاف بسرعة،

ومن الصفات الجيدة للمعجون الرغوي، أن يكون ملاصقاً للجلد وسهل الإزالة في الوقت ذاته، ويتركب المعجون الرغوي من الصابون الذي يحتوي على هيدروكسيد البوتاسيوم بنسبة أكثر من هيدروكسيد الصوديوم، وزيت جوز الهند، واللانولين، والجليسرين، وحمض الأسترات، وماء، وعطر، إضافة إلى المرطب الذي يحافظ على المعجون من الجفاف، وتكون درجة حموضته عادة (١٠) تقريباً. وهناك المعجون الرغوي البخاخ وهو مستحلب أساسه زيت في ماء مع وجود مادة طاردة غازية كالفلور، والكربون، ومواد مبردة للجلد كالمنثول.

٢. صابون الحلاقة الجاف: أعد هذا الصابون لآلات الحلاقة الكهربائية؛ إذ تعتمد إزالة الشعرة على قوة ضغط الآلة على البشرة التي يجب أن تبقى جافة، إن المادتين الأساسيتين في صناعة هذا الصابون هما مادتا الكحول والبودرة، إضافة إلى المواد القابضة، كالكاפור، والمواد المبردة (المنثول)، ويمكن أن يكون الصابون الجاف على شكل كريم رخو، أو مرصوص، أو جل.



الشكل (١-٢٢): معاجين الحلاقة.

وهناك مستحضرات تستعمل بعد الحلاقة؛ لتعمل على تطهير مسام البشرة وقبضها وتبريدها، وتحتوي على الكحول الإيثيلي، ومواد قابضة ومبردة، وتكون على شكل سائل، أو بخاخ أو جل، أو بودرة، الشكل (١-٢٢).



الشكل (١-٢٣): الصابون البلدي.

الصابون

٧

الصابون (Soap): أملاح الحموض الدهنية التي تصنع من الحموض الدهنية الموجودة في الزيوت النباتية المختلفة، كزيت الزيتون، وزيت جوز الهند، وغيرها، الشكل (١-٢٣).

وفي الوقت الحالي، أستبدل الصابون التقليدي بالمنظفات غير الصابونية في المستحضرات التجميلية المختلفة، فالمنظفات غير الصابونية ترغبي في كل من الماء اليسر والعسر، ولها قدرة عالية على التنظيف، وهي ليست قلووية، كالصابون بل يتم التحكم في درجة الحموضة لتناسب

الجلد والشعر. يصنع الصابون الجيد من موادّ دهنيّة نقيّة لا تتزخّج، ويجب أن تكون خالية من أي موادّ قلوويّة غير متفاعلة. يبيّن الجدول (٢-١) بعض أنواع الصابون؛ مكوّناته، واستعمالاته.

الجدول (٢-١): أنواع الصابون، ومكوّناته، واستعمالاته.

الصابون	مكوّناته	استعمالاته
الصابون النابلسي.	زيت الزيتون والصودا.	لتنظيف الجلد.
الصابون الأخضر.	يحتوي على بعض الزيوت مثل: زيت الزيتون أو زيت الكتّان.	للبشرة الدهنيّة.
صبغة الصابون الأخضر.	مزيج من الصابون الأخضر والكحول.	للبشرة الدهنيّة، وفروة الرأس الدهنيّة.
الصابون الطبي.	يحتوي على كمّيّة قليلة من الكريزول، أو الفينول، أو أيّ مادّة مطهّرة أخرى.	بإشراف طبيّ.
صابون الحلاقة.	القلويات، وزيت جوز الهند، وزيوت نباتيّة وحيوانيّة.	القلويات تلين الشعر، والرغوة الكثيفة تبقي الشعر منتصبًا.
صابون الكاربوليك.	صابون مطهّر يحتوي على ١٠٪ فينول.	للبشرة الدهنيّة، وحبّ الشباب.
الصابون الشفاف.	يحتوي على الجليسرين، والكحول، والسكر.	للبشرة العاديّة.
الصابون الكريمي.	يحتوي على موادّ دهنيّة، كاللانولين، وزبدة الكاكاو.	للبشرة الحساسة والجلد الجافّ.

تمعّن الجدول (٢-١)، ثمّ أجب عن الآتي:

- أيّ أنواع الصابون يحتوي على زيت الزيتون، والفينول، وزبدة الكاكاو؟
- سمّ الصابون المستعمل لكلّ من أنواع البشرة الآتية:
- أ - الدهنيّة ب - الجافّة ج - الحساسة د - العاديّة
- حدّد استعمال كلّ من: صابون الحلاقة، والصابون الكريمي.

تحضير الصابون السائل

تمرين

١-١

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تحضّر الصابون السائل للجسم.
- تعبئ الصابون السائل بعبوات خاصّة.

المعلومات الأساسية

يستعمل الصابون السائل في المطاعم، والمستشفيات، والعيادات، والمنازل، وذلك للتقليل من التلوّث الذي قد يحصل من ملامسة الصابون الصلب للجلد، ويحضّر الصابون السائل للجسم من موادّ منظّفة صناعيّة تشبه الموادّ التي تستعمل في تحضير صابون الشعر السائل.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الموادّ	الأدوات والتجهيزات
- كبريتات صوديوم لوريل إيثر ٧٠٪ (٣٠ غ)، ثنائي إيثانول أميد جوز الهند (٤ غ)، ماء (٦٥ مل)، حمض الليمون (١، ٠ غ)، وعطر (٢، ٠ مل)، مادّة حافظة نيترات الصوديوم (٧، ٠ مل).	- دورق زجاجي، مصدر حراري، عبوات مناسبة، قضيب زجاجي.

الرقم	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرسوم التوضيحية
١	اخلط المكوّنات جميعها ماعدا حمض الليمون والعطر والمادّة الحافظة بوضعها في دورق زجاجي، وسخّنها إلى درجة حرارة (٨٠)° س، مع التحريك المستمر باستعمال قضيب زجاجي.	
٢	أضف العطر والمادّة الحافظة بعد تجانس المكوّنات جيّدًا، ثمّ أضف حمض الليمون، مع التحريك المستمر.	
٣	تابع التحريك حتى يبرد المزيج إلى درجة حراره (٢٥)° س.	

٤	عبئ الصابون السائل في العبوة المناسبة ليكون جاهزاً للاستعمال.
---	---

تمارين ممارسة

طبّق عملية تحضير الصابون السائل بمعطّرات مختلفة.

● اكتب خطوات العمل التي تتبّعها في تنفيذ التمرين.

● احتفظ بتقويم أدائك الذاتي في ملفك.

الأسئلة

١- اذكر الفائدة من إضافة حمض الليمون للمزيج.

٢- كيف يؤدي استعمال الصابون الصلب في الأماكن العامّة إلى التلوّث؟

منهاجي
متعة التعليم الهادف

تحضير الصابون الصلب

تمرين

٢-١

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تتعرف المبدأ العلمي في تحضير الصابون.
- تحضر الصابون الصلب.

المعلومات الأساسية

الصابون: ملح ناتج من تفاعل الحموض المشبعة الموجودة في الزيوت مع مادة قلوية؛ تكون هذه الحموض مترابطة الغلرين على شكل ثلاثي غليرايد. وتأثير المادة القلوية يتحطم ثلاثي الغليرايد إلى الغلرين والحمض المشبع الذي بدوره يتفاعل مع القلوي، مثل هيدروكسيد الصوديوم؛ ليعطي ملح الحمض المشبع الذي نسميه بالصابون، علمًا بأن كمية القلوي التي يحتاجها زيت ما لتحضير الصابون، تعتمد على عامل التصبن لهذا الزيت.

مستلزمات تنفيذ التمرين

المواد	الأدوات والتجهيزات
- (٥٠) غ زيت زيتون، و(٥٠) غ محلول هيدروكسيد الصوديوم (الصودا الكاوية) تركيز ٢٠٪، و٥٠ غ ملح طعام.	- وعاء بورسلان، مصدر حراري، عبوات مناسبة، قضيب زجاجي، قالب بلاستيكي، ميزان حرارة، قفازات.

الرقم	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرسوم التوضيحية
١	البس قفازات خاصة للعمل داخل المختبر.	
٢	سخن الزيت إلى درجة حرارة (٨٠)°س، وحركه بوساطة قضيب زجاجي، واستعمل ميزان الحرارة للتأكد من وصول الزيت للدرجة المطلوبة.	
٣	أضف محلول الصودا الكاوية مع استمرار التحريك.	
٤	أضف ملح الطعام مع الاستمرار بالتحريك.	
٥	استمرّ بالتحريك لمدة (١٠) دقائق حتى ينتهي تفاعل التصبن، ويصبح المزيج متجانسًا وكثيفًا.	

٦	صبّ المزيج في وعاء أو قالب بلاستيكي، واتركه لمدة (٢٤) ساعة.
٧	أخرج الصابونة من القالب.
٨	احفظ المنتج في أماكن خاصّة.
٩	راعِ شروط السلامة والصحة العامّة خلال العمل.

فكر

- ماذا تتوقّع أن تكون درجة حموضة هذا الصابون؟
- هل يمكن استعمال هذا الصابون لبشرة تحتوي على حبّ الشباب؟ ولماذا؟

الأسئلة

- ١- اذكر أمثلة على زيوت أخرى يحضّر منها الصابون في منطقتنا.
- ٢- هل تحتاج أنواع الزيوت المختلفة إلى الكميّة نفسها من الصودا الكاوية لإجراء تفاعل التصبّن؟ وضح ذلك.



تستعمل البودرة (Powders) على الوجه؛ لإضافة لمسة نعومة على الجلد، ولتغطية النتوءات البسيطة، والتقليل من لمعة الوجه الناتجة من الإفرازات الدهنيّة والعرقية أو بقايا المستحضرات التجميليّة، وتعطي الوجه لوناً وردياً مما يخفي الشحوب فيه، الشكل (١-٢٤).

الشكل (١-٢٤): البودرة.

تكون هذه المستحضرات إما غير شفّافة كالتي

يستعملها المهرّجون، أو شبه شفّافة ذات لمعة، ويرجع ذلك إلى طبيعة المسحوق المستعمل ونوعيته، ويفضّل في اختيار المسحوق ألا يكون معتمًا كثيرًا (غير شفّاف) أو شفّافًا. وللمسحوق عادة قدرة على الالتصاق على الجلد مما يقلّل من عدد مرّات استعماله. ومن الصفات الفيزيائية لمسحوق البودرة ما يأتي:

أ - القدرة على تغطية النتوءات، والندب، والنمش، والمسامات الواسعة، واللمعة الزائدة: ويستعمل لهذه الغاية موادّ عدّة منها: أكسيد التيتانيوم، أكسيد الحارصين، والكاولين، وأكسيد المغنسيوم، وأكثر هذه الموادّ فاعلية في هذا المجال أكسيد التيتانيوم لقدرته على عكس الضوء.

ب- القدرة على الامتصاص: يجب أن يتمتّع مسحوق الوجه بالقدرة على امتصاص الإفرازات الدهنيّة والعرقية، مما يخفف من لمعة الوجه، ومن المواد التي تستعمل لهذه الغاية: الكاولين الغروي (سيليكات الألمنيوم)، والنشا، و كربونات المغنسيوم.

ج- الانزلاق: يجب أن يكون المسحوق المستعمل على الوجه سهل التوزيع، ويعطي شعورًا بالنعومة. وتستعمل لهذه الغاية بودرة التالك (سيليكات المغنسيوم) وكذلك شمع الحارصين.

د - الالتصاق: وهذه صفة أساسية للمسحوق الجيّد، حيث يلتصق على الوجه بسهولة، ويكون ذلك باستعمال بودرة التالك وشمع المغنسيوم.

يعدّ النشا من أكثر المساحيق التي تدخل في تركيب العديد من مستحضرات الوجه، ومن صفاته أنّه سهل الانزلاق، وله قدرة على التغطية والإخفاء وامتصاص الماء والزيت، وقد

قراءة ذاتية

مثال على المواد المكوّنة لأحد أنواع مساحيق الوجه:

نشا الأرز	٥%
تالك	٨٠%
أكسيد الخارصين	٥%
شمع الخارصين	٥%
عطر	نسبة قليلة
أكسيد الزنك	٥%
	١٠٠%

لقي رواجًا في الماضي، إلا أنه استبدل حديثًا بموادّ أخرى، كمسحوق التالك، والنشا المعالج؛ لأنّ النشا يتكتّل بوجود الرطوبة ويتحوّل إلى عجينة، ويغلق المسامات الجلديّة، ويشكّل بيئة مناسبة لنمو الجراثيم. أما النشا المعالج فلا يتكتّل أو يتحوّل إلى عجينة بوجود الرطوبة، كما أنّ له قدرة على قتل البكتيريا، ويعود ذلك إلى احتوائه على قليل من مادّة الفورمالدهايد.

الأسئلة

- ١- عرّف ما يأتي: المحاليل، والمعلّقات، والمستحلبات، وأقلام الشمع.
- ٢- اذكر مكوّنات تركيب أقلام أحمر الشفاه الشمعيّة.
- ٣- عدّد أنواع المراهم الأساسيّة.
- ٤- اذكر مكوّنات واستعمالات كلّ من: الصابون الشفّاف، والصابون الأخضر، وصابون الكاربوليك.
- ٥- ما الصفات الفيزيائيّة لمسحوق البودرة؟

ثالثاً أنواع مستحضرات العناية بالبشرة

تعرف مستحضرات التجميل دولياً وإقليمياً بأنها أي مادة أو مستحضر يستعمل على سطح الجلد، مثل البشرة، والشعر، والشفاه، والأظفار لبقائها في حالة جيدة. ومع الانتشار الواسع لهذه المستحضرات، ومع العائدات المالية، أقام أهل المال بيوتاً أسموها "بيوت الجمال" تقف عند آخر صيحات الموضة بما فيها مستحضرات التجميل والعناية بالبشرة. وتختلف قناعة النساء في أهمية استعمال هذه المستحضرات من امرأة لأخرى، وارتداد مراكز التجميل للعناية بالبشرة. تتنافس الشركات العالمية والمحلية في تحضير الكريم الجيد من حيث التركيب والوظيفة التي تؤدي في النهاية إلى بشرة صافية، ونقية، وطرية وناعمة الملمس، وخالية من العيوب والتجاعيد والبقع الداكنة، وذات لون متجانس. ومن أهم المستحضرات الشائعة والمألوفة محلياً وعالمياً ما يأتي:

المنظفات

تتوافر المنظفات (Cleansing Agents) بأنواع متعددة، ويعد الصابون المنظف الرئيس للجلد؛ إذ لا بد من تنظيف البشرة من الخلايا الميتة، والمواد الدهنية، والغبار، والجراثيم، والأوساخ العالقة، ولاختيار الأفضل لا بد من معرفة المنظف المناسب للبشرة. يعد الصابون المنظف الرئيس للجلد، وتعد الأنواع القلوية المتوازنة ذات الرقم الهيدروجيني (pH) الأقرب إلى (7)، والخالية من العطور الأكثر راحة للبشرة والأفضل، فهي تعطي شعوراً بالنعومة والطرارة، دون أن تترك الجلد جافاً مشدوداً كما تفعل أنواع الصابون الأكثر قلوية (pH) (8-9)، إضافة إلى أنها تذوب بسرعة في الماء. ومهما كان الصابون المستعمل فعالاً على الجسم والوجه فيجب غسله جيداً بالماء، وفركه بلطف، ودون دعك زائد؛ لأن ذلك قد يزيد من ظهور التجاعيد، لا سيما حول العينين.

وهناك بعض أنواع الصابون التي تأخذ شكل سائل يستعمل مباشرة على الجلد، ويمتاز هذا النوع بأنه خالٍ من الزيوت والكحول، ويحتوي على الجليسرين؛ لذلك، فهو مناسب لذوي البشرة الجافة والحساسة، وكذلك لكبار السن.

أما المنظفات القابضة (Astringen lotion) فهي مستحضرات كحولية تستخدم لإزالة الزيوت الزائدة عن البشرة، وتعطي شعوراً بأن الجلد مشدود، وتعمل على إغلاق المسام المتوسعة،

وهي تناسب البشرة الدهنيّة، لا سيّما عند وجود حبّ الشباب، إلا أنّه لا يناسب البشرة الجافّة والحسّاسة.

تضاف لبعض المستحضرات موادّ مقشّرة، وتستخدم لإزالة الطبقات الميتة من الجلد، خاصّة عند ذوي البشرة الدهنيّة، وقد تضاف لها حبيبات سلفات الألمنيوم والمغنيسيوم؛ لزيادة التأثير المقشّر بالفرك.

تفيد الأقنعة في التنظيف العميق للبشرة، وإزالة الدهون عن سطح الجلد ومن المسام، ولها الكثير من الأنواع، فمنها: ما هو مقشّر للبشرة ومذيب للدهون، ومنها: ما هو مطرّ ومرطّب لاحتوائه على بعض الزيوت الطبيعيّة، ومنها: ما هو مهدئ للبشرة المتحسّسة.

نشاط (١-٣): أنواع المنظّفات

ابحث في مصادر البحث المتوافرة لديك عن أنواع المنظّفات وكيفية استعمالها، ثمّ ناقش زملاءك بهذه المعلومات، وياشراف معلمك.

٢ الكريم المرطّب

يعدّ الكريم المرطّب (Moistures) من الموادّ الضروريّة والمهمّة في الحفاظ على بشرةٍ نضرة، حيث إنّ خلايا البشرة تتعرّض للجفاف تحت ظروف الطقس الحار والجاف وهذا يؤدي إلى تسريع في حدوث خطوط الجلد الدقيقة والتجاعيد، ومن ثمّ يفقد الجلد نضارته شيئًا فشيئًا، ومما لا شكّ فيه أنّ المطرّيات تكسب البشرة صحّة ونضارة، ويمكن استعمالها لكل أنواع البشرة، تتغذى البشرة عبر الأوعيّة الدمويّة الموجودة في الأدمة، ومع هذا كان لا بدّ من إدخال بعض الفيتامينات المهمّة للمطرّيات، مثل: فيتامين (هـ)، وفيتامين (ج)، الذين يحافظان على الماء داخل الخلايا، ويساعدان على تكوين الكولاجين، مع مراعاة أنّ استعمال المطرّيات بحسب نوع البشرة؛ فما يناسب البشرة الدهنيّة يختلف عن تلك التي تناسب البشرة الجافّة، حيث يفضّل استعمال المطرّيات الزيتيّة لذوي البشرة الجافّة. ويفضّل وضع المطرّيات صباحًا بعد غسل الوجه، كما يمكن تكرار وضعها مرّات عدّة في اليوم الواحد، للذين يتعرّضون للجوّ الحارّ والجاف.

٣ كريم الليل أو الكريم المغذي

يعدّ كريم الليل (Night Cream) أو الكريم المغذي من أهمّ الكريمات المحضّرة في عالم



الشكل (١-٢٥):
الكريم المغذي.

التجميل، وتكون نسبة الدهون فيه أعلى من الكريم المرطب، كما ويضاف إلى تركيبة الكولاجين أو الحموض الأمينية حسب العمر بقصد تغذية البشرة، الشكل (١-٢٥).

ويمكن أن يستعمل كريم الليل بدلاً من كريم المساج لتدليك البشرة.

٤ واقيات أشعة الشمس

تعدّ واقيات أشعة الشمس (Sun Protection) الأساس الفعلي لأنواع البشرات جميعها وللأعمار جميعها، بعد أن أعدت دراسات حول المضار الحقيقية للأشعة فوق البنفسجية، والموجودة بتركيز عالٍ في أشعة الشمس، فهي السبب الأساسي للتجاعيد، ولسرطان الجلد، والبقع المتصبغة والكلف، إضافة للحساسية الضوئية.

تتألف واقيات أشعة الشمس من واقيات (كيميائية)، وهي لا تترك لونا لدى استعمالها (غير مرئية)، وتمتص الأشعة فوق البنفسجية، أما الواقيات (الفيزيائية) وهي التي تترك لونا عند استعمالها؛ فهي تحتوي - عادة - على مركبات أهمها ثنائي هيدروكسيد الأستون، و (أوكسيد الزنك، وثاني أكسيد التيتانيوم)، وتعمل من خلال حجب دخول الأشعة الضوئية إلى الجلد عن طريق انعكاس للأشعة عن سطح الجلد. أما أفضل الواقيات الشمسية فهي تلك التي تحتوي على مزيج من الواقيات الفيزيائية والكيميائية؛ لأنها تقي من طيف واسع من أشعة الشمس، وتجمع مزايا النوعين معاً. هذا ويجب أن يخضع استعمال الواقيات الشمسية لضوابط متعددة كأن يوضع على البشرة قبل نصف ساعة من التعرض للشمس، ويكرر كل ساعتين، وتكون الكمية المستعملة كافية، وعامل الوقاية (SPF) المعدل معيارياً حسب الشركة الصانعة، فمثلاً بعض الشركات يكون فيها الحد الأعلى للوجه SPF (٣٠)، وبعضها SPF (١٥)، ورغم هذا، فإنه لا يؤمن الحماية المطلقة، ولا بد من تجنب التعرض المباشر والطويل للشمس كلما أمكن ذلك، مع اتخاذ التدابير الأخرى التي تساعد على الحد من التعرض لأشعة الشمس، كالملابس المناسبة، والقبعات، وستائر النوافذ.

نشاط (١-٤): النشرات المرفقة لمستحضرات الوقاية من الشمس

اجمع النشرات المرفقة مع مستحضرات الوقاية من الشمس، وناقش زملاءك ومعلمك حول مكونات هذه النشرات، ودرجة SPF المتنوعة.

٥ مستحضرات الجلد المحيط بالعينين

تستعمل هذه المستحضرات إمّا لإزالة التجاعيد الناعمة حول العين، أو لمعالجة الهالات السوداء والدهون التي تسبب الانتفاخ حولها، وتحتوي هذه الكريمات على مادة مقشرة. وكما هو الحال مع المستحضرات المقاومة للتجاعيد، فإنّ المثابرة على الاستعمال اليومي المنتظم يحسّن من التجاعيد الموجودة سابقاً، ويقلّل من ظهور المزيد منها، تضاف بعض الموادّ المبيّضة، والمستخلصات العشبيّة وفيتامين (ك) لعلاج الهالات السوداء حول العينين، مع أهميّة تعديل السلوكات اليوميّة، كالنوم الكافي، وتجنّب المنبهات والتدخين، والتوتّر النفسي والانفعال، واستعمال واقيات الشمس حول العين، وارتداء النظارات الشمسيّة المناسبة، وتجنّب فرك العين في أثناء إزالة موادّ التجميل.

٦ كريم اليدين

يستعمل كريم اليدين (Hand Cream) بكثرة لتعرّض اليدين للمنظّفات والمعقّمات بأنواعها المختلفة والتي تؤدّي إلى جفاف حادّ فيها، الشكل (١-٢٦). توجد كريمات اليدين بأنواع مختلفة، منها: بشكل لوشن، وأخرى بشكل كريم، وبعكس كريم الوجه تكون نسبة الفازلين فيها أعلى؛ لتكوّن طبقة حماية عالية.

قراءة ذاتيّة

كريم اليدين:

١٪	سليكات الألمنيوم والمغنيسيوم
٥٥٪	ماء
٥٪	لانولين الكحولي
٢٪	لانولين الكحول الإستييلي
٤٪	أحادي أستيرات الجلسرين
٢٪	شمع النحل
١٪	الكحول الإستييلي
٣٠٪	زيت نباتي حسب الرغبة
١٠٠٪	المجموع



الشكل (١-٢٦): كريم اليدين.

نشاط (١-٥): مستحضرات التجميل

اجمع عدداً من النشرات المرفقة مع مستحضرات التجميل، واقرأ المكتوب فيها جيّداً، ثمّ نظّم في جدول خاصّ، اسم المستحضر، ومكوّناته، واستعمالاته، ومدة الصلاحية، ومحاذير الاستعمال (يمكن أن تجد هذه المعلومات مكتوبة على العلبة الكرتونية للمستحضر)، وناقش زملاءك بذلك بإشراف معلمك.

تحضير الكريم البارد (Cold Cream)

تمرين

٣-١

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تحضر الكريم البارد.
- تستعمل الكريم البارد على الجلد.

المعلومات الأساسية

يصنع الكريم البارد من موادّ زيتية كزيت البرافين مضافاً إليها بعض الموادّ المحسّنة من مصادر حيوانية أو نباتية، كشمع النحل، واللانولين، وزيت اللوز، وموادّ مصنّعه مثل: بورات الصوديوم، ويستعمل الكريم البارد كمطرّ للجلد.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	الموادّ
- هاون مع يد، وعاء غلي مع حمّام مائي، مصدر حرارة، ميزان حرارة، ملعقة للتحرّيك، عبوات للحفظ.	- شمع النحل الأبيض (٢٠٠ غ)، زيت البرافين (٦٠٠ غ)، بورات الصوديوم (١٠ غ)، ماء مقطر (١٩٠ غ)، معطر حسب الرغبة، كاللافندر أو غيره.

الرقم	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرسوم التوضيحية
١	اصهر شمع النحل الأبيض في حمّام مائي بالطريقة المناسبة.	
٢	أضف زيت البرافين، وحرّك المزيج حتى تصل الحرارة إلى (٧٠)°س.	
٣	راقب عدم ارتفاع درجة حرارة المزيج عن (٧٠)°س.	
٤	اطحن بورات الصوديوم بالهاون.	
٥	أضف بورات الصوديوم المطحونة إلى الماء المقطر.	
٦	سخّن الماء المقطر باستمرار للتأكد من الذوبان التام لبورات الصوديوم.	

٧	أضف المزيج المائي إلى المزيج الزيتي، وحرك باستمرار حتى يتشكل الكريم البارد، ثم أضف المعطر.
٨	احتفظ بالكريم البارد في عبوات خاصة.
٩	راع أسس الصحة والسلامة العامة في أثناء التعامل مع المواد واللب.
١٠	استعمل الكريم الذي حضرته لتطرية يديك مدة أسبوع، وصف الفرق بين ملمس يديك قبل الاستعمال وبعده.

تمارين ممارسة

- نقد التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو من خلال مجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلمك:
- تحضير كريم بارد بطرائق متنوعة.
 - اكتب خطوات العمل التي تتبعها في تنفيذ كل تمرين عملي.
 - احتفظ بتقويم أدائك الذاتي في ملفك.

الأسئلة

- ١- ما أهمية مزج المواد الزيتية والمائية وحدها قبل خلطها لتحضير الكريم البارد؟
- ٢- ما دور بورات الصوديوم في تحضير الكريم البارد؟

تحضير مرهم أكسيد الخارصين

تمرين

٤-١

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تحضّر مرهم أكسيد الخارصين.
- تستعمل مرهم أكسيد الخارصين على الجلد.

المعلومات الأساسية

المراهم مستحضرات دوائية شبه صلبة ، تحتوي على موادّ كيميائية موزعة في أساس من الدهون ومعدّة للاستعمال الخارجي.

يحمي مرهم أكسيد الخارصين الجلد من التقرّحات، ويمنع توسّع الجروح في حال حدوثها؛ لأنّه قابض ومطهر، ويقي من حدوث التهابات الجلد، ويستعمل في علاج الحكّة والأكزيما.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الموادّ	الأدوات والتجهيزات
- مسحوق أكسيد الخارصين (ZNO) الناعم (٢٠ غ)، زيت البرافين (١٥٠ غ)، فازلين أبيض (٦٥ غ).	- هاون مع يد، وعاء للحفظ، ملعقة للتحريك.

الرقم	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرسوم التوضيحية
١	اخلط أكسيد الخارصين مع زيت البرافين في الهاون.	
٢	استمرّ في الخلط حتى يصبح معجوناً ناعماً.	
٣	أضف الفازلين تدريجياً، واستمرّ في الخلط ليصبح المزيج متجانساً.	
٤	ضع المزيج في عبوات خاصة محكمة الإغلاق لحين الاستعمال.	
٥	استعمل المرهم المحضّر على الجلد إن دعت الحاجة لذلك.	
٦	راع أسس الصّحة والسلامة العامّة في أثناء التعامل مع الموادّ.	

الأسئلة

- ١- يدخل مرهم أكسيد الخارصين في تحضير مستحضرات التجميل، وخاصة أقنعة البشرة، لماذا؟
- ٢- ما أهمية إضافة الفازلين لمرهم أكسيد الخارصين؟
- ٣- حدّد أهمية مرهم أكسيد الخارصين للجلد.

تمارين ممارسة

- نفذ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو من خلال مجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:
- طبّق عملية تحضير مرهم أكسيد الخارصين داخل المختبر باستعمال زيت اللانولين والفازلين.
 - اكتب خطوات العمل التي تتبّعها في تنفيذ كلّ تمرين عملي.
 - احتفظ بتقويم أدائك الذاتي في ملفك.

منتجات البحر الميت



الشكل (١-٢٧): الأملاح المتجمّعة على شاطئ البحر الميت.

في أكثر بقاع الأرض انخفاضاً عن مستوى سطح البحر، تشكّلت على مدى آلاف السنين مياه البحر الميت الغنية بالأملاح المعدنية، والأعلى تركيزاً بحوالي (١٠) أضعاف عن غيره من مياه البحار والمحيطات الأخرى، انظر الشكل (١-٢٧)، ومن أهمّ هذه الأملاح المعدنية: (كلوريد المغنيسيوم، والبوتاسيوم،

والكاليوم، والبرومايد، الكبريت، والفلوريد، والزنك، والمنغنيز، والسلينيوم)، والتي تصل إلى (٢١) عنصراً منها (١١) عنصراً لا تتوافر إلا في مياه البحر الميت، ويحتوي كل لتر

من هذه المياه على (٣٢٠) غراماً من أملاح هذه المعادن. وإن كان يطلق عليه (البحر الميت)، إلا أنّ هذا البحر والمنطقة برمتها المطلة على شاطئه حيّة جداً كما في الشكلين (١-٢٨).



وقد استطاعت الشركات المنتجة

لمستحضرات البحر الميت أن تختار بعناية من هذه المياه الجزء الأكثر تركيزاً بكلوريد المغنيسيوم، لما له من أهميّة في تنشيط الدورة الدموية، وإعادة الحيوية والنضارة للبشرة، ومنح الجسم الشعور بالراحة والانتعاش. كما أنّ مياه البحر الميت تتميز بقدرتها الكبيرة على المساعدة على تخفيف أعراض الأمراض الجلديّة مثل: حب الشباب، والروماتيزم، والأكزيما، والصدفية، وغيرها؛ إذ أثبتت الأبحاث أنّ أملاح البحر الميت ذات قيمة علاجية لهذه الأمراض، وقد أنتجت الشركات المحلية الأردنية والعالمية مستحضرات تجميل بأنواعها المختلفة أساسها طينة البحر الميت، ومن هذه المنتجات ما يأتي:

أ - أملاح البحر الميت: بلورات مكوّنة من أملاح طينة البحر الميت جميعها تُعدّ بألوان مختلفة وجذابة وتحلّ في الماء لنقع القدمين لإزالة آثار الانتفاخ والتعب، أو لعمل مغطس للجسم لإزالة التوتر وإرخاء العضلات، الشكل (١-٢٩).



ب- شامبو الشعر: تضاف أملاح البحر الميت في صناعة شامبو الشعر، فيصبح الشامبو قادرًا على قتل الفطريات، وإزالة قشرة الرأس.

ج- شامبو الجسم: تضاف أملاح البحر الميت إلى شامبو الجسم، ويمتاز هذا الشامبو بإزالة الماء الزائد في الجسم، ويضفي على الجسم النعومة والترطيب.



د - كريم حبّ الشباب: إن إضافة أملاح البحر الميت إلى كريم حبّ الشباب أساسي في القضاء على البكتيريا، وإزالة الدهون الزائدة عن الوجه.

هـ - قناع الوجه والجسم: يحضّر قناع الوجه والجسم من طينة البحر الميت، وله فائدة عظيمة في التخفيف من آلام الجسم وخاصة الروماتزم،

الشكل (٣٠-١): قناع الوجه والجسم.

ووجع المفاصل، بالإضافة إلى أنه يعيد زيوت الجسم، الشكل (٣٠-١).

و - زيت المساج الطبيعي: لا بدّ وأنك لاحظت وجود زيت في مياه البحر الميت وفي طينته، فقد حضّر المتخصّصون زيوت البحر الميت وأضافوا إليها زيوتاً أخرى طبيعيّة (كالزيوت الطيارة)، واستعملت في المساج للتخفيف من التعب في الجسم والأطراف.

عادة ما يشتري السياح أو المسافرون الهدايا قبل مغادرة الأردن، ولعلّ أبرزها منتجات البحر الميت الموجودة دائماً في فنادق الأردن كافة، سواء فنادق البحر الميت، أو عمّان، أو العقبة، فشهرة البحر الميت وهو أحد أبرز المعالم في المملكة الأردنية الهاشمية لا تأتي فقط من أنه أدنى بقاع العالم، بل كذلك من المعادن العديدة والأملاح التي توجد فيه، والتي تدخل في صناعة مستحضرات التجميل.

نشاط (٦-١): زيارة للبحر الميت

زر شواطئ البحر الميت، واستعمل الأملاح والطين الموجود على شواطئه، واكتب تقريراً عن زيارتك، وناقشه مع زملائك بإشراف المعلم.

البيانات المدونة في نشرة مستحضرات التجميل

لكل مستحضر تجميلي نشرة مرفقة ترشد المستهلك عن كيفية استعمال هذه المستحضرات؛ وفي ما يأتي أبرز الإرشادات المدونة:

أ - التركيب: يعاني كثير من الناس التحسس لبعض المستحضرات؛ لذا، يجب على المستعمل لأي نوع من أنواع المستحضرات لأول مرة أن ينتبه لقراءة هذه التركيبة خوفاً من الأضرار الجانبية.

ب- الاستعمال: لكل نوع من أنواع المستحضرات طريقة خاصة للاستعمال، فمنها: ما يُستعمل مرّة واحدة يوميًا ومنها، ما يُستعمل لأكثر من مرّة في اليوم الواحد؛ لذا، يجب توخي الحذر في قراءة النشرة بتمعن.

ج - الكمية: تحدّد الكمية المستعملة لكل مستحضر حسب الحالة المرضية للشخص، فيجب أن تكون الكمية على حجم المنطقة المراد معالجتها.

د - موانع الاستعمال: هناك مستحضرات مصنّعة من موادّ كيميائية وموادّ طبيعية، على الأغلب الموادّ الكيميائية لها آثار جانبية سلبية تؤثر في البشرة، أمّا الموادّ الطبيعية فنادرًا ما تصاحبها آثار سلبية، ممّا دعا الشركات المصنّعة لتلك المستحضرات التنويه لإرشادات الاستعمال وموانعها على النشرة المرفقة.

هـ - طريقة الحفظ: حفظ المستحضرات أو العلاجات بمختلف أشكالها أصبحت أحد أهم عناصر صناعتها، فالمستحضرات تساعد الكثيرين على الحياة بطريقة أفضل، وعلى الرغم من أنّ علم صناعة المستحضرات قد قطع شوطًا كبيرًا في التطور، إلا أنّها كانت وما زالت علاجًا لا يستخدم إلا بنصيحة طبيّة مباشرة. وعليه، يجب إبقاؤها بعيدة عن الرطوبة والحرارة العالية؛ فلا توضع في الحمام أو في المطبخ، كما أنّ هناك مستحضرات تتلف بالتعرّض للضوء وأشعة الشمس المباشرة.

و - مدّة الصلاحية: تحتوي مستحضرات العناية بالبشرة خاصّة التونك واللوشن والكريمات المغذية على كمية كبيرة من الماء، وتشكّل مكانًا ملائمًا لتكاثر البكتيريا. لذا، يجب الانتباه عند شراء تلك المستحضرات، والانتباه إلى مدّة الصلاحية.

ز - ملحوظات: كلّ نشرة مرفقة بمستحضرات التجميل تحتوي على تعليمات خاصّة، منها: ١ . حفظ المستحضر بعيدًا عن الأطفال.



٢ . إغلاق عبوة المستحضر بعد الاستعمال.

٣ . استعمال المستحضر للأماكن المخصصة له وعدم استعمالها في أماكن أخرى. كما هو مبين في الشكل (١-٣١).

الشكل (١-٣١): صورة لإحدى البيانات المرفقة في مستحضرات التجميل.

نشاط (١-٧): مستحضرات التجميل

- اجمع عددًا من النشرات المرفقة في مستحضرات التجميل، وقارن بينها من حيث:
 - المكوّنات، والتحذيرات، وفترة الصلاحية، ثم ناقش زملاءك بها بإشراف معلمك.
 - زر طبيب الجلدية، وتجاوز معه عن استعمال مستحضرات التجميل، والمشاكل الشائعة الناتجة عن مضار استعمالها عند عدم اتباع أمور الصحة والسلامة العامة للأدوات المستعملة.
 - ١ - على بشرة الوجه.
 - ٢ - على أجزاء الوجه المختلفة.
- اجمع صورًا عن هذه المشاكل المختلفة.
اكتب تقريرًا عنها بإشراف معلمك، وناقشه مع زملائك.

الأسئلة

- ١ - ما أوجه الاختلاف بين كريم الليل والكريم المرطب؟
- ٢ - ما اسم الفيتامين الأساسي المستعمل لعلاج الهالات حول العينين؟
- ٣ - ما الرمز المتعارف عليه في تقدير رقم واقى الشمس؟
- ٤ - اذكر ثلاث فوائد لأملاح البحر الميت.
- ٥ - ما أهميّة قراءة النشرة المرفقة للمستحضرات قبل استعمالها؟
- ٦ - هل يجوز حفظ المستحضرات في صيدليّة البيت؟ لماذا؟

أسئلة الوحدة الأولى

- ١ - حدّد المستحضرات التجميلية التي يدخل في صناعتها كلّ من المركّبات الآتية:
أ - زبدة الكاكاو ب - حامض الجلّايكوليك ج - زيت اللوز د - النشا
- ٢ - إنّ لاستبدال النشا العادي بمسحوق التالك في صناعة مستحضرات التجميل مزايا عدّة، اذكرها.
- ٣ - يعدّ كريم النهار من المستحلبات زيت في الماء، وكريم الليل من نوع المستحلبات ماء في الزيت، وضح اثنتين من الخصائص المميّزة لكلّ نوع من هذين النوعين من الكريمات.
- ٤ - ترغب السيّدة (أ) في إجراء تدليك لبشرتها، بينما السيّدة (ب) ترغب في إجراء تسمير لبشرتها، حدّد نوع المستحلب الداخل في المستحضرات اللازمة للعناية بالبشرة لكلتا السيدتين (أ) و (ب).
- ٥ - علل ما يأتي:
أ - يجب خضّ معلّقات مستحضرات التجميل قبل استعمالها.
ب - يدخل الكافور في تحضير السائل القابض للبشرة الدهنيّة.
ج - حفظ المحاليل في أوعية محكمة الإغلاق.
- ٦ - اذكر أربعاً من ميّزات معجون الحلاقة الرطب.
- ٧ - حدّد مادتين تضافان لمعجون الأسنان وتساعدان على صحّة الفم والأسنان.
- ٨ - حدّد نوع البشرة في كلّ من الحالات الآتية :
أ - استعمال الصابون الأخضر في تنظيفها.
ب - استعمال صابون الكاربوليك.
- ٩ - اذكر أربع صفات فيزيائية لمسحوق البودرة.
- ١٠ - عند استعمال واقيات الشمس والمطريّات على البشرة، أيهما نضع أولاً؟ ولماذا؟
- ١١ - هل من الضروري وضع مستحضرات حول العين قبل التعرّض لأشعة الشمس؟ ولماذا؟
- ١٢ - عدّد فوائد الطين والأملاح الموجودة في مياه البحر الميت.
- ١٣ - من الضروري قراءة مدّة صلاحية مستحضرات التجميل قبل شرائها، لماذا؟

- ١٤- اذكر أبرز الملحوظات المدونة في نشرة مستحضرات التجميل.
- ١٥- يستعمل معجون الحلاقة في إزالة الشعر.
- أ - ما المقصود بالمعجون؟
- ب- حدّد أنواع معجون الحلاقة.
- ج- اذكر ثلاث فوائد لاستعمال مستحضرات العناية بالبشرة بعد إزالة الشعر.
- ١٦- أعطِ مثلاً واحداً لكلّ من المواد الآتية المستعملة في صناعة مستحضرات التجميل:
- أ - الأملاح ب - موادّ مانعة للتأكسد ج - الزيوت الطيارة
- ١٧- تعدّ كربونات الصوديوم الداخلة في مستحضرات التجميل من :
- أ - الأكاسيد ب - القواعد ج - الحموض العضويّة د - الأملاح
- ١٨- اختر المادّة المناسبة لتحضير السائل القابض للبشرة من الموادّ الآتية:
- أ - الكولاجين ب - الجللايكوليك ج - زبدة الكاكاو د - الكافور
- ١٩- حدّد وظيفتين لكلّ من الموادّ المستعملة في تركيب مستحضرات التجميل الآتية:
- أ - الإيلاستين ب - الحصلبان ج - الكافور
- د - ملح الطعام هـ - الجليسرول و - زيت الخروع
- ٢٠- تستعمل الموادّ الآتية في صناعة مستحضرات التجميل:
- هيدروكسيد البوتاسيوم، وشمع النحل
- حدّد:
- أ - نوع كلّ منها ب - وظيفة كلّ منها
- ٢١- قارن بين ظاهرتي التقشير وانفصال المستحلب من حيث:
- أ - أسباب حدوث كل منهما ب - العلاج والوقاية

التقويم الذاتي

قيم تعلّمك لموضوع مستحضرات التجميل، بوضع إشارة (✓) أمام كلّ فقرة من قائمة الشطب الآتية:

الرقم	أستطيع بعد دراستي لهذه الوحدة أن:	نعم	لا
١	أتعرف المكوّنات الطبيعيّة والكيميائيّة لمستحضرات التجميل.		
٢	أبيّن أشكال مستحضرات التجميل.		
٣	أبيّن أنواع مستحضرات التجميل.		
٤	أوضّح أسس استعمال مستحضرات التجميل.		
٥	أتعرف أهمّ مستحضرات التجميل المستخلصة من البحر الميت في الأردن.		
٦	أبيّن البيانات المدوّنة في النشرة المرفقة مع مستحضرات التجميل.		
٧	أحضّر الصابون السائل والصلب.		
٨	أحضّر الكريم البارد.		
٩	أحضّر مرهم أكسيد الحارصين.		
١٠	أطبّق قواعد الصّحة والسلامة العامّة في أثناء تحضير التجارب.		



٢

الوحدة الثانية

تركيب الجلد وصحته



تركيب الجلد وصحته

الوحدة الثانية

يعدّ الجلد أحد أجهزة جسم الإنسان وأكبرها وزناً وحجماً، ويكسو الجلد الأعضاء الداخلية ويحميها من الأخطار، ويتميّز بتجدّد خلاياه باستمرار، ويتّصل مع الأغشية المخاطية المبطنّة لفتحات الجسم المختلفة، ويعكس الجلد أيضاً صحّة الإنسان الداخليّة؛ إذ إنّّه يحافظ على ثبات درجة حرارة الجسم من خلال إفراز العرق والدهون، كما يخزّن الجلد الماء وبعض السوائل داخل الأنسجة؛ لتجنّب جفافه؛ لذا، تعدّ معرفة تركيب الجلد من أهم الأمور التي يجب على المزيّن الإلمام بها حتى يستطيع فهم استجابة الجلد للمؤثرات المختلفة، وحتى تساعد على اختيار المستحضرات المناسبة لنوعية كلّ بشرة وتقديم النصح والإرشاد للزبون بما يناسب بشرته.

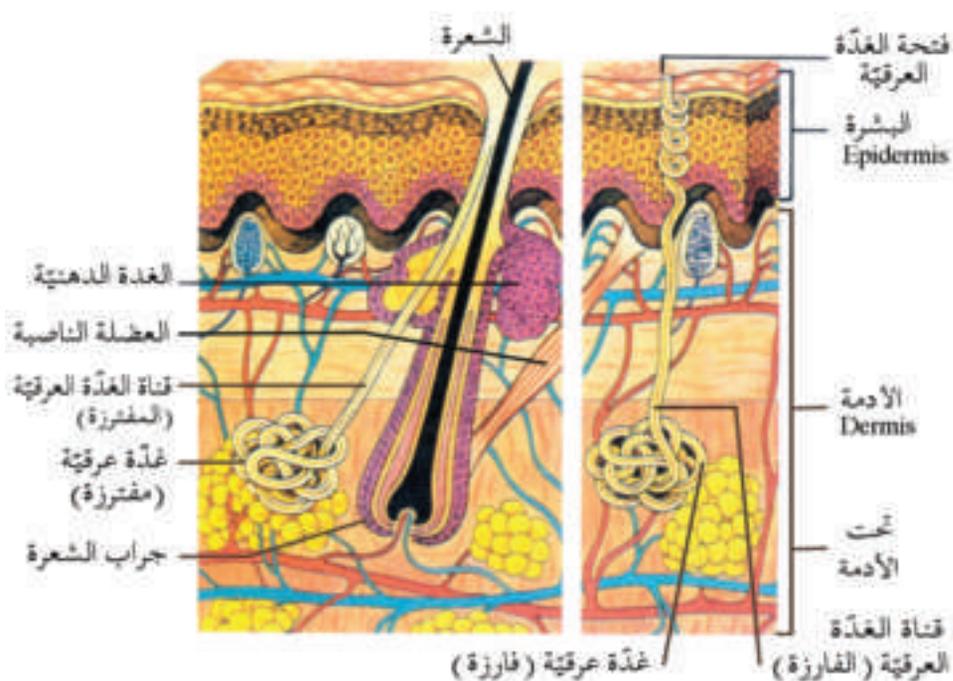
- ممّا يتركّب الجلد؟ ما طبقاته؟ وما الأمراض التي تصيبه؟
- كيف يؤدي وظائفه الحيويّة؟
- كيف تتعامل مع المشكلات الوظيفيّة التي يتعرّض لها الجلد؟

يتوقع منك بعد دراسة هذه الوحدة أن:

- تصنّف طبقات الجلد، وملحقاته، وأهميّة كلّ منها.
- تحدّد أنواع الجلد وتوزيعها في الجسم .
- تبيّن التركيب الكيميائي للجلد، ووظائفه، ومواصفات الجلد السليم.
- تحدّد المشكلات الوظيفيّة للجلد وسبل الوقاية منها، وكيفية التعامل معها.
- تتعرّف أعراض بعض الأمراض الجلديّة.
- توضّح طرق الإصابة بالأمراض الجلديّة، وكيفية الوقاية منها.
- تستخدم التكنولوجيا في استقصاء المعرفة المتعلّقة بالجلد.
- تطبّق التمارين الخاصّة بالجلد بطريقة صحيحة.

أولاً طبقات الجلد وملحقاته

يعدّ الجلد (Skin) أكبر أجهزة جسم الإنسان، حيث يشكل ٦.١٪ من وزن الشخص البالغ، ويعطي الشخص مظهرًا جماليًا مميّزًا ويحميه من الأخطار الخارجية. يحافظ الجلد على درجة حرارة الإنسان ورطوبته لاحتوائه على الغدد العرقية والدهنية، ويعدّ خطّ الدفاع الأول حيث ينقل الإحساس بالضغط والحرارة والبرودة ويقي الجسم من الجراثيم. والجلد نوعان: سميك ويقتصر وجوده على راحتي اليدين وأخمص القدمين، ورقيق وهو يكسو باقي الجسم. ويتفاوت الجلد في درجة الحموضة (pH) من منطقه لأخرى في الجسم؛ لذا، على المزيّن أن يكون على علم ودراية ومعرفة كافية عن الجلد وبخاصة البشرة، وتركيبها، ووظائفها، والعناية بها؛ ويبين الشكل (١-٢) طبقات الجلد المختلفة.



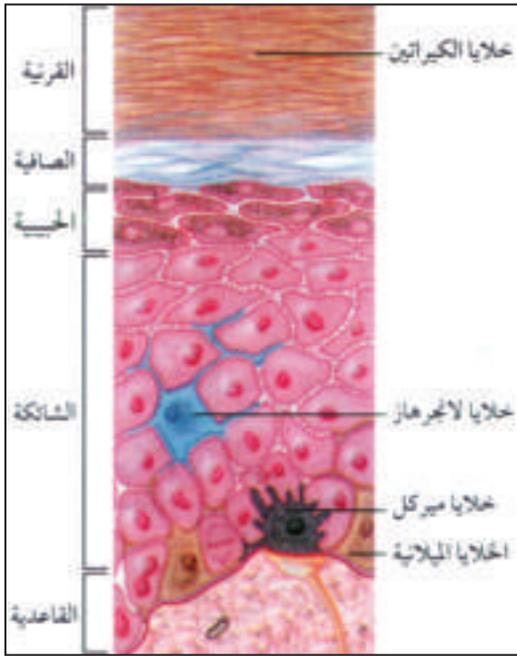
الشكل (١-٢): طبقات الجلد.

يتألف الجلد من الخارج إلى الداخل من ثلاث طبقات متميزة، هي: البشرة والأدمة وتحت الأدمة، وفي ما يأتي شرح لكل منها:

١ البشرة (Epidermis)

هي الطبقة الخارجية للجلد، وتتكوّن من نسيج طلائي مرّكب حُرشفي متقرّن، ويبلغ سمكها

ما يقارب (٧,٠) مم في المتوسط؛ إذ يختلف سمكها من مكان لآخر.



الشكل (٢-٢): طبقات البشرة.

أ - طبقات البشرة: تنقسم البشرة إلى طبقات عدة، الشكل (٢-٢) مرتبة من الداخل إلى الخارج كما يأتي:

١. الطبقة القاعدية (Stratum Basale): تقع فوق الأدمة مباشرة، وتتألف من صف واحد من الخلايا مكعبة الشكل، وتتصل كل خلية من خلايا هذه الطبقة بغشاء قاعدي بوساطة رباط شقي نصفين مما يزيد من متانة الجلد، وتوجد في هذه الطبقة خلايا الميلانين أو الخلايا الصبغية.

٢. الطبقة الشائكة (Stratum Spinosum):

تتكوّن من صفوف عدة من الخلايا متعدّدة السطوح ترتبط ببعضها بوساطة أربطة شقيّة تظهر تحت المجهر على شكل أشواك؛ لذا، سميت الطبقة بالشائكة، وتحتوي أيضاً على أجسام (أودلانند) التي تحتوي على مادة دهنيّة تفرز على السطح الخارجي للجلد، وبهذا تحافظ على الماء داخل الجلد وتمنع مرور الماء إلى السطح الخارجي.

٣. الطبقة الحبيبيّة (Stratum Granulosum): يتراوح سمك الطبقة الحبيبيّة (١-٥) صفوف من الخلايا ذات الشكل الحرشفي، وتحتوي هذه الطبقة على (حبيبات الكيراتوهيالين) التي تتكوّن من بروتينات وكبريتات، وهي ضروريّة لتكوين الكيراتين، وتتأثر هذه الطبقة بمعظم المؤثرات المرضيّة التي تحدث للجلد، حيث تبدأ النواة والعضيّات في الخلية بالتحلل تدريجيّاً.

٤. الطبقة الصافية (Stratum Lucidum): تتألف من صفّ أو صفّين من الخلايا، وتقع أسفل الطبقة المتقرّنة، وتوجد هذه الطبقة في الجلد السميك فقط، وتفتقر خلاياها إلى النويّات وعضيّات الخلايا، وتبدو صافية عند فحصها مجهريّاً؛ لذلك سميت الطبقة الصافية.

٥. الطبقة المتقرّنة (Stratum Corneum): تتكون من صفوف عدّة من الخلايا المتقرّنة الممتلئة ببروتين الكيراتين، ويختلف سمك هذه الطبقة من موقع لآخر باختلاف العمر، إذ إنّها أكثر سمكاً على سطح الكف وباطن القدم والكعيبين، كما أنّها أقلّ سمكاً في الجلد المحيط بالعين، وقد سمّيت هذه البشرة بالطبقة الحاجزة؛ لأنّها تشكّل حاجزاً يمنع مرور الماء، وأصبحت تعرف باسم (العامل المرطّب الطبيعي). كما أصبح من الممكن تصنيعها مخبرياً، ويمكن نزع هذه الطبقة بوساطة التنظيف العميق؛ لتزداد نفاذية مستحضرات التجميل عبر الجلد.

٦. الطبقة النامية (Basal Layer): تتكوّن من صف واحد من الخلايا المرتبة عمودياً، وتعوّض البشرة ما تفقده من الطبقات بوساطة الخلايا النامية، التي تكوّن الطبقة السطحية للبشرة.

ب- خلايا البشرة: تحتوي البشرة على الخلايا الآتية:

١. خلايا الكيراتين (Keratinocytes): تكون مكعبية الشكل في الطبقة القاعدية، وتشكّل أكثر من (٩٠)٪ من خلايا البشرة، وتحتوي على كميّة كبيرة من بروتين الكيراتين.

٢. خلايا لانجرهانز (Langerhans Cells): توجد في الطبقات فوق القاعدية، وتشكّل هذه الخلايا جزءاً من جهاز المناعة في الجلد.

٣. خلايا ميركل (Merkle Cells): خلايا حسية توجد تحت البشرة مباشرة، وهي مسؤولة عن الإحساس باللمس الخفيف (التربيت).

٤. الخلايا الميلانية (Melanocytes): تنشأ من الجهاز العصبي في الجنين، ثم تنتقل إلى البشرة لتستقرّ بين خلايا الطبقة القاعدية، ولهذه الخلايا تفرّعات يصل عددها إلى (٣٠) خلية، وتتصل كلّ واحدة منها بخلية كيراتينية تحمي البشرة من أشعّة الشمس، وتنقل إليها صبغة الميلانين التي تمنح اللون للجلد والشعر والعيّن.

تقع طبقة الأدمة تحت البشرة، وهي الطبقة العميقة من الجلد، وتتكوّن من نسيج ضام ليفي يحتوي على ألياف مرنة تعطي الجلد مرونة، ويتمّ توصيل الغذاء لها عن طريق الأوعية الدموية، وتوجد فيها أيضًا نهايات الأعصاب، وتحتوي على الخلايا الصبغية، ويبلغ سمك الأدمة (٢) مم تقريبًا، ومن فوائدها:

- تغذية طبقة البشرة.
- تحمي الجلد عند تعرّضه للصدمات.
- تعطي المرونة للجلد.

أ - طبقات الأدمة: تتألّف الأدمة من طبقتين رئيسيتين، هما:

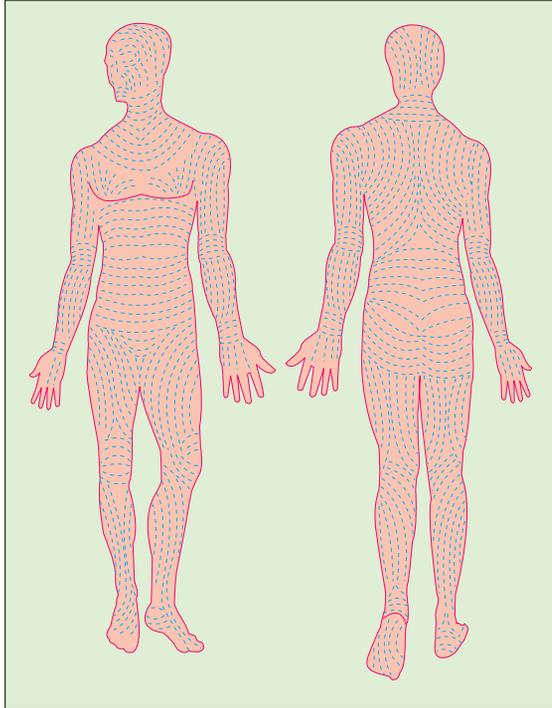
١. الأدمة الحليمية (Papillary Dermis): تقع تحت البشرة مباشرة، وتتكوّن من بروزات قمعية الشكل تشبه الأصابع في طبقة البشرة تسمى الحليمات الأدمية، وتكون عريضة وقصيرة في بعض الأماكن، مثل: الوجه، ورفيعة في الأماكن الأخرى وطويلة، مثل: راحتي اليدين، وتحتوي الأدمة الحليمية على:

أ. بصيالات حسية.

- ب. نهايات الأعصاب التي تعمل على تنظيم حرارة الجسم.
- ج. شبكة من الأوعية الدموية.

٢. الأدمة الشبكية (Reticular Dermis):

تعدّ أكثر سمكًا من الأدمة الحليمية، وتحتوي على ألياف شبكية تدعى الكولاجين (Collagen)، وألياف تدعى الإيلاستين (Elastin)، وتأخذ هذه الألياف ترتيبًا شبه منتظم في معظم أماكن الجسم، كما في الشكل (٢-٣)، بالإضافة إلى أنها تعطي قوامًا للجلد



الشكل (٢-٣): خطوط التوتر في الجسم.

وتسمى خطوط (التوتر) أو خطوط (لانجر)، وتكون هذه الخطوط أفقية الشكل في الجذع وعمودية في الرأس والأطراف، وقد أثبت علمياً أن الجروح الموازية لهذه الخطوط تلتئم بسرعة أكبر مقارنة بالجروح التي تقطع عرضياً وتدعى (الإيلاستين)، وتحتوي الأدمة الشبكية على ملحقات البشرة (الشعر، والغدد العرقية والدهنية، والعديد من الأوعية الدموية واللمفية والعصبية)، وتزود هذه الطبقة خلايا البشرة بالغذاء والأكسجين.

ب- خلايا الأدمة: يوجد في الأدمة خلايا عدّة، منها:

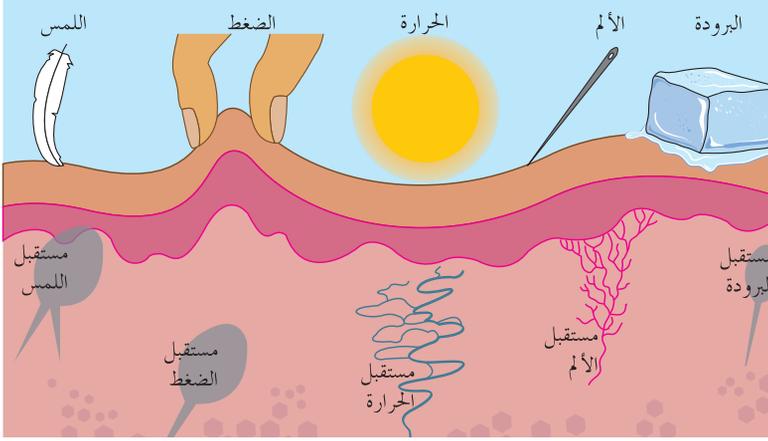
١. الخلايا الليفية: تكوّن هذه الخلايا الأنسجة الليفية، ووظيفتها إفراز الكولاجين والإيلاستين اللذين يعطيان المرونة والقوام للجلد.
٢. الخلايا الصارية: تفرز الهستامين والهيبارين وموادّ أخرى في حالة تخديش الجلد أو تعرّضه للإيذاء.
٣. خلايا البلازما: تعمل هذه الخلايا على إنتاج البروتينات المناعية المضادة للأجسام الغريبة.
٤. الخلايا البلعمية: خلايا كبيرة الحجم تبتلع الأجسام الغريبة التي تصل للأدمة، وتعمل على حمايتها، وتوجد إما متجولة أو مثبتة على الأنسجة.
٥. كريات الدم البيضاء: يوجد عدد قليل من مختلف أنواعها في الأدمة، وهذه الخلايا تمنع تفاعلات الهستامين، وترتبط بين الألياف والخلايا في الأدمة مادّة عديمة الشكل تدعى (Matrix)، وتحتوي على الكربوهيدرات والبروتينات وموادّ دهنية.

ج- أعصاب الجلد: يحتوي الجلد في منطقة الأدمة على عدد كبير من نهايات الأعصاب التي تنقل الإحساس بالألم واللمس والضغط، كما في الشكل (٢-٤)، ويوجد العديد من البصيلات الحسية، منها:

١. بصيلات مايسنر (Meissner's Corpuscles): توجد في الأدمة الحليمية، وتنقل الإحساس باللمس الخفيف.
٢. بصيلات كروز (Krause's Corpuscles): توجد في الطبقة الأدمة الشبكية، وتنقل الإحساس بالبرودة بين (١٠-٢٠)°س.
٣. عضو رافيني (Ruffini Organ): يوجد أسفل الأدمة، وينقل الإحساس بالحرارة فوق (٢٥)°س.

٤ . بصيالات باسيني (Pacini Corpuscles): توجد في الطبقة تحت الجلد، وتستقبل الإحساس بالذبذبات والضغط.

كما ويحتوي الجلد على أعصاب من الجهاز العصبي الذاتي بجزأيه الودي ونظير الودي والتي تغذيها الغدد المختلفة، والعضلة الناصبة للشعرة، والأوعية الدموية، وتوجد أيضًا



مستقبلات اللمس والألم حول جذور الشعرة.

الشكل (٢-٤): المستقبلات الحسية في الجلد

من خلال الشكل أعلاه، أجب عن الآتي:

- أيّ البصيالات تنقل الإحساس بالبرودة، وأيها تنقل الإحساس بالحرارة؟
- أيّ البصيالات تنقل الإحساس بالضغط، وأيها تنقل الإحساس باللمس الخفيف؟
- علل: تكون الحروق القريبة من السطح أكثر ألمًا من الحروق العميقة.
- أيّ من المؤثرات الآتية يشعر بها الإنسان أولاً:
الحرارة أم البرودة أم الألم.
- لِمَ يتحمل الإنسان قوة ضغط عالية على الجلد، بينما يشعر بوخز الإبرة سريعًا؟

فكر

هل يفسّر وجود بصيالات باسيني في الأسفل تحمّل الجلد للضغط الأكبر؟

د - الأوعية الدموية: تنفّرع الشرايين التي تغذي الجلد إما من الشرايين التي تغذي العضلات، أو بشكل مباشر من أحد الشرايين الرئيسية، وتكون شرايين الجلد على شكل (جديلتين) متداخلتين؛ الأولى في الجزء العميق من الأدمة الشبكية، والثانية بين الأدمة الشبكية

والحليمية، ويتفرّع من الجديلتين العديد من الشرايين، حيث تعتمد طبقة البشرة على الأدمة في الحصول على الغذاء والأكسجين الضروري لإتمام وظائفها.

طبقة تحت الأدمة (تحت الجلد)



تحتوي طبقة تحت الأدمة (Hypodermis) على نسيج ضام دهني، وتعدّ مخزنًا للدهون في الجسم، وتعمل كطبقة عازلة تعيق امتصاص الحرارة فيه أو فقدانها، ويختلف سمك طبقة تحت الأدمة من مكان إلى آخر تبعًا للنظام الغذائي للشخص، وتستعمل هذه الطبقة لحقن العديد من الأدوية.

ملحقات الجلد



للجلد توابع أو ملحقات، منها:

أ - الغدد، وهي نوعان: العرقية والزهميّة:

١. الغدد العرقية، وهي نوعان: الفارزة والمفترزة:

أ. الغدد العرقية الفارزة (Eccrine Sweat Glands): يوجد جسم الغدة في طبقة تحت

الجلد، وتصبّ قناتها على سطح الجلد الخارجي، وهي مسؤولة عن الرطوبة التي تظهر على راحتي اليد عند الإصابة بالاضطرابات العاطفية، ويزداد إفرازها عند ارتفاع درجات الحرارة، ويكثر وجودها في الجلد السميك.

ب. الغدد العرقية المفترزة (Apocrine Sweat Glands): تبدأ إفرازاتها بعد مرحلة البلوغ، وتتأثر إفرازات هذه الغدة عند الخوف، أو الألم، أو الإثارة الجنسية، وتصب قنوات هذه الغدد في جراب الشعرة ويقتصر وجودها في منطقة الإبط والأعضاء التناسلية.

يتركب العرق من عدّة أملاح مثل: كلوريد الصوديوم، واليوريا، والحموض الأمينية وكمية بسيطة من السكر والدهن، ويختلف عدد الغدد العرقية من شخص إلى آخر؛ نلاحظ مثلا وجود رائحة عرق مميزة عند الأشخاص المصابين بمرض السكري أو عند تناول أطعمة معينة مثل (الثوم، أو البصل، أو مشروب الحلبة)، ويكون العرق عديم الرائحة عند إفرازه ولكنه يتحلل بفعل

الجراثيم الموجودة على الجلد، كما ويساعد وجود الشعر تحت الإبط على زيادة رائحة العرق.

٢. الغدد الزهيمية (الدهنية) (Sebaceous Glands): تنتشر هذه الغدد في الجلد الرقيق فقط، وتتأثر إفرازاتها بالهرمون الذكري، ويبدأ إفرازها بعد سن البلوغ، على شكل مادة زيتية تسمى (الزهم)، وتحتوي على كولسترول وبروتينات وأملاح عضوية، حيث يمنع الزهم (Sebum) تقصف الشعر، ويقي الجلد من الجفاف، ويحافظ على نعومة الجلد وليونته، ويحميه من بعض الجراثيم، وقد تزداد لزوجة الزهم خاصة في مرحلة البلوغ، مما يؤدي إلى انسداد قنوات الغدد الزهيمية وتكوين حب الشباب.

ب- الشعر: درسته سابقاً.

ج- الأظفار: درستها سابقاً.

نشاط (٢-١): اختلاف إفراز الغدة العرقية من شخص إلى آخر

رشّ رائحة عطريّة نفسها على يدك وأيدي زملائك، وقارن بين الرائحة الناتجة، هل تختلف من جلد إلى آخر، دوّن ملحوظاتك، وناقشها مع زملائك بإشراف المعلم.

- ١ - اذكر فوائد الأدمة.
- ٢ - حدّد وظيفة كلّ مما يأتي:
 - أ - الغدد الدهنيّة
 - ب - الغدد العرقية
- ٣ - اذكر طبقات البشرة، وبين صفات كلّ طبقة.
- ٤ - قارن بين طبقتي البشرة (الشائكة، والقاعدية) من حيث:
 - أ - عدد الصفوف من الخلايا. ب - شكل الخليّة في كلّ منها.
 - ج - الوظيفة التي تؤديها الخليّة في كلّ منها.
- ٥ - قارن بين الأدمة الحليميّة والأدمة الشبكيّة من حيث الشكل، وأماكن وجودها، وما يحتويه كلّ منها.
- ٦ - قارن بين الغدد الفارزة والغدد المفترزة من حيث: موقع كلّ منها، وأماكن وجودها، وإفرازها.
- ٧ - لديك قائمتان، الأولى خلايا البشرة، والثانية وظيفة كلّ منها، صل بخطّ بين الخلايا ووظيفتها المناسبة.

(ب) الوظيفة	(أ) خلايا البشرة
إعطاء اللون للبشرة	١ - خلايا لانجرهانز
تعطي الجلد الدعامة والترطيب	٢ - خلايا ميركل
الإحساس باللمس	٣ - خلايا الكيراتين
تعطي المناعة	٤ - خلايا الميلانين
مسؤولّة عن التغذية	

توزيع مستقبلات الجلد الحسية

تمرين

١-٢

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تبين اختلاف توزيع مستقبلات الألم والحرارة واللمس في مناطق مختلفة من الجلد.

المعلومات الأساسية

تحتوي البشرة بين خلايا طبقتها القاعدية على نهايات الأعصاب التي تستقبل الإحساس بالألم، بينما تحوي الأدمة في مستوياتها المختلفة على مستقبلات اللمس والضغط والحرارة والبرد.

مستلزمات تنفيذ التمرين

المواد	الأدوات والتجهيزات
- كوب ماء بارد	- دبّوس - قطعة قطن

الرقم	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرسوم التوضيحية
١	أجلس زميلك على كرسي مريح، واطلب إليه أن يغمض عينيه ويمدّ ذراعه اليمنى على المقعد.	
٢	ضع قطعة قطن صغيرة في راحة يد زميلك اليمنى.	
٣	اسأل زميلك بم يحسّ.	
٤	أوخز باطن ذراع زميلك بلطف بالدبوس، ثم أوخر راحة يده، واسأله في أيّ المكانين كان الألم أكثر.	
٥	ضع قطرة ماء باردة في راحة يد زميلك، ثم في باطن ذراعه، واسأله عن إحساسه.	
٦	كرّر الخطوة السابقة باستعمال الماء الساخن، واسأله عن الفرق في الإحساس بين اليد والذراع.	
٧	تبادل الأدوار مع زملائك، وارصد النتائج التي حصلت عليها في جدول يوضّح أكثر أماكن الجلد إحساسًا بالألم، والحرارة، والبرودة.	

الأسئلة

- ١- يتفاوت إحساس الجلد بالموثرات الخارجيّة من مكان إلى آخر، أين يكون الإحساس بهذه المؤثرات أكبر ما يمكن في الخطوات السابقة المذكورة في التمرين؟
- ٢- كيف يمكن توظيف الإحساس بالألم للتفريق بين درجات الحروق؟

تتضمّن صفات الجلد ما يأتي:

التركيب الكيميائي للجلد

يتضمّن التركيب الكيميائي للجلد ما يأتي:

أ- التركيب الكيميائي للبشرة: تعدّ البشرة خطّ الدفاع الأول؛ فلا تسمح بنفاذ بعض المواد، ويمكن زيادة نفاذيتها عن طريق نزع طبقة البشرة المتقرّنة بطرائق التنظيف العميق للبشرة، ويعدّ الميلانين أهمّ التراكيب الكيميائية للبشرة، وهو نوعان:

- ١ . فيوميلانين (Pheomelanin): لونه أحمر وأصفر.
- ٢ . الأيوميلانين (Eumelanin): لونه بنيّ أو أسود، ويبدأ تشكيل النوعين من (الحمض الأميني) التيروسين (Tyrosine) الذي يتحوّل ليشكل الميلانين، ويتدرّج تصبّع الجلد بالميلانين من ضعيف جدًا عند شعوب المناطق الباردة القطبية إلى شديد عند شعوب المناطق الاستوائية؛ ليتناسب مع شدّة حرارة الشمس المختلفة من منطقة إلى أخرى؛ إذ يعمل الميلانين على حماية الجلد من الأشعّة فوق البنفسجية، وتتراوح درجة حموضة الجلد ما بين (٤,٥-٦) pH، وتختلف باختلاف منطقة الجلد.

يوضّح الجدول (٢-١) درجة حموضة الجلد في بعض مناطق الجسم المختلفة.

الجدول (٢-١): درجة حموضة الجلد في بعض مناطق الجسم.

المنطقة	درجة الحموضة (pH)
فروة الرأس	٤,٠
الفخذ، والأرجل، والكعب	٤,٥
الجزع	٤,٧
الوجه	٤,٧
أسفل الثدي	٦,٠
حول المنطقة التناسلية	٦,٢
تحت الإبط	٦,٥
ظهر اليدين	٦,٩
بين أصابع القدمين	٧,٥

تمعن الجدول (٢-١)، ثم أجب عن الآتي:

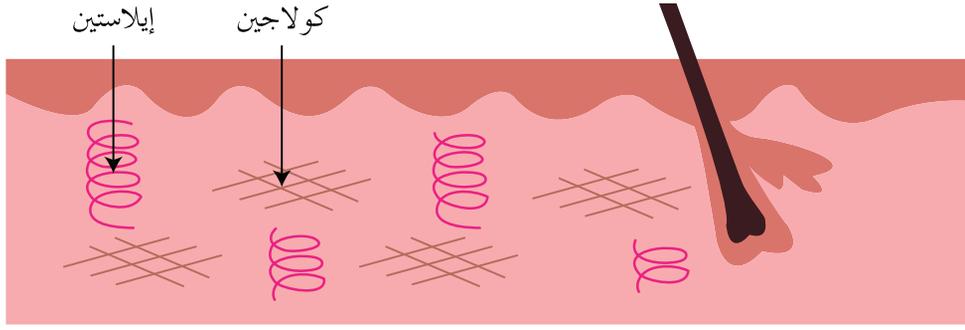
- كيف تعلل درجة حموضة فروة الرأس الأعلى في القائمة؟
- لم تكون بعض مناطق الجلد أكثر عرضة للإصابة بالجفاف؟ أعطِ مثالاً.
- ما درجة حموضة (pH) مستحضرات التجميل كالكريمات التي ينصح باستعمالها لليدين والوجه؟

قضية للبحث

تكون منطقة الجلد بين أصابع القدمين أكثر عرضه للإصابة بالفطريات، ابحث أنت وزملاؤك عن علاقة درجة الحموضة في الإصابة بالفطريات، وناقشه مع زملائك بإشراف المعلم.

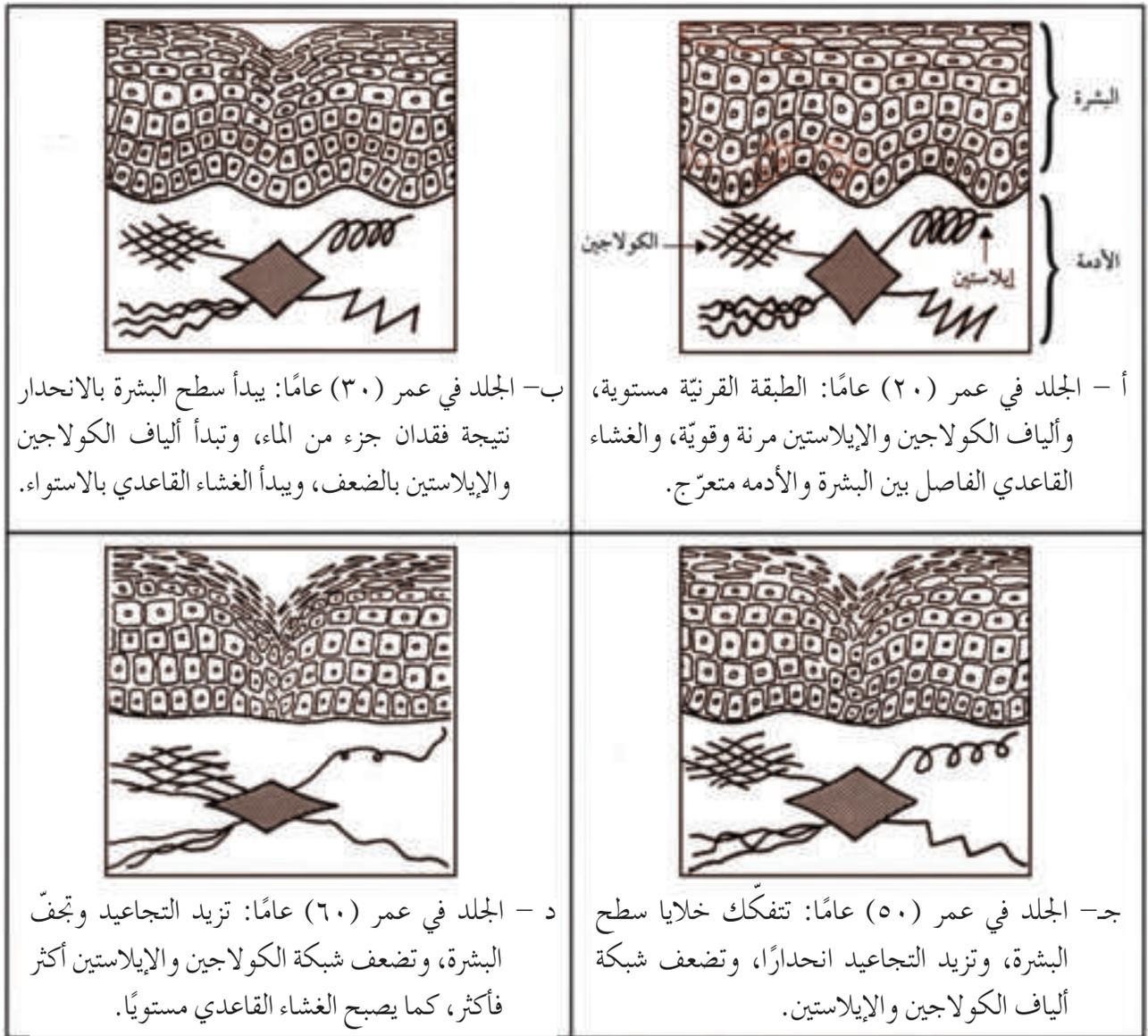
ب- التركيب الكيميائي للأدمة: تحتوي الأدمة على نوعين رئيسيين من الألياف تختلفان في التركيب الكيميائي والخصائص الفيزيائية، وهما:

- ١ . ألياف الكولاجين (Collagen): وتتكوّن من بروتين الكولاجين، الذي يشكل (٧٥)٪ من الوزن الجاف للأدمة التي تنتجها الخلايا الليفية، ويعتمد سمك الأدمة على عوامل عدّة، أهمها: العمر، والجنس، ويتميز الكولاجين بأنه يعمل على تماسك الجلد وليونته، وبمحتواه العالي من الحمض الأميني الجلايسين والبرولين، وغيرها، ومن الملاحظ أنّ هذه التراكيب جميعها توجد في الكريّمات الخاصّة بتجعيد البشرة.
- ٢ . الألياف المرنة الإيلاستين (Elastin): تتكون من بروتين الإيلاستين ويشكّل (٤)٪ من الوزن الجاف لطبقة الأدمة، وهي ألياف مرنة ومتشعبة تعطي مرونة للجلد، ويمكن أن تمتدّ إلى ضعف طولها الأصلي ثم تعود إلى طولها الطبيعي بعد زوال المؤثر عنها، كما في الشكل (٢-٥)، ويختلف الإيلاستين عن الكولاجين باحتوائه على كمّيات أقلّ من الحموض الأمينية، ولكنّه يحتوي على كمّيات كبيرة من الحمض الأميني (الفالين، والديزموزين) الذي ينفرد به الإيلاستين، وهذه التسميات للحموض الأمينية تكون مدوّنة على كثير من عبوات مستحضرات العناية بالبشرة.



الشكل (٢-٥): موقع ألياف الكولاجين والإيلاستين في الأدمة.

ومع التقدّم في العمر، تطرأ تغيّرات على الجلد، كما في الشكل (٢-٦).



الشكل (٢-٦): التغيّرات التي تطرأ على طبقات الجلد وأليافه مع تقدّم العمر.

ومن التغيرات التي تحدث للبشرة أن تتأثر خلايا الطبقة القرنية حيث تكون مستوية في سن العشرين وتنحدر وتتفكك في سن الثلاثين والخمسين، وتضعف أيضًا ألياف الكولاجين والإيلاستين مع تقدّم العمر، مما يتسبب في حدوث التجاعيد.

قضية للبحث

- كيف تلعب الضغوط النفسية دورًا في تكوين التجاعيد؟
- ابحث مع زملائك عن علاقة اتساع بطن الأم الحامل في أثناء فترة الحمل وعودتها إلى وضعها الطبيعي بعد ذلك، ودوّن ملحوظاتك، وناقشها مع زملائك بإشراف المعلم.
- ابحث في الفرق بين مواصفات الجلد ليديك ويد جدّك/جدّتك من حيث المرونة، والتجاعيد، والليونة، وظهور الأوعية الدموية والنعومة، والسّمك، ودوّن ملحوظاتك، وناقشها مع زملائك بإشراف المعلم.

٢ لون الجلد

- يتحدّد لون الجلد والشعر الطبيعيين إلى درجة كبيرة بواسطة صبغة الميلانين الموجودة في الجلد التي تنتجها خلايا الميلانين، الشكل (٢-٧)، ويتأثر لون الجلد بالعوامل الآتية:
- أ - الوراثة: حيث تمتاز الخلايا الميلانينية بأنها الخلايا الوحيدة التي تحوّل الحمض الأميني إلى صبغة الميلانين وفي حالة نقصها تسبّب مرض (البهاق).
 - ب - البيئية: تؤثر الإشعاعات المختلفة في لون الجلد؛ فيظهر الجلد باللون الداكن نتيجة تكثف الميلانين وزيادة نشاط الخلايا الميلانينية في إنتاجه.
 - ج - الوظيفية، مثل: ظهور الجلد باللون الوردية؛ لأنّ هيموجلوبين الدم يكون مؤكسجًا، أما إذا كان غير مؤكسج، فإنّه يظهر باللون الأزرق، ويؤدي تراكم صبغة (الكاروتين) إلى اصفرار لون البشرة.
 - د - الهرمونية: تؤثر بعض الهرمونات في نشاط خلايا الميلانين، مثل: الهرمون المنبّه للميلانين.

هـ - المرضية: قد يظهر تغير مفاجئ غير عادي للون الجلد، وعندها يجب مراجعة الطبيب المختص.



الشكل (٢-٧): لون الجلد.

قضية للبحث

- يختلف لون بشرة سكان إفريقيا الجنوبية عن لون بشرة سكان البحر الأبيض المتوسط، ابحث أنت وزملاؤك عن سبب الاختلاف، وناقشه معهم بإشراف المعلم.
- ظهور الجلد باللون البرونزي عند التعرض لأشعة الشمس لفترة طويلة، مثل: الحمام الشمسي، وإذا انقطع التعرض لأشعة الشمس لفترة، فيعود لونه إلى السابق مرة أخرى.

سلك الجلد

٣

ينقسم الجلد إلى نوعين تبعاً لسماك طبقاته المختلفة، وهما:

أ - **الجلد السميك:** يقتصر وجود هذا الجلد على راحتي اليدين وأخمص القدمين، ويمتاز بأن طبقات البشرة فوق القاعدية أكثر سمكاً من مثيلاتها في الجلد الرقيق، وتكون الأدمة بشكل عام سميكة، وتتخذ الأدمة الحليمية في أطراف أصابع اليدين والقدمين ترتيباً مميزاً يسمى (البصمة)، ويختلف ترتيبه من شخص إلى آخر، ولا ينمو الشعر في الجلد السميك أبداً؛ لذلك، لا يحتوي الجلد السميك على الغدد الدهنية بل يحتوي على الغدد العرقية بكثرة.

ب - **الجلد الرقيق:** يوجد الجلد الرقيق في باقي أجزاء الجسم، وينمو فيه الشعر، وتوجد فيه الغدد الدهنية والعرقية، كما يختلف سمكه من مكان إلى آخر في الجسم، وهو أرق جلد يوجد في الجفن العلوي، والجلد الأكثر سمكاً الذي يوجد في أعلى الظهر.

يختلف جلد الذكور في سمكه وملامسه عن جلد الإناث، ابحث عن هذا الفرق، وناقشه مع زملائك بإشراف معلمك.

٤ وظائف الجلد

للجلد وظائف عدّة تعمل على حماية الشخص، والمحافظة على اتزان المحيط الداخلي للجسم، ويؤدي اضطراب أيّ من هذه الوظائف إلى آثار سلبية للجسم، ومن أهمّ وظائفه:

أ - تنظيم درجة حرارة الجلد: يعمل الجلد على ثبات درجة حرارة الجسم وذلك عن طريق إفراز العرق؛ إذ يساعد تبخّر العرق عن سطح الجلد على ترطيب الجسم، وعند تدني درجة الحرارة يحافظ الجلد على حرارة الجسم.

ب - الإحساس: يحتوي الجلد على نهايات عصبية وبصيلات تستقبل المؤثرات الخارجية، مثل: (الألم، والحرارة، واللمس، والضغط) مما يساهم في الحماية والاتصال.

ج - الإخراج: التخلص من الموادّ الضارّة، مثل: العرق؛ إذ يحتوي العرق على العديد من الأملاح والمركّبات العضويّة.

د - المناعة: تعدّ خلايا (لانجرهانز) الموجودة في طبقة البشرة جزءاً من جهاز المناعة في الجسم، كما توجد الخلايا البلعمية التي تهاجم الأجسام الغريبة، وتمنع وصولها للداخل.

هـ - تخزين الدم: تحتوي الأوعية الدمويّة الموجودة في الأدمة من (٨-١٠)٪ من حجم الدورة الدمويّة للإنسان، وتزداد هذه الكميّة عند القيام بأيّ مجهود عضلي، مما يساعد على فقدان حرارة الجسم، وتنضيق الأوعية الدمويّة عند القيام بمجهود عضلي، وهذا يزيد من تدفق الدم وتغذية العضلات المنقبضة.

و - تكوين فيتامين (د): يعمل الجلد على تكوين فيتامين (د) الذي يؤخذ من أشعّة الشمس بواسطة الأشعّة فوق البنفسجيّة، ويعدّ هذا الفيتامين هرموناً؛ لأنّه ينتج في الجلد وينتقل عبر الدم إلى أماكن أخرى.

ز - الامتصاص: للجلد قدرة على امتصاص الغازات في الوقت الذي يصعب امتصاص مواد التجميل؛ لذا، صنعت هذه المواد بطرق وكفاءة عالية؛ لتزيد من الامتصاص، ويمتصّ الجلد الموادّ الدوائية الطيارة بسهولة؛ لذا، فإنّ الجلد قادر على امتصاص مراهم الفكس والمنثول.

ح - الإفراز: يفرز الجلد مادّة دهنيّة لها أهميّة في سلامة الطبقة المتقرّنة؛ إذ تجعلها غير نافذة للماء والموادّ الكيميائيّة والجراثيم.

نشاط (٢-٢): بصمات الأصابع

ابحث في مصادر المعرفة المتوافرة لديك عن أشكال بعض بصمات الأصابع وصور عنها، وصنّفها في مجموعات، وناقش قدرة الخالق عزّ وجل في ذلك من خلال الآية الكريمة: ﴿بلى قادرين على أن نسوي بنانه﴾، وألصقها على لوحة، ثمّ ناقشها مع زملائك بإشراف المعلم.

٥ مواصفات الجلد السليم

يدلّ الجلد السليم على تمتّع صاحبه بصحّة حسنة وجيدة، ومن مواصفاته ما يأتي:

أ - سطح الجلد طبيعي غير جاف وغير دهني.

ب - ناعم الملمس.

ج - أنسجته مرنة.

د - الطبقة الدهنيّة متوسّطة السمك.

هـ - الدورة الدمويّة سليمة.

و - تتراوح درجة حموضته (pH) بين (٥,٥ - ٦)

العوامل المؤثرة في صحّة الجلد

هناك عوامل تؤثر في صحّة الجلد، نذكر منها:

- مؤثرات خلقية، مثل: وجود وحمات خلقية (Naevi) مختلفة الحجم والأشكال.

- مؤثرات هدميّة: تنتج من الإصابة ببعض الأمراض الجلديّة، أو تقدّم العمر، أو التعرّض

الطويل لأشعة الشمس.

- مؤثرات أيضية: ناتجة من سوء التغذية بأشكالها المختلفة.
- مؤثرات بيئية ومهنية، مثل: تغير درجة الحموضة مما يؤدي إلى تحسسه وتهيجه أو انسداد مسامه، مثل: حدوث التهابات في جراب الشعرة أو الإصابة بالسرطان.

● طرق المحافظة على صحة الجلد

تجب مراعاة الأمور الآتية للمحافظة على صحة الجلد وسلامته:

- توفير الغذاء المتوازن.
- الاهتمام بالنظافة الشخصية، واستخدام المنظف المناسب لنوعية الجلد.
- حماية الجلد من التعرض لأشعة الشمس المباشرة.
- المحافظة على درجة حموضة الجلد في الحدود الطبيعية.
- استعمال الأقمعة المناسبة والكريمات المرطبة لموازنة ماء الجلد ودهونه.

- ١ - اذكر أربعاً من مواصفات الجلد السليم.
- ٢ - فسّر كلاً مما يأتي:
 - أ - عدم تشابه بصمات اليد من شخص إلى آخر.
 - ب - عدم نمو الشعر في الجلد السميك ونموه في الجلد الرقيق.
 - ج - يعدّ الميلانين أهمّ التراكيب الكيميائية للبشرة (الجلد).
 - د - يعمل الميلانين على حماية الجلد من الأشعة فوق البنفسجية.
 - هـ - تعدّ معرفة خطوط التوتر للجسم مهمة بالنسبة إلى أخصائي التجميل.
- ٣ - اذكر أنواع الجلد وتوزيعها في الجسم.
- ٤ - اذكر ثلاثاً من وظائف الجلد المختلفة.
- ٥ - يختلف لون البشرة من شخص إلى آخر:
 - أ - كيف يتحدّد لون الجلد؟
 - ب - ما المؤثرات التي تؤثر في لون الجلد؟
- ٦ - حدّد وظيفة كلّ من:
 - أ - الكولاجين
 - ب - الألياف المرنة (الإيلاستين)
 - ج - صبغة الميلانين.

قياس درجة تركيز أيون الهيدروجين (pH) في الجلد

تمرين

٢-٢

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تقيس درجة تركيز أيون الهيدروجين (pH) في الجلد.
- تتعرّف الفوارق بين درجة تركيز أيون الهيدروجين (pH) في أماكن الجلد المختلفة.

المعلومات الأساسية

تتراوح درجة حموضة الجلد الطبيعي من (٥,٥ - ٦)؛ وتختلف هذه الدرجة في جلد الشخص ذاته من منطقة إلى أخرى، وللكشف عن درجة الحموضة، يتمّ القياس في منطقة محدّدة وهي باطن المرفق، وتجدر الإشارة إلى أنّ لاختلاف الأرقام العشريّة تأثيرًا ذا دلالة في تحديد درجة حموضة الجلد.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	الموادّ
- قطعة قطن.	- قليل من الكحول. - محلول كاشف الميثايل الأحمر (Methyl red). - محلول البروموثايمول الأزرق (Bromothymol Blue).

الرقم	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرسوم التوضيحية
١	نظّف سطح مرفق يدك من الداخل بقطعة قطن مبلّلة بالكحول.	
٢	اترك المكان ليجفّ تلقائيًا.	
٣	انتظر بضع دقائق.	
٤	ضع نقطة من المحلول الكاشف (الميثايل الأحمر، أو البروموثايمول الأزرق) على المنطقة المنظّفة والجافة.	

الكاشف المستعمل			الكاشف المستعمل		
درجة الحموضة	اللون الناتج	الكاشف المستعمل	درجة الحموضة	اللون الناتج	الكاشف المستعمل
٥,٥	ذهبي مصفرّ	البروموثايمول	٥,٠	أحمر	الميثايل الأحمر
٦,٠	أخضر باهت		٥,٣	أحمر مصفرّ	
٦,٤	أخضر		٥,٥	برتقالي	
٦,٦	أخضر مزرقّ		٥,٧	برتقالي مصفرّ	
٧,١	أزرق مخضّر		٦,٠	برتقالي مصفرّ ذهبي مصفرّ	
٧,٥	أزرق				

تمارين ممارسة

نُفذ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو كمجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:

- سجّل درجة تركيز أيون الهيدروجين في منطقة أخرى من الجسم.
- اكتب خطوات العمل التي تتبّعها في تنفيذ كلّ تمرين عملي.
- قيّم تنفيذك لكلّ خطوة من خطوات العمل التي اتبعتها.
- احتفظ بتقويم أدائك الذاتي في ملفك.

الأسئلة

علل ما يأتي:

- ١- تختلف درجة حموضة البشرة باختلاف حالتها.
- ٢- تختلف درجة حموضة بشرة الوجه من شخص إلى آخر.

مشاهدة بصمات الأصابع

تمرين

٣-٢

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

– تشاهد بصمات أصابعك على سطح نظيف.

المعلومات الأساسية

تتخذ الأدمة الحليمية شكلاً معيناً في أطراف أصابع اليدين والقدمين يعرف بالبصمات، التي تحدّد هويّة الشخص بحيث لا تشابه من شخص إلى آخر.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد
– عدسة مكبرة	– كوب ماء بارد.
– كوب زجاجي نظيف، مناديل ورقية	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	اغسل يديك بالماء والصابون، وجفّفهما جيّداً.	١
	ضع العدسة المكبرة على طرف أحد أصابع يدك اليسرى، وحرّكها للأعلى للحصول على رؤية واضحة.	٢
	لاحظ شكل البصمة على الإصبع، وحاول رسمها.	٣
	امسك الكوب الزجاجي بيدك اليسرى، ولاحظ آثار البصمات عليها.	٤
	اغسل يديك، واركهما رطبتين بعض الشيء، ثمّ امسك الكوب مرّة أخرى.	٥
	لاحظ أنّ آثار البصمات أكثر وضوحاً في المرّة الثانية.	٦

الأسئلة

علل ما يأتي:

- ١- تنظّف اليدين جيّداً قبل القيام بأيّ عمل من أعمال التجميل.
- ٢- تظهر البصمات بشكل أكثر وضوحاً عندما تكون اليدين رطبتين.

يواجه المزيّن في أثناء عمله بعض الاضطرابات التي تتعلّق بالجلد؛ لذلك يجب عليه أن يكون على علم ودراية بمشاكل الجلد واضطراباته الوظيفية، حتى يتسنى له تقديم النصح والإرشاد، أو تحويل المريض إلى طبيب مختصّ، وكذلك تساعد المزيّن على حماية نفسه من بعض الأمراض المعدية. ومن الاضطرابات الوظيفية للجلد:

١ فرط إفرازات الغدد الزهيمية

غالبًا ما تصيب الفرد في سن المراهقة؛ فيبدو الوجه دهنيًا لامعًا، وقد يرافقه ظهور الزوان وحبّ الشباب. ومن المشكلات الوظيفية للجلد ما يأتي:

أ - أسباب فرط إفرازات الغدد الزهيمية:

- ١ . العامل الوراثي: تلعب الوراثة في زيادة إفراز الهرمون الذكري (التسترون) الذي يؤدي إلى زيادة في إفرازات الغدد الزهيمية.
- ٢ . اختلال الاتزان الهرموني: عن طريق زيادة إفرازات الهرمونات الجنسية وخاصة عند الذكور.
- ٣ . الطعام: حيث تختلف طبيعة الطعام الذي يتناوله الفرد من شخص لآخر.
- ٤ . تلعب الضغوط النفسية دورًا مهمًا في زيادة إفرازات الغدة الدهنية، وخاصة في الفترات العصبية الزائدة التي يمرّ بها الفرد أحيانًا.
- ٥ . الإمساك المزمن.
- ٦ . البيئة: الجلد الدهني حسّاس للتغيّرات الجوية، فالحرارة الشديدة والرطوبة وتلوّث الهواء تؤثر في الغدد الدهنية وتزيد من إفرازاتها.

ب- أشكال فرط إفرازات الغدد الزهيمية:

- ١ . الزوان (Comedons): ومن أنواعه:
 - أ . الزوان ذو الرؤوس السوداء ويسمّى الزوان المفتوح؛ وينتج بسبب انسداد الغدة الزهيمية التي تفتح في جراب الشعرة بواسطة إفرازات صلبة يتغيّر شكلها فيصبح لونها أسود، وتبقى الرؤوس السوداء على حالها إلا إذا تمّ العبث فيها، فتخرج الدهون عند الضغط عليها.

ب . الزوان ذو الرؤوس البيضاء ويسمى الزوان المغلق.

ج . الدفينة الملييا (milia)، وهي حبيبات بيضاء تتكوّن نتيجة اختلاط الدهون المفروزة بالخلايا الميتة لجراب الشعرة، ولا تخرج هذه الدهون بطريقة الضغط إلا إذا تمّ ثقبها بوساطة الإبرة الخاصّة، ومن النصائح المقدّمة للأشخاص الذين يتعرّضون لاضطرابات الغدد الزهميّة ما يأتي:

- الاهتمام بغسل الوجه بالماء الدافئ والصابون الخاصّ مرّات عدّة يوميًا، وكذلك غسل الشعر بالشامبو (٢-٣) مرّات أسبوعيًا.
- استعمال القناع الطبي مرّة في الأسبوع.
- استعمال حمّام البخار مرّة في الأسبوع.
- التقليل من استعمال الموادّ العطريّة على الوجه؛ لأنّه يتسبّب في تهيجها.
- عدم استعمال الكريمات في المكياج والاقصرار على سائل الأساس والبودرة.
- الابتعاد عن الإثارة الجنسيّة.



٢ . حبّ الشباب (Acne vulgaris): يصيب حبّ

الشباب كلا الجنسين في فترة البلوغ والمراهقة، كما في الشكل (٢-٨)، ويسمى أيضًا باسم (العدّ الشائع)، ويظهر على الوجه، والكتفين، وأعلى الصدر، والظهر على شكل حبوب ملتهبة الأشكال، ومختلفة الحجم، ومتفاوتة في العمق والشدّة، ويمكن أن يترك علامة أو حفر وندبًا بشعة إذا بدأت المعالجة في وقت متأخر.

الشكل (٢-٨): حب الشباب.

من أسباب ظهور حبّ الشباب ما يأتي:

- أ . فرط الإفرازات الدهنيّة نتيجة الاستعداد الوراثي أو الاضطرابات الهرمونيّة.
- ب . وجود خلل في جراب الشعرة وانسداد قنواتها.
- ج . الاستعمال الخاطيء لمستحضرات التجميل، ممّا يؤثّر في عملية التقرّن في جراب الشعرة.
- د . الضغوط النفسيّة.
- هـ . تناول بعض الأدوية، مثل: الكورتيزون والإصابة باضطرابات الغدّة فوق الكلويّة.

وتصنّف الإصابة بحبّ الشباب إلى أربع درجات:

- أ . الدرجة الأولى (البسيطة): تتميز بوجود الرؤوس السوداء وقليل من البثور، أقل من (١٠) على كل جنب من جانبي الوجه.
- ب . الدرجة الثانية (المتوسطة): تتميز بوجود تدهن واضح وبثور حمراء، وحطاطات التهابية (١٠-٢٠) على كل جنب.
- ج . الدرجة الثالثة (الشديدة): تتميز بوجود الدامل الكبيرة المتلاصقة؛ وهي حويصلات صديدية مؤلمة بسبب تكاثر البكتيريا، فيها من (٢٠-٣٠) على كل جنب.
- د . الدرجة الرابعة (شديدة جداً): تتميز بوجود الأكياس الدهنية. أكثر من (٣٠) على كل جنب.

ومن النصائح التي تقدّم للوقاية والعلاج من حبّ الشباب ما يأتي:

- أ . عدم العبث بالحبوب، واستشارة طبيب الجلدية في حالة الدرجات (الثانية والثالثة والرابعة).
- ب . غسل الوجه بالماء والصابون (يفضّل صابون طبيّ يحتوي على الكبريت) أو صابون درجة حموضته (٥,٥-٦) pH.
- ج . الاهتمام بنوع الطعام المتوازن، كالخضار، والفواكه، وشرب السوائل.
- د . شرب الماء والعصائر الطبيعية؛ لتقليل من الإمساك.
- هـ . عدم المبالغة في وضع مستحضرات التجميل والتقليل منها في فترة العلاج، والإكثار من الرياضة في الهواء الطلق.

قضية للبحث

ابحث مع زملائك لمعرفة كيف يؤدي الاستعمال الخاطئ لبعض أنواع كريمات الأساس ومساحيق المكياج إلى ظهور حب الشباب والزوان، ناقش ما توصلت إليه مع زملائك بإشراف معلّمك.

٢ فرط الجفاف في الجلد

٢

يظهر الجلد في هذه الحالة جافاً وخشناً مما يؤدي إلى تشققات سطحية أو عميقة مؤلمة ونازفة، ومن أسباب جفاف الجلد ما يأتي:

أ- تعرّض الجلد للهواء البارد الجاف، مما يؤدي إلى جفافه، ونقص إفرازات الغدد الدهنية؛ فيقلل من الرطوبة، وعليه، يؤدي إلى جفاف الجلد.
ب- المبالغة في استعمال الصابون والمنظفات الكيميائية دون الاهتمام باستعمال القفّازات الواقية لليدين.

ج- استعمال مواد عطرية تحتوي على الكحول بكثرة.

د - تقدّم العمر حيث تقل الإفرازات الدهنية في الجلد.

هـ - سوء التغذية؛ فهناك مرض البلاجرا بسبب نقص النياسين وكذلك فيتامين (أ)؛ فالنقص يسبب الجفاف والتشقق وتشقق الشفاه.

ومن النصائح التي تقدّم لتجنب جفاف الجلد ما يأتي:

أ - استعمال كريمات أو زيوت مطرية مثل: (اللانولين، وزيت اللوز، وزيت الكاكاو).

ب- شرب الماء بكثرة؛ لموازنة ماء الجلد.

ج- استعمال كريمات مرطبة؛ لموازنة دهون الجسم.

د - تجفيف الجلد بعد استعمال الماء والصابون.

٣ ضعف الدورة الدموية في الأطراف (التشليج)

٣

يصيب التشليج بعض الأشخاص في فصل الشتاء وخاصة في الأماكن المكشوفة، مثل: (اليدين، والقدمين)، وتبدأ أعراض هذه المشكلة بظهور بقع حمراء داكنة اللون مائلة إلى الزرقة، ثم ينتفخ الجلد ويصبح جافاً ومؤلماً، وقد يتشقق مما يسمح بدخول الجراثيم وإحداث التهاب جلدي.

ينصح الأشخاص المصابون بضعف الدورة الدموية بما يأتي:

أ - عرض الشخص المصاب على طبيب إذا كانت الحالة شديدة.

ب- تجنّب التعرّض للبرد أو الرطوبة العالية.

- ج- استعمال الجوارب القطنية والقفازات السميكة في فصل الشتاء.
- د - تدليك الجلد بزيت الكافور.
- هـ - تناول الأغذية الغنية بفيتامينات (أ، ج، د).
- و - تعريض الجلد للأشعة تحت الحمراء التي تولد الحرارة في الأنسجة من خلال جلسات علاج طبيعي.

قضية للبحث

تستعمل الأشعة تحت الحمراء في علاج ضعف الدورة الدموية في الأطراف (التشليج)، ابحث مع زملائك عن كيفية استعمال جهاز الأشعة تحت الحمراء الخاص في علاج (التشليج)، وناقشه مع زملائك بإشراف المعلم.

٤ اضطرابات التعرق

- يعدّ التعرق عملية فسيولوجية تهدف لضبط حرارة الجسم والتخلص من الفضلات، للمحافظة على توازن الجسم الداخلي، وتختلف كمية العرق من شخص إلى آخر باختلاف درجة حرارة الجو والرطوبة، والنشاط العضلي كما مر معك سابقاً، وقد تزداد كمية العرق في الحالات الآتية:
- أ - ارتفاع درجة حرارة جسم الإنسان.
- ب- الهبوط الحاد في سكر الدم.
- ج- الأمراض العصبية.
- د - سن اليأس عند بعض النساء.
- هـ- التعرق بسبب أنواع الملابس كالنايلون وغيرها.
- و - أسباب غير معروفة، كالتعرق الشديد بغض النظر عن درجة الحرارة، بحيث تعيق الشخص عن ممارسة أنشطته اليومية، وقد تكون هذه الحالة وراثية تبدأ عند سن البلوغ وقد تختفي في سن الثلاثين.

يمكن التخفيف من العرق باتباع الأمور الآتية:

- أ - الاهتمام بالنظافة الشخصية ونظافة الملابس والاستحمام.



الشكل (٢-٩): أحد

أشكال مزيلات التعرّق.

ب- استعمال مزيلات التعرّق على شكل بخاخ الغاز، ولوشن (أقلام شمعية)، كما في الشكل (٢-٩).

ج- استعمال المطهّرات؛ للتخلّص من البكتيريا.

د - استعمال مزيلات التعرّق مثل: (أملاح الألمنيوم مثل (الشبة)، والزركونيوم).

هـ- منع النمو الجرثومي باستعمال المطهّرات، وخاصة مركّبات الأمونيوم الرباعيّة.

٥ تجاعيد الوجه

تقلّ نسبة الدهون في البشرة مع تقدّم العمر، وعليه، تصبح جافة ومترهّلة، وتظهر التجاعيد (Facial wrinkles) نتيجة النقص في معدّل تجدد الخلايا، فتظهر على شكل خطوط نتيجة لنقص الكولاجين والإيلاستين الموجود في الألياف المرنة في طبقة الأدمة، مما يؤدي إلى ظهور التجاعيد، وهناك نوعان منها:

أ - التجاعيد السطحيّة الدقيقة: تظهر على الجلد الناعم، وتبدأ بعد سن (٢٥) سنة في منطقة الجبين، وحول العينين والفم والأنف؛ فيظهر الشخص أكبر عمراً أو يدل مظهره على الإرهاق، وقد يؤدي سوء التغذية لظهور التجاعيد، ومن أسباب ظهور التجاعيد السطحيّة المبكرة ما يأتي:

١ . رقة الجلد.

٢ . جفاف الجلد.

٣ . التعرّض لأشعة الشمس المباشرة بكثرة، وغالباً ما تضعف ألياف الكولاجين والإيلاستين المسؤولة عن قوام الجلد بعد سن ٢٥ سنة تدريجيّاً.

٤ . سوء التغذية.

ب- التجاعيد العميقة: تظهر على الجلد السميك بعد سن الأربعين (٤٠)؛ إذ تبدأ ألياف الكولاجين والإيلاستين في الاضمحلال، ممّا يؤدي إلى ظهور التجاعيد والترهّلات،

كما في الشكل (٢-١٠)، ومن أسباب حدوث التجاعيد العميقة ما يأتي:

١. الإسراف في التدخين: حيث يعمل النيكوتين على تضيق الأوعية الدموية.



٢. التعرّض لأشعة الشمس المباشرة بشكل متكرّر ولفترات طويلة.

٣. إدمان الكحول.

٤. الوراثة.

٥. اضطرابات الوزن المفاجئة والمتكرّرة من زيادة أو نقصان.

ينصح الأشخاص المعرّضون للإصابة بالتجاعيد العميقة بما يأتي:

١. الابتعاد عن التشنّجات العصبية والانفعالات.

٢. تجنّب التعرّض المباشر لأشعة الشمس.

٣. تدليك البشرة لتحريك الدورة الدموية.

٤. استعمال كريمات مرطبة ومغذية للبشرة، كاحتوائها على حموض بروتينية وكولاجين.

٥. استشارة الطبيب المختصّ في حالة حدوث التجاعيد العميقة.

٦ اضطرابات ذات علاقة بالخلايا الميلانيّة

هناك بعض المشكلات للخلايا المنتجة للميلانين، منها:

أ - البقع الصبغية الصغيرة: تكثر عند ذوي البشرة البيضاء، وتظهر منذ الطفولة على شكل بقع صغيرة مستديرة داكنة اللون، وتتميّز هذه البقع بثبات لونها وعدم تغييرها طوال فصول السنة.



ب- النمش (Freckles): يعدّ النمش حالة خلقية وراثية

وخاصة للأطفال ذوي الشعر الأحمر والأشقر، وتكون

على شكل بقع مستديرة صفراء، وتتأثر بفصول السنة؛ إذ

يصبح لونها غامقاً في فصل الصيف، وتعود إلى حالتها

الأولى في أثناء فصل الشتاء؛ وسبب ذلك عدم انتظام

توزيع الخلايا الملونة في الجلد، كما في الشكل (٢-١١).

الشكل (٢-١١): النمش.

ما سبب تغيّر لون النمش، إذ يشتدّ لونه في فصل الصيف أكثر منه في الشتاء؟

ج- الكلف (Chloasma): حالة من اصطبغ الجلد غير المنتظم مجهولة الأسباب، ويظهر عادة عند بعض النساء فوق الجبهة والخدين خاصّة في فترة الحمل، أو التعرّض المباشر لأشعة الشمس، أو استعمال مستحضرات التجميل التي تتأثّر بضوء الشمس وتسبّب الكلف، كما في الشكل (٢-١٢). ويمكن الوقاية من الكلف أو التخفيف منه باتباع النصائح الآتية:

١ . تجنّب التعرض المباشر لأشعة الشمس والإضاءة العالية.

٢ . عدم استعمال العقاقير أو المستحضرات الحساسة للضوء، مثل: المهدّئات، والمضادات البكتيريّة، وحبوب منع الحمل.

٣ . استعمال كريمات تحتوي على مادّة مقشرة.

٤ . استعمال القناع المناسب لنوعيّة البشرة.

٥ . استعمال واقيات الشمس على الوجه والجسم عند التعرّض لأشعة الشمس.



الشكل (٢-١٢): الكلف.

٧ ظهور الشعيرات الدموية المتكسّرة في الوجه

تظهر الشعيرات الدموية المتكسّرة (Couperosis) في الوجه على شكل شبكة رقيقة حمراء اللون أو مائلة للزرقة، تنتج من ضعف في جدران الشعيرات الدموية، مما يجعلها غير قادرة على تحمّل ضغط الدم الواقع على جدارها وأماكن ظهور الشعيرات الدموية المتكسّرة فوق الوجنتين والأنف، أو في أماكن أخرى من الجسم، ومن العوامل التي تساعد على ظهورها ما يأتي:

أ - ارتفاع ضغط الدم. ب- الحمل.

ج- التدليك الشديد للجلد. د - تعرّض الجلد لدرجات الحرارة العالية أو البخار.

هـ - الصنفرة المستمرّة.

٨ التشعر عند المرأة

تتفاوت شدة التشعر (Hairiness) لدى المرأة، فقد تقتصر الحالة على ظهور شارب خفيف، وقد تصل إلى ظهور الشعر على الجسم كله بتوزيع مشابه لتوزيعه عند الذكور. وما زال الكثير من أسباب هذه الحالة مجهولاً، حيث تؤدي الاضطرابات الهرمونية دوراً مهماً في ظهورها أو في زيادة شدتها.

الأسئلة

- ١- اذكر اسم نوعين من التجاعيد يظهران على سطح البشرة، وبيّن أماكن انتشارها.
- ٢- صف كلاً من الدرجات الأربع للإصابة بحبّ الشباب.
- ٣- حدّد ثلاثة من العوامل المؤثرة في ظهور رائحة العرق.
- ٤- اذكر صفتين مميزتين للجلد في كلّ من المنطقتين الآتيتين:
أ - الوجه
ب - راحة كف اليد.
- ٥- قدّم خمس نصائح وقائية وعلاجية للأشخاص المصابين بحبّ الشباب.
- ٦- تتبّع التغيّرات التي تحدث للجلد مع تقدّم العمر من (٢٠) عاماً إلى (٦٠) عاماً على كل جزء من الأجزاء الآتية:
أ - الطبقة القرنية
ب - ألياف الكولاجين والإيلاستين
ج - الغشاء الفاصل بين الأدمة والبشرة.
- ٧- قدّم ثلاث نصائح تجميلية للأشخاص الذين يعانون التجاعيد.
- ٨- قارن بين البقع الصبغية والنمش من حيث: الشكل، وأماكن الانتشار في الجسم، وتأثيرها بالضوء.
- ٩- اذكر أربع طرق أساسية للمحافظة على صحّة الجلد.
- ١٠- اذكر ثلاث نصائح تقدّم لتجنّب جفاف الجلد.
- ١١- ما النصيحة التي يمكن أن تقدّم لشخص يعاني اضطرابات في التعرّق؟

يتعرّض جلد الإنسان إلى الإصابة ببعض الأمراض، منها: المعدية، مثل: الفطريات، والجرب، والثآليل، ومنها غير المعدية، مثل: البهاق، والصدفية، والإكزيما نتيجة إصابة أجهزة أخرى في جسم الإنسان، وتأثر الجلد بها، أو تكون الإصابة مباشرة على الجلد، وتنعكس إصابة الجلد على أجهزة الجسم الأخرى، الأمر الذي يؤدي إلى اضطرابات في وظائفها، ومن ناحية أخرى، فإنّ لأمراض الجلد تأثيراً في حالة المصاب النفسية.

ومن أهمّ الأمراض الجلدية الآتي:

الأمراض الفطرية



يصاب الجلد بأشكال مختلفة من الأمراض الفطرية (Fungal Diseases)، منها:

أ - فطريات الرأس: تظهر عند الأطفال على الأغلب على شكل بقع رمادية مستديرة خالية من الشعر، وقد يحدث في بعض الحالات التهاب صديدي يتلف بصيلة الشعر فلا تنمو مجدداً.



ب- فطريات الجسم: تظهر على الأماكن المكشوفة، كالوجه، والذراعين مسببة الحكة الشديدة كما في الشكل (٢-١٣).

ج- فطريات المنطقة الأربية: تظهر على أعلى الجهة الداخلية للفخذين على شكل حلقات كبيرة داكنة.

د - فطريات القدمين: تحدث بين الذكور والبالغين وبدرجة أقل بين النساء والأطفال، ويصاحبها حكة شديدة وألم.

هـ - فطريات الأظفار: تصيب أظفار القدمين أكثر من اليدين، وتسبب تشوهات في شكلها.
و - فطريات الجذع البقعية: تظهر على الجلد بلون بني، أو أبيض، أو حسب لون الجلد، وتنتشر فوق الركبة، والجذع، والذراعين، وتكثر الإصابة بها في الأجواء الحارة الرطبة، وهي شديدة العدوى.

ز - التحسس الفطري: يظهر على شكل فقاعات صغيرة صلبة فوق الأصابع وجوانب اليد نتيجة وجود فطريات في مكان آخر من الجسم.

نصائح عامة لتجنّب الإصابة بالفطريات:

- أ - الاهتمام بالنظافة الشخصية.
- ب- تجفيف الجسم جيّداً بعد الاستحمام.
- ج- استعمال الأحذية المفتوحة من الأمام في الأجواء الحارّة.
- د - ارتداء ملابس ناعمة الملمس (غير خشنة).
- هـ- الإسراع في معالجة الإصابات أينما ظهرت.
- و - معالجة الحيوانات البيئية الأليفة، مثل: القطط، والكلاب، وغيرها.
- ز - التقليل من الحركة في الجو الحار؛ للتقليل من التعرّق.

الجرب

٢

الجرب (Scabies): مرض جلدي سريع العدوى ينتقل من شخص إلى آخر، وينتج من نوع يسمّى (قراد الجرب الإنساني) كما في الشكل (٢-١٤)، وقد يمضي شهر أو شهران قبل ظهور الأعراض، وأهمها الحكّة الشديدة ليلاً.



عند ملامسة الحشرة للجلد، تضع بيوضها داخل الجلد وتفقس البيوض وتنتشر، ولتجنّب هذا المرض لا بدّ من الأخذ بالنصائح الآتية:

- أ - الاهتمام بالنظافة الشخصية.
- ب- عدم استعمال أدوات المصاب وأغطيته.
- ج- عدم الاختلاط المباشر بالمصاب.
- د - إبعاد الحيوانات البيئية المصابة، مثل: القطط، والكلاب، وغيرها.

الشكل (٢-١٤): الجرب.

قضية للبحث

ابحث وزملاؤك في مصادر المعرفة المتوافرة لديك عن (دور البيئة في نقل الأمراض الجلدية بين الأفراد)، وناقش ما توصلت إليه مع زملائك بإشراف المعلم.

البهاق

٣

البهاق (Vitiligo): ابيضاض يصيب الجلد جزئياً أو كلياً، كما في الشكل (٢-١٥)،



الشكل (٢-١٥): البهاق.

وينتج منه زوال مادة الميلانين التي تعطي لون الجلد،

ومن أهم أسبابه:

أ - اضطرابات مناعية.

ب- الاستعمال الخاطئ لبعض المواد الكيميائية على الجلد.

ج- اضطرابات عصبية.

الصدفية

٤

الصدفية (Psoriasis): مرض جلدي غير معدٍ ولكنه مزمن، يظهر على شكل قشور لونها أحمر

قرمزي منتشرة فوق الوجه واليدين والقدمين والأعضاء التناسلية، كما في الشكل (٢-١٦)، وقد



الشكل (٢-١٦): الصدفية.

يبقى المرض ساكناً لسنوات أو يتقدم ببطء شديد ثم ينتشر،

ومن العوامل التي تساهم في ظهور الصدفية ما يأتي:

أ - العامل الوراثي: الاستعداد الوراثي.

ب- وجود التهابات جلدية وعدم معالجتها في وقت مبكر.

ج- العامل البيئي: إذ يزداد في الشتاء بسبب الملابس

الصوفية وقلة التهوية، ويقل في الفصل الحار.

د - العامل النفسي: تزداد الإصابة عند الاضطرابات النفسية.

الإكزيما

٥

يعتمد ظهور الإكزيما (Eczema) على شدة المؤثر، الشكل

(٢-١٧)، وتكون أسبابها إما داخلية أو خارجية، ويمكن

أن تعمل هذه الأسباب مجتمعة أو منفردة بحيث يمكن أن

يصاب الشخص بأكثر من نوع في آن واحد، ونظراً للعلاقة

الوثيقة بين الأسباب الخارجية ومستحضرات التجميل

فستطرق لهذه الأسباب، وفي ما يأتي بعض أنواع الإكزيما:

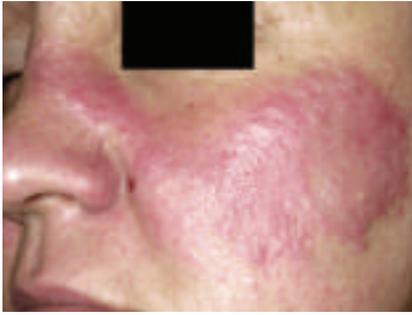


الشكل (٢-١٧): الإكزيما.

أ - الإكزيما التلامسية التحسسية والتهيجية: تظهر نتيجة ملامسة الجلد لمواد مهيجة، مثل الصابون، والمنظفات.

ب- الإكزيما التلامسية الضوئية التحسسية: تظهر نتيجة تعرّض الجلد لأشعة الشمس المباشرة بعد وضع المواد الكيميائية عليه، مثل: أصباغ الشعر، ومحاليل الحلاقة، وواقيات الشمس.

ج- الطفح الشمسي: يظهر على شكل حبيبات تسبب الحكّة نتيجة تعرّض الجلد لأشعة الشمس المباشرة دون استعمال أيّ مادة مهيجة، كما في الشكل (٢-١٨)، وغالبًا ما تصيب النساء في فصل الربيع، وينصح المصاب بهذا النوع من الإكزيما بما يأتي:



الشكل (٢-١٨): الطفح الشمسي.

١ . التوقّف عن استعمال مواد التجميل والعطور والكريمات جميعها.

٢ . الاهتمام بنظافة الوجه والجسم.

٣ . استعمال صابون حمضي.

٤ . مراجعة الطبيب المختص.

٦ الثآليل

الثآليل (warts): أورام حميدة صغيرة الحجم وقاسية، كما في الشكل (٢-١٩) يسببها الفيروس، وهي معدية وقد تعدي مكانًا آخر في الشخص نفسه، وتوجد أنواع كثيرة، منها:

أ - الثآليل الشائعة: تظهر غالبًا على اليدين، وهي غير مؤلمة إلا إذا ظهرت تحت الأظفار.



الشكل (٢-١٩): الثآليل.

ب- الثآليل المنبسطة: تصيب صغار السن في منطقة الوجه.

ج- الثآليل الأخمصية (مسامير القدم): تكون غائرة في القدم

في مناطق الارتكاز، وهذا ما يسبب ألمًا حادًا عند

الضغط عليها.

قضية للبحث

أصيب شخص بالإكزيما التحسسية نتيجة استعماله صباغ الشعر، ابحث مع زملائك لمعرفة كيف تعمل صباغ الشعر في ظهور الإكزيما التحسسية لدى بعض الأشخاص، وما علاقة صباغ الشعر بظهور الإكزيما، وناقش ما توصلت إليه مع زملائك بإشراف المعلم.

نشاط (٢-٣): يوم مفتوح للمجتمع المحلي

حدّد أنت وزملاؤك بإشراف المعلّم يوماً مفتوحاً للمجتمع المحلي، واستضيف طبيب جلديّة؛ لتوضيح بعض الاضطرابات والأمراض الجلديّة الشائعة، مثل: (حبّ الشباب، والزوان، والنمش، والكلف، والإكزيما)، والشخص المعني في علاجها (الطبيب المختصّ أم أخصائي التجميل)، ودوّن ملحوظاتك في دفترك مع إمكانية توفير الصور ذات العلاقة، ثمّ ناقشها مع زملائك بإشراف المعلّم.

الأسئلة

- ١ - عرّف كلاً مما يأتي:
 - أ - الإكزيما.
 - ب - الإكزيما التلامسيّة الضوئيّة التحسّسيّة.
 - ج - الجرب.
- ٢ - اذكر أربعاً من النصائح التي تقدم للمريض المصاب بالجرب.
- ٣ - علل كلاً مما يأتي:
 - أ - التقليل من الحركة في الجو الحار للأشخاص المصابين بالأمراض الفطريّة.
 - ب - تعدّد الصدفيّة من الأمراض الجلديّة غير المعدية.
- ٤ - اذكر بعضاً من المواد التي يمكن أن تسبّب الإكزيما التلامسيّة التحسّسيّة الضوئية.
- ٥ - الطفح الشمسي نوع من أنواع الإكزيما:
 - أ - اذكر أسبابه.
 - ب - أيّ الفصول التي يتأثر بها؟
 - ج - قدّم نصيحة لشخص مصاب بهذا النوع من الإكزيما.

أسئلة الوحدة الثانية

- ١ - ضع دائرة حول رمز الإجابة الصحيحة في كل مما يأتي:
(١) المدلول الرقمي لدرجة حموضة البشرة:
أ- $\text{pH} (٦ - ٤,٥)$ ب- $\text{pH} (٨ - ٧)$
ج- $\text{pH} (٩,٥ - ٨)$ د- $\text{pH} (١٠ - ٩)$
(٢) توافر الألياف البروتينية في الأدمة يؤدي إلى:
أ- تحسس الجلد ب- مرونة الجلد
ج- إعطاء لون للجلد د- إخفاء البقع في البشرة
(٣) تعرف الخلايا التي تمثل جزءاً من جهاز المناعة في الجلد بخلايا:
أ - الكيراتين ب - الميلانينية ج - ميركل د - لانجر هانز
(٤) تعرف حالة الاصطباغ غير المنتظم للجلد والمجهولة الأسباب ب:
أ - الطفح الجلدي ب - الكلف ج - النمش د - البقع الصبغية
(٥) المحدد الرئيس للون جلد الإنسان مادة:
أ - الميلانين ب - الكيراتين ج - الإيلاستين د - الكولاجين
- ٢ - اذكر الأسباب التي تؤدي إلى تكسّر الأوعية الدموية في البشرة.
- ٣ - اشرح آلية تكوين الزوان الأسود.
- ٤ - اذكر خمسة من أسباب ظهور الزوان.
- ٥ - ما الاسم العلمي للحبوب الدهنية؟
- ٦ - اذكر اسم اثنين من أنواع الثآليل، وحدد أماكن انتشارها.
- ٧ - اذكر ثلاثة من العوامل التي تساهم في حدوث الصدفية.

٨ - بيّن أسباب وجود كلِّ مما يأتي:

أ - البهاق ب - الجرب ج - الصدفيّة.

٩ - علل كلاً مما يأتي:

أ - تكثّر التجاعيد في الأماكن المكشوفة في الجلد.

ب - يساهم العامل البيئي في ظهور الصدفيّة.

ج - تختلف درجة حموضة بشرة الوجه من شخص إلى آخر.

د - تنظيف اليدين وتعقيمهما جيّداً قبل القيام بأيّ عمل من الأعمال الخاصّة بالتجميل.

هـ - يجب على أخصائي التجميل أن يكون على علم ودراية في علم التشريح.

١٠ - حدّد ثلاثة أسباب تؤدي إلى تكسّر الشعيرات الدمويّة في البشرة.

١١ - وفق بين طبقات البشرة في العمود الأول مع ما يناسبها من شكل الطبقة في العمود الثاني.

(أ) طبقات البشرة	(ب) شكل الطبقة
طبقة البشرة القاعدية	تتألف من صفوف من الخلايا ذات الشكل الحرشفي المسطح.
طبقة البشرة الحبيبية	تتألف من خلايا لا توجد فيها نويّات أو عضيات.
طبقة البشرة الشائكة	تتألف من صف واحد من الخلايا المكعبة.
طبقة البشرة المتقرّنة	تتألف من صفوف من الخلايا متعدّدة السطوح.
طبقة البشرة الصافية	

التقويم الذاتي

قيّم تعلّمك لموضوع تركيب الجلد وصحّته، بوضع إشارة (✓) أمام كلّ فقرة من قائمة الشطب الآتية:

الرقم	أستطيع بعد دراستي لهذه الوحدة أن:	نعم	لا
١	أصنّف طبقات الجلد، وملحقاته، وأهميّة كلّ منها.		
٢	أوضّح وظائف الجلد المختلفة، ومواصفات الجلد السليم.		
٣	أحدّد المشكلات الوظيفيّة للجلد، وسبل الوقاية منها، وكيفيّة التعامل معها.		
٤	أوضّح التركيب الكيميائي للبشرة والأدمة.		
٥	أحدّد وظائف الجلد المختلفة، وطرق المحافظة عليه.		
٦	أوضّح أشكال بعض الأمراض الجلديّة الشائعة.		
٧	أستخدم محرّكات البحث في استقصاء المعرفة عن الجلد، وأمراضه، ومشاكله.		
٨	أواكب التطوّرات والمستجدّات في مجال العناية بالجلد.		

٣

الوحدة الثالثة

العناية بالبشرة



العناية بالبشرة

الوحدة الثالثة

تتأثر البشرة بالعامل الوراثي وب عوامل أخرى، منها: التلوّث البيئي، والاختلال الوظيفي للجلد، كإفراز الدهون، والعرق الذي يمكن أن يؤدي إلى تكوّن الزوان وجفاف الجلد، والحساسية، حيث تقتصر العناية المنزليّة للبشرة على طرق التنظيف السطحي ووضع مستحضرات التجميل النهارية والليلية، ويلجأ الفرد إلى مراكز التجميل المتخصصة، وإشراف خبراء مختصين، للحصول على عناية متخصصة للبشرة، كالتنظيف العميق، والتدليك، والأقنعة باستعمال الأجهزة المناسبة لها.

– ما نوع بشرتك؟ ما الأجهزة والأدوات المستخدمة في تنظيف البشرة؟

– كيف يمكن إدخال المستحضرات إلى داخل البشرة؟

يتوقع منك بعد دراسة هذه الوحدة أن:

- تحدّد أنواع البشرة، وصفات كلّ منها.
- توضّح مفهوم التنظيف السطحي، وطرائقه، وأسس تنفيذه.
- تجهّز الزبون لعملية التنظيف السطحي، وتنظّف البشرة بوساطة الحليب المنظّف والسائل المنعش.
- توضّح مفهوم التنظيف العميق للبشرة، وطرائقه، وأسس تنفيذه.
- تنظّف البشرة تنظيفاً عميقاً يدوياً باستخدام جهاز الصنفرة.
- توضّح مفهوم التدليك وأنواعه، ومواقع الأعصاب الحسيّة والحركيّة في الوجه والرقبة.
- تدلّك الوجه والأكتاف والرقبة بحركات التدليك المختلفة.
- تبيّن طرق إزالة الحبوب السوداء والبيضاء (الزوان)، وتزيلها يدوياً وآلياً.
- تميّز مستحضرات العناية بالبشرة الليلية والنهارية.
- تضع مستحضرات البشرة باستخدام الأجهزة الخاصّة.
- توضّح مفهوم الأقنعة، وأنواعها، وفوائدها.
- تضع القناع المناسب للبشرة بطريقة صحيحة.
- توضّح مفهوم التشعر، وتبيّن فوائد إزالة نزع الشعر غير المرغوب به.
- تبيّن طرائق نزع الشعر المؤقتة والدائمة.

أولاً أنواع البشرة وصفاتها

تختلف البشرة من شخص إلى آخر حسب العمر، وحسب طبيعتها، ومواصفاتها، وسعة المسامات، وكمية الإفرازات الدهنية والعرقية؛ لذا، لا بد أن يكون المزيّن على علم بأنواع البشرة وخصائص كلّ منها؛ ليتمكّن من تمييز كلّ نوع من أنواع البشرة، واختيار ما يناسبها. تتشابه البشرة في تركيبها التشريحي بين الناس جميعهم، ولكنها تختلف من حيث سعة المسامات، وكمية إفرازها للدهون، حيث تنقسم البشرة إلى ستة أنواع:

١ البشرة العادية

- تعدّ البشرة العادية (Normal Skin) من أفضل أنواع البشرة، وأقلّها وجوداً، ومن مواصفاتها:
- أ - مساماتها متوسطة السعة وغير ظاهرة.
 - ب - توازن الإفرازات الدهنية في مختلف مناطق البشرة.
 - ج - تجدد خلاياها باستمرار وتوازن الأيض في أنسجتها.
 - د - أقلّ أنواع البشرة عرضة للمشاكل.
 - هـ - متوازنة الرطوبة و مرنة.

فكر

ما أهميّة توازن الرطوبة والإفرازات الدهنية في البشرة؟

٢ البشرة الجافة

تصبح البشرة جافة (Dry Skin) عندما ينقص محتوى الماء والدهون أو كلاهما معاً في البشرة، حيث تجفّ وتصاب بحالة من قلة الرطوبة في طبقتها القرنية التي يغطّيها الغشاء المائي الدهني، الذي يتكوّن من جزأين؛ أحدهما محبّ للدهون ويشتمل على الدهون الموجودة في الخلايا وما بينها، إضافة إلى إفراز الغدد الدهنية، والآخر محبّ للماء ويتكوّن من حموض أمينية، والعامل المرطّب الطبيعي (NMF) (Natural Moisturing Factor)، والعديد من العناصر

والمركبات والأملاح المعدنية، ويؤدي نقص الماء في الجلد إلى اختلال التوازن في الغشاء المائي الدهني، أي اختلال التوازن بين بروتين الجلد (كيراتين+كبريت) ودهنه، مما يؤثر في أداء الجلد لوظيفته، ويقلل من عملية التجديد المستمرة لخلايا الجلد، فيظهر الجلد بمظهر جاف متقرن.

ومن صفات البشرة الجافة (Dry Skin) ما يأتي:

- أ - مساماتها ضيقة وصغيرة.
- ب - ملمسها خشن .
- ج - قلة إفرازاتها الدهنية.
- د - الأيض في أنسجتها بطيء.
- هـ - نسبة التقرن فيها عالية.
- و - أكثر أنواع البشرة عرضة للتجاعيد.

ومن أسباب جفاف البشرة ما يأتي:

- أ - التعرض المستمر للشمس والهواء، أو التعرض للبخار لفترة طويلة.
- ب - استعمال الصابون القلوي الذي يسبب الجفاف.
- ج - التقدم في العمر.
- د - قلة تناول الماء والسوائل.
- هـ - استعمال كريمات أو أقنعة غير مناسبة للبشرة.
- و - تناول بعض الأدوية التي تسبب جفافاً للبشرة.
- ز - سوء التغذية.

البشرة الدهنية



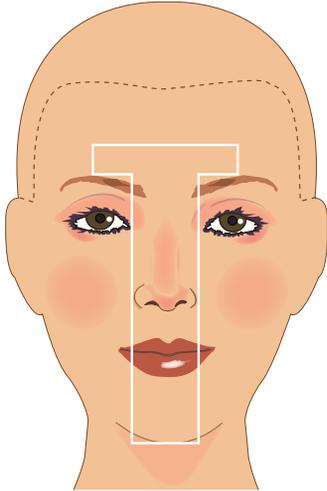
تتميز البشرة الدهنية (Oily Skin) بزيادة إفرازات الدهون على البشرة بشكل كبير، فتظهر البشرة بمظهر زيتي لامع، والسبب يعود لعوامل عدة، منها:

- أ - الجو الحار الرطب.
- ب - العوامل الوراثية.
- ج - الاضطرابات الهرمونية التي تؤدي إلى زيادة إفراز الغدد الزهمية، مما يؤدي إلى تغير

درجة حموضة الجلد الطبيعيّة بحيث تميل إلى القاعدية، وعليه، تساعد على ظهور الزوان وحبّ الشباب، ومن صفات البشرة الدهنيّة (Oily Skin) ما يأتي:

- ١ . مساماتها واسعة وظاهرة.
- ٢ . ملمسها ناعم.
- ٣ . أكثر سمكاً من أنواع البشرة الأخرى.
- ٤ . درجة حموضتها قاعدية.
- ٥ . أقلّ أنواع البشرة عرضة للإصابة بالتجاعيد.
- ٦ . إفرازاتها الدهنيّة أكثر من المعدّل، فهي أكثر عرضة لظهور حبّ الشباب والزوان.

٤ البشرة المختلطة



الشكل (٣-١): توزيع الدهن في البشرة المختلطة.

تتّصف البشرة المختلطة (Combination Skin) باحتوائها على مناطق دهنيّة وأخرى جافة أو عاديّة، وغالبًا ما تكون المناطق الدهنية على شكل حرف (T)، كما الشكل (٣-١)، حيث تتوزّع الدهون في منطقة الجبين، وجوانب الأنف والفم، وأسفل الذقن، وعلى جانبي الوجه. إن وجود الدهن في المنطقة الوسطى يساعد على ترطيب الهواء داخل الأنف واللعاب في الفم.

٥ البشرة الحساسة

تتّصف البشرة الحساسة (Sensitive Skin) بشدّة الحساسيّة والنعومة والرقّة، ومن صفاتها الأخرى ما يأتي:

- أ - رقّة جلدها.
- ب - ظهور الشعيرات الدمويّة فيها بشكل واضح، كما ذكرنا سابقًا عن كيفية ظهور الشعيرات الدمويّة المتكسّرة.
- ج - شدّة حساسيّتها للحرارة العالية والمنخفضة.

د - سرعة احمرارها وخاصة في منطقة الوجنتين.

كما تقل نسبة الدهون في البشرة المتقدمة في العمر (Aging Skin) مع تقدم عمر الإنسان؛ فتظهر التجاعيد والترهلات في البشرة نتيجة لنقص معدل تجديد الخلايا والكولاجين، كما أنّ عدم الاعتناء بالبشرة، وسوء التغذية، والتعرض لأشعة الشمس لفترات طويلة، والتدخين كلها تؤثر سلباً فيها.

وتتأثر البشرة بالعديد من التغيرات، أهمها: ظهور الكلف، وظهور الشعيرات الدموية المتكسرة، والتقدم في العمر الذي يؤدي إلى ظهور التجاعيد.

نشاط (٣-١): عمل جدول مقارنة

أعدّ جدول مقارنة لكلّ نوع من أنواع البشرة من حيث الخصائص، والمواصفات، والمشكلات التي يمكن حدوثها، وناقشه مع زملائك بإشراف المعلم.

قضية للبحث

تحتاج البشرة حول العينين إلى عناية خاصة نظراً لموقعها، ورقتها وحساسيتها؛ بسبب قلة محتواها من الكولاجين الأساسي في حفظ جزيئات الماء، وغالباً ما تتعرض للاسوداد والانتفاخ، وكثيراً من الأحيان يصبح الجلد المحيط بالعين قاتماً، ابحث في سبب ظهور اللون القاتم حول العينين، وناقش ما توصلت إليه مع زملائك بإشراف معلمك.

الأسئلة

- ١ - تمعن الجملتين الآتيتين، ثم أجب عن الأسئلة التي تليهما:
(قلّة الإفرازات الدهنيّة للبشرة الجافّة)، و(نسبة التقرّن في البشرة الجافّة عالية).
 - أ - هل هناك علاقة تربط بين هاتين الجملتين؟
 - ب- وضح السبب في ظهور التقرّن في البشرة الجافّة بنسبة عالية.
- ٢ - قارن بين البشرة العاديةّ والبشرة الدهنيّة من حيث: كميّة إفراز الدهون، والسّمك، والملمس.
- ٣ - تحتوي البشرة المختلطة على مناطق دهنيّة وأخرى جافّة.
 - أ - حدّد المناطق التي تظهر فيها البشرة مختلطة.
 - ب- كيف يمكن تقديم خدمات العناية بها؟
- ٤ - وضح آلية جفاف البشرة الناتج من نقص الماء.
- ٥ - حدّد نوع البشرة التي تظهر فيها التجاعيد أكثر من غيرها، وتلك التي تكون فيها التجاعيد أكثر عمقاً.
- ٦ - فسّر ما يأتي:
 - أ - نقص الماء يسبب جفاف البشرة.
 - ب- تعدّ البشرة الدهنيّة من أكثر أنواع البشرة عرضة لظهور الزوان وحبّ الشباب.
 - ج- عدم الإفراط في استعمال الصابون القلوي لتنظيف البشرة.
- ٧ - اذكر أربعاً من صفات البشرة الدهنيّة.
- ٨ - وضح الفرق بين خصائص كلّ من البشرة الجافّة والمختلطة من حيث الصفات.
- ٩ - لمّ يجب العمل على بقاء العامل المرطّب الطبيعيّ للبشرة متوازناً؟

تحتاج البشرة كسائر أنحاء الجسم إلى تنظيف وعناية لإزالة ما يعلق بها من أوساخ، وستحدث في ما يأتي عن أهم أساسيات العناية بها:

١ التنظيف السطحي

تتجمّع إفرازات العرق، والمواد الدهنيّة، وبقايا كريمات الأساس، والمكياج، والغبار على سطح البشرة، ويؤدي وجود هذه المواد وبقاؤها على الجلد لأوقات طويلة إلى انسداد مسامات البشرة، وتكاثر الجراثيم الضارّة، وظهور حبّ الشباب والزوان، ومن هنا ظهرت أهميّة تنظيف البشرة والاعتناء بها لإزالة الأوساخ المتراكمة عليها وتنظيف مساماتها، ويجب تنظيفها مساءً قبل النوم حتى تستطيع التنفّس؛ لأن تجديد الخلايا ينشط في أثناء فترة النوم والاسترخاء، ويجب أيضًا تنظيفها صباحًا لإزالة بقايا الكريم الليلي في حالة استعماله.

تستعمل المواد الآتية في عملية التنظيف السطحي:

أ - الماء والصابون: يعدّ الماء المادّة الأساسيّة الأولى في تنظيف سطح البشرة، وهو فعّال لأنواع معيّنة من البشرة ولكنّه ليس فعّالاً لبعض أنواعها الأخرى مثل: البشرة الدهنيّة، إذ إنّ الماء وحده لا ينظّف الدهون المتراكمة على سطح البشرة مما يستدعي استعمال الصابون لإزالة الدهون، إلّا أنّ هناك أنواعًا من الصابون لا تناسب أنواعًا معيّنة من البشرة فتعمل على جفافها وخشونتها، ويعدّ الصابون ذو درجة الحموضة المتعادلة (pH ٧) تقريبًا الأمثل لأنواع البشرة جميعها ما عدا البشرة الدهنيّة؛ حيث يفضّل استعمال صابون درجة حموضته (٥,٥) pH لمعادلة سطح البشرة، ومنع حدوث حبّ الشباب، يمكن الرجوع إلى الجدول (١-٢) في الوحدة الأولى والذي يبين أنواع الصابون واستعمالاته.

ب- الحليب المنظّف (Cleansing Milk): يعمل حليب التنظيف على تنظيف سطح البشرة، وإزالة الدهون المؤكسدة وغير المرغوب فيها دون إحداث جفاف في البشرة؛ فيترك طبقة رقيقة مرطّبة على سطحها، ممّا يعطيها ملمسًا ناعمًا وصحيًا، وتوجد أنواع منه حسب

أنواع البشرة، حيث يتغلغل حليب التنظيف داخل المسام فيعمل على إزالة الأوساخ، والدهون، وبقايا مستحضرات التجميل، ويفضّل عند استعمال حليب التنظيف أن تكون درجة الحموضة pH (5,5) للبشرة الدهنيّة، ودرجة الحموضة pH (7) تقريباً لأنواع البشرة كافة.

ج- السائل المنعش (Tonic): يعدّ السائل المنعش العنصر المكملّ لحليب التنظيف، فهو يعمل جنباً إلى جنب مع الحليب المنظّف؛ إذ يزيل بقايا الحليب المنظّف والمواد الدهنيّة ممّا يعطي استخدامهما معاً أفضل النتائج، ويعمل السائل المنعش على تنظيف المسام بشكل مؤقت، فضلاً عن أنه يعطي الشعور بالانتعاش باستعماله مع السائل المنعش.

د- السائل القابض (Astringent): يعدّ السائل القابض من أنواع السائل المنعش، ويختلف عنه باحتوائه على موادّ قابضة ذات تأثير موضعي في الجلد؛ فتعمل على تضيق سعة المسامات بشكل مؤقت، ولها تأثير مضاد للتعرق وتعطي الإحساس بالانتعاش، ومن أنواع القوابض شائعة الاستعمال الكافور والهمامليس، وأكسيد الخارصين، وأكسيد الزنك، وغيرها.

قضية للبحث

استعمل بعض الأشخاص ذوي البشرة الدهنيّة حليب التنظيف الخاصّ لنوعيّة بشرتهم، وبعد فترة أصبحت بشرتهم جافّة، ابحت أنت وزملاؤك عن الطرائق الخاطئة للتنظيف السطحي للبشرة، وآثارها السلبية، وناقشها مع زملائك بإشراف المعلم.

نشاط (2-3): جمع عبوات حليب التنظيف والسائل المنعش

اجمع عبوات حليب التنظيف والسائل المنعش، وقرأ تعليمات الشركة الصانعة، وابحث عن خصائصها، ودوّن ملحوظاتك، ثمّ ناقشها مع زملائك بإشراف معلّمك.

إكساء الزبون للعمليات الخاصة في تنظيف البشرة

تمرين

١-٣



يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تحضّر الزبون لعملية تنظيف البشرة.

المعلومات الأساسية

يراعى عند إجراء العمليات الخاصة في تنظيف البشرة أن يتم إكساء الزبون بالطريقة الصحيحة للحفاظ على ملابسه وراحته.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد
- السرير الخاص بالبشرة، وشراشف نظيفة	- ماء وصابون
- مناشف نظيفة، ومريول نظيف للعامل	- مادة معقمة (كحول)
- مريول عمل نظيف للزبون	
- ربطة لرفع الشعر (عصبة أو طاقيّة)	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	اطلب إلى الزبون الاستلقاء بهدوء على السرير الخاص بالبشرة.	١
	اغسل يديك، وعقمهما.	٢
	اطلب إلى الزبون خلع المجوهرات والعدسات اللاصقة إن وجدت.	٣
	غطّ رأس الزبون بطاقيّة أو عصبة، كما في الشكل (١).	٤
	غطّ صدر الزبون بمنشفة نظيفة، كما في الشكل (٢).	٥

الشكل (١).

الشكل (٢).

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	اثنِ المنشفة من منطقة الصدر للداخل، كما في الشكل (٣).	٦
الشكل (٣).	اثنِ الطرف الآخر للمنشفة، كما في الشكل (٤).	٧
	ضع منشفة نظيفة تحت رأس الزبون، كما في الشكل (٥).	٨
الشكل (٤).	غطّ الزبون بشرشف نظيف، كما في الشكل (٦).	٩
	اغسل يديك، وعقمهما بالطريقة الصحيحة.	١٠
الشكل (٥).		
		
الشكل (٦).		

الأسئلة

- ١- لماذا يُكسى الزبون في عمليات العناية بالبشرة؟
- ٢- لماذا يغطّى رأس الزبون في عمليات العناية بالبشرة؟

تجهيز الزبون لعملية التنظيف السطحي للبشرة

تمرين

٢-٣



يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تحضر الزبون لعملية التنظيف السطحي للبشرة.

المعلومات الأساسية

يراعى قبل إجراء عملية التنظيف السطحي لبشرة الزبون تجهيزه، وتحضير الصابون والحليب المنظف، والسائل المنعش بدرجة الحموضة الخاصة لنوعية البشرة.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد
- السرير الخاص بالبشرة، وشراشف نظيفة	- صابون
- مناشف نظيفة، ومريول نظيف للعامل	- مادة معقمة (كحول)
- مريول عمل نظيف للزبون	- ماء دافئ
- ربطة لرفع الشعر (عصبة)	- حليب منظف (Cleansing Milk).
- عربة متحركة، وسلة قمامة	- سائل منعش (Tonic).
- علبة بلاستيكية لوضع المجوهرات	- مزيل المكياج
- إسفنجات خاصة لتنظيف البشرة	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	البس المريول الخاص بالعمل على أن يكون نظيفاً ومرتباً، كما في الشكل (١)	١
	نظف يديك بالماء والصابون، وعقمهما.	٢
	اطلب إلى الزبون ارتداء ثوب خاص، كما في الشكل (٢).	٣

الشكل (١).

الشكل (٢).

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٣).</p>	<p>اطلب إلى الزبون خلع المجوهرات والعدسات اللاصقة إن وجدت، ووضعهما في العلبة الزجاجية أو البلاستيكية أمام الزبون، كما في الشكل (٣).</p>	٤
 <p>الشكل (٤).</p>	<p>اطلب إلى الزبون أن يستلقي بهدوء على سرير العناية بالبشرة، كما في الشكل (٤).</p>	٥
 <p>الشكل (٥).</p>	<p>غطّ الزبون بشرشف نظيف، كما في الشكل (٥).</p>	٦
 <p>الشكل (٦).</p>	<p>غطّ شعر الزبون بربطة الشعر الخاصّ (العصبة)، كما في الشكل (٦).</p>	٧

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٧).</p>	<p>ضع المنشفة النظيفة تحت رأس الزبون، كما في الشكل (٧).</p>	٨
 <p>الشكل (٨).</p>	<p>ضع منشفة نظيفة أخرى على صدر الزبون، على أن تغطّي منطقة الصدر والرقبة والأكتاف كاملة، كما في الشكل (٨).</p>	٩
 <p>الشكل (٩).</p>	<p>حضّر العربة، وضع عليها المواد مرتّبة بتسلسل: كحول، وعلبة لوضع إكسسوارات الزبون، وحليب التنظيف، والسائل المنعش، والقطن المقطّع، ومناديل ورقية، وماء فاتر، والإسفنجات الخاصّة، ووعاء بلاستيكي، كما في الشكل (٩).</p>	١٠

الأسئلة

- ١- علل ما يأتي:
 - أ - أهميّة تنظيف اليدين بالماء والصابون وتعقيمهما قبل تنظيف البشرة وبعدها.
 - ب - أهميّة وضع الموادّ بالتسلسل على العربة.

تنظيف البشرة تنظيفاً سطحياً باستعمال الحليب المنظف والسائل المنعش

تمرين

٣-٣

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

– تنظف البشرة تنظيفاً سطحياً باستعمال الحليب المنظف والسائل المنعش.

المعلومات الأساسية

تعدّ عملية تنظيف البشرة باستعمال الحليب المنظف والسائل المنعش عملية أساسية، كما أنّها تسبق أيّ معالجة تتمّ للبشرة، ويجب اختيار المستحضرات المناسبة لنوعية البشرة.

مستلزمات تنفيذ التمرين

المواد	الأدوات والتجهيزات
– مزيل المكياج	– مناشف نظيفة.
– صابون.	– السرير الخاص بالبشرة، وشراشف نظيفة،
– مادة معقّمة (كحول).	– ومناديل ورقية، وسلّة قمامة.
– حليب منظف حسب نوع بشرة الزبون.	– مريول نظيف للعامل، وعربة متحرّكة.
– (Cleansing Milk).	– مريول عمل نظيف للزبون.
– مزيل مكياج العين.	– ربطة لرفع الشعر (عصبة).
– السائل المنعش (Tonic).	– إسفنجات خاصّة لتنظيف البشرة.
– ماء دافئ.	

الرقم	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرسوم التوضيحية
١	حضّر نفسك والزبون، كما في التمرين السابق.	
٢	امسح المكياج عن وجه الزبون إن وجد باتباع الخطوات الآتية:	
٣	– خذ قطعة قطن مقطّعة أو منديلاً ورقياً، وضع عليها كمّية مناسبة من كريم إزالة المكياج. – امسح مكياج العين بالمنديل الخاص، كما في الشكل (١).	 <p>الشكل (١).</p>

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٢).</p>	<p>٣ - امسح العين اليمنى مبتدئاً من الجفن العلوي من الزاوية الداخلية إلى الزاوية الخارجية، ثم امسح العين من الأسفل من زاوية العين الداخلية إلى الخارجية. كرّر الخطوات نفسها للعين الثانية.</p>	
 <p>الشكل (٣).</p>	<p>٤ ضع كمية من مزيج المكياج على قطعة قطن أو منديل ورقي، وامسح الشفة العليا من الزاوية إلى الزاوية، ثم السفلى أيضاً، كما في الشكل (٢).</p>	
 <p>الشكل (٤).</p>	<p>٥ حدّد نوع بشرة الزبون باستخدام العدسة المكبّرة؛ لاختيار المستحضر المناسب، كما في الشكل (٣). اختر الحليب المنظّف المناسب.</p>	
 <p>الشكل (٥).</p>	<p>٦ ضع كمية مناسبة من حليب المنظّف الخاصّ بنوع البشرة على راحة يدك اليسرى، ثم وزّعها باستعمال اليد اليمنى على منطقة الرقبة، ثم الذقن والوجنتين والأنف، ثم الجبين، كما في الشكل (٤).</p>	
 <p>الشكل (٥).</p>	<p>٧ ابدأ بتوزيع حليب التنظيف بحركات مسح في أسفل الرقبة مع دحرجة اليدين باتجاه الأذن، على أن تكون الحركة باتجاه واحد، كما في الشكل (٥).</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	أثنِ أطراف الأصابع إلى الداخل، ودحرجها فوق الذقن والفكين، كما في الشكل رقم (٦).	٨
الشكل (٦).	أعد الأصابع للوضع المنبسط، ودحرجها مرّة أخرى فوق الوجنتين باتجاه الأذن إلى أن تصل الأصابع مقابل الأذنين، كما في الشكل (٧).	٩
	أثنِ الأصابع باتجاه راحة اليد مرّة أخرى ودحرجها فوق عظمة الخدين إلى الأذنين، كما في الشكل (٨).	١٠
الشكل (٧).	اعمل حركات دائرية على جوانب الأنف باستخدام إصبعي الوسطى من كل يد، كما في الشكل (٩).	١١
		
الشكل (٨).		
		
الشكل (٩).		

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١٠).</p>	<p>١٢ دحرج أصابعك نحو أعلى الجبهة باتجاه الصدغين، واعمل حركة الضرب (X)، واستمر باتجاه الصدغين مع عمل ضغط خفيف بإصبعي الوسطى، كما في الشكل (١٠).</p>	
 <p>الشكل (١١).</p>	<p>١٣ أعد الحركات المسحّية بالأصابع من أسفل الرقبة باتجاه الذقن، ثم الوجنتين والأنف، ثم زاوية الأنف، ثم الصدغين، كما في الشكل (١١).</p>	
 <p>الشكل (١٢).</p>	<p>١٤ ضع منديلاً ورقياً على وجه الزبون، ثم اضغط بحركات تربيت خفيفة، ثم امسح الحليب باستعمال المنديل، كما في الشكل (١٢).</p>	
 <p>الشكل (١٣).</p>	<p>١٥ رطب الإسفنجة أو قطعة قطن بالماء الفاتر، واعصرها بوساطة الكفين، كما في الشكل (١٣).</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	امسح الحليب المنظف بالخطوات نفسها التي اتبعتها في أثناء التوزيع، كما في الشكل (١٤).	١٦
الشكل (١٤).	جهّز قطعة من القطن أو المناديل الورقيّة وضعها بين السبابة والوسطى والبنصر، واثنها بالإصبع الأوسط، كما في الشكل (١٥).	١٧
	رطبّ القطعة بالسائل المنعش، ثم وزّع بحركات تربيت خفيفة من أسفل الرقبة إلى الأعلى بحركات توزيع الحليب المنظف نفسها، كما في الشكل (١٦).	١٨
الشكل (١٥).	نشّف الوجه بالمنديل الورقي بحركات تربيت خفيفة، كما في الشكل (١٧).	١٩
	نظف الأدوات، وطهرها باستخدام موادّ التنظيف المناسبة، وأعدّها إلى أماكنها المخصّصة.	٢٠
الشكل (١٦).	اغسل يديك بالماء والصابون، ثم ضع مادّة مطهّرة.	٢١
		
الشكل (١٧).		

تمارين ممارسة

نفذ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو كمجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:

- نفذ عملية التنظيف السطحي للبشرة باستعمال الحليب المنظّف والسائل المنعش على بشرة أحد زملائك، مع مراعاة اختيار أنواع مختلفة من البشرة.
- اكتب خطوات العمل التي تتبّعها في تنفيذ كلّ تمرين عملي.
- قيّم تنفيذك لكلّ خطوة من خطوات العمل التي اتّبعتها.
- احتفظ بتقويم أدائك الذاتي في ملفك.

الأسئلة

علّل ما يأتي:

- ١- يُستعمل الإصبعان الأوسطان في عمل الحركات الدائريّة حول الأنف.
- ٢- يفضّل إجراء الضغط الخفيف فوق الصدغين في أثناء إجراء عمليات تنظيف البشرة.
- ٣- يزال أحمر الشفاه بمنديل ورقي منفصل عن منديل تنظيف البشرة.

تختلف خصائص خلايا البشرة في أثناء انتقالها من الطبقة القاعدية إلى الطبقة القرنية؛ إذ تفقد هذه الخلايا أنويتها وعضياتها؛ ليحل محلها بروتين الكيراتين المتصلب، وتصبح الطبقات العليا للبشرة غير نافذة، وتغرز الغدد الدهنية والعرقية في الأدمة، وهذا يعني وجود تأثير متبادل بين هاتين الطبقتين واعتلال إحدهما يعني اعتلال الأخرى، ومن هنا اهتم متخصصو التجميل بالتفكير بعمليات التقشير للبشرة.

أ - مفهوم التنظيف العميق للبشرة (الصفرة) (Peeling): تعني إزالة الخلايا الميتة عن سطح البشرة أو قشرها، وهي نوعان:

١ . صفرة البشرة: يتم التعامل فيها مع الطبقة القرنية الخارجية للبشرة، وينفذها خبير التجميل.

٢ . صفرة الأدمة: تهدف لإزالة طبقة سميكة من الجلد ليتم استبدالها بخلايا جديدة، ويقوم بهذا النوع من الصفرة طبيب مختص باستخدام أجهزة خاصة، ومواد كيميائية خاصة للبشرة، وتفيد صفرة الأدمة في علاج الندب المتضخمة والتجاعيد العميقة.

ب- أهمية عملية التقشير: لعملية التقشير فوائد، منها:

١ . إزالة الخلايا المتقرنة الميتة الناتجة من عملية تجديد الخلايا، والتي تحدث مرة في الشهر كل (٢٨) يوماً تقريباً.

٢ . التقليل من بعض التجاعيد الناتجة من تقدم العمر، فتعمل على تنشيط الدورة الدموية وعملية الأيض، مما يحفز البشرة على بناء خلايا جديدة.

٣ . تنشيط الدورة الدموية، مما يعطي للبشرة مظهرًا صحيًا ونضارة.

٤ . اكساب البشرة ملمسًا ناعمًا ومسامات مغلقة.

٥ . المساعدة على تسهيل نفاذ مستحضرات التجميل داخل البشرة، مما يزيد من فاعلية استعمالها.

ج- طرائق التقشير العميق للبشرة (الصفرة): يمكن تنفيذ عملية صفرة البشرة بإحدى الطريقتين الآتيتين:

١ . التقشير اليدوي: تستعمل فيها أنواع مختلفة من الكريمات الخاصة بالتنظيف العميق للبشرة، ويفرد الكريم على الوجه والرقبة ويترك من (٥-٧) دقائق، ثم يبلل بالماء ويفرك

بحركة دائرية، ويزال بالماء الفاتر والإسفننج الخاص، أما إذا كان محلولاً سائلاً، فيترك على الوجه حسب تعليمات الشركة، ويزال بالماء الفاتر باستعمال الإسفننج الخاص.

٢ . التقشير الآلي: تستخدم فيها فضلاً عمّا ورد في الصنفرة اليدوية أجهزة خاصة لتقشير البشرة تعطي فرغاً متجانساً لمواد الصنفرة أو التقشير على البشرة، ويجب التركيز على المناطق الدهنية بصورة أكثر وخاصة منطقة (T-Zone) أي المنطقة الوسطى من الوجه. يستعمل التقشير الآلي في حال وجود زوان بكميات كبيرة.

فكر

يترك مستحضر التقشير على البشرة (٥-٧) دقائق قبل القيام بحركات دائرية على البشرة.

د - المواد المستعملة لعملية التنظيف العميق للبشرة: تستعمل لعملية التقشير محاليل أو كريمات تحتوي على:

١ . إنزيمات مختلفة، مثل: (الببتداز peptidase)، والليباز (lipase)؛ حيث إنها تزيل الخلايا الميتة والمواد الدهنية بتحليلها، وتستعمل لحالات البشرة العادية والجافة والدهنية والحساسة.

تذكر

يعمل إنزيم الليباز (lipase) على هضم المواد الدهنية، ويعمل إنزيم الببتداز (peptidase) على هضم المواد البروتينية.

٢ . حبيبات خشنة: تحتوي على مادة الكاولين وتسمى علمياً (سليكات البوتاسيوم، والألمنيوم)، وهي بلورات أو بودة عديمة اللون تذوب في الماء ولا تذوب في الكحول، ولها قدرة على شفاء الجروح؛ لذا تدخل في مستحضرات التجميل

جميعها خاصة الأقنعة ومستحضرات التنظيف العميق للبشرة؛ لأنها مادة قابضة ومنظفة للأوساخ، وتوجد منها الحبيبات الخشنة التي تستعمل للبشرة الدهنية والمختلطة، أما الأقل خشونة فتستعمل للبشرة العادية والجافة.

٣ . حموض الفواكه: (حمض الجلايكوليك Glycolic Acid): ويطلق عليه أيضاً الفاهيدروكسيد أسيد (AHA)، يستخرج من قصب السكر، ولونه أبيض أو أبيض مصفر، يضاف له حمض اللبن في كثير من الأحيان، ويستعمل لإزالة القشور عن

سطح الجلد وكمادّة حافظة، كما يستعمل في التحضير المسموح للمزّين بنسبة ١٠٪، أما في حالة تقشير الأدمة فيستعمل بنسب تصل إلى (٧٠)٪، والتي هي من اختصاص الطبيب.

هـ- تجهيزات عملية التنظيف العميق للبشرة: تستخدم التجهيزات الآتية في عملية التقشير، منها ما هو خاصّ للزبون، وأخرى خاصّة للمزّين، وهي:



الشكل (٢-٣): المكبر.

١ . المكبر (Magnifier): يتكوّن من عدسة تكبير قوية تحيط بها إضاءة لتوضيح الرؤية، ترتّب على قاعدة متحرّكة، كما في الشكل (٢-٣)، ويستعمل المكبر لعملية فحص بشرة الزبون وأثناء إزالة الزوان لتوضيح الرؤية.



الشكل (٣-٣): كرسي الزبون.

٢ . كرسي خاصّ للزبون (السرير): كرسي أو سرير الزبون يجلس عليه بارتياح في أثناء عملية التقشير، كما في الشكل (٣-٣)، ويتميّز بوجود ثلاثة مفاصل للتحكّم في الوضعية المريحة للزبون: المفصل الأول يتحكّم في ارتفاع أرجل السرير، والثاني يتحكّم في تحريك الظهر، أو إسناده، والثالث يتحكّم في رفع الرأس.



الشكل (٤-٣): كرسي المزّين.

٣ . كرسي المزّين: يتميّز بسهولة الحركة لوجود عجلات، ويمكن التحكّم في ارتفاعه ودورانه، كما في الشكل (٤-٣)، وهو صغير الحجم حيث يساعد المزّين على أداء عمله بارتياح، ويقلّل من الشعور بالتعب.



الشكل (٥-٣): طاولة متحرّكة.



الشكل (٦-٣): جهاز الفراشي.

٤ . طاولة متحرّكة: تستعمل الطاولة المتحرّكة ذات الرفوف والأدراج لوضع المواد والأدوات الخاصّة في عملية التنظيف بشكل مرتّب، كما في الشكل (٥-٣).

٥ . جهاز الفراشي: الهدف من استعماله التخلّص من الخلايا الجافّة والميتة، وإزالة الأوساخ التي تعلق على الجلد كما في الشكل (٦-٣)، ويوجد لجهاز الفراشي أشكال وحجوم مختلفة، منها الخشن، ومنها الناعم، ومنها ما هو خاصّ بالوجه، وآخر خاصّ بالجسم، فالفرشاة الناعمة تستعمل للبشرة الجافّة، والفرشاة الخشنة تستعمل للبشرة الدهنيّة، ويعطي جهاز الفراشي حركات متجانسة على الوجه، ويتوافر بنوعين أحدهما يعمل بتيار متردد، والآخر يعمل بالبطاريّة، وتجب مراعاة استعمال حليب التنظيف أو

كريم التقشير قبل استعمال جهاز الفراشي على البشرة، وترطيب الفراشي قبل الاستعمال حتى لا تخدش البشرة، حيث تكون سرعة الجهاز بطيئة في حالة البشرة العاديّة، وتزداد سرعته على البشرة السميكة الدهنيّة، ويجب تعقيم الفراشي قبل الاستعمال وبعده بالماء والصابون، ثمّ تغمر في محلول معقم فترة وجيزة، ثمّ تجفّف وتوضع في جهاز التعقيم.

و - موانع عملية الصنفرة: يحظر إجراء عملية الصنفرة في الحالات الآتية:

- ١ . حبّ الشباب الملتهب.
- ٢ . البشرة الحسّاسة.
- ٣ . الشعيرات الدمويّة المتكسّرة.

ز - الآثار السلبية لعملية الصنفرة: من الآثار السلبية لعملية الصنفرة ما يأتي:

- ١ . يؤدي استعمال أنواع رديئة من مستحضرات الصنفرة إلى تحسس البشرة وتهيجها.
- ٢ . يؤدي تكرار عملية الصنفرة خلال فترة زمنية قصيرة إلى اضطراب درجة حموضة الجلد مما يؤدي إلى تهيجه؛ لعدم إعطاء البشرة الوقت الكافي لبناء الخلايا، حيث إنّ تجديد الخلايا في البشرة يتم كل (٢٨) يوماً، كما تعمل على اضطراب في وظيفة العامل المرطب الطبيعي.
- ٣ . يصبح الجلد رقيقاً وجافاً في حالة الاستعمال الخاطئ.

فكر

هل يمكن استعمال الحليب المنظف مع جهاز الصنفرة على الوجه؟

قضية للبحث

- تحتاج البشرة الحساسة إلى عناية خاصة، ابحث أنت وزملائك عن كيفية التعامل مع تلك البشرة في الحالات الآتية:
- إمكانية استعمال المنظف الخاص بدلاً من الصابون.
 - إمكانية استعمال السائل المنعش أو القابض.
 - قدم النصائح لصاحب البشرة الحساسة من حيث التغذية، وكيفية العناية بها.
 - دوّن ملحوظاتك، وناقشها مع زملائك بإشراف المعلم.

تنظيف البشرة تنظيفاً يدوياً عميقاً

تمرين

٣-٤

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تنظف البشرة تنظيفاً يدوياً عميقاً باستعمال كريم التقشير (Peeling cream).

المعلومات الأساسية

يجب الاهتمام في اختيار كريم التقشير المناسب لنوعية البشرة؛ إذ يستعمل كريم التقشير ذو الحبيبات الخشنة للبشرة الدهنية، أما الحبيبات الأقل خشونة فتستعمل للبشرة العادية والجافة.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد
- مناديل ورقية، السرير الخاص بالبشرة، وشراشف نظيفة، وبشاكير نظيفة، ومريول نظيف للعامل، ومريول عمل نظيف للزبون، وربطة لرفع الشعر (عصبة).	- صابون. - مادة معقمة (كحول). - حليب منظف حسب نوع بشرة الزبون. (Cleansing Milk). - السائل المنعش (Tonic). - ماء دافئ. - كريم تقشير (Peeling Cream) - واقى الشمس
- عربة متحركة، وسلّة قمامة، وملعقة خشبية معقمة، وإسفنجات خاصة لتنظيف البشرة.	

الرقم	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرسوم التوضيحية
١	حضّر نفسك والزبون، كما مرّ معك سابقاً.	 <p>الشكل (١).</p>
٢	نفذ خطوات التنظيف السطحي للبشرة جميعها، كما مرّ معك سابقاً.	
٣	وزّع الكريم الخاص بالتقشير على البشرة و الرقبة باستعمال الملعقة الخشبية المعقمة، كما في الشكل (١)، وانتظر مدة (٣-٥) دقائق.	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٢).</p>	<p>٤ افرك البشرة والرقبة بأطراف الأصابع وبحركة دائرية، كما في الشكل (٢)، مراعيًا إبقاء الأصابع رطبة لسهولة الحركة، ويجب عدم الاقتراب من المنطقة المحيطة بالعينين.</p>	
 <p>الشكل (٣).</p>	<p>٥ نظّف الوجه والرقبة بالماء باستخدام الإسفنجات الخاصّة، كما في الشكل (٣)، مراعيًا غسلها وعصرها كلما اتسخت.</p>	
 <p>الشكل (٤).</p>	<p>٦ جفّف الوجه باستخدام منديل ورقي، وضع الكريم المرطّب المناسب لنوع البشرة، كما في الشكل (٤).</p>	
	<p>٧ ضع الكريم الواقي من الشمس (٣٠) SPF.</p>	
	<p>٨ نظّف الأدوات بعد الاستعمال، وعقمها بالطريقة الصحيحة، وأعدّها إلى أماكنها المخصّصة.</p>	
	<p>٩ اغسل يديك، وعقمهما بالطريقة الصحيحة.</p>	

تمارين ممارسة

نفذ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو كمجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:

- نفذ عمليّة تنظيف البشرة تنظيفاً يدوياً عميقاً باستعمال نخالة القمح كبديل للكريم المقشر في عملية التنظيف العميق للبشرة.
- حدد نوع البشرة التي تستعمل لها نخالة القمح، والمدة الزمنية اللازمة لعملية التنظيف العميق.
- اكتب خطوات العمل التي تتبّعها في تنفيذ كلّ تمرين عملي.
- قيّم تنفيذك لكلّ خطوة من خطوات العمل التي اتبعتها.
- احتفظ بتقويم أدائك الذاتي في ملفك.

الأسئلة

- ١- لِمَ يعدّ تنظيف البشرة باستعمال كريم التقشير تنظيفاً عميقاً؟
- ٢- ما أهميّة اعتماد حامض الجللايكوليك (حامض الفواكه) مؤخراً كمادّة تنظيف عميق؟
- ٣- فسّر أهميّة عدم فرك المنطقة المحيطة بالعين بكريم التقشير.

تنظيف البشرة تنظيفاً عميقاً باستعمال جهاز الفراشي (الصفرة)

تمرين

٥-٣

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تنظف البشرة تنظيفاً عميقاً باستعمال جهاز الفراشي (الصفرة).

المعلومات الأساسية

يجب اختيار الفرشاة المناسبة للبشرة بحيث تكون ملائمة لحجم المنطقة المراد تنظيفها، ونوعية البشرة، بالإضافة إلى اختيار كريم التقشير المناسب.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد
- السرير الخاص بالبشرة.	- مادة معقمة (كحول).
- شراشف نظيفة، ومناشف نظيفة، ومريول نظيف للعامل.	- حليب منظف حسب نوع بشرة الزبون.
- مريول عمل نظيف للزبون.	- (Cleansing Milk).
- ربطة لرفع الشعر (عصبة)، وعربة متحركة، وسلة قمامة، ومناديل ورقية.	- السائل المنعش (Tonic).
- إسفنجات خاصة لتنظيف البشرة، وملعقة معقمة، وجهاز الصفرة، وجونة.	- كريم تقشير (Peeling Cream)
	- كريم مرطب.
	- واقى الشمس.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١).</p>	حضّر نفسك والزبون، كما مرّ معك سابقاً.	١
	نفذ خطوات التنظيف السطحي للبشرة جميعها، كما مرّ معك سابقاً.	٢
	وزّع الكريم الخاص بالتقشير على البشرة باستعمال الملعقة الخشبية المعقمة، كما في التمرين السابق.	٣
	اختر الفرشاة المناسبة، ورطبها، وضعها في المكان المخصّص لها في الجهاز، كما في الشكل (١).	٤

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	شغل الجهاز بالضغط على مفتاح التشغيل (on)، واضبط المؤثر على السرعة المناسبة والمطلوبة.	٥
الشكل (٢).	ابدأ باستعمال الفرشاة من منطقة الرقبة صعوداً إلى الذقن، ثم الوجنتين، ثم الجبين، كما في الشكل (٢).	٦
	بدل الفرشاة بأخرى أصغر حجمًا، ورطبها بالماء، ونظف منطقة الأنف، مع الانتباه إلى عدم الاقتراب من منطقة حول العينين، كما في الشكل (٣).	٧
الشكل (٣).	أوقف الجهاز عن التشغيل.	٨
	نظف الوجه جيّدًا باستعمال الإسفنجات الخاصّة، كما في الشكل (٤)، مراعيًا غسل الإسفنجة كلّمّا اتسخت.	٩
الشكل (٤).	امسح الوجه بقطعة قطن مرطبة بالسائل المنعش.	١٠
	جفّف الوجه بمنديل ورقي، وضع واقى الشمس SPF (٣٠) المناسب، كما في الشكل (٥).	١١
الشكل (٥).	نظف الأدوات بعد الاستعمال، وعقمها بالطريقة صحيحة، وأعدّها إلى أماكنها.	١٢
	اغسل يديك، وعقمهما بالطريقة الصحيحة.	١٣

الأسئلة

- ١- وضح سبب عدم إمكانية استعمال جهاز الصنفرة لتنظيف البشرة ذات الحبوب والتقرّحات.
- ٢- لِمَ ترطب الفرشاة قبل استعمالها؟
- ٣- بين أهمية التحكم في سرعة دوران الفرشاة.
- ٤- ما أهمية مسح الوجه بالسائل المنعش بعد استعمال كريم التقشير؟
- ٥- هل يمكن استعمال جهاز الصنفرة وحليب التنظيف على الوجه؟ وهل يعدّ هذا التنظيف سطحيًا أم عميقًا؟ ولماذا؟

نشاط (٣-٣): استعمالات فراشي جهاز الصنفرة

اطلع أنت وزملاؤك على حجوم الفراشي وأشكالها المستعملة لجهاز الصنفرة، وحدد استعمال كل منها، والمنطقة التي تطبق عليها، وناقشها مع زملائك بإشراف المعلم.

تمارين ممارسة

نفذ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو ضمن مجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلمك:

- تنظيف البشرة باستعمال جهاز الفراشي.



● قيم تنفيذك لكل خطوة من خطوات العمل التي أتبعتها، واحتفظ بتقويم أدائك الذاتي في ملفك.

- ١ - علّل ما يأتي:
 - أ - استعمال جهاز الصنفرة مع كريم الصنفرة الخاصّ على البشرة.
 - ب - وجود ثلاثة مفاصل لكروسي الزبون (السرير).
 - ج - ترك مادّة التقشير على البشرة (٥-٧) دقائق قبل القيام بحركات الفكّ الدائريّة على البشرة.
 - د - توزيع الحليب المنظّف (Cleansing Milk) من أسفل الرقبة إلى أعلى.
 - هـ - نزع الزبون المجوهرات والعدسات اللاصقة قبل عملية تنظيف البشرة.
 - و - يفضّل عدم تكرار عملية التقشير للبشرة بعد فترة زمنيّة قصيرة.
- ٢ - عدّد ثلاثة من الآثار السليبيّة لعملية الصنفرة.
- ٣ - اذكر إنزيمين يدخلان في كريم تقشير البشرة، وأيّ منهما يستعمل للبشرة الدهنيّة؟
- ٤ - كيف تعمل صنفرة الأدمة على التقليل من التجاعيد العميقة؟
- ٥ - بين الأسباب التي أدّت إلى تحويل البشرة الطبيعيّة إلى بشرة جافّة.
- ٦ - التنظيف العميق (الصنفرة) إحدى طرائق تنظيف البشرة.
 - أ - وضح مفهوم الصنفرة.
 - ب - عدّد ثلاثاً من فوائدها على البشرة.
 - ج - اذكر ثلاثة من موانع إجرائها.
- ٧ - بين الفرق في المفهوم بين:
 - أ - صنفرة البشرة.
 - ب - صنفرة الأدمة.
- ٨ - قارن بين (الحليب المنظّف، والتونك)، و (الماء، والصابون) كمواّد مستعملة للتنظيف السطحي للبشرة، من حيث:
 - أ - التأثير في الدهون.
 - ب - رطوبة البشرة.
 - ج - ملمس البشرة.

تعدّ حركات المساج (Massage) حركات خفيفة ومستمرّة تؤدي بشكل إيقاعي وبطيء، وتساهم بشكل فعال في تحسين الأثر النفسي والفيسيولوجي للزبون، وفي ما يأتي شرح للتدليك وفوائده وطرائقه ومحاذيره:

١ مفهوم التدليك

التدليك الاسترخائي (Relaxing Massage): حركات يدويّة يقوم بها شخص مختصّ على أماكن مختلفة من الجسم، بعد وضع الكريم المناسب أو الزيت على الجلد؛ لتسهيل أداء عملية المساج. ويتطلّب المساج قوّة باليدين وثباتاً ومرونة، كما يتعيّن قبل البدء بعملية التدليك أن تكون الأظفار قصيرة وراحتا اليدين دافئتين، ويتعيّن كذلك أن تكون لدى المدلّك معرفة بعلم التشريح بحيث يعرف مواقع العضلات والأعصاب، حيث إن التدليك الصحيح الذي يركّز على النقاط المحركة (Motor Points)، كما في الشكل (٣-٧)، وهناك عمليات تدليك فيزيائي وتدليك تصريف اللمف يقوم بها مختصّون للعناية بالبشرة، وهناك أساسيات في عملية التدليك، أهمها:

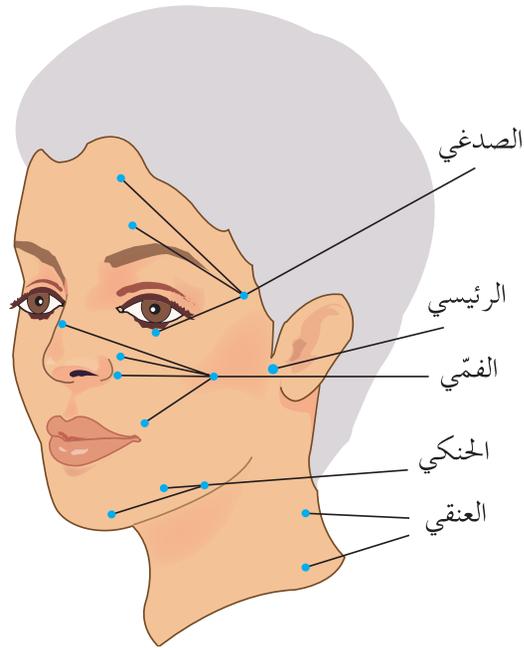
أ - أن تكون درجة حرارة المكان معتدلة، مما يعطي راحة للفرد واسترخاء.

ب - أن يكون المكان هادئاً، والتقليل من الحديث قدر الإمكان.

ج - تنظيف البشرة قبل البدء في عملية التدليك؛ لتلافي نفاذ الشوائب إلى داخلها.

د - التتابع في عمليات التدليك وعدم التقطيع.

هـ - عدم التنفّس في وجه الزبون في أثناء عملية التدليك.



الشكل (٣-٧): النقاط المحركة لعضلات الوجه.

فوائد تدليك البشرة

٢

للتدليك فوائد نفسية وفسولوجية، أهمها:

- أ - يزيد التدليك من تدفق الدم في الأدمة، مما يزيد من كمية الأكسجين الواصلة إلى الخلايا، ويعطي شعورًا بالدفء.
- ب - يساعد على شدّ الجلد وإزالة الخلايا الميتة عن سطحه.
- ج - يعطي للبشرة ملمسًا ناعمًا نتيجة تحسّن الدورة الدموية.
- د - يخفّف آلام العضلات، ويساعد على استرخائها وتقويتها.
- هـ - يزيد من إفرازات البشرة للدهون، مما يحافظ على محتوى الماء في البشرة، فيحسّن من رطوبتها.
- و - يهدئ الأعصاب، ويخفّف التوتر.
- ز - يصرّف السوائل الزائدة في الأنسجة.

محاذير عملية تدليك البشرة

٣

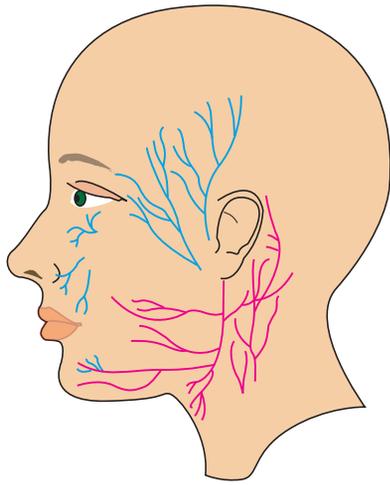
لعملية التدليك محاذير، أهمها:

- أ - ارتفاع ضغط الدم.
- ب - التهاب المفاصل.
- ج - أمراض القلب والشرابين.
- د - وجود الشعيرات الدموية المتكسّرة في منطقة التدليك.
- هـ - وجود أمراض جلدية في المنطقة المراد تدليكها.

مواقع الأعصاب الحسية والحركية في الوجه والرقبة.

٤

تتوزّع في جلد الوجه شبكة من الأعصاب الحسية والحركية؛ إذ تعمل الأعصاب الحسية على نقل الإحساس من عضو الحسّ إلى الدماغ، وتقع هذه الأعصاب قريبة من سطح الجلد، أما الأعصاب الحركية، فهي التي تتصل برودود الفعل من الدماغ إلى العضلات المتحرّكة؛ لإعطائها الأمر بالحركة كرد فعل للإحساس الذي استقبله الدماغ، وتكون الأعصاب الحركية تحت الجلد قريبة من العضلات، أمّا الأعصاب التي تهّم المزّين في عملية التدليك، فهي العصب



الشكل (٣-٨): توزيع أعصاب الوجه.

الخامس، وهو عصب حسي يظهر باللون الأزرق في الشكل (٣-٨)، والعصب السابع الذي يظهر باللون الأحمر، والعصب الحادي عشر وهو عصب حسي حركي ويغذي عضلتين، هما: (القصبة الترقوية الخشائية والمعينية)، وتتوزع العضلات في الوجه والرقبة، انظر الشكل (٣-٩) وترتبط الأعصاب بها كل حسب موقعه في الوجه والرقبة إما بأعصاب حسية وعندها تحتاج العضلات إلى تدليك بالضغط، أو بأعصاب حركية فتحتاج العضلات إلى التدليك بالطرق الأخرى، كالتمسيد، والاهتزاز، وغيرها،

ولا بد من معرفة شكل العضلات سواء كان طوليًا، كما في الجبين والذقن، أو مستعرضًا كما في الأنف، أو دائريًا كما في دائرة العينين والفم، وعليه، فإن حركات التدليك كالتمسيد يجب أن تكون حسب شكل العضلة ليبقى شكل الوجه متوازنًا، ومن الجدير ذكره أن التدليك يعمل على شد عضلات الوجه.



الشكل (٣-٩): مواقع عضلات الوجه والرقبة.

٥ أنواع الحركات المختلفة لتدليك البشرة وتأثيرها في الجسم.

يعتمد اختيار حركة التدليك على توزيع أعصاب الوجه المتعلقة بالعضلات، من حيث إنها أعصاب حسية أو حركية؛ إذ لا بدّ من التحكم في اتجاه حركة التدليك في مواقع الأعصاب الحركية، والالتزام بالضغط على موقع الأعصاب الحسية، وفي ما يأتي بعض حركات التدليك:

أ - حركات التمسيد (Effleurage): حركات خفيفة ومستمرّة، كما في الشكل (٣-١٠)، تؤدي بشكل إيقاعي بطيء، وهي أول حركة من حركات التدليك؛ حيث يبدأ بها أولاً لتهيئة الزبون للبدء في التدليك، وتستعمل اليد للمساحات الكبيرة والأصابع للمساحات الصغيرة، فتعمل حركة التمسيد على:



الشكل (٣-١٠): حركة التمسيد.

١. إزالة انحباس الماء.
 ٢. تنشيط عملية الأيض في الوجه.
 ٣. تنشيط الدورة الدموية.
 ٤. تقليل الشحوم في الأنسجة الداخلية للبشرة.
- وتستخدم حركة التمسيد أيضاً لإنهاء المساج.

تذكّر

الأعصاب التي تهتمّ المدلك،
(الخامس والسابع والحادي عشر).

فكر

تستخدم حركة التمسيد بداية التدليك وآخره.

ب- حركة العجن والتقريص (Petrissage): وتتمّ حركة العجن والتقريص، كما في الشكل

(٣-١١)، بوضع راحتي اليدين على جانبي العضلة المراد تدليكها وتحريكهما باتجاهين متعاكستين، بحيث يكون الضغط معتدل،



الشكل (٣-١١): حركة العجن.

وتشمل الحركات الآتية:

١. العصر (Wringing)
٢. العجن براحة اليد (Palmar)
٣. الدحرجة (Rolling)

٤ . الفك بالاصابع (Finger Friction)

٥ . التقريص (Pinching)

٦ . العجن بالإبهام (Thumb Kneading)

٧ . العجن باليدين معًا (kneading both hands)

٨ . العجن بالاصابع (Digital kneading)

تستخدم هذه الحركات في البشرة الدهنية؛ للتخلص من الدهون المتراكمة على سطح البشرة، وتسمى بحركات الدكتور (جاكويت) نسبة إلى اختصاصي الأمراض الجلدية الذي ابتكرها، وهي حركات تدليك العجن والتقريص، ومن فوائد مساج الدكتور (جاكويت):

- توزيع الزيوت والدهون الزائدة من الغدد الدهنية.

- إزالة الخلايا الميتة عن سطح البشرة.

- تنشيط ألياف أنسجة الأدمة وزيادة مرونتها.

- تنشيط الدورة الدموية.

فكر

هل يستخدم مساج الدكتور (جاكويت) في التخلص من دهون الجسم؟

ج- حركة الاهتزاز (Vibration): وتتم بإحداث اهتزازات عن طريق تقلص سريع في عضلات يد المدلك، بحيث تكون الأصابع ضاغطة بثبات فوق المنطقة المراد تدليكها، كما في الشكل (٣-١٢)، ويجب ألا تزيد فترة أداء هذه الحركة عن عدة ثوانٍ، وتنفذ حركات الاهتزاز بـ:

١ . الإبهام . ٢ . الأصابع . ٣ . راحة اليد.

وتعمل حركة الاهتزاز على:

- تصريف السوائل من الأنسجة.

- إزالة الأوجاع من الوجه والجسم.

- تقوية العضلات.



الشكل (٣-١٢): حركة الاهتزاز.

د - الضغط (Pressing): تتمّ بوساطة أطراف الأصابع أو راحة اليد على مواقع الأعصاب الحسيّة، حيث تعمل حركة الضغط على ما يأتي:

- ١ . التقليل من تدفق الدهون إلى سطح البشرة.
- ٢ . إراحة الأعصاب وإزالة آلام الرأس والرقبة.

هـ - القرع أو التريبت (Tapotement): حركات نشطة ومتتابعة، وتعدّ أكثر الحركات تنشيطاً، ويجب أخذ الحيطة عند أدائها في منطقة الوجه، حيث تستخدم الأصابع فقط على منطقة الوجه، كما في الشكل (٣-١٣)، وراحة اليد كاملة لتدليك باقي الجسم.



من فوائد حركة القرع أو التريبت ما يأتي:

- ١ . التقليل من التجاعيد العميقة في الوجه.
- ٢ . تنعيم سطح البشرة.
- ٣ . تعمل على زيادة تغذية الأنسجة الداخليّة للجلد.

الشكل (٣-١٣): حركة القرع.

فكر

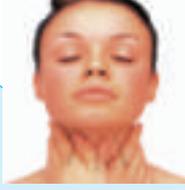
أخذ الحذر عند تطبيق حركة القرع أو التريبت على البشرة.

٦ - المستحضرات المستعملة لعملية تدليك البشرة: يتمّ اختيار المستحضرات الخاصّة في عملية التدليك حسب نوع البشرة، إذ يساعد اختيار المستحضر المناسب على سهولة حركة اليدين وانزلاقهما في أثناء التدليك دون تخديش الجلد، حيث يدخل اللانولين (Lanolin) وبعض الزيوت النباتيّة، كزيت اللوز، وزيت اللافندر، في تركيب مستحضرات التدليك المستعملة للبشرة (العاديّة والجافّة)، ويستعمل كريم المساج الخاصّ للبشرة الدهنيّة مع مراعاة اختيار حركة الضغط المناسبة لها. ويمكن استعمال بودرة التالك لتدليك البشرة الدهنية لقدرتها على امتصاص الدهون.

تدليك الوجه والرقبة والكتفين

تمرين

٦-٣



يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

– تنفذ خطوات مساج الوجه والرقبة والأكتاف بالطريقة الصحيحة.

المعلومات الأساسية

لتنفيذ حركات التدليك بالشكل الصحيح، يجب استخدام كلتا اليدين وبضغط متعادل؛ لتنشيط الدورة الدموية، وتصريف السائل الليمفاوي، وإراحة الأعصاب بالشكل الصحيح.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد
– السرير الخاص بالبشرة.	– مادة معقمة (كحول).
– شراشف نظيفة، ومناشف نظيفة، وملعقة	– حليب منظف حسب نوع بشرة الزبون.
معقمة، ومريول نظيف للعامل، ومناديل	– (Cleansing Milk).
ورقية، وإسفنجات خاصة، وسلة قمامة.	– السائل المنعش (Tonic).
– مريول عمل نظيف للزبون، وربطة لرفع	– كريم أو زيت المساج الخاص.
الشعر (عصبة)، وعربة متحركة، ووعاء	
زجاجي أو بلاستيكي.	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
<p>الشكل (١).</p>	١ حضّر نفسك والزبون، كما مرّ معك سابقاً.	١
	٢ نظّف البشرة تنظيفاً عميقاً، كما في التمرين السابق.	٢
	٣ وزّع كمية قليلة من الزيت أو كريم المساج بالتساوي على البشرة.	٣
	٤ أولاً: حركات تدليك الصدر والرقبة نفذ التدليك المسحي وذلك بعمل حركات تمسيد في كلتا اليدين من منطقة الصدر، وحركها باتجاه الأكتاف وحولها، كما في الشكل (١).	٤

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٢).</p>	<p>نقذ التدليك الاهتزازي بعمل حركات زبركية على الصدر بكلتا اليدين، متجهًا لمنطقة الرقبة، كما في الشكل (٢).</p>	٥
 <p>الشكل (٣).</p>	<p>نقذ حركات التدليك المسحي بعمل حركات التمسيد على الرقبة، متجهًا للأعلى في كلتا اليدين الواحدة تلو الأخرى، كما في الشكل (٣).</p>	٦
 <p>الشكل (٤).</p>	<p>نقذ التدليك المسحي بعمل حركة دائرية على جانبي الرقبة بوساطة الأصابع، مراعيًا الابتعاد عن منطقة الغدة والحنجرة، كما في الشكل (٤).</p> <p>ثانيًا: تدليك الوجه</p>	٧
 <p>الشكل (٥).</p>	<p>نقذ التدليك المسحي بعمل حركة انزلاق بكلتا اليدين، مبتدئًا من أسفل الذقن وصعودًا إلى الخد مع تحريك اليدين بصورة متتالية، كما في الشكل (٥) من اليمين إلى اليسار.</p>	٨

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٦).</p>	<p>نفذ عملية التدليك النقري بعمل ضربات خفيفة سريعة وإيقاعية بوساطة الأصابع على الخد الأيمن ثم الأيسر، كما في الشكل (٦).</p>	٩
<p>الشكل (٦).</p>	<p>نفذ عملية التدليك النقري بعمل ضربات خفيفة بوساطة إصبعي الوسطى، كما العزف على البيانو على منطقة الخدين.</p>	١٠
<p>الشكل (٦).</p>	<p>نفذ عملية التدليك الزبركي بعمل حركات زبركية على منطقة الخدين بإصبعي الوسطى من كل يد، مبتدئاً من منتصف الذقن إلى شحمة الأذن، ثم أنزل الأصابع بخط مستقيم من زاوية الفم إلى منتصف الأذن، ثم من الأنف إلى الإذن بخط مستقيم.</p>	١١
 <p>الشكل (٧).</p>	<p>اعمل حركة المقص بوساطة إصبعي السبابة والوسطى من كل يد حول منطقة الفم الواحدة تلو الأخرى، كما في الشكل (٧).</p>	١٢

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	نقذ التدليك المسحي بعمل حركتي انزلاق في إصبعي الوسطى من كل يد، مبتدئاً من الذقن إلى زاوية الفم، ثم زاوية الأنف.	١٣
	نقذ التدليك النقرى بعمل حركات دائرية (زنبركية) بوساطة إصبعي الوسطى من كل يد على منطقة ما حول العينين، كما في الشكل (٨)، مبتدئاً من الزاوية الخارجية للعين إلى الداخل.	١٤
الشكل (٨).	اعمل الحركة نفسها على منطقة ما حول العينين مبتدئاً من الزاوية الخارجية للعين إلى الداخل.	١٥
	نقذ التدليك المسحي بمسح العينين بكلتا يديك.	١٦
الشكل (٩).	نقذ التدليك بالضغط وذلك بضغط الحاجبين بوساطة إصبعي الوسطى والسبابة من كل يد، مع رفعهما في أثناء الحركة، كما في الشكل (٩).	١٧
	نقذ التدليك المسحي بوضع الإبهامين فوق الجبهة، وبقية أصابع اليدين فوق عظمة الخد، بموازية زاوية الأنف، كما في الشكل (١٠).	١٨
الشكل (١٠).		

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	نفذ التدليك المسحي بعمل حركة عكسيّة على الجبين على شكل حرف (X) بوساطة إصبعي الوسطى من كل يد.	١٩
الشكل (١١).	نفذ التدليك المسحي بعمل حركة تمسيد خفيفة ومتتالية فوق الجبين براحتي اليدين، مع سحب اليدين إلى طرف الجبين مع تقليل الضغط تدريجيًا لإتمام العملية، كما في الشكل (١١).	٢٠
	نفذ التدليك المسحي بعمل حركات تمسيد خفيفة على كامل وجه الزبون تمهيدًا لانتهاء التدليك، كما في الشكل (١٢).	٢١
الشكل (١٢).	كرّر خطوات التمرين كلّها من (٣-٦) مرّات للحركة الواحدة.	٢٢
	جفّف الوجه بالمناديل الورقيّة، كما في الشكل (١٣).	٢٣
الشكل (١٣).	امسح الوجه بالتونك الخاصّ.	٢٤
	ضع كريم النهار.	٢٥
	نظّف الأدوات، وعقمها، وأعدّها إلى مكانها.	٢٦
	اغسل يديك، وعقمهما بالطريقة الصحيحة.	٢٧

الأسئلة

- ١- أيّ مناطق الجسم تتطلّب استعمال راحة اليد للتدليك وأداء حركة التمسيد؟
- ٢- ما الأثر الناتج من استعمال حركات التمسيد في عضلات الوجه؟
- ٣- حدّد اتجاه حركة الأصابع في أثناء تدليك: فوق الجبين، والذقن، والخدين.
- ٤- ما فائدة حركة التمسيد الحلزونية فوق الصدغين؟

نشاط (٣-٤): زيارة ميدانية لأحد مراكز التجميل

زر أنت وزملاؤك بإشراف المعلم أحد مراكز العلاج الطبيعي، ولاحظ الفرق بين التدليك العلاجي للجسم وتدليك الوجه والرقبة والكتفين (الاسترخائي)، من حيث: طريقة الأداء، وتأثيرها في العضلات، والمواد المستعملة، والمدة الزمنية اللازمة للأداء.

تمارين ممارسة

نفذ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو ضمن مجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلمك:

● نفذ عملية تدليك الوجه والرقبة والكتفين.



● قيم تنفيذك لكل خطوة من خطوات العمل التي اتبعتها، واحتفظ بتقويم أدائك الذاتي في ملفك.

مساج الدكتور جاكويت (Dr. Jacquet) الخاص بالبشرة الدهنية.

تمرين

٧-٣



يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تنظف البشرة باستعمال الحليب المنظف والقابض الخاص بالبشرة الدهنية بدرجة حموضة (٥,٥) pH.
- تنفذ المساج الخاص بالبشرة الدهنية.

المعلومات الأساسية

يهدف مساج الدكتور (جاكويت) إلى مساعدة البشرة الدهنية على التخلص من الدهون الزائدة والمتراكمة عن طريق حركات خاصة لتدليك البشرة الدهنية. مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد
- السرير الخاص بالبشرة، وملعقة معقمة، وشراشف نظيفة، ومناشف نظيفة، ومريول نظيف للعامل، وجونة.	- صابون، وماء دافئ، ومادة معقمة (كحول).
- مريول عمل نظيف للزبون، وربطة لرفع الشعر(عصبة)، وعربة متحركة، وسلّة قمامة، ومناديل ورقية.	- حليب منظف حسب نوع بشرة الزبون. (Cleansing Milk) (٥,٥) pH.
- إسفنجات خاصة لتنظيف البشرة.	- السائل القابض المعقم.
	- السائل المنعش (Tonic) (٥,٥) pH.
	- كريم أو زيت مساج خاص للبشرة الدهنية أو بودرة (التلك).

الرقم	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرسوم التوضيحية
١	حضّر نفسك والزبون، كما مرّ معك سابقاً.	<p>الشكل (١).</p>
٢	نظف البشرة تنظيفاً سطحياً، كما مرّ معك سابقاً.	
٣	نظف البشرة تنظيفاً عميقاً، كما مرّ معك سابقاً.	
٤	وزّع كمية قليلة من كريم المساج الخاص للبشرة الدهنية على البشرة، كما في الشكل (١).	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٢).</p>	<p>٥ نفذ حركة التدليك العجنيّة على الرقبة بظاهر اليد، كما في الشكل (٢).</p>	
 <p>الشكل (٣).</p>	<p>٦ نفذ التدليك العجني؛ وذلك بمسك الذقن والضغط عليه بصورة معتدلة ومتقطّعة باستخدام إصبعي السبابة والإبهام، كما في الشكل (٣).</p>	
 <p>الشكل (٤).</p>	<p>٧ أثنِ أصابع اليد اليسرى، كما في الشكل (٤)، وأجرِ الحركة العجنيّة على منطقة الذقن.</p>	
 <p>الشكل (٥).</p>	<p>٨ حرّك أصابع كلتا اليدين بحركة العجن إلى الأمام والخلف على منطقة الخدين، كما في الشكل (٥).</p>	
 <p>الشكل (٦).</p>	<p>٩ اضغط برفق وبصورة متقطّعة على الخدّ بإصبعي السبابة وباطن الإبهام، كما في الشكل (٦).</p>	
 <p>الشكل (٦).</p>		

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٧).</p>	<p>١٠</p> <p>ثبّت أطراف الأصابع بشكل متقابل على الجبين مع ترك مسافة (٢) سم بينهما، ثم اضغط بأطراف أصابع كلتا اليدين وبصورة متعاكسة، مما يشبه حركة التقريص، كما في الشكل (٧)، وكرّر الحركة لمنطقة الجبين كاملة.</p>	
 <p>الشكل (٨).</p>	<p>١١</p> <p>نفذ تدليك التقريص بوضع إصبعي السبّابة والوسطى من كلتا اليدين فوق الجبين، واعمل حركة التقريص للجبين، وذلك بأخذ جزء من الجلد بين الأصابع والضغط عليه بصورة معتدلة، كما في الشكل (٨)، وكرّر العملية من (٣-٥) مرّات.</p>	
 <p>الشكل (٩).</p>	<p>١٢</p> <p>ضع ظاهر أصابع اليدين ماعدا الإبهام على منطقة الجبين بحركات عجنيّة مع الضغط قليلاً، كما في الشكل (٩).</p>	
	<p>١٣</p> <p>نظّف البشرة باستعمال السائل القابض الخاصّ لبشرة الدهنيّة، ثمّ جفّفها بالمناديل الورقيّة.</p>	
	<p>١٤</p> <p>ضع كريمًا خاصًا لبشرة الدهنيّة.</p>	
	<p>١٥</p> <p>نظّف الأدوات بعد الاستعمال، وعقمها بالطريقة المناسبة، وأعدّها إلى أماكنها.</p>	
	<p>١٦</p> <p>اغسل يديك، وعقمهما بالطريقة الصحيحة.</p>	

تمارين ممارسة

- نفذ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو كمجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:
- نفذ خطوات مساج الدكتور جاكويت بإشراف المعلّم على بشرة دهنيّة لأحد زملائك في الصف.
 - اطلب إلى أحد زملائك أن ينفذ خطوات مساج الدكتور جاكويت على بشرتك إن كانت دهنيّة، ودوّن ملاحظاتك.
 - اكتب خطوات العمل التي تتبعها في تنفيذ كلّ تمرين عملي.
 - قيّم تنفيذك لكلّ خطوة من خطوات العمل التي اتّبعتها.
 - احتفظ بتقويم أدائك الذاتي في ملفك.

الأسئلة

- ١- ما فائدة الضغط بأصابع اليد في معظم خطوات مساج الدكتور جاكويت؟
- ٢- ما أهميّة اختيار كريم المساج المناسب؟
- ٣- بين سبب التركيز على استعمال التونيك المطهر بعد عملية المساج الخاصّة بدكتور جاكويت.

نشاط (٣-٥): البحث باستخدام مصادر المعرفة عن المساج الخاص بالبشرة الدهنية

أعدّ بحثاً باستخدام مصادر المعرفة المتوافرة لديك عن مساج (د. جاكويت) للبشرة الدهنية، وهل يمكن استخدامه في البشرة العادية والجافة والحساسة؟ ثمّ ناقشه مع زملائك بإشراف المعلّم.

- ١ - فسّر ما يأتي:
 - أ - استعمال السائل القابض بعد إجراء مساج الدكتور (جاكويت) للبشرة الدهنيّة.
 - ب- يتمّ تدليك الوجه حسب شكل العضلة.
 - ج- توخّي الحذر عند أداء حركة التدليك (القرع أو التريبت على منطقة الوجه).
 - د - يعطي المساج للجلد ملمسًا ناعمًا.
 - هـ - ارتفاع نسبة الزيت في كريم المساج.
 - و - اختصار وقت التدليك في حال البشرة الدهنيّة.
 - ز - التركيز على الضغط عند تدليك منطقة حول العينين.
- ٢ - ما أسماء الأعصاب التي تهتمّ خبير التجميل في عملية تدليك الوجه؟
- ٣ - في أيّ أنواع البشرة يستخدم زيت (اللافندر).
- ٤ - الضغط حركة من حركات التدليك، اذكر فائدة هذه الحركة، وعلى أيّ الأعصاب تطبّق.
- ٥ - بين ثلاث فوائد لمساج الدكتور جاكويت.
- ٦ - اذكر فائدتين لكلّ حركة من حركات التدليك:
 - أ - التمسيد.
 - ب- العجن.

يعدّ الزوان أحد اضطرابات الغدد الدهنيّة، ويتميّز باللون القاتم نتيجة أكسدة الدهون على سطح البشرة - كما تم شرحه سابقًا - في الاضطرابات الوظيفيّة للجلد.

١ طرق إزالة الزوان

تستعمل لإزالة الزوان طريقتان، إما يدويّة، أو آليّة، أو الاثنتان معًا.
أ - الطريقة اليدويّة: تعدّ أفضل الطرائق في إزالة الزوان وأكثرها أمانًا، ويجب أن تعامل البشرة أولاً بكريم الصنفرة؛ للكشف عن المسامات المسدودة، ثمّ يُطرى الزوان بعد



عملية التدليك بأجهزة خاصّة، وتتمّ إزالته بعد ذلك بالضغط على جانبه باستخدام إصبع السبّابة من كلّ يد، ويراعى أن تكون الأظفار قصيرة، ويلفّ طرفا الإصبعين بقطعة قطن رطبة، كما في الشكل (٣-١٤).

الشكل (٣-١٤): إزالة الزوان بالطريقة اليدويّة.

ب - الطريقة الآليّة: يستعمل لهذه الطريقة عدد من الأجهزة والأدوات التي تساعد المزيّن على التخفيف من صلابة الزوان والدهون المتراكمة تحت الجلد، منها: الملعقة المفرغة، وجهاز الشفط، وملصقات الزوان، وجهاز البخار الأوزوني.



الشكل (٣-١٥): الملعقة المفرغة (البنس).

٢ الأدوات والأجهزة المستعملة لإزالة الزوان

تستعمل لإزالة الزوان المستلزمات الآتيّة:

أ - الملعقة المفرغة (البنس): قضيب معدني له طرفان؛ أحدهما مدبّب يشبه الإبرة في شكله وعمله، ويستخدم في ثقب الزوان المغلق (الميليا) كما في الشكل (٣-١٥)، أمّا الطرف الآخر فموصول

بحلقة دائريّة ثابتة مفرغة تشبه الملعقة، وتستخدم في إزالة الزوان المفتوح خاصّة في الأماكن الضيقة على جانبي الأنف، ويجب التأكّد من تعقيم البنس قبل الاستعمال وبعده.

ب- **ملصقات الزوان:** منتشرة بكثرة في الأسواق، ويقوم مبدأ عملها على ترطيب المنطقة المراد إزالة الزوان عنها بالماء، ثم إلصاق القطعة المرفقة فوق المنطقة والضغط عليها بضع ثوانٍ حتى تلتصق تمامًا بالجلد، وبعد مرور عشر دقائق، تتم إزالتها برفق؛ إذ يمكن رؤية الرؤوس السوداء وهي ملتصقة بالقطعة بعد إزالتها عن الجلد.

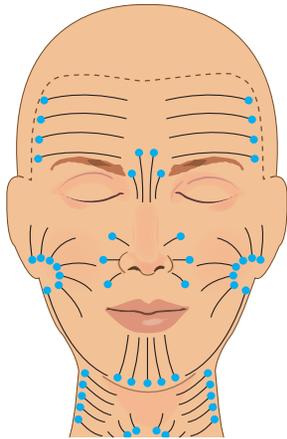
ج- **جهاز الشفط الكهربائي (Suction Machine):** يشبه المكنسة الكهربائية في مبدأ عمله، وفيه فتحتان موصولتان بأنبوبين من البلاستيك؛ أحدهما للشفط، كما في الشكل (٣-١٦)، والآخر للنفث (بخاخ) (Spraying)، كما في الشكل (٣-١٧)، ويوضع في الوعاء الزجاجي المتصل (البخاخ) مواد قابضة، أو مرطبة أو معقمة للبشرة ويراعى إبقاء عيني الزبون مغلقتين، بوضع قطن دائري مرطب، ويوضع إناء خاص ومنشفة تحت رقبة الزبونة؛ لمنع تبلل ثيابه، ويستعمل البخاخ في الحالات الآتية: بعد استعمال حليب التنظيف، وبعد إزالة الزوان، وبعد إزالة القناع.



الشكل (٣-١٧): جهاز البخاخ.



الشكل (٣-١٦): جهاز الشفط.



الشكل (٣-١٨): اتجاهات استعمال جهاز الشفط.

لعملية شفط البشرة باستعمال الجهاز الكهربائي فوائد عدة، أهمها:

١. تسهيل إزالة الزوان.
٢. تنشيط الدورة الدموية.
٣. تصريف اللمف، وتنظيم عملية الأيض.
٤. التدليك المتجانس للبشرة.

يجب أن يستعمل هذا الجهاز باتجاهات محددة بعد التنظيف السطحي، كما في الشكل (٣-١٨)، وبعد إزالة الزوان يمكن استعمال التونك لقبض مسامات البشرة.

يمنع استعمال جهاز الشفط في الحالات الآتية:

١ . البشرة الحساسة، والمتهيّجة.

٢ . البشرة ذات الشعيرات الدموية المتكسّرة.

٣ . البشرة ذات حبّ الشباب.

د - جهاز البخار مع الأوزون (Steamer): يحتوي الجهاز على إناء زجاجي أو معدني،

ويوضع فيه ماء مقطر ليتمّ غليه بوساطة وصل الجهاز بالكهرباء، فيخرج البخار بوساطة فتحة صغيرة يمكن التحكم في اتجاهاتها، كما يخرج من تلك الفتحة غاز أوزون يساعد على تعقيم البشرة. ويعدّ جهاز البخار من أهمّ الأجهزة وأكثرها استعمالاً، ويساعد على فتح المسامات وتطرية الزوان، ممّا يسهّل إزالته، كما ينشط الدورة الدموية، ويحتاج الجهاز إلى مدّة زمنيّة تتراوح بين (٥-١٠) دقائق لتسخين الماء فيه وإخراج البخار، ولذلك يفضّل تشغيله قبل تنظيف البشرة، كما يجب إبعاد مخرج البخار عن وجه الزبون من (٣٠-٤٠) سم، ويفضّل تغطية العينين بقطعتين من القطن المبلّل، ووضع طبقة رقيقة من كريم المساج لحماية البشرة. كما في

الشكل (٣-١٩).

يجب اتباع الأمور الآتية للعناية بجهاز البخار:

١ . استخدام الماء المقطر أو (اليسر)؛ لأنّ

الماء (العسر) يتسبّب في تكلس الجهاز

ويتسبّب في إتلافه.

٢ . تفقّد مستوى الماء في الجهاز باستمرار

حتى لا يحترق.

٣ . تنظيف الوعاء الزجاجي الخاصّ بالجهاز مرّة في الأسبوع على الأقل، بوضع كوب

من الخل مع لتر ماء داخله لمدّة (١٢) ساعة، ويفرّغ بعد ذلك، كما يمكن وضع

منقوع البابونج أو أيّ أعشاب مهدئة ذات رائحة زكيّة في خزان الماء؛ لأنّ بعض

الزبائن يشعرون بضيق من رائحة الأوزون التي تخرج مع البخار عند تشغيله.



الشكل (٣-١٩): جهاز البخار.

تحتاج كل بشرة لمدة محدّدة عند التعريض لجهاز البخار، وذلك كالآتي:

١ . البشرة الدهنيّة السميكة تحتاج إلى (١٠) دقائق.

٢ . البشرة العاديّة تحتاج إلى (٣-٥) دقائق.

٣ . البشرة المختلطة تحتاج إلى (٥-٧) دقائق.

فوائد جهاز البخار:

١ . ترطيب الطبقة القرنية مما يسهل نزعها.

٢ . فتح المسامات مما يسهل تنظيفها.

٣ . تنشيط الدورة الدموية.

٤ . إدخال الأكسجين اللازم للخلايا مع الأوزون.

يمنع استعمال جهاز البخار في الحالات الآتية:

١ . البشرة شديدة الجفاف أو قليلة الرطوبة.

٢ . البشرة المتهيّجة والحساسة.

٣ . البشرة ذات الشعيرات الدموية المتكسّرة.

تذكّر

لحماية البشرة وترطيبها عند استعمال جهاز البخار، يجب وضع طبقة رقيقة من كريم المساج، أو زيت المساج، أو كريم التفشير.

إزالة الزوان (يدويًا)

تمرين

٣-٨

- يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:
- تستعمل جهاز البخار على البشرة.
 - تزيل الزوان يدويًا.
 - تمسح الوجه بالسائل القابض المعقم.

المعلومات الأساسية

تهدف عملية إزالة الزوان عن البشرة إلى تنظيفها من الإفرازات والشوائب والدهون غير المرغوب فيها، ويجب الاهتمام بالنظافة والتعقيم بدرجة عالية؛ لتجنب نقل العدوى، كما يجب أن تؤدى برفق، وأن يوضع كريم المساج المناسب على البشرة حتى لا يتسبب برضوض للبشرة.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد
- السرير الخاص بالبشرة، وشراشف نظيفة، ومناشف نظيفة، ومريول نظيف للعامل.	- مادة معقمة (كحول).
- مريول عمل نظيف للزبون، وربطة لرفع الشعر (عصبة)، ومناديل ورقية، وعربة متحركة، وسلّة قمامة.	- حليب منظف حسب نوع بشرة الزبون. (Cleansing Milk).
- إسفنج خاص لتنظيف البشرة، وملعقة معقمة، وجهاز بخار.	- السائل القابض المعقم.
- وعاء زجاجي أو بلاستيكي.	- السائل المنعش (Tonic).
	- الكريم المناسب لنوع البشرة.
	- كريم التقشير (Peeling).

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	شغل جهاز البخار قبل (١٠) دقائق من استعماله.	١
	حضّر نفسك و الزبون، كما مرّ معك سابقًا.	٢
	نظف البشرة تنظيفًا سطحيًا، كما مرّ معك سابقًا.	٣
	نظف البشرة تنظيفًا عميقًا، كما مرّ معك سابقًا.	٤

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	نفذ خطوات تدليك البشرة (المساج)، كما في التمرين السابق.	٥
	سلط البخار باتجاه البشرة، مع بقاء مسافة (٣٠-٤٠) سم بين وجه الزبون والبخار، مع الانتباه إلى حماية العيون باستعمال قطعتي قطن رطب، كما في الشكل (١).	٦
الشكل (١).	انتظر المدة المحددة لتسليط البخار على الوجه، وهي من (٥-٧) دقائق وحسب نوع البشرة.	٧
	أوقف جهاز البخار، وجفف الوجه بوضع منديل ورقي مع الضغط بخفة.	٨
الشكل (٢).	لف قطعتي محارم ورقية أو قطناً رطباً حول إصبعي السبابة من كل جهة، كما في الشكل (٢).	٩
	ركّز إصبعك حول الزوان، ثم اضغط برفق بجانب السبابتين، كما في الشكل (٣)، وغير موقع الضغط إذا لم يخرج الزوان من مكانه.	١٠
الشكل (٣).	كرّر العملية على الزوان كله إلى أن ينظف الوجه.	١١
	امسح الوجه بالسائل القابض.	١٢
	جفف الوجه بمناديل ورقية، ثم ضع عليه الكريم المناسب لنوع البشرة.	١٣

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	نظف الأدوات بعد الاستعمال، وعقمها بالطريقة المناسبة، وأعدّها إلى أماكنها.	١٤
	اغسل يديك، وعقمهما بالطريقة الصحيحة.	١٥

تمارين ممارسة

نفذ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو كمجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:

- نفذ عملية إزالة الزوان (يدويًا) على أحد الزبائن في المشغل.
- اكتب خطوات العمل التي تتبعها في تنفيذ كلّ تمرين عملي.
- قيم تنفيذك لكل خطوة من خطوات العمل التي أتبعتها.
- احتفظ بتقويم أدائك الذاتي في ملفك.

الأسئلة

- ١- فسّر الجمل الآتية:
 - أ- يعدّ جهاز شفط الزوان من الأجهزة المستعملة في عملية التدليك.
 - ب- يفضل استعمال ماء خاصّ مفلتر لجهاز البخار.
- ٢- في حال عدم توافر جهاز البخار، اقترح البدائل المناسبة لذلك، ووضّح طريقة استعمالها.

إزالة الزوان آلياً

تمرين

٩-٣

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تزيل الزوان باستعمال الأداة الخاصّة البنس وجهاز الشفط.
- تمسح الوجه بالسائل القابض المعقم بعد تسليط رذاذ البخاخ عليه.

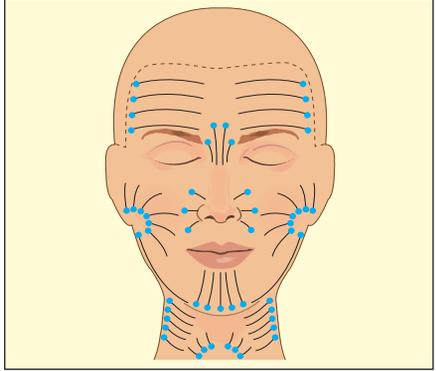
المعلومات الأساسية

تسهل الأداة الخاصّة (البنس) إزالة الزوان، ويجب ترطيب الجلد عند استعمالها وبعد إزالة الزوان، كما يجب الحذر عند استعمالها على الجلد الرقيق.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	الموادّ
- السرير الخاص بالبشرة، وشراشف نظيفة، ومناشف نظيفة، ومريول نظيف للعامل.	- مادة معقّمة (كحول).
- مريول عمل نظيف للزبون، وربطة لرفع الشعر (عصبة)، ومناديل ورقية، وعربة متحركة، وسلّة قمامة، وملعقة معقّمة.	- حليب منظّف حسب نوع بشرة الزبون. (Cleansing Milk).
- إسفنجات خاصّة، ووعاء زجاجي أو بلاستيكي يحتوي على ماء نظيف.	- السائل القابض المعقم.
- جهاز البخار، وجهاز الشفط الكهربائي.	- السائل المنعش (Tonic).
- أداة خاصّة لإزالة الزوان (البنس).	- كريم نهاري مناسب لنوع البشرة.
	- كريم التقشير (Peeling).
	- كريم أو زيت المساج.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	حضّر الزبون، كما مرّ معك سابقاً.	١
	نظّف البشرة تنظيفاً سطحياً، كما مرّ معك سابقاً.	٢
	نظّف البشرة تنظيفاً عميقاً، كما مرّ معك سابقاً.	٣
	نقدّ خطوات تدليك البشرة (المساج)، كما مرّ معك سابقاً.	٤

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١).</p>	<p>نفذ خطوات تشغيل جهاز البخار، كما في التمرين السابق.</p>	٥
 <p>الشكل (٢).</p>	<p>ركّب الزجاجة الخاصّة بجهاز الشفط الكهربائي، وشغله، كما في الشكل (١).</p>	٦
 <p>الشكل (٣).</p>	<p>ضع الزجاجة فوق البشرة وبالاتجاهات نفسها الموضّحة في الشكل (٢)، مع الانتباه إلى مسك الزجاجة بالطريقة نفسها التي تمسك بها القلم في أثناء الكتابة، ووضعتها على الفتحة في أثناء الشفط، ورفعها حين إيقافه.</p>	٧
 <p>الشكل (٤).</p>	<p>عقم الأداة الخاصّة بإزالة الزوان (البنس)، كما في الشكل (٣).</p>	٨
 <p>الشكل (٤).</p>	<p>أزل الزوان القاسي باستخدام الملعقة المفرغة (البنس)، كما في الشكل (٤).</p> <p>أزل الزوان المتبقي بالطريقة (اليدويّة)، كما في التمرين السابق؛ للتأكد من إزالته نهائيًا، وكرّر العملية إلى أن ينظف الوجه تمامًا.</p>	٩
 <p>الشكل (٤).</p>	<p>أزل الزوان المتبقي بالطريقة (اليدويّة)، كما في التمرين السابق؛ للتأكد من إزالته نهائيًا، وكرّر العملية إلى أن ينظف الوجه تمامًا.</p>	١٠

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	املاً زجاجة الجهاز البخاخ بالسائل القابض، كما في الشكل (٥).	١١
	ضع قطناً دائرياً رطباً على عيني الزبون، كما في الشكل (٦).	١٢
	شغل الجهاز، وسلط رذاذ البخاخ على البشرة لثوانٍ معدودة.	١٣
	جفف الوجه بمناديل ورقية.	١٤
	ضع قليلاً من كريم النهار حسب نوع البشرة.	١٥
	نظف الأدوات بعد الاستعمال، وعقمها بالطريقة المناسبة، وأعدّها إلى أماكنها.	١٦
	اغسل يديك، وعقمهما بالطريقة الصحيحة.	١٧

الشكل (٥).

الشكل (٦).

الأسئلة

علّل ما يأتي:

١- أهمية ترطيب الجلد قبل إزالة الزوان.

٢- إزالة الزوان المتبقي بالطريقة اليدوية.

- ١ - علّل ما يأتي:
- أ - يستعمل كريم أو زيت المساج عند إزالة الزوان.
- ب - عدم زيادة كمية كريم المساج عند استعمال جهاز الشفط الكهربائي.
- ج - يوضع الخلّ في جهاز البخار.
- د - يوضع كريم مغدّ أو كريم مقشّر، أو زيت مساج عند استعمال جهاز البخار على البشرة.
- هـ - وجود غاز الأوزون في جهاز البخار.
- ٢ - يعدّ جهاز البخار مع الأوزون وسيلة فاعلة لإزالة الزوان، اذكر ثلاثة من الأمور الواجب مراعاتها عند:
- أ - استعمال الجهاز ب - العناية بالجهاز
- ٣ - عرّف كلاً ممّا يأتي:
- أ - الزوان أسود اللون ب - الميليا ج - ملصقات الزوان
- ٤ - اذكر المدة الزمنية التي تحتاجها كلّ من أنواع البشرة الآتية لجهاز البخار:
- الجافة - الدهنيّة - العاديّة - المختلطة
- ٥ - اذكر ثلاثة من موانع استعمال جهاز البخار على البشرة.

يعتمد تأثير المستحضرات الخاصّة في العناية بالبشرة على قدرتها على النفاذ خلال طبقات البشرة المختلفة؛ فبعضها يبقى على سطح الجلد ولا ينفذ إلى طبقاته، والآخر يستطيع الوصول إلى مختلف طبقات البشرة، لكنه لا ينفذ خلال الغشاء القاعدي ولا يستطيع الوصول إلى الأدمة، بينما تستطيع بعض المستحضرات النفاذ إلى الأدمة ويتم امتصاصها في شعيراتها الدموية؛ إذ تعتمد هذه الخاصية على حجم جزيئات المركّب الكيميائي وذائبته في الغشاء البلازمي الذي يحتوي على طبقتين: إحداهما محبّة للماء والأخرى محبّة للدهون، وقد عمد الكيميائيون المتخصّصون إلى تحضير مستحضرات العناية بالبشرة بما يتفق وتركيب الجلد، من دهون وماء وبروتين بشكل أساسي.

١ أنواع مستحضرات العناية بالبشرة.

تستعمل المستحضرات الآتية للعناية بالبشرة:

أ - **مستحضرات نهاريّة (Day Creams):** تتوافر المستحضرات النهارية بأنواع تتناسب مع أنواع البشرة وتحتوي على موادّ مطريّة، ويمكن أن تحتوي على فيتامينات، إضافة إلى موادّ تحمي من أشعة الشمس، وهي مصمّمة لتبقى على البشرة طوال النهار، بحيث يسهل وضع المكياج فوقها، كما توفر الحماية للبشرة من الملامسة المباشرة للمكياج، وقد وجد مؤخراً أنّ تكرار وضع المستحلبات المولفة من الدهون والبروتينات، يعمل على تقليل الخلايا الميتة على سطح البشرة وزيادة حفظ الماء داخل سطحها، والمحافظة على البشرة ناعمة.

أما المستحضرات الخاصّة بالبشرة الدهنية والمصابة بحب الشباب فتصنع لتعادل درجة حموضة البشرة، إذ يكون محتواها الدهني خفيفاً وسريع الامتصاص بحيث لا يتسبب في زيادة دهون الجلد وإغلاق القنوات الدهنية، وبالتالي زيادة حب الشباب.

ب- **المستحضرات الليليّة وكريمات المساج (Night Creams):** تتّصف المستحضرات الليليّة وكريمات المساج ببقائها على الجلد لساعات طويلة؛ لذلك، تكون نسبة الزيت أو الدهون فيها أعلى من الماء، وتكون المادّة الأساسيّة المكوّنة لها زيوتاً معدنيّة، وشمع نحل، ولانولين، وبرافين، وهذه النسب العالية من الزيوت تمنع تبخّر الماء من سطح

البشرة إلى الخارج، وتساعد أيضًا على انزلاق الأصابع عند التدليك بشكل أسهل، كما أنّ الفيتامينات مادة أساسية في هذه المستحضرات خاصة فيتامينات (أ، ب، هـ، د، ج)، وتضاف لها الموادّ الحافظة و عطر مناسب، وتجب مراعاة تنظيف البشرة جيّدًا نظيفًا سطحياً قبل وضع هذه المستحضرات؛ حتى يستطيع الجلد الاستفادة بشكل كامل من محتوياتها، كما يجب تجنّب وضعها حول العينين؛ لأنها منطقة حسّاسة.

مكوّنات مستحضرات العناية بالبشرة وأهميّة كل منها:

يتمّ تحضير مستحضرات العناية بالبشرة بمزج مكوّنين أساسيين، هما: مستحلب (الزيت والماء)، وتعتمد درجة لزوجة المستحضر على كميّة (الزيت والماء)، فكلما زادت نسبة الزيت مقارنة بالماء، زادت كثافة المستحضر بحيث يصبح ثابت القوام، وأقرب إلى الكريّمات الصلبة، وتستخدم مثل هذه المستحضرات في كريمات الليل، وكريمات المساج، وكريمات العناية بالقدمين؛ لأنها تعمل على تليين البشرة، والحفاظ على رطوبتها، وتحتاج إلى صابون وماء لإزالتها عن الجلد، أما المستحضرات التي تكون نسبة (الماء) فيها أعلى مقارنة (بالزيت)، فتكون غالبًا على شكل (لوشن) سهلة التوزيع على الجلد، وتقلّ من فقد الرطوبة، مثل (لوشن الترطيب، وكريم الأساس)، ومن أهمّ الزيوت الموجودة في الكريّمات: زيت البرافين، وزيت اللوز، وزيت الزيتون، وزيت السمسم أو دهون حيوانية، مثل (اللانولين)، والتي تعمل جميعها على تليين البشرة، وكذلك تحتوي على موادّ تحفظ رطوبة البشرة، مثل الغلسرين، ومن الأمور التي تجب مراعاتها عند استعمال مستحضرات التجميل ما يأتي:

- أ - حفظ المستحضرات في أماكن ذات درجة حرارة معتدلة (١٥-٢٥)° س.
- ب- اتباع تعليمات الشركة الصانعة في ما يتعلّق بطريقة الاستعمال والمحاذير.
- ج- التوقّف عن استعمال المستحضر في حالة تهيج البشرة وتحسّسها.
- د - الابتعاد عن المستحضرات التي تسبب زيادة فتح مسامات البشرة حتى لا تتسبّب في جفافها.
- هـ - استعمال العصي الخشبيّة (spatula) ذات الاستعمال الواحد؛ لإخراج المستحضر من العبوة حتى لا يتسبّب في نقل البكتيريا والفيروسات للمستحضر، وبالتالي يؤدي إلى تكسّر المستحلب وانفصاله، ممّا يؤدي إلى تلفه، والمساعدة على نقل الجراثيم الضارّة للبشرة.
- و - إغلاق العبوة جيّدًا بعد كل استعمال.

الأدوات والأجهزة المستعملة في وضع المستحضرات على البشرة

تعمل الأجهزة الخاصة بالبشرة على زيادة تغلغل المادّة الفعالة في مستحضرات العناية بالبشرة داخل سطح الجلد، ممّا يجعل فائدتها أكبر، وفي ما يأتي توضيح للأجهزة المستعملة لإدخال المستحضر للبشرة:

أ - جهاز الذبذبات العالية (High Frequency Machine): جهاز يستعمل التيار الكهربائي لإصدار ذبذبات عالية التردد، والأساس فيها تزويد البشرة بالحرارة، وتتصل به أقطاب زجاجية تحتوي على (غاز النيون)، كما في الشكل (٣-٢٠)، وتصدر ومضات قصيرة بألوان مختلفة عند مرور التيار فيها، ويمكن التحكّم في التردد وزيادته تدريجيًا في أثناء استعمال الجهاز، كما يمكن استعماله مدّة تتراوح بين (٣-٥) دقائق.

يستعمل جهاز الذبذبات العالية بوضع القطب المناسب على البشرة أو فروة الرأس مباشرة بعد وضع كريم أو سائل مغدّد عليها، ثمّ إصدار الذبذبات حيث إنّ جهاز الذبذبات العالية يحتوي على أقطاب ذات أشكال مختلفة، منها:

١ . القطب على شكل (حذاء الحصان): ويستعمل لمنطقة الرقبة.

٢ . قطب على شكل (الفطر): ويستعمل لمنطقة الوجه، وهو ذو حجمين: كبير للوجنتين، وصغير لمنطقة الأنف.

٣ . القطب على شكل قضيب: يستعمل على المساحات الواسعة في الجسم مثل الظهر.

ومن فوائد جهاز الذبذبات العالية ما يأتي:

١ . تنشيط الدورة الدموية.

٢ . تحسين عمليّة بناء الخلايا.

٣ . القضاء على بعض الجراثيم.

٤ . المساعدة على تنشيط عمل الغدد.

٥ . تعزيز الحرارة في الأنسجة، مما يساعد على امتصاص الكريّمات.

ومن محاذير جهاز الذبذبات العالية ألاّ يستعمل في أثناء (الحمل)، وعند الذين يعانون اضطرابًا



الشكل (٣-٢٠): جهاز الذبذبات العالية.

في نبض القلب، والذين يستعملون منظّمت ضربات القلب)، كما يجب الانتباه إلى عدم استعمال أيّ موادّ تحتوي على الكحول في أثناء المعالجة، وعند استعمال جهاز الذبذبات العالية على البشرة، فيجب وضع كميّة مناسبة من زيت أو كريم المساج؛ حتى يسهّل حركة الأقطاب الخاصّة بالجهاز على البشرة.

ب- الجهاز الأيوني (Galvanic Machine): يستعمل لإدخال محاليل أيونية إلى داخل البشرة أو إخراج الدهون المتراكمة في مساماتها عن طريق تدويرها بمحاليل معقّمة خاصّة، ويعمل الجهاز الأيوني باستعمال دائرة كهربائية ذات مقاومة عالية وتيار تتراوح شدّته بين (١-٠,١) مللي أمبير، وتتصل أسلاكه بقطبين (الموجب والسالب) كما في الشكل (٣-٢١)، ويكون أحد القطبين أسطواني الشكل أو على شكل كرة معدنيّة، أو يكون



الشكل (٣-٢١): الجهاز الأيوني.

القطبان على شكل كرتين معدنيتين يدحرجهما بالتناوب فوق المنطقة التي يستعمل عليها الجهاز، ويكون القطب الآخر على شكل اسطواني يلف بالشاش يوضع تحت كتف الزبون، ويختلف تأثير استعمالات الأقطاب الكهربائيّة السالب والموجب في التأثيرات التي يحدثها كلّ منهما، ولهذا يستعمل كلّ

منهما لغايات محدّدة، يبيّن الجدول (٣-١) تأثير الأقطاب واستعمالاتها.

الجدول (٣-١): تأثيرات الأقطاب واستعمالاتها.

نوع القطب	التأثيرات	الاستخدامات
الموجب (H ⁺)	<ul style="list-style-type: none"> - يهدئ الأعصاب. - يقلل تدفق الدم في الأدمة. - يقوي الأنسجة. 	<ul style="list-style-type: none"> - إدخال مادة حمضية للبشرة. - منع الالتهاب بعد علاج الزوان. - إغلاق المسامات بعد تنظيفها. - تقليل احمرار البشرة.
السالب (OH ⁻)	<ul style="list-style-type: none"> - ينشط الأعصاب. - يزيد تدفق الدم في الأدمة. - يطري الأنسجة. 	<ul style="list-style-type: none"> - إدخال مادة قاعدية للبشرة. - تنشيط الدورة الدموية.

يستعمل الجهاز الأيوني لإدخال المحاليل الكيميائية إلى البشرة أو لإخراج مواد منها، وتحتوي المحاليل القاعدية على أيونات الهيدروكسيل (OH⁻)، ويتم إدخالها عن طريق وضع القطب السالب على البشرة الموجودة عليها المحاليل القاعدية التي تتنافر معه، في حين يمسك الزبون القطب الموجب بيده، مما يعمل على إكمال الدائرة الكهربائية وإدخال المحاليل إلى البشرة، والعكس في حال استعمال المحاليل الحمضية (H⁺) على البشرة؛ إذ يوضع القطب الموجب للجهاز على البشرة لتتنافر معه، في حين يمسك الزبون القطب السالب بيده لإكمال الدائرة الكهربائية وإدخال المستحضرات إلى البشرة.

يحظر استعمال الجهاز الأيوني في حالة وجود (أمراض جلدية، أو أمراض القلب، أو وجود أجهزة معدنية لتقويم الأسنان).

فكر

لأي أنواع البشرة يستعمل القطب الموجب، ولأي منها يستعمل القطب السالب؟

وضع المستحضرات النهارية والليلية على البشرة يدويًا

تمرين

١٠-٣

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

– تضع المستحضرات النهارية والليلية على البشرة يدويًا.

المعلومات الأساسية

يتم اختيار مستحضرات العناية بالبشرة حسب نوع البشرة، ويجب تنظيف البشرة تنظيفًا سطحيًا بالحليب المنظف والسائل القابض الخاص بنوع البشرة.

مستلزمات تنفيذ التمرين

المواد	الأدوات والتجهيزات
– مادة معقمة (كحول).	– السرير الخاص بالبشرة، وشراشف نظيفة،
– حليب منظف حسب نوع بشرة الزبون.	ومناشف نظيفة، وملعقة معقمة، ومريول
– السائل المنعش (Tonic).	نظيف للعامل.
– الكريم المقشر أو الكريم المغذي الذي	– مريول عمل نظيف للزبون، وربطة لرفع
يحتوي على كولاجين أو إيلاستين	الشعر، وعربة متحركة، وسلّة قمامة،
حسب نوع البشرة.	ومناديل ورقية.
	– إسفنجات خاصة، ووعاء زجاجي أو
	بلاستيكي يحتوي على ماء نظيف.

الرقم	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرسوم التوضيحية
١	حضّر الزبون، كما مرّ معك سابقًا .	
٢	نظّف البشرة تنظيفًا سطحيًا، كما مرّ معك سابقًا .	
٣	نظّف البشرة تنظيفًا عميقًا، كما مرّ معك سابقًا .	
٤	افحص نوع البشرة بوساطة المكبر كما في الشكل (١).	الشكل (١).

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	خذ قليلاً من المستحضر الخاص لنوعية البشرة بالملعقة المعقمة.	٥
الشكل (٢).	وزّع الكميّة على الوجه على شكل نقاط بالإصبع الوسطى من اليد اليمنى، كما في الشكل (٢).	٦
	نفّذ حركات خفيفة بكلتا يديك لتوزيع الكريم ابتداءً من أسفل الرقبة، ثم أنزلهما باتجاه الأذن إلى أن تصل الأصابع إلى شحمة الأذن، كما في الشكل (٣).	٧
الشكل (٣).	دحرج الأصابع فوق الذقن والفك، ثم فوق الوجنتين إلى أن تصل مقابل الأذن، كما في الشكل (٤).	٨
	حرّك إصبعي الوسطى بحركات دائرية على جوانب الأذن.	٩
الشكل (٤).		

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٥).</p>	دحرج أصابعك إلى الأعلى نحو الجبهة، واستمرّ باتجاه الصدغين، كما في الشكل (٥).	١٠
	تأكد من امتصاص البشرة للمستحضر بشكل تام.	١١
	نظّف الأدوات بعد الاستعمال، وعقمها بالطريقة المناسبة، وأعدّها إلى أماكنها.	١٢
	اغسل يديك بالطريقة الصحيحة.	١٣

تمارين ممارسة

نقدّ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو كمجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:

- نقدّ عملية وضع المستحضرات الخاصّة بالعناية بالبشرة يدويّاً على وجه أحد زبائن المشغل.
- اكتب خطوات العمل التي تتبعها في تنفيذ كلّ تمرين عملي.
- قيّم تنفيذك لكلّ خطوة من خطوات العمل التي اتّبعتها.
- احتفظ بتقويم أدائك الذاتي في ملفك.

الأسئلة

علّل ما يأتي:

- ١- تحديد مستحضر النهار حسب نوع البشرة.
- ٢- توزيع مستحضري النهار والليل على البشرة باتجاهات محدّدة.
- ٣- التنويع في الماركة التجارية عند انتهاء عبوتي مستحضري النهار والليل.

وضع المستحضرات النهارية السائلة على البشرة باستعمال جهاز الذبذبات العالية

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تحضّر جهاز الذبذبات العالية للتشغيل.
- تشغل الجهاز بالطريقة الصحيحة مراعيًا مدّة التشغيل.
- تضع المستحضرات النهارية السائلة باستعمال جهاز الذبذبات العالية.

المعلومات الأساسية

يساعد جهاز الذبذبات العالية في مراكز التجميل على إدخال مستحضرات العناية بالبشرة إلى داخل البشرة؛ إذ يزيد من فاعلية هذه المستحضرات سواء بشكل كريم أو جلّ أو سائل.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	الموادّ
- السرير الخاص بالبشرة، وشراشف نظيفة، ومناشف نظيفة، ومريول نظيف للعامل.	- مادّة معقّمة (كحول).
- مريول عمل نظيف للزبون، وربطة لرفع الشعر، وعربة متحرّكة، وسلّة قمامة، ومناديل ورقية، وإسفنجات خاصّة.	- حليب منظّف حسب نوع بشرة الزبون. (Cleansing Milk).
- ملعقة معقّمة، ووعاء زجاجي أو بلاستيكي يحتوي على ماء نظيف، وجهاز الذبذبات العالية.	- السائل المنعش (Tonic).
	- الكريم النهاري أو الليلي أو الأمبولة المناسبة لنوع البشرة.
	- كريم مقشّر.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١).</p>	حضّر الزبون، كما مرّ معك سابقًا.	١
	نظّف البشرة تنظيفًا سطحيًا، كما مرّ معك سابقًا.	٢
	نظّف البشرة تنظيفًا عميقًا، كما مرّ معك سابقًا.	٣
	وزّع الكريم النهاري، أو الليلي، أو الأمبولة كما في الشكل (١).	٤

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	٥ عقم القضيب الكهربائي بالكحول، ثم ضعه في المكان المعد له في الجهاز.	٥
	٦ شغل الجهاز، واضبط مفتاح التيار الكهربائي على القوة المناسبة حسب تحمل الزبون لشدة التيار.	٦
	٧ ضع القضيب الكهربائي على منطقة الذقن لسطح البشرة فوق المستحضر النهاري، واضغط على المفتاح لإصدار التيار، كما في الشكل (٢).	٧
	٨ حرّك القضيب الكهربائي بصورة دائرية، ابتداءً من الرقبة وصعوداً إلى الذقن، ثم الفكين، فالوجنتين، فالأنف، فالجبين، واستمر لمدة نصف دقيقة إلى أن تلاحظ امتصاص البشرة للمستحضر، كما في الشكل (٣).	٨
	٩ بدل القضيب الكهربائي بالقطعة الخاصة بالمناطق الضيقة، كزوايا الأنف، والفم، وبين الحاجبين، كما في الشكل (٤).	٩
	١٠ امسح زوائد الكريم بوساطة المناديل الورقية.	١٠
	١١ اعمل مساجاً خفيفاً لبسط ما تبقى من الكريم على وجه الزبون حتى يشعر بالراحة، كما في الشكل (٥).	١١

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	افصل الجهاز عن التيار الكهربائي، واحفظه بشكل صحيح.	١٢
	نظّف الأدوات بعد الاستعمال، وعقمها بالطريقة المناسبة، وأعدّها إلى أماكنها.	١٣
	اغسل يديك، وعقمهما بالطريقة الصحيحة.	١٤

تمارين ممارسة

نفذ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو كمجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:

- نفذ عملية وضع المستحضرات الخاصّة بالعناية بالبشرة باستعمال جهاز الذبذبات العالية على وجه أحد زملائك.
- اكتب خطوات العمل التي تتبعها في تنفيذ كلّ تمرين عملي.
- قيّم تنفيذك لكلّ خطوة من خطوات العمل التي اتّبعتها.
- احتفظ بتقويم أدائك الذاتي في ملفك.

الأسئلة

- ١- فسّر أهميّة تشغيل الجهاز بعد رفع القضيب الزجاجي على وجه الزبون.
- ٢- بيّن أهميّة وضع كريم أو أمبولة عند استعمال جهاز الذبذبات العالية. هل يمكن استعماله دون كريم؟ ولماذا؟

وضع المستحضرات النهارية السائلة على البشرة باستعمال الجهاز الأيوني

تمرين

١٢-٣

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تستعمل الجهاز الأيوني بالشكل الصحيح.
- تضع المستحضرات النهارية الحمضية والقاعدية على البشرة باستعمال الجهاز الأيوني.

المعلومات الأساسية

يساعد الجهاز الأيوني على سرعة إدخال المستحضر إلى عمق البشرة وفق مبدأ التنافر والتجاذب؛ فيعمل على إدخال المواد الحمضية والقاعدية للبشرة، ويساعد على امتصاصها بشكل كبير.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد
- السرير الخاص بالبشرة، وشراشف نظيفة، ومناشف نظيفة، ومريول نظيف للعامل.	- مادة معقمة (كحول).
- مريول عمل نظيف للزبون، وربطة لرفع الشعر (عصبة)، وعربة متحركة، وسلّة قمامة، ومناديل ورقية، وإسفنجات خاصة لتنظيف البشرة، وملعقة معقمة.	- حليب منظف حسب نوع بشرة الزبون. (Cleansing Milk).
- وعاء زجاجي أو بلاستيكي يحتوي على ماء نظيف، والجهاز الأيوني، وقماش معقم.	- السائل المنعش (Tonic).
	- كريم مقشر (Peeling).
	- مستحضر بدرجة حموضة حمضية (pH(5,5).
	- مستحضر بدرجة حموضة قاعدية (pH(7,5).

الرقم	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرسوم التوضيحية
١	أولاً: استعمال الجهاز الأيوني مع مستحضر ذي درجة حموضة (5,5) pH: نفذ خطوات التنظيف السطحي للبشرة جميعها، كما مرّ معك سابقاً.	
٢	لفّ القطب السالب للجهاز بقطعة شاش معقمة ورطبة.	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	ضع القطب السالب من الجهاز في يد الزبونة، كما في الشكل (١).	٣
الشكل (١).	وزّع المستحضر الحمضي على البشرة الدهنيّة بحركات مساج خفيفة، كما في الشكل (٢).	٤
	ضع القطب الموجب على الجبهة، ثمّ شغل الجهاز، كما في الشكل (٣).	٥
الشكل (٢).	حرّك القطب فوق البشرة بحركة دائريّة إلى أن يتمّ امتصاص المستحضر كاملاً، كما في الشكل (٤).	٦
	افصل الجهاز عن التيار الكهربائي، واحفظه بشكل صحيح.	٧
الشكل (٣).	اعمل مساجاً خفيفاً حتى يتمّ امتصاص باقي الكريم على البشرة.	٨
	ثانياً: استعمال الجهاز الأيوني مع مستحضر ذي درجة حموضة (٧,٥) pH:	
الشكل (٤).	لفّ القطب الموجب للجهاز بقطعة شاش رطبة ومعقّمة.	١

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	ضع القطب الموجب من الجهاز في يد الزبون، ثم وزّع المستحضر القاعدي على البشرة الجافة، وضع القطب السالب على الذقن لسطح البشرة، ثم شغل الجهاز.	٢
	ابدأ في زيادة قوة التيار إلى أن يشعر الزبون بوخزة خفيفة غير مؤلمة، على ألا تزيد قوة التيار على (٥,٠) مللي أمبير على البشرة.	٣
	حرّك القطب فوق البشرة بحركة دائرية إلى أن يتم امتصاص المستحضر كاملاً.	٤
	اعمل مساجاً خفيفاً ليتم امتصاص الكريم بالكامل.	٥
	نظّف الأدوات بعد الاستعمال، وعقمها بالطريقة الصحيحة، وأعدّها إلى أماكنها.	٦
	اغسل يديك بالطريقة الصحيحة.	٧

الأسئلة

- ١- ما القطب المستعمل على الوجه عند وضع كلّ من: عصير البرتقال، وكربونات الصوديوم على البشرة.
- ٢- ما شحنة الأيون المستعمل على بشرة عادية متقدّمة في العمر؟
- ٣- ما الفائدة من استعمال كريم ذي درجة حموضة حمضية على البشرة الدهنية؟
- ٤- ما الفائدة من استعمال كريم ذي درجة حموضة قاعدية على البشرة الجافة؟
- ٥- ما المبدأ العلمي الذي يقوم عليه عمل الجهاز الأيوني في إدخال المستحضرات إلى البشرة؟

- ١ - اذكر الهدف الذي صنعت من أجله المستحضرات النهارية.
- ٢ - علّل ما يأتي:
 - أ - تجنّب وضع المستحضرات الليلية حول العينين.
 - ب- وجود ومض بنفسجي عند تشغيل جهاز الذبذبات العالية.
- ٣ - كيف يعمل جهاز الذبذبات العالية في زيادة امتصاص الكريم المغذي؟
- ٤ - ما نوع القطب المستعمل للجهاز الأيوني في الحالات الآتية للبشرة:
 - أ - وجود التجاعيد. ب- بشرة دهنية. ج- بشرة حساسة حمراء.
- ٥ - عند استعمال الجهاز الأيوني، أيهما أفضل للامتصاص أمبولة مؤينة أم كريم مؤين؟ ولماذا؟
- ٦ - هل يُعدّ جهاز (البخار) أحد الأجهزة الحرارية المستعملة لإدخال محاليل للبشرة؟ كيف؟
- ٧ - عدد خمسة من الأمور التي تجب مراعاتها عند استعمال مستحضرات العناية بالبشرة.
- ٨ - بين أهميّة أشكال الأقطاب الكهربائيّة المستعملة في جهاز الذبذبات العالية على البشرة.
- ٩ - حدّد اثنين من موانع استعمال الجهاز الأيوني في وضع المستحضرات التجميلية على البشرة.
- ١٠ - اذكر أسماء ثلاث حالات للبشرة يمنع فيها استعمال جهاز الشفط للعناية بالبشرة.

استعملت الأَقْنَعَة منذ العصور القديمة، حيث كان الإنسان القديم يستعمل الصلصال على الوجه والجسم لما لها من قدرة على التآم الجروح، وقد تطوّر استعمال الأَقْنَعَة وتطوّرت تراكيبها، وأصبحت جميعها تهدف إلى تغذية البشرة، والمحافظة على صحّتها ونظافتها وروقتها.

١ مفهوم الأَقْنَعَة

تعرف الأَقْنَعَة بأنّها مجموعة من الموادّ الطبيعيّة والصناعيّة التي توضع على البشرة؛ لإزالة الدهون الزائدة والمواد العالقة على سطحها، ويستعمل القناع كآخر مرحلة من مراحل العناية بالبشرة.

أمّا مواصفات الأَقْنَعَة الجيّدة، فيجب أن تتوافر فيها الشروط الآتية:

- أ - سهولة وضعها على البشرة وإزالتها.
- ب- إحداث شعور بالانتعاش والنظافة فور إزالتها عن البشرة.
- ج- خلوّها من الموادّ السامّة والضارّة للبشرة.

٢ أنواع الأَقْنَعَة

للأَقْنَعَة أنواع عدّة، منها:

أ - الأَقْنَعَة الطبيعيّة: يدخل في تركيبها مواد ومستخلصات طبيعية تمدّ البشرة بالعديد من المواد الغذائية المنشطة والقابضة، وتعطي الشعور بالانتعاش، مثل: مستخلصات بعض النباتات (كحمض الفاكهة)، والخضراوات (كالخيار، والبطاطا).

ب - الأَقْنَعَة الصناعيّة: تدخل المواد الأساسية الآتية في تركيبها:

- ١ . الجليسرين: مطرٍ للجلد.
- ٢ . أكسيد الخارصين: قابض للبشرة ومعقم لها.
- ٣ . المغنيسيوم: قابض للبشرة ومنشط لها.
- ٤ . تراب القصار: منشط للبشرة، ويمتص دهونها الزائدة.
- ٥ . الكبريت: قابض للبشرة الدهنيّة ومعقم لها.

- ٦ . الكالامين: مهدئ للبشرة المتهيجّة.
 - ٧ . الكولاجين: يساعد على غلق المسامات وشدّ البشرة.
- هناك مواد أخرى تضاف إلى خليط القناع لتعطيه القوام المناسب، مثل:
- ١ . زيت الجوجوبا: مرطب للبشرة.
 - ٢ . زيت اللوز: مغذّ للبشرة الجافة.
 - ٣ . ماء الورد: منشّط وملطّف للبشرة.

الأمور التي تجب مراعاتها عند وضع القناع على البشرة



- من الأمور التي تجب مراعاتها عند وضع القناع على البشرة ما يأتي:
- أ - استعمال القناع المناسب لنوعية كل بشرة؛ تجنبًا للآثار الجانبية التي تحدث.
 - ب- تنظيف البشرة جيدًا قبل وضع القناع؛ لمنع دخول الشوائب إلى البشرة.
 - ج- وضع كريم مناسب لنوعية البشرة قبل وضع القناع وبعده.
 - د - عدم وضع القناع بالقرب من العينين وفتحة الفم .
 - هـ- التأكد من درجة حرارة الأقنعة التي تسخن قبل وضعها على البشرة تجنبًا للحرق، ويفضل وضع قطعة من الشاش المعقم قبل وضعه لحماية البشرة وسهولة إزالة القناع، ويوضح الشكل (٢٢-٣) بعض أنواع الأقنعة الصناعيّة. ويبين الجدول (٢-٣) أهم الأقنعة الصناعيّة ومكوّناتها ومميزاتها، وأنواع البشرة التي يستعمل لها.



الشكل (٢٢-٣): بعض أنواع الأقنعة الصناعيّة.

الجدول (٣-٢): أهم الأقنعة الصناعية ومكوناتها ومميزاتها، وأنواع البشرة التي يستعمل لها.

الرقم	القناع	مكوناته	مميزاته	نوع البشرة التي يستعمل لها
١	العادي بأنواعه (Cream Mask)	مستحلب يتكوّن من الجليسرين، وشمع عسل النحل، والحموض الأمينية، ومواد مطرية، وفيتامينات.	مغذٌّ للجلد	أنواع البشرة جميعها مع مراعاة درجة الحموضة.
٢	الطيني (Mud Mask)	يتكوّن من الكاولين ٨٥٪ مخلوطاً بالنشا ١٠٪، بالإضافة إلى الزيوت، وأكسيد الحماض.	غني جداً بالمعادن والكبريت، وذو فاعلية كبيرة في علاج الخدوش وحب الشباب.	البشرة المتسخة والدهنية
٣	الشمعي (Wax Mask)	يتكوّن من نسبة عالية من الشمع البرافين، وكميات قليلة من الكحول، وزيت البرافين، ويسخن في حمام مائي قبل استعماله.	يمنع تبخر الماء من البشرة ويعيد إليها رطوبتها.	البشرة الجافة، وعلاج الكلف، والتجاعيد.
٤	الهلامي (Gelly Mask)	يتكوّن من مركبات غروية مائية ذات درجة لزوجة عالية، كالصمغ، والجليسرين، بالإضافة إلى الكحول والسوربيتول.	يعمل على تسخين البشرة مما يؤدي إلى تنشيط الدورة الدموية.	الحساسية والمترهلة
٥	المطاطي (Peel off Mask)	يتكوّن من مواد مطاطية غير نفاذة للماء، بالإضافة إلى السوربيتول، والكاولين والسيليولوز.	يعمل على تسخين البشرة مما يؤدي إلى تنشيط الدورة الدموية، ويزال كقطعة واحدة عن البشرة.	الشاحبة، والمتعبة، وقليلة التغذية.
٦	البودرة Powder (Mask)	يشكل الكاولين معظمها، بالإضافة إلى كربونات المغنيسيوم، والنشا وبعض الخمائر.	منظف ومغذٌّ للبشرة	الدهنية والمترهلة
٧	الكولاجين Collagen (Mask)	البروتين الأساسي في الأنسجة الضامة، ويتكوّن من خليط من الحموض الأمينية، أهمها: البرولين، والهيدروكسي برولين، والجلايسلين.	تساعد على نمو الأنسجة، وتضفي على البشرة الرطوبة والطلاوة، وتساعد على غلق المسامات المتسخة، وشد البشرة.	المسنة والمترهلة
٨	الطحالب (Algae Mask)	الطحالب الخضراء والبنية، وتحتوي على مادة الكلوروفيل.	غني بالحموض الأمينية والمعادن، والأملاح، والفيتامينات، ويساعد على سدّ المسامات، وتنقية البشرة، وشدّها.	أنواع البشرة جميعها وبخاصة الباهتة وقليلة التغذية.

يستعمل القناع الهلامي (الكولاجين) للبشرة المترهلة.

قضية للبحث

- تعدّ طينة البحر الميت الموجودة في أردننا الحبيب من أغنى الأقمعة الموجودة في العالم بالمعادن الطبيعية والأملاح، ابحث عن مكونات هذا القناع الطيني، وعلى أيّ بشرة يستعمل، وناقش ما توصلت إليه مع زملائك بإشراف المعلم.
- ابحث في الموادّ الأساسيّة لهذه الطينة.
 - قارن بين الموادّ الأساسيّة الموجودة في كريمات أخرى والموجودة في طينة البحر الميت من حيث التركيب.
 - اجمع صوراً مناسبة لطينة البحر الميت.

تحضير قناع جلاتيني عشبي ووضع على البشرة

تمرين
٣-١٣



يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تحضر قناعاً جلاتينياً عشبياً.
- تزيل القناع الجلاتيني العشبي عن البشرة باستعمال الماء الفاتر والإسفنجة الخاصة.

المعلومات الأساسية

يستعمل القناع الجلاتيني العشبي في حالة البشرة الدهنية، ويفضل تحضيره قبل (١٢) ساعة ليصبح لزجاً، حيث يمكن الاحتفاظ به لأيام عدة.
مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد
- السرير الخاص بالبشرة، وشراشف نظيفة، ومناشف نظيفة، ومريول نظيف للعامل.	- مادة معقمة (كحول).
- مريول عمل نظيف للزبون، وربطة لرفع الشعر، وعربة متحركة.	- حليب منظف حسب نوع بشرة الزبون. (Cleansing Milk).
- إسفنجات خاصة لتنظيف البشرة، وملعقة خشبية، ووعاء زجاجي أو بلاستيكي يحتوي على ماء نظيف.	- السائل المنعش (Tonic). - كريم نهاري حسب نوع البشرة. - (١٧٠) غ من شاي عشبي و(٢٨) غ من بكتين جاف، و(١٧٠) غ جليسرين.

الرقم	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرسوم التوضيحية
١	أولاً : تحضير القناع العشبي الجلاتيني. ضع الجليسرين في وعاء بلاستيكي، وحرّكه بالملعقة، ثم أضف بودرة البكتين في أثناء التحريك، كما في الشكل (١).	 <p>الشكل (١).</p>

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	أضف الشاي العشبي، وحرّكه جيدًا، كما في الشكل (٢).	٢
	اترك الخليط (١٢) ساعة حتى يصبح لزجًا.	٣
	ثانيًا: وضع القناع على البشرة	
	١ حضّر الزبون، كما في تمرين التنظيف السطحي للبشرة.	١
	٢ نظّف البشرة تنظيفًا سطحيًا، كما مرّ معك سابقًا.	٢
	٣ وزّع القناع على الرقبة والوجه بوساطة المعلقة الخشبية أو الفرشاة الخاصة، كما في الشكل (٣). ويمكن أيضًا استعمال الشاش على الوجه، ثمّ وضع القناع على الشاش مدة (٢٠) دقيقة.	٣
	٤ امسح الوجه بالماء الفاتر والإسفنجة الخاصّ من الأسفل إلى الأعلى، كما في الشكل (٤).	٤
	٥ اغسل الإسفنجة بالماء الفاتر كلما اتسخت، كما في الشكل (٥)، وجفّف الوجه تمامًا بالمنديل الورقي.	٥
	٦ ضع السائل المنعش على قطعة من القطن، وامسح أجزاء الوجه، وجفّفه جيدًا.	٦
	٧ ضع كريمًا نهارياً حسب نوع البشرة.	٧

الشكل (٢).

الشكل (٣).

الشكل (٤).

الشكل (٥).

الرقم	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرسوم التوضيحية
٨	نظف الأدوات بعد الاستعمال، وعقمها بالطريقة الصحية، وأعدّها إلى أماكنها.	
٩	اغسل يديك بالطريقة الصحيحة.	

نشاط (٣-٦): تحضير أقنعة طبيعيّة

- حضّر قناعاً من البطاطا واللبن الزبادي، واستعمله كقناع لأحد زملائك، ودوّن ملحوظاتك، وناقشها مع زملائك بإشراف المعلم.

قضية للبحث

- تحتوي بعض الأقنعة الحديثة على الطحالب (Algae) كمادة أساسية في تكوينها، ابحث عن مصدرها، ومكوّناتها، وسبب استعمالها، ودوّن ملحوظاتك، وناقشها مع زملائك بإشراف المعلم.
- يعدّ قناع العسل والبيض من الأقنعة التي تكسب الجلد خاصية المرونة، ابحث عن مكوّنات هذا القناع، وطريقة استعماله، ونوع البشرة المناسبة لها، ودوّن ملحوظاتك، وناقشها مع زملائك والمعلم.

الأسئلة

- ١- علل الجمل الآتية:
 - وجود الكبريت في القناع الخاص بالبشرة الدهنية.
 - وضع القناع على الوجه بعد عملية التقشير.
- ٢- لأيّ نوع من أنواع البشرة تستعمل المواد الآتية:
 - أ - الكالامين
 - ب - الكولاجين
 - ج - زيت اللوز والجوجوبا

وضع القناع الجاهز على البشرة

تمرين

٣-١٤

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تضع القناع الجاهز على البشرة حسب تعليمات الشركة الصانعة.
- تزيل القناع عن البشرة بطريقة صحيحة.

المعلومات الأساسية

تستخدم الأقنعة الجاهزة حسب نوع كل بشرة بحيث يسهل توزيعه وإزالته عن البشرة، ويجب التقيد بتعليمات الشركة الصانعة من حيث المدة الزمنية، وطريقة استعماله على البشرة.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد
- السرير الخاص بالبشرة، وشراشف نظيفة، ومناشف نظيفة، ومريول نظيف للعامل.	- مادة معقمة (كحول).
- مريول عمل نظيف للزبون، وربطة لرفع الشعر (عصبة)، وعربة متحركة، وسلة قمامة، ومناديل ورقية.	- حليب منظف حسب نوع بشرة الزبون. (Cleansing Milk).
- إسفنجات خاصة لتنظيف البشرة، وملعقة خشبية، ووعاء زجاجي أو بلاستيكي يحتوي على ماء نظيف.	- السائل المنعش (Tonic).
	- كريم مساج أو مغذ أو أمبولة.
	- قناع جاهز.
	- كريم نهاري حسب نوع البشرة.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١).</p>	حضّر الزبون، كما في التمرين السابق.	١
	نظف البشرة تنظيفاً سطحياً، كما مرّ معك سابقاً.	٢
	ضع زيت مساج، أو كريماً مغذياً، أو أمبولة على البشرة، واعمل مساجاً للبشرة.	٣
	وزّع القناع على البشرة باستعمال الفرشاة الخاصة، مبتدئاً من منطقة الرقبة، كما في الشكل (١).	٤

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٢).</p>	<p>٥ أكمل توزيع القناع على جانبي الوجه ثم الجبين، مراعيًا الابتعاد عن منطقة العينين، كما في الشكل (٢).</p>	
 <p>الشكل (٣).</p>	<p>٦ انتظر (٢٠) دقيقة حسب تعليمات الشركة الصانعة حتى يجف تمامًا، كما في الشكل (٣).</p>	
 <p>الشكل (٤).</p>	<p>٧ أزل القناع من الأسفل إلى الأعلى بواسطة الإسفنج الخاصة، كما في الشكل (٤).</p>	
 <p>الشكل (٤).</p>	<p>٨ نظف الإسفنج بالماء الفاتر، واعصرها كلما اتسخت، كما في الشكل (٥).</p>	
 <p>الشكل (٥).</p>		

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٦).</p>	٩ امسح الوجه بالماء الفاتر والإسفنجة الخاصة من الأسفل إلى الأعلى، كما في الشكل (٦).	
	١٠ امسح الوجه بالتونك الخاص لنوع البشرة.	
	١١ جفف التونك بالمنديل الورقي.	
	١٢ ضع كريمًا نهارياً حسب نوع البشرة.	
	١٣ نظّف الأدوات بعد الاستعمال، وعقمها بالطريقة المناسبة، وأعدّها إلى أماكنها.	
	١٤ اغسل يديك ، وعقمهما بالطريقة الصحيحة.	

الأسئلة

- ١- ما أهمية التقيّد بتعليمات الشركة الصانعة عند وضع القناع على الوجه؟
- ٢- لِمَ يُزال القناع من الأسفل إلى الأعلى؟

قضية للبحث

تستخدم بعض الأقنعة في تغذية البشرة، ابحث أنت وزملائك عن كيفية استعمال جهاز (الذبذبات العالية) في مجال الأقنعة المغذية للبشرة، وناقشها مع زملائك بإشراف المعلم.

تمارين ممارسة

نقد التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو كمجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:

● نقد عملية وضع القناع الجاهز حسب نوع البشرة (طبيعية، أو مختلطة، أو دهنية)، وإزالته بطريقة صحيحة على بشرة أحد زملائك.

● اكتب خطوات العمل التي تتبعها في تنفيذ كل تمرين عملي.

● قيم تنفيذك لكل خطوة من خطوات العمل التي أتبعها. واحتفظ بتقويم أدائك الذاتي في ملفك الخاص.



نشاط (٣-٧): جمع عبوات من الأقنعة الجاهزة المعروضة في الأسواق

اجمع مع زملائك عددًا من عبوات الأقنعة الجاهزة المتوافرة في الأسواق، وقرأ تعليمات الشركة الصانعة من حيث (المكونات، وسعة العبوة، ومحاذير استعماله، والمدة الزمنية لوضعه، وأنواع البشرة المستعمل لها، وطريقة وضعها على البشرة، وإزالتها)، ودون ملحوظاتك، وناقشها مع زملائك بإشراف المعلم.

دراسة حالة

زارت سيدة أحد مراكز التجميل، وطلبت إزالة شعر الوجه بواسطة الخيط مما تسبب في احمرار وجهها لدرجة لم تستطع مغادرة المركز فورًا.

بعد الاطلاع على هذه المعلومات، ناقش الآتي:

- ما اسم الجهاز المستعمل لمثل هذه الحالة للتخفيف من الاحمرار؟

- ما نوع القناع المستعمل لمثل هذه الحالة؟

- ما نوع الكريم المستعمل لحماية الوجه خارج المركز؟

- ١ - حدّد أهمية استعمال كل من مكوّنات الأقنعة الآتية:
القناع الطيني الكاولين، والنشا، و(أكسيد الخاسين)، والكبريت.
- ٢ - ما الهدف من استعمال القناع الجاهز (Peel Off Mask)؟
- ٣ - فسّر ما يأتي:
 - يسبق وضع قناع الطحالب وقناع البودرة وضع الشاش على البشرة.
 - يستعمل زيت (الجوجوبا) في صناعة بعض الأقنعة.
 - يستعمل القناع الهلامي للبشرة المترهلة.
- ٤ - اذكر أربعة من الأمور التي تجب مراعاتها عند وضع القناع على البشرة.
- ٥ - كيف يمكن معرفة القناع الجيد من القناع الفاسد؟

تعاني المرأة أحياناً بشكل عام زيادة في كمية التشعر، وهذه الحالة تسبب مشكلة وقلقاً لها، ويطلق على هذه الحالة التشعر أو (الشعرانية).

١ مفهوم التشعر وأسبابه

يقصد بها ظهور الشعر غير المرغوب فيه في مناطق معينة من الجسم بشكل غير طبيعي، فتسبب هذه الحالة متاعب وخصوصاً للمرأة، فتلجأ إلى وسائل تخلصها من هذه الحالة غير الطبيعية، ويعود نمو الشعر الزائد إلى أسباب عدّة، منها:

- أ - الوراثة: حيث تلعب الوراثة دوراً كبيراً في ظهور الشعر وخاصة في فترة المراهقة.
- ب- البيئة: تعدّ الأسباب البيئية أحد مسببات نمو الشعر الزائد؛ فنلاحظ نمو الشعر في فصل الصيف أكثر من فصل الشتاء.
- ج- علاجية: عند استعمال أدوية معينة لعلاج مرض ما، مثل: الكورتزون الذي يعمل على زيادة نمو الشعر في الجسم، وهناك حالات مرضية تسبب هذه الحالة.

٢ أهمية نزع الشعر الزائد

يجب اختيار الوقت المناسب عند نزع الشعر غير المرغوب فيه؛ ولذلك، يجب الأخذ بعين الاعتبار فترة النشاط وفترة السكون للشعر، ونستطيع القول: بأن أفضل وقت لعملية النزع عندما تكون الشعرة في فترة السكون؛ أي في مرحلة النمو النهائي للشعرة، ومن فوائد نزع الشعر الزائد ما يأتي:

- أ - الراحة النفسية.
- ب- النظافة العامة.
- ج- الظهور بمظهر لائق.

٣ طرائق نزع الشعر المؤقتة والدائمة ومميزاتها

تتطلب طرائق نزع الشعر الزائد إعادة العملية وتكرارها من وقت إلى آخر؛ إذ يعود الشعر بالظهور مجدداً بعد فترة زمنية، ومن هنا ظهرت طرائق نزع الشعر الدائمة والمؤقتة، وفي

ما يأتي تفصيلها:

أ - الطرائق المؤقتة، ومنها:

١ . إزالة الشعر عن مستوى سطح الجلد باستعمال (الشفرة): آلة حلاقة يدوية أو كهربائية تستعمل فيها شفرة أو شفرتان، ويستعملها الرجال مع معجون خاص لتسهيل إزالة الشعر الزائد، وتوجد شفرات تستعملها المرأة أكثر رقة من الشفرات التي يستعملها الرجل، ومن مساوئ آلة الحلاقة (الشفرة) أنها تعمل على قطع الشعرة عن سطح الجلد مما يعمل على سرعة ظهورها، وقد تحدث جروحاً في أثناء الاستعمال وخدوشاً، ومن فوائدها: أنها سريعة ومريحة وسهلة الاستعمال في أي وقت.

٢ . الكريمات الكيميائية الجاهزة: تستعمل لإزالة الشعر كريمات جاهزة تعمل على إزالة الشعر عن مستوى سطح الجلد فقط، ومن مميزات الكريمات الكيميائية الجاهزة أنها لا تحدث جروحاً أو خدوشاً في الجلد التي قد تسببها (الشفرة)، وغير مؤلمة، ويمكن استعمالها في البيت، كما يجب عند استعمالها الالتزام بتعليمات الشركة الصانعة الموجودة على العبوة، ويجب قبل استعمالها تجريبها على منطقة صغيرة من الجلد؛ للتأكد من عدم حساسية الجلد لها، ويجب أيضاً عدم استعمالها على الجلد الملتهب أو المتقيح، وعند استعمالها على منطقة تحت الإبطن، فيجب التوقف عن وضع مزيلات الروائح (العرق) لمدة (١٢) ساعة على الأقل، أما أهم صفات المزيل الكريمي الجيد فهي كما يأتي:

- سهل التوزيع على الجلد.
- يزيل الشعر بأسرع ما يمكن.
- سهل التنظيف عن الجلد.
- لا يتحسس الجلد عند استعماله.
- رائحته مقبولة.

ولتلافي التأثير السلبي، يجب غسل الجلد جيّداً بعد الانتهاء من الاستعمال.

٣ . المزيل السكري: يعدّ المزيل السكري من المزيلات الطبيعية؛ إذ تستعمل فيه موادّ طبيعيّة، ويعمل على إزالة الشعرة من جذورها على عكس الكريمات الجاهزة وآلات الحلاقة، ويتم تحضيره منزلياً باستعمال زيت الزيتون الذي يعمل على ترطيب الجلد



الشكل (٣-٢٣): المزيل السكري.



الشكل (٣-٢٤): المزيل العسلي.



الشكل (٣-٢٥): المزيل الشمعي.



الشكل (٣-٢٦): استعمال الخيط.

وإعطائه اللمعان، ويمكن إضافة الشبّة لقبض المسام، كما يمكن استعمال بودرة التلك في حالة تعرّس إزالته عن الجلد بسبب الرطوبة، كما في الشكل (٣-٢٣).

٤ . المزيل العسلي: يحضّر من العسل والليمون، ويعمل على إزالة الشعر من الجذور، ويجب عند استعماله تسخين العبوة في ماء ساخن حتى يذوب. كما في الشكل (٣-٢٤).

٥ . المزيل الشمعي (Wax): يصنع من الشمع وموادّ مانعة للتحمّس وموادّ مخدّرة للألم، وهو من المزيلات الطبيعيّة، ويتمّ تصنيعه على شكل قوالب تتمّ إذابتها بوساطة جهاز الشمع الخاص، كما في الشكل (٣-٢٥)، ويجب التأكّد من درجة حرارة المزيل الشمعي قبل وضعه على بشرة الزبون بوضع قليل منه على باطن رسغ اليد، منعا لاحتراق بشرة الزبون، وتتمّ إزالته عن الجلد بوساطة زيت أو كريم.

٦ . الخيط: تعدّ هذه الطريقة الأسهل والأسرع وتكلفتها قليلة، وهي الأكثر أماناً في صالونات التجميل، حيث يستعمل المزيّن الخيط بلطف على البشرة حتى لا تحدث علامات وخدوش على وجه الزبون، ويفضّل وضع قطعة قطنيّة مبلّلة بالماء الفاتر لمُدّة عشر دقائق قبل عملية الإزالة، وذلك لتلين جذور الشعرة فيسهل جذبها للخارج، كما في الشكل (٣-٢٦).



الشكل (٣-٢٧): استعمال الملقط.

٧ . الملقط: يستعمل الملقط لنزع شعر الحواجب غير المرغوب فيه، ويجب التأكد من تطابق ضلعي الملقط بشكل كامل عند إغلاقه، ليمسك على الشعرة بشكل جيد ويزيلها، كما في الشكل (٣-٢٧).



الشكل (٣-٢٨): آلة نزع الشعر.

٨ . آلة الشعر الزنبركية الكهربيّة: من شروط استعمال آلة الشعر الزنبركية على الجلد، أن يكون الشعر جافاً، ويفضّل وضع بودرة (التلك)؛ ليسهل استعمال الماكينة على الجلد في أثناء عمليّة نزع الشعر الزائد، ويتشابه مبدأ عملها مع مبدأ عملية نزع الشعر باستعمال الخيط. الشكل (٣-٢٨).

قضية للبحث

ينمو شعر غير مرغوب فيه أحياناً في منطقة الخال (الشامة)، ابحث أنت وزملائك مع طبيب جلديّ متخصص عن إمكانية إزالة الشعر في تلك المنطقة، وناقش ما توصلت إليه بإشراف معلمك.

ب- الطرائق الدائمة لنزع الشعر الزائد: ينزع الشعر في هذه الطرائق بشكل نهائي فلا يعود أبداً، ومن هذه الطرائق:

١ . الإبرة الكهربيّة: تستخدم فيها أبر طبيّة ذات مقاسات مختلفة تتناسب مع مسامات الجلد ونوعيّة الشعر؛ فيولّد التيار الكهربائي حرارة تعمل على تحطيم الخلايا المحيطة في البصيلة فتتوقف عن النمو، ويجب أن يكون الشخص الذي يستعمل الإبرة الكهربيّة محترفاً ومتمرساً وذا خبرة كافية، كما في الشكل (٣-٢٩)؛ فالاستعمال الخاطيء لهذا الجهاز ينتج منه تشوهات في الجلد يصعب معالجتها.

٢ . أشعة الليزر: جهاز خاص يصدر أشعة تصل إلى بصيلة الشعر وتحرق خلايا فيها، ويقتصر استعماله على أطباء الجلدية والتجميل؛ لأنه يحتاج إلى دقة وخبرة، وإلا فقد يتسبب في حدوث تشوّه بالبشرة، ويجب الأخذ بعين الاعتبار أنّ هذا العلاج باهظ الثمن. انظر الشكل (٣-٣٠).



الشكل (٣-٣٠): جهاز الليزر.



الشكل (٣-٢٩): الإبرة الكهربائيّة.

قضية للبحث

يستعمل الملقط الكهربائي في بعض مراكز التجميل لنزع الشعر غير المرغوب فيه، ابحث مع زملائك عن مبدأ عمل الملقط في نزع الشعر، ودوّن ملحوظاتك، وناقشها مع زملائك بإشراف المعلم.

٤ مبطنات نمو الشعر

تستعمل مستحضرات لإبطاء نمو الشعر للمرأة التي تشكو من حالة (التشعر)؛ للتخلص من مشكلة الشعر غير المرغوب فيه؛ لأنّ مستحضر مبطنات الشعر يعمل على إضعاف بصيلة الشعرة نتيجة الاستعمال المتكرر له بعد كلّ عملية إزالة، ويتوافر المستحضر في أشكال مختلفة، إما على شكل أمبولات (Ampoules)، أو سائل، أو مادة هلامية، أو كريم؛ فيوزّع على الجلد بعد عملية الإزالة، ويدلك الجلد بلطف حتى يمتصّ المادة.

تحضير المزيل السكري

تمرين

١٥-٣

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تحضّر المزيل السكري.
- تحفظ المزيل السكري بالطريقة الصحيحة.

المعلومات الأساسية

تعدّ طريقة نزع الشعر بالمزيل السكري قليلة التكلفة وسهلة التحضير، ويجب حفظها بطريقة صحيحة لحين استعمالها، وهي طويلة الأمد إذا تمّ حفظها بطريقة صحيحة. مستلزمات تنفيذ التمرين

الموادّ	الأدوات والتجهيزات
- مادّة معقّمة (كحول). - (٣) أكواب سكر. - كوب عصير ليمون.	- مصدر حراري، وملعقة خشبيّة، وأكياس نايلون صغيرة الحجم. - منشفة، ووعاء معدني سميك. - زيت زيتون.

الرقم	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرسوم التوضيحية
	أولاً: تحضير المزيل السكري.	
١	ضع السكر داخل وعاء الطبخ الخاصّ.	
٢	اسكب عصير الليمون فوق السكر، كما في الشكل (١).	الشكل (١).
٣	حرّك الخليط لمزج السكر مع عصير الليمون بشكل جيّد، كما في الشكل (٢).	
٤	ضع الوعاء فوق مصدر حراري هادئ.	الشكل (٢).

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٣).</p>	<p>٥ حرّك المزيج جيّدًا باستمرار حتى يتماسك جيّدًا ويصبح لونه ذهبيًا، كما في الشكل (٣)، ثم ارفع المزيج عن المصدر الحراري.</p>	
 <p>الشكل (٤).</p>	<p>٦ ادهن السطح البارد المراد سكب المزيج عليه بقليل من الزيت أو الماء، مع مراعاة تحمّل السطح للحرارة، كما في الشكل (٤).</p>	
 <p>الشكل (٥).</p>	<p>٧ اسكب المزيج فوق السطح، وانتظر (٥) دقائق حتى يبرد، كما في الشكل (٥).</p>	
 <p>الشكل (٦).</p>	<p>٨ خذ المزيج بين أصابعك، وتأكد من تماسكه وليونته عن طريق مطّه، كما في الشكل (٦).</p>	
 <p>الشكل (٧).</p>	<p>٩ قسّم المزيج إلى قطع صغيرة حسب الحاجة، كما في الشكل (٧).</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٨).</p>	<p>١٠ ضع كل قطعة داخل كيس بلاستيكي مدهون بقليل من الزيت، كما في الشكل (٨)، واحفظها في الثلاجة بعد تغليفها.</p>	
	<p>١١ نظّف الأدوات بعد الاستعمال، وعقمها بالطريقة الصحيّة، وأعدّها إلى أماكنها.</p>	
	<p>١٢ اغسل يديك بالطريقة الصحيحة.</p>	

الأسئلة

- ١- عدّد أسباب التشعّر.
- ٢- علّل الجمل الآتية:
 - أ- إضافة الشبّة إلى المزيج السكري.
 - ب- إزالة الشعر عكس نمو الشعر.
 - ج- إزالة الشعر في فترة السكون للشعرة.

إزالة الشعر بواسطة المزيل السكرّي

تمرين

١٦-٣

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تزيل الشعر غير المرغوب فيه باستعمال المزيل السكرّي.

المعلومات الأساسية

تعدّ طريقة نزع الشعر بالمزيل السكرّي من الطرق الصحيّة والمأمونة لأنحاء الجسم كافة. مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	الموادّ
- منشفة.	- مادة معقّمة (كحول).
- مقصّ.	- قطعة المزيل السكرّي.
	- كريم مرطّب للجسم.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	اغسل المنطقة المراد نزع الشعر منها بالماء والصابون، ثم جفّفها جيّدًا بالمنشفة.	١
	ألبس الزبون الثوب الواقي.	٢
	خذ قطعة من المزيل السكرّي بين يديك، وادعكها جيّدًا، كما في الشكل (١).	٣
	ابسط القطعة على الجلد مع اتجاه نمو الشعر، مراعيًا تساوي سمك المزيل على المساحة المراد تنظيفها، كما في الشكل (٢).	٤

الشكل (١).

الشكل (٢).

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	اضغط على الجلد بالاتجاه المعاكس لعملية نزع الشعر، كما في الشكل (٣).	٥
الشكل (٣).	انزع طرف المزيل بالاتجاه المعاكس لعملية بسطها بسرعة وخفة، مراعيًا ثبات اليد على الجلد، كما في الشكل (٤).	٦
	كرّر العملية على المساحات المراد نزع الشعر منها جميعها، كما في الشكل (٥).	٧
الشكل (٤).	تخلّص من قطع المزيل المستخدمة.	٨
	اغسل المنطقة بالماء والصابون، وجفّفها جيّدًا، كما في الشكل (٦).	٩
الشكل (٥).		
		
الشكل (٦).		

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٧).</p>	ضع كريمًا مطريًا، كما في الشكل (٧).	١٠
	نظّف الأدوات بعد الاستعمال، وعقمها بالطريقة الصحيّة، وأعدّها إلى أماكنها.	١١
	اغسل يديك بالطريقة الصحيحة.	١٢

الأسئلة

علّل ما يأتي:

- ١- أهمية قصّ الشعر الطويل الزائد قبل البدء بنزعه.
- ٢- بسط المزيل السكري مع اتجاه الشعر. وما أهمية ذلك في اتجاه نمو الشعر من جديد؟

إزالة الشعر بواسطة المزيل الشمعي

تمرين

٣-١٧

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

– تزيل الشعر باستخدام المزيل الشمعي.

المعلومات الأساسية

يعدّ المزيل الشمعي الأكثر استعمالاً في مراكز التجميل؛ لإمكانية إعادة استعماله مرّة أخرى بعد صهره والتخلّص من الشوائب العالقة به.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الموادّ	الأدوات والتجهيزات
– صابون، وماء دافئ.	– قطع شاش
– مادّة معقّمة (كحول).	– جهاز إذابة الشمع الكهربائي
– مزيل شمعي.	– منشفة، وملعقة خشبيّة، وكروسي خاصّ.
– كريم مرطّب للجسم.	

الرقم	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرسوم التوضيحية
١	اغسل المنطقة المراد نزع الشعر منها بالماء والصابون، ثمّ جفّفها جيّداً بالمنشفة.	
٢	صل جهاز إذابة الشمع بالمصدر الكهربائي.	الشكل (١).
٣	ضع قطعة المزيل الشمعي داخل الجهاز، كما في الشكل (١).	
٤	اضغط مفتاح الحرارة على درجة حرارة مناسبة لصهر الشمع، ثمّ أدر مفتاح التشغيل (On)، كما في الشكل (٢).	الشكل (٢).
٥	انتظر قليلاً حتى يذوب الشمع تماماً.	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٣).</p>	<p>٦ انتظر قليلاً حتى تنخفض درجة حرارة المزيج الشمعي ويصبح دافئاً.</p> <p>٧ خذ كمية قليلة من المزيج الشمعي بوساطة الملعقة الخشبية، وضعها على باطن الرسغ؛ للتأكد من مناسبة درجة حرارة الشمع للجلد حتى لا يحترق، كما في الشكل (٣).</p>	
 <p>الشكل (٤).</p>	<p>٨ خذ كمية من المزيج الشمعي بوساطة الملعقة الخشبية، وابسطها على المنطقة المراد نزع الشعر منها مع اتجاه نمو الشعر بشكل متساوٍ، كما في الشكل (٤).</p>	
 <p>الشكل (٥).</p>	<p>٩ ضع قطعة الشاش على المنطقة المراد نزعها، كما في الشكل (٥).</p> <p>١٠ انتظر بضع ثوانٍ حتى يجف الشمع ويتماسك جيداً.</p>	
 <p>الشكل (٦).</p>	<p>١١ اضغط على الجلد بالاتجاه المعاكس لعملية نزع الشعر؛ للتقليل من حدوث الآلام ومنع تسلخ الجلد في أثناء عملية النزع، كما في الشكل (٦).</p> <p>١٢ أكمل باقي المناطق المراد نزع الشعر منها بوساطة المزيج الشمعي بالطريقة نفسها.</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٧).</p>	<p>١٣ نظف المنطقة التي تم نزع الشعر عنها بوساطة (Lotion)، أو زيت ملطّف من اللافندر أو حصالبان، كما في الشكل (٧).</p>	
	<p>١٤ احفظ المزيل الشمعي داخل وعاء بلاستيكي ذي غطاء لحين الاستعمال مرة أخرى.</p>	
	<p>١٥ نظف الأدوات، وعقمها، وأعدّها إلى أماكنها، ورتّب المكان.</p>	
	<p>١٦ اغسل يديك، وعقمهما بطريقة صحيحة.</p>	

الأسئلة

- ١ - ما أهميّة فحص درجة حرارة المزيل الشمعي ، بوضع مقدار قليل منه على رسغ اليد قبل البدء بعملية النزع؟
- ٢ - علل ما يأتي:
 - أ - ضرورة تسخين الشمع بعد الانتهاء من استعماله.
 - ب - الضغط على الجلد بالاتجاه المعاكس لعملية نزع الشعر.

إزالة الشعر الزائد بالخيط

تمرين

٣-١٨

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تستعمل الخيط بالطريقة الصحيحة.
- تزيل الشعر الزائد باستخدام الخيط.

المعلومات الأساسية

تستخدم طريقة نزع الشعر بوساطة الخيط في إزالة شعر الحواجب وأعلى الصدغين، والتي يتعدّد إزالتها بوساطة الشمع أو السكر، وتعدّ هذه من الطرق السريعة، وتستعمل بكثرة في صالونات التجميل. مستلزمات تنفيذ التمرين

الموادّ	الأدوات والتجهيزات
- مادة معقّمة (كحول). - كريم مرطّب.	- منشفة، وكربي مريح. - وخيط من القطن، وقطن.

الرقم	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرسوم التوضيحية
١	اغسل يديك، وعقّمهما.	
٢	أجلس الزبون على الكرسي، مراعيًا انحناء الرأس إلى الخلف، وثبته على المسند الخاص للكرسي الشكل (١).	 <p>الشكل (١).</p>
٣	اختر خيطًا قطنيًا، كما في الشكل (٢)، مراعيًا أن يكون من النوع الجيّد حتى لا ينقطع في أثناء العمل. أولاً: طريقة الفم	 <p>الشكل (٢).</p>

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	<p>٤</p> <p>اثنِ طرف الخيط بفمك، ثم امسك طرفه الآخر بيدك اليسرى، اجعل الخيط بشكل خط مستقيم .</p>	
	<p>٥</p> <p>ضع يدك اليمنى من الجهة الداخلية للخيط، مراعيًا أن يلامس القسم الخارجي للأصابع الأربعة دون السبّابة، ثم اضغط الخيط للخارج على أن يشكّل الرقم (٧).</p>	
	<p>ثانيًا: طريقة الفراشة</p>	
 <p>الشكل (٣).</p>	<p>٦</p> <p>لفّ الخيط بوساطة يدك اليمنى حول نفسه (٣) مرّات وأصابعك الأربعة بداخلها، كما في الشكل (٣).</p>	
 <p>الشكل (٤).</p>	<p>٧</p> <p>أخرج إصبعي الخنصر والبنصر من الخيط، وأبقِ إصبع الوسطى والسبّابة والإبهام في الداخل، كما في الشكل (٤).</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	ضع الخيط فوق الشعر المراد نزع به حيث يلامس الخيط سطح الجلد، كما في الشكل (٥).	٨
	اسحب الخيط بيدك اليسرى لتطابق إصبعي السبابة والإبهام ببطء، مراعيًا إرجاع رأسك للخلف، مع إبقاء الخيط ملاصقًا للجلد، ساحبًا الشعر معه، كما في الشكل (٦).	٩
	كرّر الخطوات السابقة نفسها، على المناطق المراد نزع الشعر منها. الشكل (٧).	١٠
	تأكد من نظافة المنطقة وخلوها من الشعر.	١١
	امسح بالقطن المنطقة التي تم نزع الشعر منها.	١٢
	امسح المنطقة بالماء، وجففها، وضع الكريم الواقي من الشمس.	١٣
	تخلص من الخيط المستخدم.	١٤
	نظف المكان، ثم اغسل يديك، وعقمهما.	١٥

الأسئلة

- ١- في أيّ المناطق من الجسم يشيع استعمال الخيط لإزالة الشعر؟
- ٢- لم لا يحبذ استعمال الخيط لنزع شعر الإبطين؟

نزع الشعر بواسطة الملقط

تمرين

١٩-٣

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تستعمل الملقط في عملية نزع الشعر.
- تنزع الشعر باتجاه نموّه نفسه.

المعلومات الأساسية

تستخدم طريقة نزع الشعر بواسطة الملقط في مواقع محدّدة ودقيقة مثل الحواجب، وتحتاج هذه الطريقة إلى دقة في العمل، وإلى وقت أطول مقارنة بالطرق الأخرى. مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	الموادّ
- منشفة، وكروسي مريح. - قطن، وملقط.	- مادّة معقّمة (كحول). - كريم مرطّب.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 الشكل (١).	أجلس الزبون على كروسي مائل على أن يكون رأسه مستنداً للخلف، وضع المنشفة على صدره، كما في الشكل (١).	١
 الشكل (٢).	امسح الملقط بالكحول، كما في الشكل (٢). حدّد شكل الحواجب الذي يرغبه الزبون.	٢ ٣

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="436 607 591 659">الشكل (٣).</p>	<p data-bbox="773 270 1361 397">٤ امسك الملقط بوساطة السبابة والإبهام في يدك اليمنى، كما في الشكل (٣).</p> <p data-bbox="773 489 1361 615">٥ امسح الجلد المراد نزع الشعر منه بالكريم المطري، كما في الشكل (٤).</p>	
 <p data-bbox="436 1030 591 1083">الشكل (٤).</p>	<p data-bbox="773 707 1361 969">٦ شدّ مساحة الجلد المراد نزع الشعر منه بوساطة إصبعي يدك اليسرى (الإبهام، والسبابة)؛ لتقليل من الألم كما في الشكل (٥).</p>	
 <p data-bbox="436 1458 591 1511">الشكل (٥).</p>	<p data-bbox="773 1074 1361 1336">٧ امسك الشعرة الواحدة المراد نزعها من منتصفها بين طرفي الملقط بزاوية حادة، كما في الشكل (٦)، واسحب الشعر باتجاه النمو.</p>	
 <p data-bbox="436 1882 591 1935">الشكل (٦).</p>		

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 الشكل (٧).	كرّر الخطوات السابقة نفسها على بقية الشعر المراد نزعها، كما في الشكل (٧).	٨
 الشكل (٨).	امسح المنطقة التي تم نزع الشعر منها بالقطن كما في الشكل (٨).	٩
 الشكل (٩).	كرّر الخطوات السابقة نفسها على الحاجب الآخر، كما في الشكل (٩).	١٠
	نظّف مكان العمل، وعقّم الملقط.	١١
	اغسل يديك، وعقّمهما بطريقة صحيحة.	١٢

الأسئلة

- ١- أيّهما يحتاج إلى وقت أطول: نزع الشعر بالملقط العادي أم نزعها باستعمال الخيط؟ ولماذا؟
- ٢- علل كلّاً مما يأتي:
 - أ- مسح الملقط بالكحول قبل الاستعمال.
 - ب- يُشدّ الجلد المراد نزع الشعر منه بواسطة إصبعي اليد.
 - ج- يمسح الجلد المراد نزع الشعر منه بالكريم المطري.

- ١ - ما المقصود بحالة التشعر؟
 - ٢ - في أيّ المناطق يفضل استخدام الخيط في إزالة الشعر الزائد؟
 - ٣ - على ماذا تعتمد الطرق الدائمة في إزالة الشعر غير المرغوب فيه؟
 - ٤ - قارن بين إزالة الشعر بطريقتي شفرة الحلاقة والمزيل الشمعي من حيث: التكلفة، والطريقة، وشكل الشعرة بعد الإزالة.
 - ٥ - ما الآثار السلبية المترتبة عند إزالة الشعر عن طريق الليزر؟
 - ٦ - ما المبدأ الذي تعمل بموجبه الإبرة الكهربائية في نزع الشعر غير المرغوب فيه بشكل دائم؟
 - ٧ - قارن بين طريقتي نزع الشعر باستعمال المزيل السكري واستعمال الكريمات الكيميائية من حيث نمو الشعر من جديد.
 - ٨ - علل ما يأتي:
- أ - استعمال (Lotion) ، أو زيت اللافندر، أو حصالبان عند تنظيف الجلد بمادّة الشمع (Wax).
 - ب- عدم استعمال الخيط بقوة على البشرة لإزالة الشعر الزائد.
 - ج- يفضل استعمال الخيط من القطن عند إزالة الشعر الزائد.
 - د - تستعمل بودرة (التلك) في عملية إزالة الشعر قبل استعمال آلة إزالة الشعر الزبركيّة.
 - هـ- يبلل شعر الحاجب قبل إزالته بالملقط.
 - و - وضع زيت داخل أكياس النايلون عند حفظ المزيل السكري.

أسئلة الوحدة الثالثة

١ - ضع دائرة حول رمز الإجابة الصحيحة في ما يأتي:

- (١) المادّة التي تعمل على تنظيف سطح البشرة وإزالة الدهون المؤكسدة منها، هي:
أ - السائل القابض ب - كريم الصنفرة ج - الصابون د - الحليب المنظف
- (٢) يفضل عدم استعمال جهاز البخار مع الأوزون للبشرة:
أ - العادية ب - الرطبة ج - الدهنيّة د - الحسّاسة والمتهيّجة
- (٣) تعرف البشرة ذات المسامات الصغيرة والملمس الخشن بالبشرة:
أ - العادية ب - الدهنيّة ج - المختلطة د - الجافّة
- (٤) يتمّ التركيز في عملية التقشير الآلي للوجه على:
أ - الجبين ب - الوجنتين ج - الذقن د - المنطقة الوسطى (T.zone)
- (٥) تدلك العضلة المرتبطة بالأعصاب الحسيّة بحركات:
أ - الاهتزاز ب - التمسيد ج - الضغط د - التقريص
- (٦) يستعمل جهاز البخار مع الأوزون على البشرة المختلطة لمدة:
أ - (١٥) دقيقة ب - (١٠) دقائق ج - (٥-٧) دقائق د - (٣) دقائق
- (٧) أكثر أنواع البشرة عرضة لظهور الزوان وحبّ الشباب، هي البشرة:
أ - العادية ب - الجافّة ج - الحسّاسة د - الدهنيّة
- ٢ - بيّن فوائد استعمال جهاز الذبذبات العالية على البشرة.
- ٣ - عدّد ثلاثاً من مميّزات القناع الجيد.
- ٤ - اذكر أسماء ثلاث حالات للبشرة يمنع فيها استعمال جهاز الشفط للعناية بالبشرة.
- ٥ - أعطِ ثلاثة أمثلة على الأقنعة الاصطناعيّة.

- ٦ - حدّد اثنتين من الحالات التي يمنع فيها إجراء كلّ من:
أ - صنفرة البشرة ب - التدليك
- ٧ - وضح ثلاث صفات ظاهرة مميزة لكلّ من النوعين الآتين للبشرة:
أ - العادية ب - الدهنيّة
- ٨ - حضرت زبونة للعناية ببشرتها (صنفرة، وتدليك، وإزالة زوان) علمًا بأنها تعاني تكسّرًا في الشعيرات الدموية في بشرتها:
أ - ما الخدمات التي ستقدّمها لها؟ ب - قدّم تبريرات لذلك.
- ٩ - ما الفرق بين جفاف الجلد في عمر (٢٥) عامًا وجفافه في عمر (٦٠) عامًا؟
- ١٠ - اذكر خمسًا من فوائد شطف البشرة باستخدام جهاز الشفط الكهربائي.
- ١١ - قارن بين طرق إزالة الشعر المختلفة، من حيث (طريقة العمل، والتكلفة، والوقت، والجهد، والألم الناتج من الإزالة).
- ١٢ - أيهما أكثر فاعليّة: استعمال مبطئات نمو الشعر بعد عملية نزع الشعر بالمزيل السكري، أم بعد إزالته بالشفرة؟
- ١٣ - لديك أسماء أقنعة عدّة، لأيّ نوع بشرة تستعمل كلّاً منها؟
أ - قناع الكولاجين ب - قناع الطحالب
ج - قناع الكالامين د - قناع الكبريت
- ١٤ - ما الفرق في التركيب بين كريم النهار وكريم الليل؟
- ١٥ - بيّن أهميّة وضع واقي الشمس بعد إزالة الشعر الزائد عن الوجه.
- ١٦ - بيّن أهميّة تركيز نسبة الدهون والفيتامينات في كريم المساج.
- ١٧ - حدّد نوع البشرة التي تظهر فيها التجاعيد أكثر من غيرها.

التقويم الذاتي

قيّم تعلّمك لموضوع العناية بالبشرة، بوضع إشارة (✓) أمام كلّ فقرة من قائمة الشطب الآتية:

الرقم	أستطيع بعد دراستي لهذه الوحدة أن:	نعم	لا
١	أتعرّف أنواع البشرة، وصفاتها، والعوامل المؤثرة فيها.		
٢	أوضح المقصود بالمصطلحات الآتية: التنظيف السطحي، والتنظيف العميق، وشفرة البشرة، والتدليك، والأقنعة، والتشعر.		
٣	أطبّق المهارات الخاصّة بعملية كلّ من (تحضير الزبون، وتنظيف البشرة السطحي والعميق يدويًا وآليًا، وتدليك البشرة، وإزالة الزوان يدويًا وآليًا، وإدخال المستحضرات للبشرة آليًا يدويًا).		
٤	أتعرّف أنواع الأقنعة المناسبة لنوعية البشرة.		
٥	أطبّق المهارات الخاصّة بعملية وضع القناع الطبيعي والجاهز، وإزالته عن البشرة.		
٦	أتعرّف طرق إزالة الشعر (الدائمة والمؤقتة).		
٧	أحضّر المزيل السكري.		
٨	أطبّق المهارة الخاصّة بإزالة الشعر الزائد باستعمال المزيل (السكري، والشمعي، الخيط).		
٩	أطبّق تعليمات الأمن والسلامة العامّة في أثناء تطبيق المهارات.		
١٠	أتبع تعليمات الشركة الصانعة في استعمال مستحضرات العناية بالبشرة.		
١١	أستخدم محرّكات البحث في استقصاء المعرفة المستخدمة في العناية بالبشرة.		
١٢	أواكب التطوّرات والمستجدّات في مجال العناية بالبشرة.		
١٣	أراعي أخلاقيّات المهنة في التعامل مع زملائي والربائن.		
١٤	أرشّد الاستهلاك في استعمال الموادّ.		

٤

الوحدة الرابعة

تزيين الوجه (المكياج)



تزيين الوجه (المكياج)

الوحدة الرابعة

وهب الله الإنسان جمال الوجه وميّزه به عن المخلوقات كافة، وتلعب الوراثة دوراً مهماً في تحديد الأبعاد الهندسيّة للوجه، ويمكن للفرد بوساطة تزيين الوجه استثمار البعد الجمالي الكامن فيه وإبرازه؛ ليكون جاذباً للنظر؛ لأنّ التزيين الصحيح يعمل على تحقيق التوازن والتناسق المطلوبين لمنظر الوجه، كما يعكس التزيين الناجح الشخصية الداخليّة للمرأة دون أن يظهر التعب والإرهاق، بالإضافة إلى أنّ تغيير ألوان المكياج وخطوطه يتيح للمرأة فرصة الظهور بهيئة جديدة وطلّة مشرقة فيها أكثر تألقاً وجرأة، كما أنّ المكياج يضفي عليها مسحة من الجمال ويغيّر في مظهرها وفي حالتها النفسيّة، ولتحقيق ذلك، يجب اتباع خطوات التزيين الصحيحة لكل جزء من الوجه، واستعمال المستحضر المناسب الخاصّ بالألوان المناسبة بحيث يتلاءم مع العمر والوقت والمناسبة.

- ما مفهوم تزيين الوجه؟ - ما المستحضرات المناسبة للتزيين الصحيح؟ وما أشكالها؟
- ما أنواع التزيين؟ كيف تتم مراحل التزيين؟ وما أساسيات كلّ منها؟

يتوقع منك بعد دراسة هذه الوحدة أن :

- تتعرّف التطوّر التاريخي لفن تزيين الوجه.
- توضّح مفهوم تزيين الوجه.
- تحدّد أنواع تزيين الوجه وأنماطه، ومجالات استعمال كلّ منها.
- تحدّد الأدوات المستعملة لتزيين الوجه.
- تختار مستحضرات تزيين الوجه المناسبة والسليمة.
- تتبّع مراحل تزيين الوجه، وأساسيات كلّ منها.
- تصنّف أشكال الوجوه، وتحلّل خطوط الوجه وأجزائها.
- تطبّق التزيين لأشكال الوجوه ولأجزائه المختلفة، وتخفي العيوب.
- تراعي أمور الصّحة والسلامة العامّة.
- توظّف التكنولوجيا في البحث عن آخر خطوط الموضة والتزيين.
- ترشد الاستهلاك في استعمال المواد، وتحسّن إدارة الوقت.

هنالك طرائق وأدوات مختلفة لتزيين الوجه وأسس يجب مراعاتها عند تزيين كل جزء فيه.

التطور التاريخي لتزيين الوجه



تطوّر استعمال وسائل التزيين على مرّ العصور، فقد استعمل الإنسان منذ القدم أشكالاً وأنماطاً مختلفة من وسائل التزيين، ابتدعها بشكل فطري لتحقيق أغراض معيّنه أهمّها: التنكر والاختفاء من الأعداء، وأصبحت وسائل التزيين جزءاً من أسلحته التي يحرص عليها ويعدّها من أهمّ مقوّمات انتصاره على أعدائه، ثمّ أصبح وسيلة لإظهار الجمال الأنثوي بشكل خاصّ؛ فلقد عاشت أكثر الحضارات تطوّرًا في الصين ومنطقة البحر الأبيض المتوسط وخصوصاً مصر التي لم يكن فيها المكياج عفويّاً بل كان بحثاً دقيقاً عن الجمال؛ إذ إنّ اهتمام النساء كان منصبّاً على إظهار بشرتهن بلون أكثر بياضاً، وكذلك إبراز جمال العين برسم دائرة كبيرة بمادّة خضراء تحيط بعين النساء والرجال، وقد كان لهذه الدائرة مفعول علاجي أيضاً؛ إذ كانت مركّبة من قطرة للعين وبلورات هيدروسليكات النحاس التي تحمي العين من بعض الجراثيم، وقد استعملت النساء كذلك بلورات كبريتات الرصاص لتكحيل عيونهن، وفي القرن الأول قبل الميلاد، جسّدت الملكة كليوباترا ملكة جمال عصرها معايير مكياج المرأة وجمالها، وتطوّر فن تزيين العين فامتدّ الكحل بشكل ذيل السمكة ليتمّ رسمه بخطين عريضين ملوّنين بالذهبي أو الأخضر. وأدخل اليونانيون تحسينات في نوعيّة كحل العين، واستعملوا أحمر الحدود والشفاه المستخرج من أصباغ نباتيّة أو معدنيّة، كما تطوّر فن العطور، ووصل إلى روما واليونان، وقد كان لمساحيق التجميل المعطّرة صيت شائع في الصين، أمّا في فرنسا فبدأ المكياج بشكل فعلي في بداية القرن الثاني عشر.

قضية للبحث

ابحث في تاريخ التزيين عند العرب والعادات التجميليّة التقليديّة في الأردن، وما هو متداول منها إلى الآن، ثمّ اكتب تقريراً في ذلك، وعزّزه بالصور، وناقش زملاءك فيه بإشراف معلمك.

أنواع تزيين الوجه

٢

يهدف تزيين الوجه (المكياج Make up) إلى تحسين مظهر الوجه وإخفاء عيوبه باستعمال مستحضرات مناسبة بأنواعها وألوانها المختلفة، باتباع الأساليب الصحيحة المناسبة. وهناك نماذج مختلفة لتزيين الوجه، ولكل وجه نموذج خاصّ تعتمد خطوات تزيينه على شكل الوجه هندسيًا بالدرجة الأولى، ثم يتبع ذلك تحديد الألوان المستعملة بما يتلاءم مع الشخصية، والعمر، والمناسبة، ولون الملابس ولون العيون والشعر، مراعيًا العادات والتقاليد. وهناك أنواع مختلفة لتزيين الوجه نذكر أهمها من حيث مدّة بقائه على البشرة:

أ - التزيين المؤقت: يستعمل الشخص أو المزيّن مستحضرات خاصّة بتزيين الوجه في أثناء النهار، وتجب إزالتها قبل النوم، حيث تكون هذه المستحضرات قابلة للإزالة بالماء والصابون أو بمستحضرات التنظيف الخاصّة.



الشكل (٤-١): التزيين الدائم.

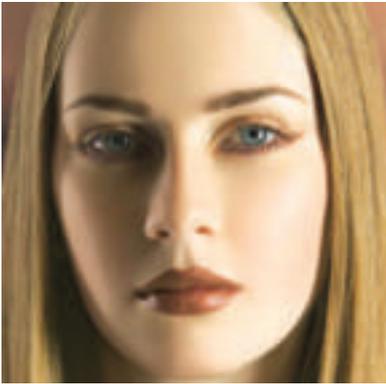
ب- التزيين الدائم: يمتاز التزيين الدائم باستعمال مركّبات خاصّة أعدت صناعيًا بمثبتات لاتزال بالماء والصابون ولا بمستحضرات التنظيف الخاصّة، بل تبقى فترة لاتقلّ عن عام، كما في الشكل (٤-١)، وتستعمل في فن التزيين الدائم ألوان تناسب أكثر المناسبات، وقد وجدت أصلاً لإخفاء تشوّهات الوجه، وعادة ما يكون اختيارها مقاربًا للألوان الطبيعيّة.

أنماط التزيين المختلفة

٣

مع تعدّد المناسبات التي تتطلّب أن يظهر الفرد فيها بمظهر مناسب، فقد وجدت أنماط مختلفة لتزيين الوجه، منها:

أ - التزيين اليومي للوجه (العادي): وتستعمل فيه موادّ التزيين المؤقت كما في الشكل (٤-٢)، وتختلف شدّة الألوان المستعملة حسب المناسبة، والعمر؛ إذ يكون التزيين النهاري ذا ألوان هادئة وغير لامعة، بعكس



الشكل (٤-٢): تزيين الوجه العادي.

مكياج السهرات فتستعمل فيه مستحضرات التجميل ذات الألوان البرّاقة، ويكون



استعمال البودرة المثبتة لهذه الألوان بكمية أكبر.

ب- تزيين الأفراح والمناسبات: يراعى عند تزيين الأفراح، أو التزيين لحفلات المساء والسهرة، استعمال كريم الأساس أو كريمات تمويه وبودرة ضد الماء؛ منعاً لتعرق الوجه، كما في الشكل (٤-٣)، وكذلك يراعى استعمال ألوان لامعة من ظل العيون والبودرة؛ لتبدو أجمل في الأضواء الساطعة، ويمكن وضع طبقات كثيفة من المكياج، ولكن بالطريقة الصحيحة لتجنّب النفور منه.

الشكل (٤-٣): تزيين الأفراح.

ج- التزيين السينمائي والمسرحي: يتطلّب التركيز على تعابير الشخصية المطلوبة والدور المطلوب، وذلك بسبب وجود إنارة شديدة؛ فالمرأة الجميلة التي يتطلّب دورها السينمائي أو المسرحي أن تبدو شاحبة الوجه، يكون التركيز في مكياجها على إظهار هذا الشحوب باستعمال ألوان المكياج التي تحقّق ذلك الهدف. كما في الشكل (٤-٤).



وهناك خصائص تميّز مكياج المسارح من حيث: الصنع، واللون، والاستعمال، أهمها ما يأتي:

١ . وجود كريم الأساس بحالة صلبة؛ إذ تكون المادة الشمعيّة فيه أعلى من المادّة الدهنيّة، وهي ذات قدرة فائقة في عملية التمويه.

٢ . قدرة البودرة على امتصاص إفرازات الوجه من دهن وعرق، وكذلك امتصاص الضوء؛ لتمنع انعكاسات أضواء الكاميرا التي تجعل للصورة بريقاً ولمعاناً قد يخفي ملامح الوجه .

٣ . قدرة المكياج على تغيير ملامح الممثل إذا تطلّب دوره ذلك، كإعطائه عمراً أكبر من عمره الحقيقي.

٤ . استعمال كمّيّة أكبر من كريم الأساس والبودرة من تلك المستعملة في المكياج العادي.

٥ . استعمال الألوان الفاتحة، والتركيز على لون الأساس الرمادي، ويوضع كريم الأساس الفاتح على الأماكن البارزة والعلوية من الجبين والخدين والذقن، وتوضع كمية قليلة من الألوان الغامقه تحتها، ولا بدّ من وضع القليل من اللون الفاتح على الجوانب السفلى؛ لإظهار أسفل الخدين متهدلاً.

٦ . استعمال كريم التمويه أساسي في التزيين المسرحي أو لإخفاء العيوب، ويتوافر بشكل إصبع، أو أنبوب، أو عبوة عادية، كما يتوافر بألوان باهتة، ويستعمل عادة لإخفاء عيوب الوجه، كالنمش، والكلف، واحمرار الوجه، وحبّ الشباب.

٧ . يزيد الماء في ثبات موادّ التزيين المسرحي على البشرة؛ لأنه يحوّل البودرة إلى معجون ثابت على البشرة. ولتثبيت المكياج المسرحي على البشرة، يرشّ بعض الماء المعدّ خصيصاً لمكياج الوجه.



الشكل (٤-٥): التزيين التنكري.

د- التزيين التنكري: تتكوّن موادّ التزيين التنكري من بودرة ملوّنة تحلّ بسائل خاصّ. ويجب ألا تكون هذه الموادّ سامة أو تسبب تحسسًا للجلد، وأن تكون سهلة الإزالة عن الوجه، حيث تستعمل في الحفلات التنكّرية للأطفال والكبار. كما في الشكل (٤-٥).

الأسئلة

- ١- ما أهداف التزيين عبر التاريخ؟
- ٢- ما أهمّ التحسينات التي أدخلها اليونانيون على تزيين الوجه؟
- ٣- عدّد أنواع التزيين.
- ٤- حدّد أنماط التزيين المختلفة.
- ٥- للمكياج المسرحي خصائص من حيث الهدف، واللون، والاستعمال، اذكرها.
- ٦- اذكر أهمّ مميّزات مكياج الأفراح والمناسبات.

يتطلب تزيين الوجه مستلزمات خاصّة تضمن تجهيزات ومستحضرات مختلفة، منها:

١ تجهيزات تزيين الوجه:

تنوّع التجهيزات المستعملة لتزيين الوجه، كما يأتي:

أ - مكان تزيين الوجه: يتّصف مكان تزيين الوجه بالهدوء أو الموسيقى الهادئة، وعادة تكون ألوان جدرانه باردة، وتهويته جيّدة، والإضاءة فيه إمّا طبيعيّة كضوء الشمس أو صناعيّة (ضوء النيون، والضوء العادي)، كما في الشكل (٤-٦)، ويتميّز كرسي المكياج بوجود مفصلين أحدهما للظهر والآخر لتحريك الرقبة، كما ويمكن التحكّم في ارتفاعه، كما في الشكل (٤-٧).



الشكل (٤-٧): كرسي المكياج.



الشكل (٤-٦): الإضاءة الصناعيّة للمكياج.

تذكّر

حرص المزيّن على نظافته، وخلوه من رائحة الفم وروائح الجسم، وتغطية الشعر عند القيام بعملية التزيين.

ويراعى وضع الثوب الواقي حول رقبة الزبون لحماية الملابس من الاتساخ، ووضع غطاء الرأس لحماية الشعر، ويجب على المزيّن إرتداء ثوب ذي لون فاتح نظيف خاصّ بالعمل، والتأكد من تطهير اليدين، وتحضير الطاولة الخاصّة بمستحضرات تزيين الوجه مسبقًا.

ب - الأدوات المستعملة لتزيين الوجه: تستعمل أدوات عدّة لتزيين الوجه، منها:

١ . الأدوات المستعملة لوضع البودرة على البشرة: تستعمل لوضع البودرة على البشرة فراشٍ خاصة ذات حجوم مختلفة، أو لبّادة قطنية خاصة، تكون عادة صغيرة وموجودة في علبة البودرة المترابطة لتسهيل استعمالها.

٢ . الأدوات المستعملة لوضع ظل العين والرموش والحواجب: تستعمل لوضع ظل العين (Eye Shadow) فراشٍ خاصة بحجوم مختلفة، أو أداة على شكل قضيب بلاستيكي رفيع ملفوف على رأسه قطعة إسفنج صغيرة، وتستعمل لسائل الرموش فراشٍ خاصة بحجوم مختلفة، وكذلك تستعمل فرشاة خاصة لتزيين العين بالكحل السائل. وهناك أدوات خاصة تستعمل لتنظيم شكل الحواجب؛ لإكمال هندسة الوجه من خلال استعمال الملقط، والمشط، والفرشاة الخاصة.

٣ . الأدوات المستعملة لوضع أحمر الشفاه: تستعمل الفرشاة الخاصة لوضع أحمر الشفاه، ويفضّل استعمال هذه الفرشاة حتى عند توافر أحمر الشفاه بشكل إصبع أو كريم؛ لمنع

تذكّر

لغايات الصحة العامة، يجب العناية التامة بالأدوات المستعملة للتزيين، وعدم تلوثها لتلافي العدوى.

نقل العدوى من فم إلى آخر، ولمزج أكثر من لون من أحمر الشفاه معاً عند الاستعمال، للحصول على لون متجانس واحد. ويبيّن الشكل (٤-٨) الأدوات المستعملة لتزيين الوجه.



الشكل (٤-٨): الأدوات المستعملة لتزيين الوجه.

صنعت مستحضرات التجميل بأشكال مختلفة، لتخدم الهدف الذي تستعمل لأجله، كالمساحيق، وأقلام الشمع، والكريمات، وفي ما يأتي المستحضرات الأكثر استعمالاً في عمليات تزيين الوجه :

أ - مستحضرات الأساس (Foundation): لا توجد مادة في تزيين الوجه أكثر أهمية من مستحضرات الأساس التي تعطي اللون المناسب للبشرة، وتخفي عيوبها، وتحميها من المؤثرات الخارجية؛ كالجفاف والرياح؛ لذا، فإنّ اختيار اللون المناسب من مستحضرات الأساس عملية مهمّة في التزيين.

١ . تركيب مستحضرات الأساس: تتركب مستحضرات الأساس من الزيوت المعدنية، وأهمّ ما تتميز به من حيث التركيب، احتواؤها على الشمع واللانولين والكحول والماء ومواد ملونة وعطور وأصباغ أكاسيد الحديد، وقد يحتوي بعضها على مكوّنات إضافية، مثل: زيت اللوز وزيت الخروع المهدرج وبودرة البوراكس وثاني أكسيد التيتانيوم وثلاثي الإيثانول الأمين.

٢ . أشكال مستحضرات الأساس: هناك أشكال مختلفة من مستحضرات الأساس، منها:

أ . الكريم: معدّ لأنواع البشرة العادية والدهنيّة والجافة.

ب . السائل: يحتوي على قليل من الزيت، ولا بدّ من ربح الزجاجة قبل الاستعمال؛ ليصبح السائل متجانساً.

ج . المعجون: يستعمل لإخفاء عيوب البشرة، وللبشرة الدهنيّة، ويعمل المعجون على امتصاص المادة الدهنيّة للوجه لكي يقللّ من لمعان الوجه، كما يمكن استعماله للبشرة العادية والجافة شريطة استعمال مرطّب خاصّ قبل وضعه عليها.

د . القلم: ذو قوام صلب، ويستعمل لإخفاء الألوان غير المرغوب فيها، ويمكن استعماله

تذكّر

يوجد كريم الأساس بألوان البشرة أو قريباً منها، ممّا يساعد على إخفاء عيوبها.

فوق الأماكن المراد تغطيتها، أو إخفاؤها، أو على الوجه كاملاً.

هـ . مستحضرات التمويه: توجد على شكل كريم، أو قلم وبحجوم صغيرة نظراً لكثافتها العالية،

وتستعمل على أماكن العيوب في الوجه؛ كالندب، والكلف، وحب الشباب.
وهناك ألوان مختلفة لمستحضرات التمويه (خافي العيوب)، منها:

- البيج: لتغطية البقع (الكلف، والنمش، وآثار الحبوب، والاسوداد حول العين).
 - الأصفر: لتغطية السواد الشديد تحت العين.
 - البرتقالي أو المشمشي: لتغطية الكدمات الزرقاء أو الحروق.
 - الأخضر: لتغطية الاحمرار وحروق الشمس.
 - البني: لتصغير عيوب الوجه أو لإخفائها.
- ويوضح الشكل (٤-٩) أحد أشكال مستحضرات الأساس.



الشكل (٤-٩): أحد أشكال مستحضرات الأساس.

فكر

- كيف تُغطّي الوحّات بكرّيم التمويه؟
- حدّد ألوان مستحضرات التمويه المستخدمة في إخفاء عيوب أجزاء الوجه ومشكلاتها المختلفة (يمكن تصنيفها في جدول)، استنادًا لدائرة الألوان التي تعلّمتها سابقًا.

٣ . ألوان مستحضرات الأساس: نظرًا إلى اختلاف ألوان الشعوب ودرجة اللون في العرق الواحد، فقد أنتجت الشركات الصانعة لموادّ التجميل ألوانًا متعدّدة ومتفاوتة لكريم الأساس، تناسب الألوان الأصليّة والطبيعيّة المختلفة للبشرة، إضافة إلى الألوان الأساسيّة لمستحضرات الأساس؛ إذ تحتاج كل بشرة إلى اللونين الغامق والفاتح من مستحضر الأساس في الوقت ذاته، إضافة إلى اللون المناسب للون البشرة الذي يتطابق معها، حيث تُظلل المنطقة الجانبيّة الزائدة على حدود الوجه بعد تحديد شكله وحدوده الخارجيّة البارزة باستعمال اللون الغامق، واستعمال اللون الفاتح على البشرة؛ لإبراز معالم الوجه صغيرة المساحة وجعلها أكثر وضوحًا، وتعرف هذه العملية بتظليل

البشرة وتفتيحها، كما يستعمل مستحضر التمويه فاتح اللون لتغطية اللون الأكثر غمقاً الذي قد يحيط بالعين عند الغالبية العظمى من الناس، ولتوزيع مستحضر الأساس على أجزاء البشرة جميعها بالتساوي وبشكل متجانس، تستعمل عادة إسفنجة ذات مسامية صغيرة جداً، تبلّ وتعصر جيّداً لتكون رطبة قبل استعمالها.

نشاط (٤-١): كريم الأساس الواقى

اجمع عددًا من عبوات كريم الأساس الواقى أو المنشرات المرفقة بها، وناقش زملاءك بإشراف معلمك بمكوّنات كل نوع منها، وميّزاته، ومحاذير استعماله، وسعة العبوة، والسعر في السوق، والبلد المنتج، يمكنك تنظيم ذلك في جدول خاصّ.

ب- البودرة (Powder): دقائق متناهية الصغر، تستعمل إمّا بعد وضع مستحضر الأساس



على الوجه، أو مباشرة دون وضع كريم الأساس؛ لتغطية العيوب الصغيرة، والتقليل من اللمعة الزائدة الناتجة من إفرازات الغدد الدهنيّة والعريقيّة. وتتمتاز البودرة الجيّدة بأنّها لا تحدث رائحة كريهة عند امتصاصها لإفرازات الجلد، إضافة إلى قدرتها على التغطية، ونعومة ملمسها، والتصاقها بالجلد، انظر الشكل (٤-١٠).

الشكل (٤-١٠): بودرة وأحمر الخدود.

فكر

ما العيوب الصغيرة التي تستطيع البودرة تغطيتها في الوجه؟

١ . تركيب البودرة: تُعزى قدرة البودرة على الامتصاص والتماسك إلى وجود موادّ تعمل على زيادة التصاق البودرة بالجلد، مثل: ثاني أكسيد التيتانيوم، وأكسيد الحارصين، وأكسيد المغنيسيوم، والكاولين، ويعمل أكسيد التيتانيوم والحارصين

على امتصاص الأشعة فوق البنفسجية، كما أنّ الكاولين يزوّد البشرة بالرطوبة اللازمة لها ويعمل على امتصاص الدهون، وتكسب سيليكات المغنيسيوم وأسترات الخارصين البودرة ملمسًا ناعمًا، وتجعلها سهلة التوزيع على الوجه، وقد تضاف إلى البودرة عطور طبيعية كعطر الورد.

٢ . أشكال البودرة: تتنوّع أشكال البودرة، فمنها:

أ . العادية أو السائبة (loose Powder): تتكوّن من جزيئات صغيرة الحجم، ويدخل نشا الأرز في تركيبها مما يعطيها بعض التماسك، ويزداد تماسكها على سطح البشرة كلما صغرت جزيئاتها، وتوجد بألوان البيج المختلفة والمتدرّجة؛ لتناسب ألوان البشرة المختلفة.

ب . البودرة المترابطة (Compact Powder): تتكوّن من قرص دائري أو مستطيل حيث ترصّ البودرة؛ لتصبح قطعة واحدة تعبأ في علب أنيقة يمكن أن تضعها السيّدة في محفظتها، ولهذه البودرة ميّزات البودرة العادية ذاتها، إلا أن محتواها من أكسيد الخارصين والتيتانيوم والكاولين والأسترات عالٍ نسبيًا، ويضاف إلى النشا مادة سليلوذية لاصقة.

٣ . أحمر الخدود (Blusher): يتكوّن من بودرة مسحوقة جيّدًا وملونة بألوان عدّة؛ إذ يضاف إليها عند التحضير أصباغ عضويّة وغير عضويّة، مثل: أكاسيد الحديد والكروم، والتي تعطيها الألوان الطبيعيّة والبرونزية، والألوان الوردية والبرتقاليّة والبنية، وتستعمل فوق الخدود لإكسابها لونا وحيويّة.

ج- مستحضرات تزيين العيون: تنتج شركات موادّ التجميل مستحضرات عدّة لتزيين العينين والحاجبين، منها:

١ . ظلال العين (Eyeshadow): تبرز أهميّة استعمال ظلال العين في تصغير العين أو تكبيرها، ومعالجة شكل العين الجاحظة والغائرة بما يتناسب مع الوجه، وتوجد بأشكال وألوان متعدّدة، منها: الكريم، أو الإصبع، أو السائل، أو المعلق، وتكون على شكل مسحوق البودرة مطفيّ اللون أو ذي اللمعة.

أ . تركيب ظلال العين (الكريم): يتركّب ظلال العين (الكريم) من الفازلين،

وأكسيد الحارصين، وثاني أكسيد التيتانيوم، والشمع، وحموض دهنيّة، وأصباغ متعدّدة حسب اللون. ويحتوي الإصبع على نسبة عالية من الشمع، فضلاً عن زيوت معدنيّة، وزيت الخروع، وثاني أكسيد التيتانيوم، وأكسيد الحارصين، وأصباغ، وتشبه البودرة في تركيبها البودرة المترابطة للوجه، إلا أنّها تحتوي على نسبة أكبر من الألوان (الأساسيّة والثانويّة).

ب- تركيب ظلال العين (السائل): يتركّب الظلال السائل من الزيوت والكحول والماء، مضافاً إليه السليولوز الميثيلي كمادّة صمغيّة، ويكون على شكل معلق يجب رجّه قبل الاستعمال، كما يتوافر ظل العينين بألوان قوس قزح والألوان الثانويّة، ويوجد اللون الواحد في المكياج المسرحي باثنتي عشرة درجة، منها: اللامع، والمطفي.

٢ . مستحضرات تحديد العيون: أحد المستحضرات التي توضع على جفن العين قريبة من الرموش بأشكال مختلفة؛ لتصغير العين أو تكبيرها حسب الحاجة، وهي على أنواع: منها:

أ . الكحل (Eye pencils): مستحضرات جافّة تكون على شكل قلم، توضع بداخل العين أو على الجفن العلوي والسفلي مباشرة، وتتوافر بألوان عدّة كالأسود والبنّي والأزرق والأخضر، وتتركّب مستحضرات الكحل من شمع مضافاً إليه أصباغ مختلفة.

ب. سائل تخطيط العيون (Eye liner): سائل العيون مستحضر سائل يوضع



الشكل (٤-١١): سائل تخطيط العيون.

على الجفن مباشرة بخطّ قريب من الرموش الخارجيّة العليا والسفلى، وتتوافر بألوان عدّة منها، الأسود، والأزرق، والأخضر، والبنّي، وهو يتركّب من شمع وزيت ودهن مضافاً إليه أصباغ مختلفة، ويوجد على أشكال، منها: القلم أو ذو فرشاة أو على شكل حجر، انظر الشكل (٤-١١).

ج . سائل الرموش (المسكارا): تبرز الرموش السميقة والطويلة جمال العينين وسحرهما، ويمكن للرموش الخفيفة وقليلة العدد أن تبدو أكثر كثافة وأكثر غمقاً في اللون باستعمال المسكارا.

تذكر

اللانولين أساس في تركيب مستحضرات تزيين الوجه.

تتوافر المسكارا على شكل كريم يتركب من الشمع والزيت والدهن والبروتين، مضافاً إليه الصباغ، أو على شكل سائل يتركب من المواد السابقة نفسها، مضافاً إليها الزيوت والكحول؛ لجعلها مضادة للماء.

نشاط (٤-٢): تحديد العيون

من خلال مصادر البحث المتوافرة لديك:

- ١- اجمع صوراً للعيون رسمت بأشكال مستحضرات تحديد العيون.
- ٢- اجمع صوراً لأشكال سائل تخطيط العيون.
- ٣- طبق الطرق المختلفة التي جمعتها لرسم عيون أصدقائك وأفراد عائلتك.

د - مستحضرات تزيين الشفاه: تتنوع مستحضرات تزيين الشفاه بأشكال وألوان متعددة، منها:

١ . أحمر الشفاه (Lipstick): يتركب أحمر الشفاه من شمع وزيوت وأصباغ يضاف إليها زيت البرافين؛ لقدرته على الترطيب، وزيت الخروع؛ لتثبيت اللون، وزبدة الكاكاو واللانولين والكحول الإيثيلي؛ لمنع الجفاف الذي يتسبب من وجود الأصباغ المختلفة في أحمر الشفاه، ومن أشهر أنواع الشمع وأغلاها ثمنًا شمع الكارنوبيا



المستخلص من شجر النخيل، فهو يعطي اللمعة والصلابة المستحبة لأحمر الشفاه، حيث تتراوح فاعلية أصباغ أحمر الشفاه ما بين مؤقتة وشبه دائمة، واختيار الوسط بينهما هو الأفضل؛ لأن شبه الدائمة تسبب زيادة جفاف الشفاه.

يوجد أحمر الشفاه بألوان عدّة، كما في الشكل (٤-١٢)، منها: الفاتح، والغامق، واللامع،

الشكل (٤-١٢): أشكال مواد تزيين الشفاه.

والمطفي، ويختلف لونه عن لون أحمر الحدود، ولكن يفترض أن يكون اللونان منسجمين، فيجب أن تتعد عن وضع أحمر الشفاه البرتقالي مع أحمر الحدود البرتقالي، ويراعى اختيار الألوان الداكنة والمطفيّة للشفاه الكبيرة، والألوان الفاتحة واللامعة أو ألوان الباستيل للشفاه الصغيرة، ويختلف اختيار اللون حسب ألوان الثياب، والعمر، والمناسبة.

٢ . أقلام تحديد الشفاه (Lip liner): تستعمل أقلام تحديد الشفاه لتخطيط الحد الطبيعي للشفاه أو يمكن تعديل شكل الفم؛ لإخفاء العيوب بطرق تجميلية فنيّة، كتكبير الشفاه، أو تصغيرها، أو تصحيحها، إذ إن أقلام الشفاه كأحمر الشفاه أساسها مزج من الشموع، والزيوت، والكحوليات الدهنيّة مع ملوّنات توجد بألوان مختلفة منها الفاتح والغامق.

تذكر

يتم اختيار مستحضرات التجميل التي تنسجم مع لون الجلد الطبيعي؛ لتظهر ملامح الوجه وتخفي بعضها، وتتناسب الألوان المستعملة في المكياج لتلائم المناسبة، والملابس، والعمر، كما يجب أن تتلاءم ألوان المكياج مع الليل أو النهار.

٣ . ملمّع الشفاه (Gloss Lip): يعطي ملمع الشفاه بريقاً للشفاه فيتعين الاقتصار على وضعه فوق الشفة السفلى وفي منتصفها فقط، وأهم ما يميّز تركيبه وجود مادّة جلسريد ثلاثي بنسبة ٨٠٪، وشمع النحل بنسبة ٢٠٪، وتوجد لدى بعض السيدات حساسية عند استعمال هذه المستحضرات، فتظهر حكة أو قروح جلديّة، وبقع أو عطاس، كما أن هناك الكثير من السيّدات ينزعجن من صنف معيّن دون آخر، وقد يصاب الجلد بالجفاف والتقشير كرّدّة فعل ضدّ هذه المستحضرات وعلطورها؛ لذلك، يجب قبل استعمال أيّ مستحضرات قراءة بطاقتها ومعرفة محتوياتها. إنّ الوجه حسّاس وسهل التآثر بالأوساخ والجراثيم؛ لذا، يجب التأكّد من نظافة الفراشي والاسفنجات، كذلك يجب التأكّد من نظافة الملعقة الخشبيّة قبل استعمالها، لأخذ أيّ مادّة من علب المكياج، والتأكّد من نظافة أصابع اليدين قبل المباشرة بالمكياج، ويجب الانتباه لضرورة عدم استعمال أدوات الآخرين، وعدم ترك الأدوات والموادّ مفتوحة ومعرّضة للهواء.

هـ- مستحضر مثبت المكياج: يوضع الكريم المثبت للمكياج قبل وضع كريم الأساس، وهو كريم سائل خاص يوضع قبل عملية المكياج، حيث يتم وضع كريم الأساس (Foundation) وإكمال المكياج، وعند الانتهاء يرش الوجه بسائل مائي خاص لتثبيت المكياج.

اقترح طرفاً أخرى لتثبيت المكياج .

نشاط (٤-٣): طرق تطهير الأدوات وتعقيمها

ابحث في المصادر المتاحة لديك عن طرائق الصّحة والسلامة التي يجب اتباعها عند تطهير أدوات التزيين المختلفة وتعقيمها، ثمّ دوّن ما توصلت إليه في بحث، وناقش زملاءك فيه بإشراف معلمك.

الأسئلة

- ١- صف كرسي تزيين الوجه، وبين الفائدة من تركيبه.
- ٢- علل ما يأتي:
 - أ - استعمال فرشاة خاصّة لوضع أحمر الشفاه.
 - ب - اختيار اللون المناسب من مستحضر الأساس عمليّة مهمّة في التزيين.
 - ج - استعمال مستحضر البودرة على الوجه.
 - د - يعتمد اختيار لون أحمر الشفاه على لون بشرة السيّدة.
- ٣- قارن بين الألوان المختلفة لمستحضرات الأساس من حيث الاستعمال.
- ٤- ضع ألوان مستحضر التمويه في جدول، واكتب كلّ لون وما يخفيه من عيوب مقابله.
- ٥- عدّد مستحضرات تحديد العيون.

ثالثًا مراحل تزيين الوجه

يمرّ تزيين الوجه بمراحل متتابعة عدّة وفق الترتيب الآتي:

١ التنظيف السطحي للبشرة

يعدّ التنظيف السطحي للبشره خطوة أساسية في المكياج تتطلب عناية خاصة؛ إذ يعتمد نجاح الخطوات التي تليها على إتقان القيام بها.

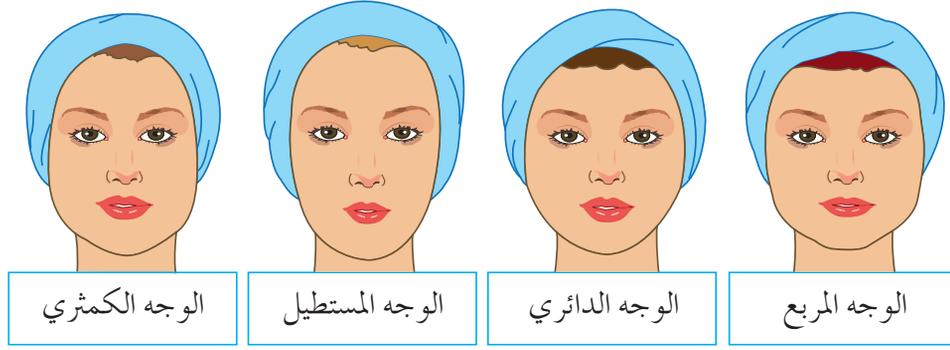
مفهوم التنظيف السطحي للبشره وأهميته: ينظّف الوجه بالحليب المنظّف والسائل المنعش الخاصّ المناسب لنوع البشرة، لإزالة الدهون الزائدة والأوساخ؛ لأنها تجعل المكياج باهتًا، ويمكن أن نلجأ إلى عملية تقشير سطحي بسيط عند الحاجة، أمّا عند رغبة الزبون في تزيين الوجه وتسريح الشعر معًا، فيجب البدء بتجفيف الشعر أولاً دون تسريجه، ثمّ يوضع المكياج كاملاً، وأخيراً يتمّ تسريح الشعر. وبعد التنظيف السطحي للبشرة ووضع المادّة القابضة، نضع كريم الأساس الواقعي المثبت للمكياج للمناسبات الخاصّة، أو كريم النهار للمكياج اليومي العادي، المناسب لنوعيّة البشرة، ويوجد الكريم الواقعي بشكل لزوج أو شبه صلب، ومن أهمّ خصائص كريم الأساس المثبت للمكياج ما يأتي:

- أ - منع تسرّب المكياج إلى داخل البشره.
- ب - تثبيته على الوجه دون أن يتشقق المكياج أو يبهت لونه.
- ج - تسهيل توزيع كريم الأساس على البشره بالتساوي.

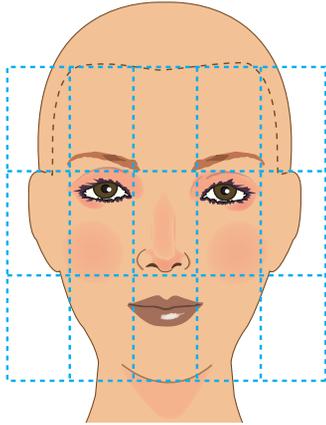
٢ تحليل خطوط الوجه

تعدّ معرفة أشكال الوجه وتمييزها من الأسس المهمّة في عملية تزيين الوجه.

- أ - أشكال الوجه: تختلف أشكال الوجوه باختلاف أجزائها، وتقاربها أو تباعدها عن بعضها، إذ إنّ ملامح الوجه يحددها العامل الوراثي؛ فيكون الجبين عريضاً أو ضيقاً، والعيون متقاربة أو متباعدة، والمسامات الداخليّة لأجزاء الوجه مختلفة من شخص لآخر، ومن هنا يظهر الوجه بأشكال عدّة متعارف عليها، كما في الشكل (٤-١٣).



الشكل (٤-١٣): أشكال الوجه.



الشكل (٤-١٤): تحليل خطوط الوجه (البيضوي).

يعتمد تحليل خطوط الوجه على دراسة ملامح الوجه المناسبة والجذابة؛ لإبرازها وإخفاء عيوب الوجه باستخدام الألوان الفاتحة والغامقة لكريم الأساس والبودرة وأحمر الخدود فتبدو للناظر مموّهة، أما الشكل المثالي المرجع للوجه فهو الشكل البيضوي الطبيعي، كما في الشكل (٤-١٤).

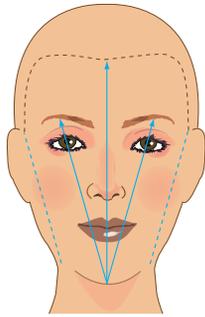
ب- تحديد أجزاء الوجه: وضع خبراء التجميل المقاييس المثالية لأجزاء الوجه بقواعد وضوابط جمالية تتميز بالتناسق والتناسب؛ لأنها تمثل المثلث المقلوب والتي نصل بها وبشكل مترابط إلى تزيين الحواجب وتنظيمها وتزيين أجزاء الوجه.

يعدّ خطّ الحاجبين الخطّ الرئيس في المكياج، ويتمّ به تحديد مناطق الوجه المختلفة؛ لذا، يجب عدم إزالة الشعر منه بشكل عشوائي بل دراسة مشكلاته جيّداً وفق تقاطيع الوجه، ولتحديد مناطق الوجه، نمرّر خطاً وهمياً من أعلى نقطة في منتصف الحاجب إلى منتصف الذقن، مروراً بزاوية الفم والبؤبؤ؛ ليلتقي نظيره من الجهة الأخرى، فيشكّلان معاً ضلعي مثلث قاعدته الخطّ الواصل بين نقطتي أعلى الحاجبين، ويقسم خطّ تماثل الوجه هذا المثلث إلى مثلثين متطابقين، كما في الشكل (٤-١٥)، وهذا يمثل الشكل المثالي أو النموذجي للوجه.

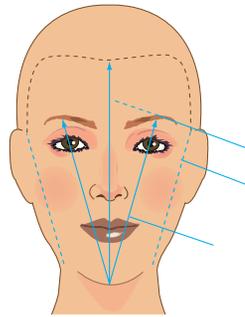
ومما لاشكّ فيه أنّ هناك أشكالاً متنوّعة للوجوه والحواجب، لا بدّ من دراستها لتحديد:

- ١ . خطّ التماثل.
- ٢ . خطّ الحاجبين وزاوية الفم.

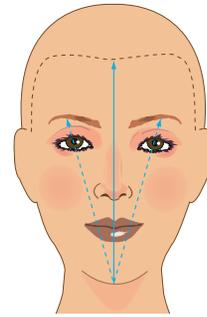
ولإيجاد محيط الوجه، يتم رسم خط وهمي ابتداءً من أعلى الأذن موازياً للخطّ الواصل بين أعلى الحاجب وحتى الذقن، كما في الشكل (٤-١٦)، كذلك يرسم خطّ وهمي من نقطة الأذن وباتجاه ميلان انكسار الحاجب ليكون موازياً لخطّ ميلان الشفة العليا، وبذلك يتمّ تعرّف مساحة منطقة التظليل الجانبيّة، كما في الشكل (٤-١٧)؛ للحصول على شكل الوجه الأقرب إلى المثالي (البيضوي).



الشكل (٤-١٧): تحديد منطقة تظليل الوجه.



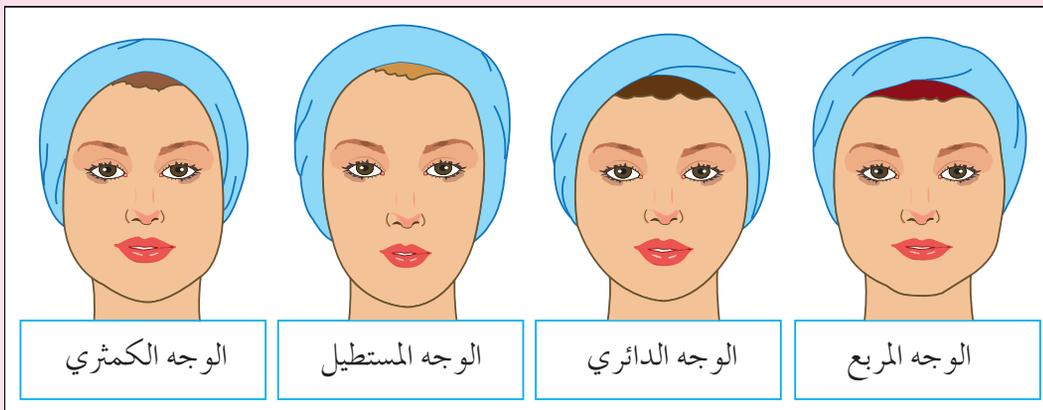
الشكل (٤-١٦): تحديد الخطوط الخارجيّة للوجه.



الشكل (٤-١٥): تحديد هندسة الوجه.

نشاط (٤-٤): أشكال الوجوه

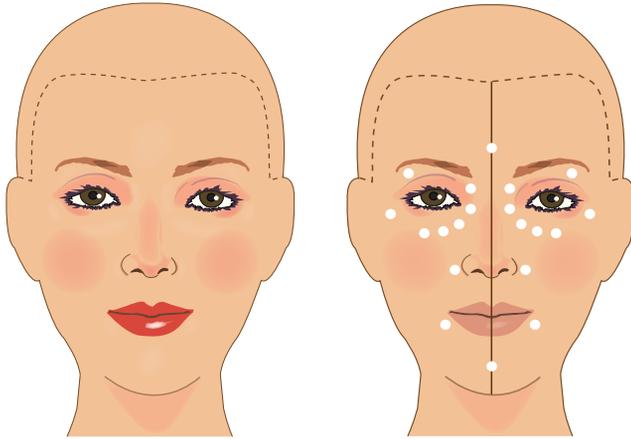
- أمعن النظر في أشكال الوجوه الآتية، وارسم خط التماثل:
- خطّ ميلان انكسار الحاجب.
 - خطّ ميلان الشفة.
 - حدّد بالرسم منطقة التظليل الجانبيّة في كلّ شكل.
 - ناقش زملاءك بإشراف معلمك، وانقل الرسوم إلى دفترك.



يتضمّن تزيين الوجه تزيين بشرته والعيون والشفاه كما يأتي:

أ - تزيين البشرة: يتم اختيار كريم الأساس (Base Cream) بنوعيه الشفاف والملون بالألوان المتعدّدة.

١ . وضع كريم الأساس: يستعمل كريم الأساس الملون (Foundation) في عمليتي التظليل والتفتيح للبشرة، مما يساعد على تقريب شكل الوجه إلى الشكل البيضوي المثالي قدر الإمكان، وبخاصّة في مناطق الجبين والوجنات والذقن والأنف، وذلك بعد تحديد منطقتي التظليل والتفتيح، ولا بدّ من استعمال الإضاءة الكافية لإبراز ملامح أجزاء الوجه وحجومها، كما توجد في الوجه بعض النقاط والمناطق التي تحتاج إلى عناية أكبر في وضع مستحضر الأساس لإبرازها وتوضيحها، كالمنطقة الواقعة أسفل العين وحولها، والوجنات، وأسفل



الشكل (٤-١٩):
مناطق التظليل والتفتيح
في الوجه.

الشكل (٤-١٨):
نقاط التفتيح في الوجه.

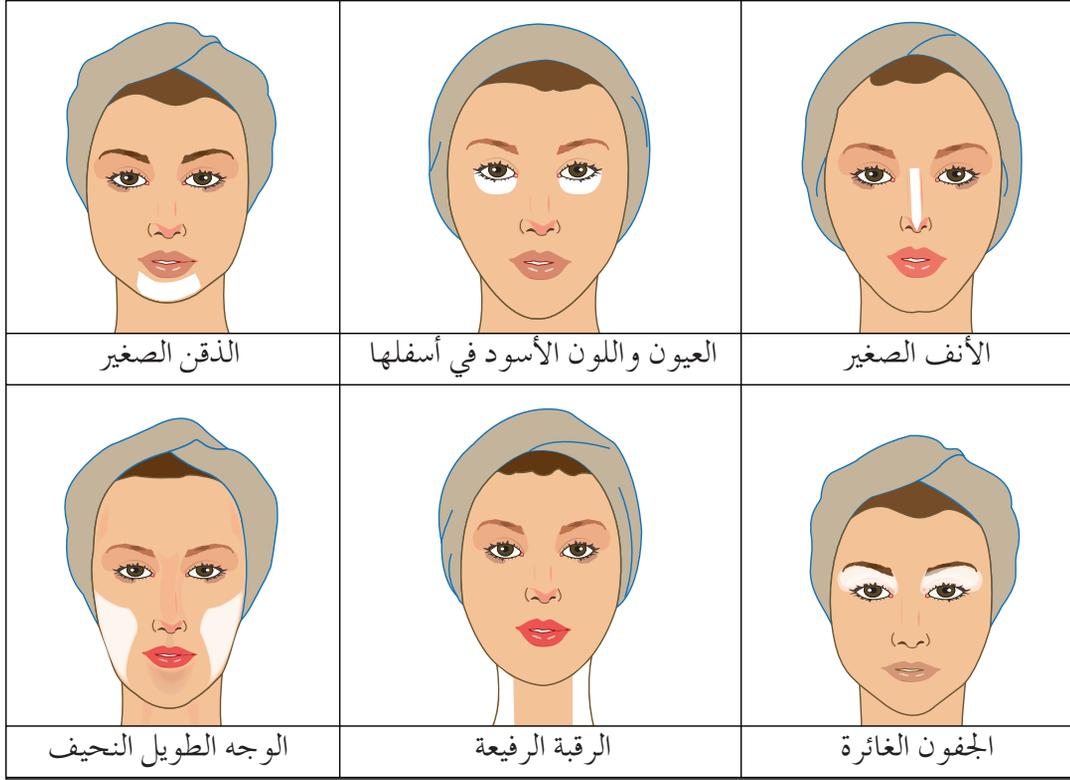
الحاجبين، والذقن، والجبهة، وزوايا الفم والأنف، كما في الشكل (٤-١٨)، الذي يوضّح أيضاً منطقة التظليل الجانبيّة للوجه البيضوي المثالي.

ويوضّح الشكل (٤-١٩) مناطق التظليل والتفتيح بشكل عام للوجه.

فكر

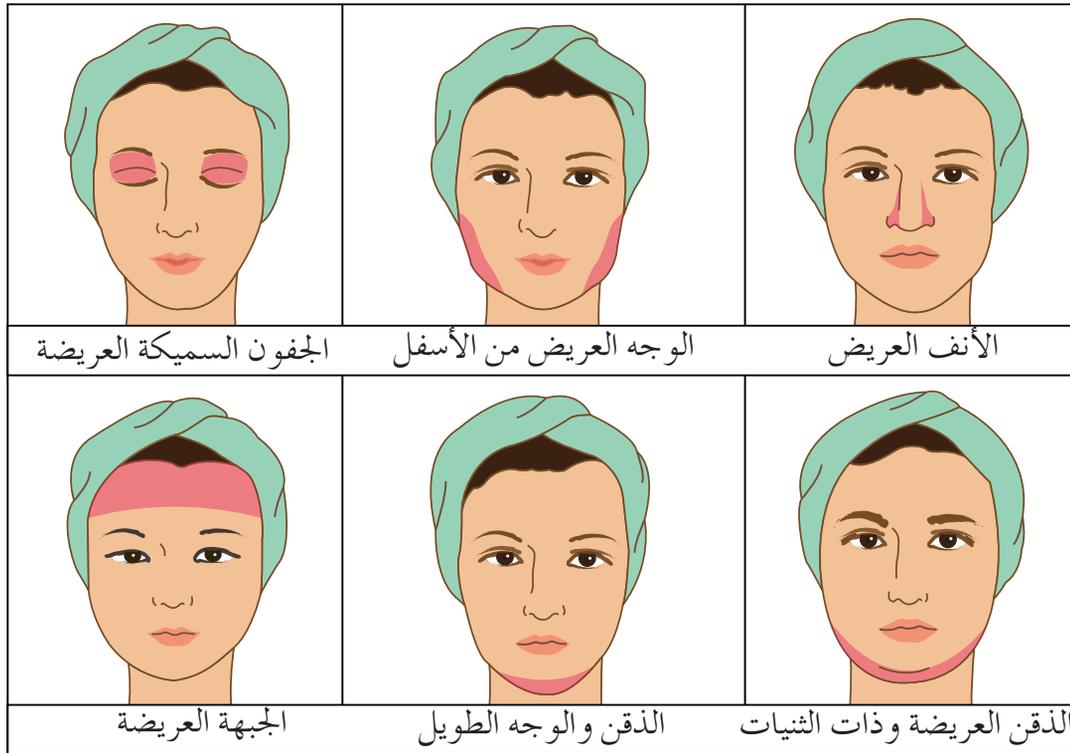
ما الهدف من تظليل بعض أجزاء من الوجه وتفتيح بعضها الآخر؟

ويبين الشكل (٤-٢٠) مناطق التفتيح لبعض أجزاء الوجه.



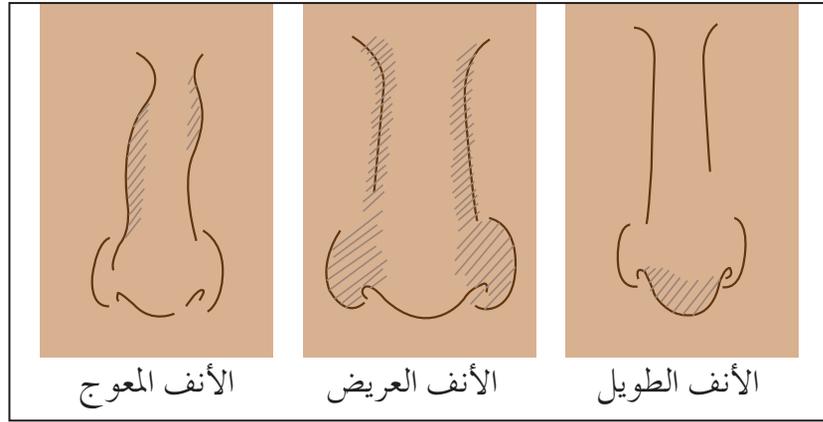
الشكل (٤-٢٠): مناطق التفتيح لبعض أجزاء الوجه.

ويبين الشكل (٤-٢١) مناطق التظليل لبعض أجزاء الوجه.



الشكل (٤-٢١): مناطق التظليل لبعض أجزاء الوجه.

ويمكن اعتماد التظليل لتصغير أجزاء في الأنف قد تبدو غير متناسقه، كما في الشكل (٤-٢٢).



الشكل (٤-٢٢): مناطق التظليل لبعض أجزاء الأنف.

توزيع كريم الأساس

تمرين

١-٤



يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- توزع كريم الأساس الواقعي.
- تختار لون كريم الأساس المناسب للبشرة.
- توزع كريم الأساس بألوانه الثلاثة على الوجه بالطريقة الصحيحة.

المعلومات الأساسية

يستعمل كريم الأساس بثلاث درجات لونية تختلف باختلاف لون البشرة؛ الأولى تكون بلون البشرة، والثانية بلون أفتح من لون البشرة؛ لتفتيح المناطق الصغيرة وإظهارها كمنطقة حول العينين، والثالثة بلون أكثر غمقاً من لون البشرة للتظليل؛ أي لتصغير المناطق الكبيرة والبارزة، كالجنتين، كما ويستعمل كريم التمويه للتفتيح والتظليل في حالات خاصة على البشرة.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد
إسفنجات لتنظيف البشرة، وإسفنجات خاصة لوضع كريم الأساس، وفرشاة بودرة، ووعاء زجاجي أو بلاستيكي يحتوي على ماء نظيف، وقطن، وعصبة شعر، وثوب واقٍ.	<ul style="list-style-type: none"> - كريم الأساس بدرجاته اللونية الثلاث للبشرة المحددة. - مطهر، وحليب التنظيف. - السائل المنعش. - كريم الأساس الواقعي، وكريم التمويه.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
<p>الشكل (١).</p>	<p>١ جهّز نفسك والزبون للقيام بعملية توزيع الكريم بالطريقة الصحيحة كما درست سابقاً.</p> <p>٢ نظّف الوجه بحليب التنظيف والسائل المنعش الشكل (١)، ثمّ وزّع الكريم الأساس الواقعي عليه بالتساوي.</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	طابق بين لون البشرة ولون كريم الأساس ودرجاته؛ لتحديد اللون المناسب للبشرة المعيّنة، الشكل (٢).	٣
	خذ قليلاً من كريم الأساس بلون البشرة، ثم وزّعه بلطف على الوجه، باتباع حركات مسح خفيفة بالإسفنجة المرطّبة بالماء الفاتر؛ لتسهيل توزيع الكريم، كما في الشكل (٣)، مراعيًا تغطية الرقبة كاملة كما في الوجه.	٤
	ضع كريم الأساس ذا اللون الأكثر غمقًا، ووزّعه بالطريقة السابقة في منطقة تحت عظمي الخد؛ لإظهار ارتفاع الخدّ، وفوق الأماكن العريضة من الوجه لتصغيرها، الشكل (٤).	٥
	ضع كريم الأساس ذا اللون الأفصح، ووزّعه بالطريقة السابقة في منطقة تحت العيون في حال وجود هالات سوداء خفيفة لتفتيحها، وفوق الأماكن الصغيرة من الوجه لإظهارها، الشكل (٥).	٦
	خذ كمية قليلة من كريم التمويه باللون المناسب، ثم ضع قليلاً منه على الجزء من البشرة حسب حالتها، كما يأتي: أ - اللون الفاتح أو الأبيض؛ لتوسيع الأماكن الضيقة البارزة. ب- اللون الأصفر؛ لإخفاء الكلف والنمش. ج- اللون الغامق؛ لإخفاء العلامات.	٧

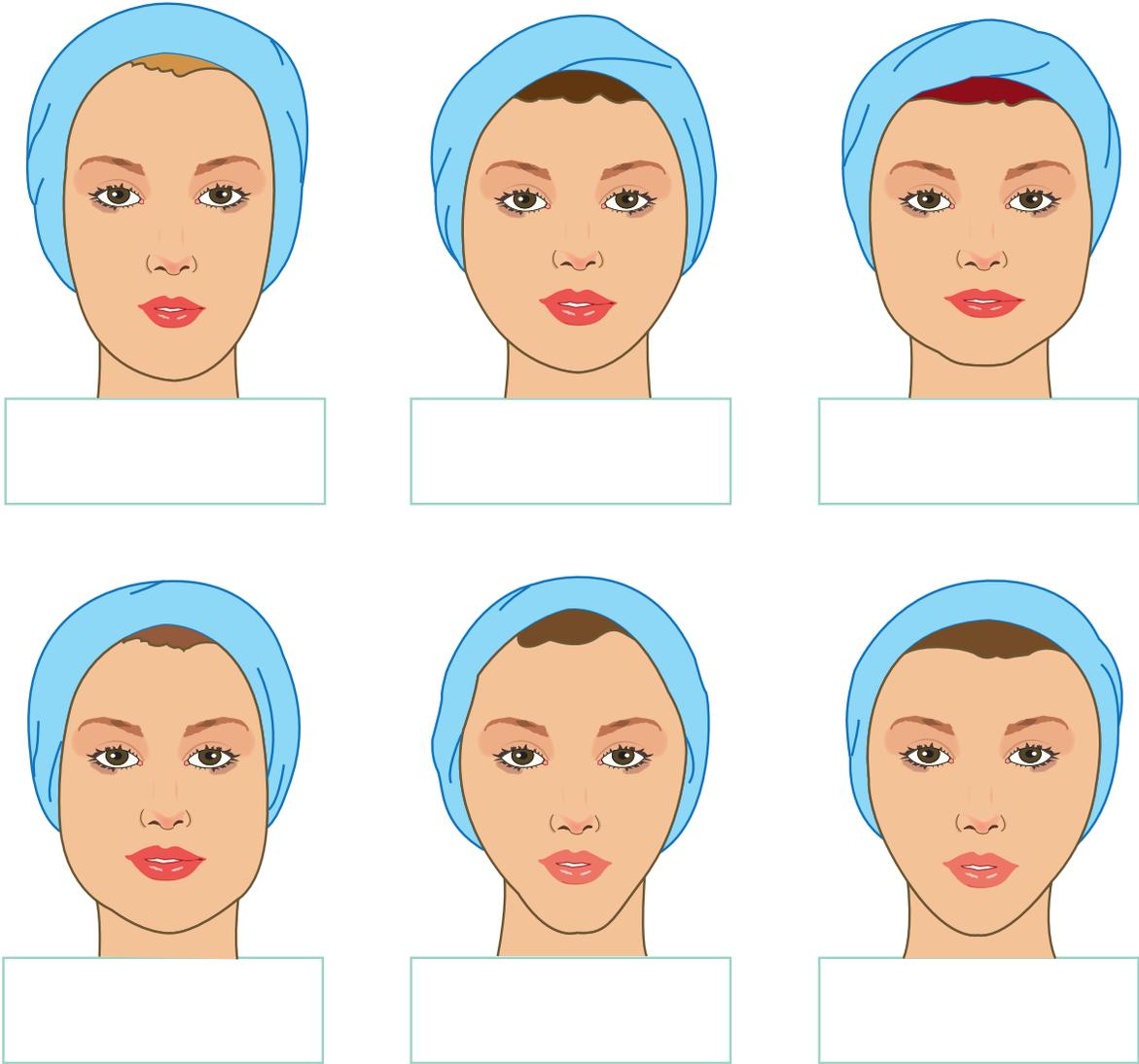
الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٦).</p>	<p>د - اللون الأخضر؛ لمعادلة البشرة الحمراء وذات الشعيرات الدموية المتكسرة.</p> <p>هـ - اللون البرتقالي للكدمات المزرقّة.</p> <p>مراعياً عدم وجود حافات عند وضع كريم التمويه، وإذا وجد أكثر من حالة من البشرة الواحدة فيمكن مزج الألوان المطلوبة للحصول على التغطية المناسبة، ولتثبيت كريم التمويه على البشرة، توضع بودرة الوجه فوقه.</p>	٨
	<p>أزل الكميّة الزائدة من البودرة باستخدام الفرشاة الخاصّة، الشكل (٦).</p>	٩
	<p>نظّف الأدوات بعد الاستعمال، وعقمها بالطريقة الصحيحة، ثمّ أعدها إلى أماكنها.</p>	١٠
	<p>اغسل يديك بالطريقة الصحيحة.</p>	

نشاط (٤ - ٥): عبوات كريم الأساس

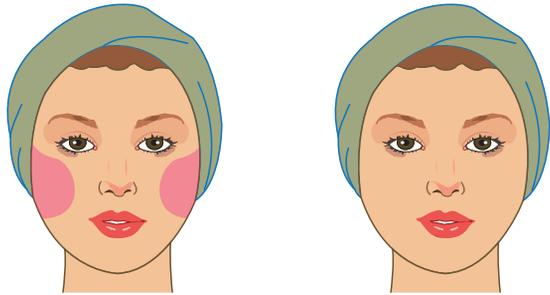
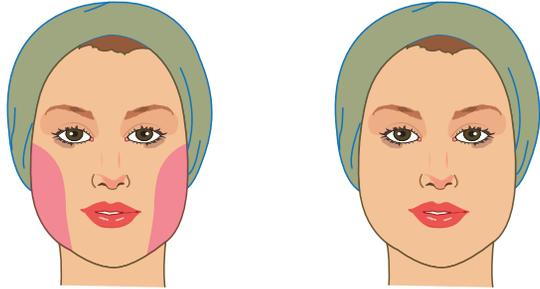
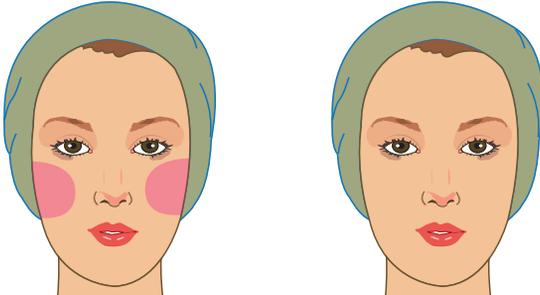
- ١- تعاون مع زملائك في الصف لإحضار عبوات كريم الأساس لعلامات تجارية متنوّعة وبأشكال تركيبية متنوّعة (سائلة، وصلبة، ومتراصّة)، واختر النوع المناسب منها حسب أنواع البشرة، وطبّق خطوات التمرين على بعض زملائك في الصف.
- ٢- زر أقرب محل لبيع موادّ التجميل، واطلب إلى البائع كريم الأساس الخاصّ بالبشرة الدهنيّة، وقرأ مكوّناته، ودوّنها في دفترك إن أمكن، ثمّ ناقش زملاءك فيها بإشراف معلمك.

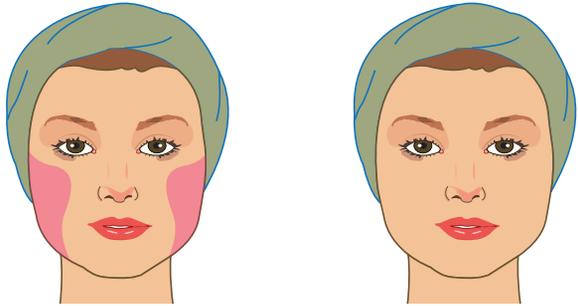
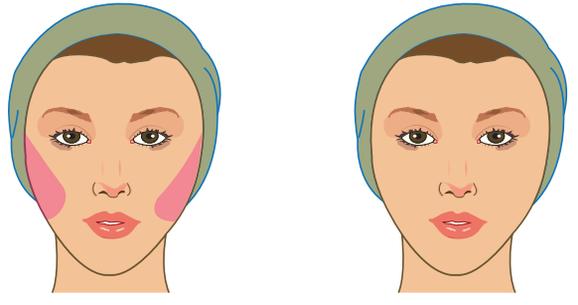
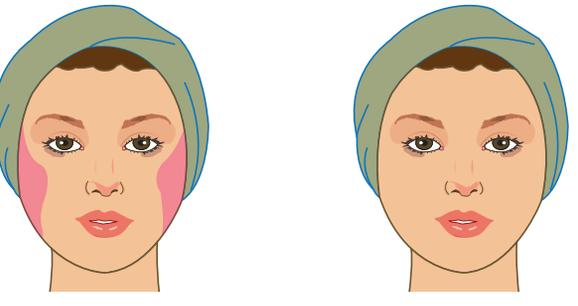
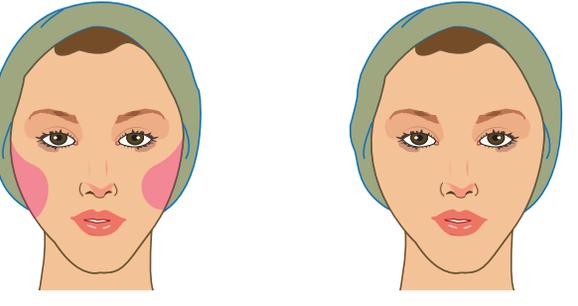
الأسئلة

- ١- ما أهميّة استعمال كريم الأساس بدرجات لونيّة ثلاث للوجه الواحد؟
- ٢- ما الإجراء الذي تتّبعه لإخفاء الهالات الغامقة السوداء تحت العينين في أثناء عمليات التزيين؟
- ٣- يوضع كريم الأساس ذو اللون الفاتح في مناطق معينة من البشرة واللون الغامق في أماكن أخرى. بناءً على الأوجه المدرجة أدناه، حدّد أماكن التظليل والتفتيح فيها. ما أهميّة ذلك بالنسبة إلى تزيينها؟



٢ . وضع البودرة وأحمر الخدود: يفضّل استعمال البودرة العادية للبشرة الدهنيّة، والبودرة المترابطة للبشرة الجافّة؛ لزيادة المادّة اللاصقة فيها، وارتفاع رطوبتها، وأما الملّون منها بالألوان: القرمزي، والأحمر، والبرتقالي، والبنّي فتستعمل بشكل أساسي في الأجزاء التي تمّ تظليلها حسب قياسات شكل الوجه وحدوده. تساعد البودرة، وأحمر الخدود، وكريم الأساس على تقريب شكل الوجه إلى الشكل البيضوي، وفي ما يأتي بعض أشكال الوجوه وكيفية تقريبها إلى الشكل البيضوي باستعمال البودرة وأحمر الخدود، حيث تظلل الأجزاء البارزة الكبيرة بالبودرة الملّونة، كما في الشكل (٤-٢٣) حيث تبدو الأجزاء أصغر، ويخيّل للناظر بأنّ شكل الوجه بيضوي:

الرقم	شكل الوجه	مناطق استعمال أحمر الخدود على الوجه
١	البيضوي	
٢	الأجاصي	
٣	المستطيل	

مناطق استعمال أحمر الخدود على الوجه	شكل الوجه	الرقم
	المربّع	٤
	القلب	٥
	الدائري	٦
	المعيني	٧

الشكل (٤-٢٣): تظليل بعض أجزاء الوجه حسب شكله.

- ما عدد الألوان التي تتوافر فيها بودرة أحمر الخدود؟

وضع بودرة الوجه وأحمر الخدود

تمرين

٢-٤



يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- توزع طبقة البودرة على الوجه.
- تضع بودرة أحمر الخدود على الوجه في المكان المناسب حسب شكله.

المعلومات الأساسية

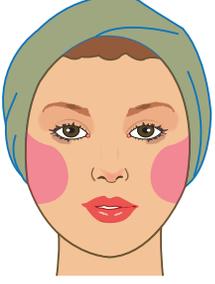
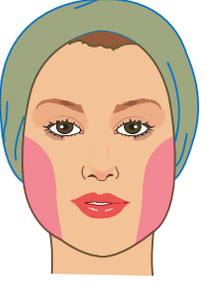
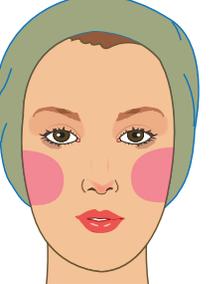
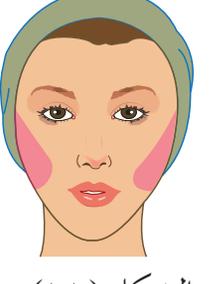
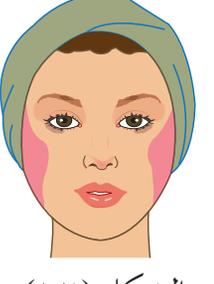
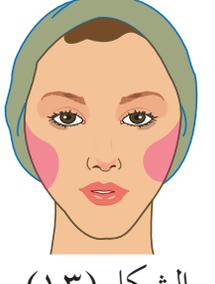
تتوافر في الأسواق أنواع مختلفة من بودرة الوجه وأحمر الخدود، ولا بد من اختيار ما يناسب نوع البشرة، ولونها والمناسبة كذلك. ويمكن استعمال البودرة المترابطة دون وضع كريم الأساس على البشرة، أما المتناثرة فلا بد من استعمالها فوق كريم الأساس؛ لتثبيتها على الوجه، ولا بد من دراسة شكل الوجه؛ لتحديد مناطق ومساحات التظليل ببودرة أحمر الخدود.

مستلزمات تنفيذ التمرين

المواد	الأدوات والتجهيزات
- بودرة الوجه وأحمر الخدود.	- إسفنجات لتنظيف البشرة.
- مطهر.	- إسفنجات خاصة لتوزيع البودرة.
- حليب التنظيف.	- فرشاة بودرة خاصة.
- السائل المنعش.	- وعاء زجاجي أو بلاستيكي يحتوي على
- كريم الأساس الواقى.	ماء نظيف وقطن، ومناديل ورقية، وعصبة
	شعر، وثوب واقٍ.

الرقم	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرسوم التوضيحية
١	نفذ الخطوات من (١-٧) الواردة في تمرين توزيع كريم الأساس على الوجه.	<p>الشكل (١).</p>
٨	اختر نوع بودرة الوجه ولونها المناسب للون البشرة.	
٩	خذ كمية صغيرة من بودرة الوجه بالقطعة القطنية الخاصة، ثم طبطبها فوق راحة اليد الأخرى، كما في الشكل (١)؛ لإزالة الكمية الزائدة من البودرة.	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٢).</p>	<p>وزّع البودرة باستعمال القطعة القطنية على شكل طبقة رقيقة فوق الوجه كاملاً بالتساوي، باتباع حركات الطبطبة وليس الفرك، مراعيًا عدم ملامسة البودرة للعينين، كما في الشكل (٢).</p>	١٠
 <p>الشكل (٣).</p>	<p>أزل الكمية الزائدة من البودرة عن الوجه بفرشاة نظيفة وعلى شكل حركات سريعة وخفيفة فوق الوجه، كما في الشكل (٣).</p>	١١
 <p>الشكل (٤).</p>	<p>اختر لون بودرة الحدود المناسب للون البشرة، والمكياج كاملاً، والملابس.</p>	١٢
 <p>الشكل (٥).</p>	<p>خذ كمية صغيرة من بودرة أحمر الخدود باستعمال الفرشاة المتوسطة الحجم، كما في الشكل (٤)، ثم وزّعها بحركات خفيفة وسريعة، كما في الشكلين (٥، ٦)، مراعيًا شكل الوجه لتقريبه إلى الشكل البيضوي كما يأتي:</p>	١٣
 <p>الشكل (٦).</p>		

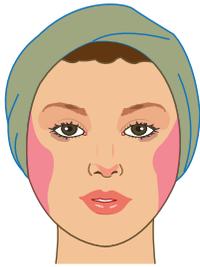
الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٧).</p>	أ - الوجه البيضوي: توضع بودرة أحمر الخدود كما في الشكل (٧).	
 <p>الشكل (٨).</p>	ب- الوجه الكمثري (الأجاصي): توضع بودرة أحمر الخدود، كما في الشكل (٨).	
 <p>الشكل (٩).</p>	ج- الوجه المستطيل: توضع بودرة أحمر الخدود، كما في الشكل (٩).	
 <p>الشكل (١٠).</p>	د - الوجه المربع: توضع بودرة أحمر الخدود، كما في الشكل (١٠).	
 <p>الشكل (١١).</p>	هـ- الوجه على شكل القلب: توضع بودرة أحمر الخدود، كما في الشكل (١١).	
 <p>الشكل (١٢).</p>	و- الوجه الدائري: توضع بودرة أحمر الخدود، كما في الشكل (١٢).	
 <p>الشكل (١٣).</p>	ز - الوجه المعيني (الماسي): توضع بودرة أحمر الخدود، كما في الشكل (١٣).	
	١٤ نظّف الأدوات بعد الاستعمال، وعقمها بالطريقة الصحيحة، ثم أعدها إلى أماكنها.	
	١٥ اغسل يديك بالطريقة الصحيحة.	

تمارين ممارسة

- ضع بودرة الوجه وأحمر الخدود على جزء من وجه بعض زبائن المشغل أو الزملاء، بحيث تكون فوق كريم الأساس لبعضهم، وللبعض الآخر دون استعمال كريم الأساس، ولاحظ الفرق في الحالتين، ثم دوّن ملحوظاتك، وناقش المعلم فيها.
- اكتب خطوات العمل التي تتبناها في تنفيذ كل تمرين عملي.

الأسئلة

١- ما أهمية استعمال القطعة القطنية في وضع بودرة الوجه، والفرشاة المتوسطة في بودرة أحمر الخدود؟



(أ)

٢- عند استعمال بودرة الوجه فقط دون كريم الأساس على الوجه، فأيهما تفضّل: البودرة المترابطة أم المتناثرة؟ ولماذا؟

٣- ما العلاقة بين لون أحمر الخدود ولون البشرة؟

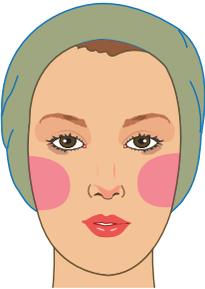
٤- علّل ما يأتي:

أ- توزيع بودرة الوجه فوق كريم التمويه.

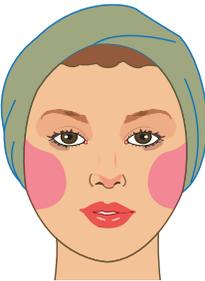
ب- توضع بودرة أحمر الخدود قريباً من منطقة جانبي الخدين في الوجه الدائري، كما في الشكل (أ).

ج- توضع بودرة أحمر الخدود على الوجنتين وباتجاه منابت الشعر في منطقة منتصف الخد في الوجه المستطيل، كما في الشكل (ب).

د - توضع بودرة أحمر الخدود على الوجه البيضوي فوق الوجنتين وباتجاه الأعلى، كما في الشكل (ج).



(ب)



(ج)

ب- تزيين الحاجبين: يعدّ رسم الحاجب عنصرًا أساسيًا في تزيين العيون؛ إذ يدور حول شكل وضع المكياج على العينين وطريقته. وكأي شكل من أشكال الرسم، فيمكن أن يكون خطّ الحاجبين خفيفًا رقيقًا أو سميكًا عند بدايتهما أو عند نهايتهما، كما في الشكل (٤-٢٤) الذي يوضح أشكالاً مختلفة للحواجب. ويزيد سمك الحاجبين عند خطّي بدايتهما مع تقريبيهما من بعضهما، كما تؤثر قلة كثافتهما وسمكهما عند خط البداية وزيادة الكثافة عند خط النهاية وبتجاه أطراف الوجه في فتح هيئة الوجه واتساعه، إذ إنّ الحواجب المثاليّة هي الحواجب العريضة الطويلة متساوية الطول وكثافة الشعر، خاصّة عندما يمتدّ الحاجب فوق العين كالهلال الذي يمتدّ بامتلاء الشعر وكثافته وخلوّه تمامًا من الفجوات، حيث تتفق كثافته مع حدّة اللون، أمّا عند رسم شكل الحاجب، فيجب تحديده بوساطة قلم دقيق جدًّا، بحيث نحدّد منطقة انكسار الحاجب وطبيعة تكوين الحاجب الأصلي، والتي تعتمد على الأشكال الرئيسة الموضوعة.



الشكل (٤-٢٤): أشكال الحاجب.

ج- تزيين العينين: تعدّ العين مرآة الروح، وهي الجزء الأكثر تعبيرًا في الوجه، وكما تعرّفت هندسة الوجه سابقًا، فإنّ هناك أيضًا هندسة خاصّة بالعيون تعتمد على قرب الحاجب أو بعده عن العين، فكان له الأهميّة الخاصّة في إيجاد التوازن في الشكل العام للوجه، كما تعلّمت سابقًا؛ لذلك، لا بدّ من رسم خطوط وهميّة أعلى العين وأسفلها ليتمّ تزيينها بالشكل المناسب، كما يأتي:

يبدأ تزيين العينين بوضع الظل؛ والمبدأ الأساسي في استعمال ظل العين هو اختيار التضاد للون العين الأصلي (ارجع لدائرة الألوان كما تعلّمت سابقًا). وفي ما يأتي قواعد أساسيّة لاختيار ألوان الظلال:



(أ)



(ب)



(ج)



(د)



(هـ)

الشكل (٤-٢٥): ألوان الظلال وألوان العيون المختلفة.

١ . العينان الزرقاوان: يمكن وضع أيّ ظل لون عدا اللون الأزرق، وينصح باختيار اللون البني الغامق، أو الرمادي، كما في الشكل (٤-٢٥/أ).

٢ . العينان الخضراوان: ينصح بتجنب اللون الأخضر، واختيار اللون البنفسجي أو (التركوازي). كما في الشكل (٤-٢٥/ب).

٣ . العينان البنيّتان: يمكن وضع أي لون بما في ذلك اللونان الرمادي والبرتقالي. كما في الشكل (٤-٢٥/ج).

٤ . العينان السوداءوان: يعدّ لون العين الوحيد الذي يمكن وضع ظل أزرق اللون وبشكل خفيف. كما في الشكل (٤-٢٥/د).

٥ . العينان الرصاصيّتان: يمكن وضع اللون الماروني (البنيّ) الممتزج باللون القرمزي. كما في الشكل (٤-٢٥/هـ).

وبشكل عام يجب إضاءة العين الغائرة لإبرازها؛ لذلك تستعمل الظلال بألوان الباستيل الفاتحة، وعلى العكس من ذلك، تستعمل الألوان الغامقة للجفن السميك. ولأسباب عمليّة، يفضل وضع لمسة الظلال الأولى في منتصف الجفن ثمّ تمريرها إلى الخارج، وبعد ذلك إلى

الحافة الداخليّة؛ لأنّ الظلال ستكون قليلة على الفرشاة، ممّا يساعد على تفادي الخطأ الشائع في وضع الكثير من الظلال في الزاوية الداخليّة للعين. ولتسهيل ذلك، تملأ الفرشاة بظلال الجفون، ثمّ تمرّر بحركات خفيفة على ظهر اليد؛ للتخلّص من الكميّة الزائدة.

وهناك قواعد لوضع الظلال على جفن العينين نلخصها في ما يأتي:



الشكل (٤-٢٦): وضع الظلال على العينين المتقاربتين.

١ . العينان المتقاربتان: توضع الظلال في منطقة نهاية الجفن، كما في الشكل (٤-٢٦)، مع إبعاد بداية الحاجبين عن بعضهما.

٢ . العينان الدائريّتان: توضع الظلال على نهايتهما



الشكل (٢٧-٤): وضع الظلال على العينين الدائريتين.

أكثر من بدايتهما؛ لتقليل ارتفاع القسم الأعلى من الوجه، كما في الشكل (٢٧-٤).

٣ . أما الجفون المتهدلة فتوضع الظلال فوقها، وقريبًا من العين وبشكل متجانس وخفيف، كما في الشكل (٢٨-٤).



الشكل (٢٨-٤): وضع الظلال على الجفون المتهدلة.

ويستعمل الكحل لتوضيح شكل العين فتبرز حدود الجفون، وتعطي تباينًا بين سواد الكحل وبياض العين، والملوّن منه يعطي انعكاسات مع ظلال العين فتبرز سحر العين ولمعانها.

ويوضع الكحل على الجفن مباشرة بخط رفيع

قريب من الرموش، وهو سائل أو جافّ على شكل أقلام مختلفة الألوان، ومنه: بودرة متراصة تمزج مع الماء عند الاستعمال، وتستعمل على الجفنين العلوي والسفلي كما في ظلال العيون تمامًا من وسط الجفن العلوي.

تذكّر

يحذّر من استعمال الكحل في حالة تحسّس العين من مستحضراته، ويستعمل بعد ظلال العين.

أما في ما يتعلق بالرموش فيتم تزيينها كالاتي:

أ . سائل الرموش: يوضع سائل الرموش (المسكارا) بفرشاة خاصّة على الرموش، وغالبًا ما تكون مرفقة بعبوة المسكارا، وتستعمل بحركات خفيفة وطويلة من



الشكل (٢٩-٤): وضع المسكارا على الرموش.

قاعدة الرموش إلى أطرافها، كما في الشكل (٢٩-٤)، مع الحرص على عدم دخولها إلى العين.

ب . الرموش الصناعيّة: هناك حالات عدّة يلزم فيها استعمال الرموش الصناعيّة، وأهمها: قلة عدد الرموش الأصليّة أو قصرها.

- أشكال الرموش الصناعيّة: تتوافر الرموش الصناعيّة على شكل رموش مفردة، كما في الشكل (٤-٣٠)، أو على شكل سلسلة رموش متّصلة ببعضها بشكل أفقي مقوّس، كما في الشكل (٤-٣١).

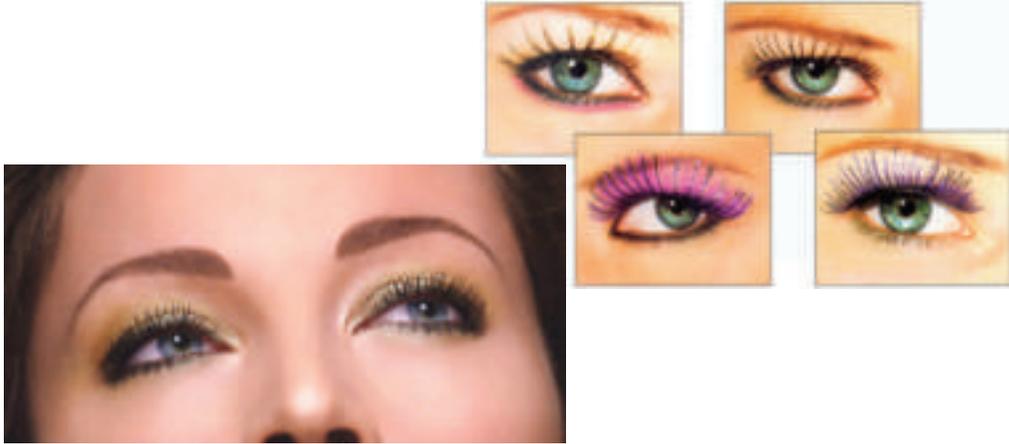


الشكل (٤-٣١): رموش صناعيّة متّصلة.



الشكل (٤-٣٠): رموش صناعيّة مفردة.

ويبيّن الشكل (٤-٣٢) شكل العينين بعد وضع الرموش الصناعيّة.



الشكل (٤-٣٢): شكل العينين بعد وضع الرموش الصناعيّة.

- الرموش الصناعيّة وألوانها: تصنع الرموش بأنواعها الطويل والمتوسط والقصير من شعر الحيوان أو الإنسان، أو من ألياف صناعيّة لا تتأثر عادة بالمناخ وتقلباته، وتأتي بألوان عدّة منها الفاتح والغامق لتتلاءم ولون شعر الحاجب والرأس.

- الأدوات المستعملة في وضع الرموش الصناعيّة: يستعمل في وضع الرموش الصناعيّة ملقط خاصّ لمسكها، وصمغ خاصّ لتثبيتها على الجفون، ومحلول خاص لإزالتها، وسائل لتنظيف العيون.

تزيين الحواجب

تمرين

٣-٤



يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تزيين الحواجب بالملقط وقلم تخطيط الحواجب.
- تحدد الخطوط الأساسية في تزيين الحواجب بقلم التخطيط.

المعلومات الأساسية

تحتاج عملية تزيين الحواجب إلى استعمال ملقط نظيف معقم، وكذلك عدم كسر الشعرة وذلك بسحبها بلطف وبحركة سريعة وباتجاه نموها، كما أن رسم الحواجب وتزيينها يختلف باختلاف أشكال الوجوه والعيون، ويشمل تزيين الحواجب تحسين شكلها والتخلص من الشعر الزائد.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد
عصبة شعر، وكروسي مكياج مع دعامة رأس، ومقص، وملقط حواجب قطن، فرشاة حواجب.	<ul style="list-style-type: none"> - مطهر. - كريم مرطب. - قلم تخطيط حواجب بلون مناسب.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
<p>الشكل (١).</p>	<p>١ جهّز نفسك والذبون للقيام بعملية تزيين الحواجب بالطريقة الصحيحة؛ تعقيم اليدين، وإكساء الذبون والمزّين كما في التمارين السابقة، مع مراعاة طريقة الجلوس الصحيحة على الكرسي.</p> <p>٢ حدّد الخطوط الموضّحة، كما في الشكل (١)، بحيث يمثّل الخط (أ) المستقيم الواصل من زاوية الأنف وبداية العين الداخلية، ويحدّد بداية خطّ الحاجب على</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٢).</p>	<p>أن يزال الشعر الذي يقع يسار الخطّ، كما تمثل النقطة (ب) أعلى نقطة في قوس خطّ الحاجب، بحيث يمرّ امتدادها للأسفل عند منتصف قزحية العين، والخطّ المائل (ج) يمثل المستقيم الواصل بين زاوية الأنف ونهاية العين الخارجيّة، بحيث يحدّد امتداده نهاية خطّ الحاجب، على أن يزال الشعر الذي يقع على يمين الخطّ، وإذا كان طول الحاجب أقصر فيرسم بقية الخطّ بقلم تخطيط الحواجب.</p>	٣
 <p>الشكل (٣).</p>	<p>امسح شعر الحواجب بكريم مرطّب الشكل (٢)، ثمّ انزع الشعر الزائد ببطء حسب التخطيط السابق، مراعيًا إزالته باتجاه نموّه ومن بداية الحاجب إلى نهايته، كما في الشكل (٣)، وعلى أن تزال كلّ شعره وحدها، مع شدّ الجلد بأحد أصابع اليد في أثناء نزع الشعرة، ومسك الشعرة بالملقط من منتصفها لمنع تكسّرها، ثمّ امسح الحاجب بالقطن أولاً بأول لإزالة الشعر المنتزع.</p>	٤
 <p>الشكل (٤).</p>	<p>مشط شعر الحاجب بالفرشاة، كما في الشكل (٤)، ثمّ قصّ الشعر الطويل إن وجد، كما في الشكل (٥).</p>	٤
 <p>الشكل (٥).</p>	<p>الشكل (٤).</p>	٤

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	امسح الحواجب بمطهر وكريم مرطب بعد انتهاء العمل. الشكل (٦).	٥
	مشط شعر الحواجب بالفرشاة الخاصة مرّة أخرى للتأكد من الشكل النهائي. الشكل (٧).	٦
	عبي الفراغات الموجودة في الحاجب بقلم تخطيط الحواجب؛ بعمل حركات خفيفة وسريعة على شكل شعر خفيف، كما في الشكل (٨)، مراعيًا أن يكون القلم مدببًا للتحكم في الرسم، وأن يكون بلون شعر الحواجب نفسه.	٧
	نظف الأدوات بعد الاستعمال، وعقمها بالطريقة الصحيحة، ثم أعدّها إلى أماكنها.	٨
	اغسل يديك بالطريقة الصحيحة.	٩

الأسئلة

- ١- ما الإجراء الذي يمكن أن تتبعه لإظهار المسافة أكثر بعدًا بين العيون المتقاربة في أثناء تزيين الحواجب؟
- ٢- ما أهميّة سحب الشعرة ونزعها باتجاه نموّها؟
- ٣- ما الإجراء الذي تتبّعه في حال قصر طول الحاجب عن الخطّ المائل الذي يميل بين زاوية الأنف وزاوية العين الخارجيّة؟
- ٤- في حال زيادة طول الحاجب عن الخطّ المستقيم الذي يصل زاوية الأنف بزاوية العين الداخليّة، ما الإجراء الذي تتبّعه لتقصير هذا الطول؟



يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تميّز أشكال العينين؛ لتحديد نوع التزيين.
- تحدّد ألوان الظلال المناسبة للعينين.
- تزيّن العينين حسب أشكالها المختلفة.

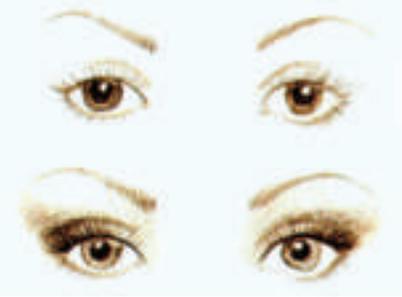
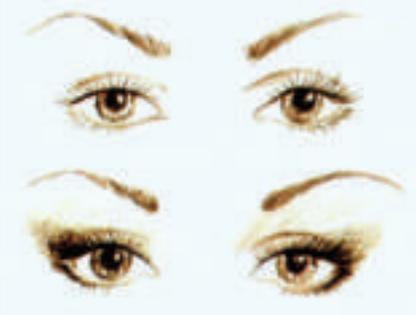
المعلومات الأساسية

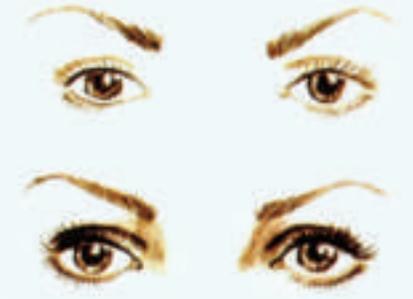
يختلف شكل العيون من شخص إلى آخر، ولا بدّ من إخفاء ما قد يكون بها من عيوب؛ لتظهر بالشكل المناسب حسب شكل الوجه والحواجب.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	الموادّ
- إسفنجات لتنظيف البشرة.	- ألوان مختلفة من ظل العيون (Eye shadow).
- قطن.	- مزيل مكياج العين (Eye make up remover).
- مناديل ورقية.	- حليب التنظيف، والسائل المنعش.
- عصابة شعر.	- الكريم الأساس الواقي، ومطهر.
- ثوب واقٍ.	- كحل جاف (Eye khol).
	- كحل سائل (Eye liner).
	- قلم تخطيط الحواجب.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	جهّز نفسك والزبون للقيام بعملية تزيين العيون بالطريقة الصحيحة، كما في التمارين السابقة.	١
	اطلب إلى الزبون إغلاق عينيه، ثمّ نظّف الجفون بقطعة قطن مبلّلة بالسائل الخاصّ بتنظيف العيون.	٢

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	<p>اختر ألوان ظلال العيون المناسبة ودرجاتها، مراعياً شكل العينين، والمناسبة، والملابس.</p> <p>زيّن العينين حسب شكلهما كما يأتي:</p> <p>أ - العيون الدائريّة:</p> <p>١. خذ قليلاً من ظل العيون فاتح اللون بالفرشاة الخاصّة، ثمّ ضعه على الجفون وفوق العينين باتجاه الداخل؛ لإعطاء العينين شكلاً لوزياً، كما في الشكل (١)، ثمّ ضع ظل العيون داكن اللون فوق الجفن ومن جهة الخارج.</p> <p>٢. ضع الكحل السائل أو الجاف، حسب اختيار الزبون بالقلم الخاص أو بالفرشاة الخاصّة؛ لإعطاء العينين شكلاً أوسع، مراعياً بدء حركة الفرشاة أو القلم من منتصف الجفن العلوي أو السفلي إلى الزاوية الخارجيّة من العين، ثمّ الرجوع إلى الزاوية الداخليّة فالمنتصف.</p>	<p>٣</p> <p>٤</p>
 <p>الشكل (١).</p>		
 <p>الشكل (٢).</p>	<p>ب-العيون المتقاربة:</p> <p>١. خذ قليلاً من ظل العيون اللامع وفاتح اللون بالفرشاة الخاصّة، ثمّ وزّعه على الجفون فوق العينين من جهة الداخل باتباع حركات خفيفة.</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٣).</p>	<p>٢. وزّع قليلاً من لون الظل الغامق على الجفون من جهة الخارج وإلى الأعلى.</p> <p>٣. ضع الكحل الجاف أو السائل حسب اختيار الزبون فوق الجفون وتحتها، ومن الزاوية الخارجيّة للعين فقط دون الاقتراب من زاوية العين من الداخل. كما في الشكل (٢).</p> <p>ج- العينان المتباعدتان:</p>	
 <p>الشكل (٤).</p>	<p>١. يتم وضع الظلال على الزوايا الداخليّة من العين لتقليل المسافة بين العينين، كما في الشكل (٣).</p> <p>د - العيون الغائرة:</p>	
 <p>الشكل (٥).</p>	<p>١. يوضع الظل فاتح اللون فوق الجفن العلوي كاملاً، ثمّ بعد ذلك يوضع بالوسط لون غامق كما في الشكل (٤).</p> <p>هـ - الجفون المتهدلة:</p> <p>١. توضع الظلال فوقها وقریباً من العين وبشكل خفيف ومتجانس، كما في الشكل (٥).</p>	

الأسئلة

- ١- يوضع الظل الداكن غير اللامع على الجفون السميكّة، ما أثر ذلك في تحسين شكل العيون؟
- ٢- ما أهميّة وضع الظل الداكن على العيون الدائريّة باتجاه الخارج؟
- ٣- يوضع الظل اللامع الفاتح اللون على جفون العيون المتقاربة من جهة الداخل، ما أثر ذلك في شكل العينين بعد التزيين؟

تمارين ممارسة

نقذ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو ضمن مجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:

● أنماط مختلفة من تزيين العينين وحسب الأشكال الآتية:



● قيّم تنفيذك لكل خطوة من خطوات العمل التي اتّبعتها، واحتفظ بتقويم أدائك الذاتي في ملفك الخاص.

تزيين الرموش الطبيعية والصناعية

تمرين

٥-٤



يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تزيين الرموش الطبيعية.
- تزيين الرموش الصناعية المتصلة أو المفردة.
- تزيين العينين بالرموش الصناعية بطريقة صحيحة.

المعلومات الأساسية

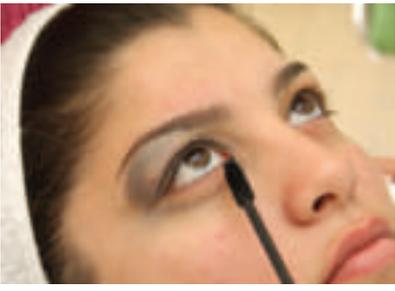
تعطي الرموش الطويلة والجميلة منظرًا جذابًا، وتستعمل المسكارا فوق الرموش؛ لزيادة إظهارها ولتبدو أكثر طولاً وكثافة، وعندما تكون الرموش قصيرة أو خفيفة، فيمكن الاستعانة بالرموش الصناعية المتصلة أو المفردة وخاصة للعروس.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد
- فرشاة لتوزيع اللاصق.	- مسكارا.
- قطن.	- مطهر.
- عصبة شعر.	- سائل تنظيف مكياج العين.
- ملقط.	- رموش صناعية.
- مقص.	- لاصق خاص.
- وعاء صغير.	- مكبس الرموش (أداة ثني الرموش).
	- المزيل الخاص للرموش الصناعية.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	أولاً: تزيين الرموش الطبيعية.	
	جهّز نفسك والزبون للقيام بعملية تزيين الرموش بالطريقة الصحيحة.	١
	نظف حول العينين والرموش بالمنظف الخاص باستعمال قطعة قطن. الشكل (١/أ، ب).	٢

الشكل (١/أ). الشكل (١/ب).

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٢).</p>	<p>اختر لون المسكارا حسب لون العينين، الشكل (٢)، والبشرة، ورغبة الزبون، ثم اسحب فرشاة المسكارا من عبوتها مراعيًا أن يكون عليها كمية قليلة من المسكارا؛ إذ يمكن مسحها على الجوانب الداخلية لفوهة العبوة.</p>	٣
 <p>الشكل (٣).</p>	<p>امسك فرشاة المسكارا بإحدى يديك، واطلب إلى الزبون النظر إلى الأسفل والثبات على هذا الوضع، مع رفع الجفن إلى أعلى باليد الأخرى، كما في الشكل (٣).</p>	٤
 <p>الشكل (٤).</p>	<p>اعمل حركات سريعة وخفيفة بالفرشاة على الرموش العلوية من قاعدة الرموش إلى طرفها، مبتدئًا من الوسط إلى الأطراف.</p>	٥
 <p>الشكل (١).</p>	<p>اطلب إلى الزبون النظر إلى أعلى كما في الشكل (٤) لتزيين الرموش السفلية بعد التأكد من جفاف المسكارا على الرموش العلوية، واستعمل طرف الفرشاة في توزيع المسكارا من قاعدة الرموش إلى طرفها.</p>	٦
	<p>ضع أداة ثني الرموش في حال الرموش المستقيمة بتثبيتها حول الرموش العلوية، بحيث لا تؤذي الزبون، واضغط برفق للحصول على رموش مثنية، وكرّر مرّات عدّة حسب الحاجة.</p>	٧
	<p>ثانيًا: تزيين الرموش الصناعية المتصلة.</p>	
	<p>جهّز نفسك والزبون لتزيين الرموش الصناعية الشكل (١) بالطريقة الصحيحة.</p>	١

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	نظّف العيون من أيّ مكياج أو زيوت بقطعة قطن مرطّبة بسائل تنظيف مكياج العيون. الشكل (٢).	٢
الشكل (٢).	مشط الرموش الطبيعيّة بالفرشاة الخاصّة؛ لضمان نظافتها من أيّ شوائب. الشكل (٣).	٣
	اختر الرموش الصناعيّة بالطول المناسب، واسحبها من العلبة بالملقط الخاص بها، كما في الشكل (٤).	٤
الشكل (٣).	ضع قليلاً من اللاصق الخاصّ على حافة الرموش الصناعيّة العلويّة بالفرشاة، كما في الشكل (٥)، وانتظر ثوانٍ عدّة ليحفّ قليلاً، ثمّ ثبت الرموش الصناعيّة على أقرب نقطة ممكنة من قاعدة الجفن. الشكل (٦).	٥
	اضغط فوقها بلطف بقاعدة فرشاة الرموش.	٦
الشكل (٤).	كرّر العملية السابقة فوق الرموش السفليّة؛ مراعيًا تثبيت الرموش الصناعيّة فوق قاعدة الرموش الطبيعيّة.	٧
	ثالثاً: تزيين الرموش الصناعيّة الفرديّة.	
الشكل (٥).	نفذ الخطوات من (١-٤) كما في تزيين الرموش الصناعيّة المتصلة.	١
	ضع قليلاً من اللاصق الخاصّ في وعاء صغير، وامسك الرموش الصناعيّة بالقرب من قاعدته بالملقط الخاصّ.	٥
الشكل (٦).		

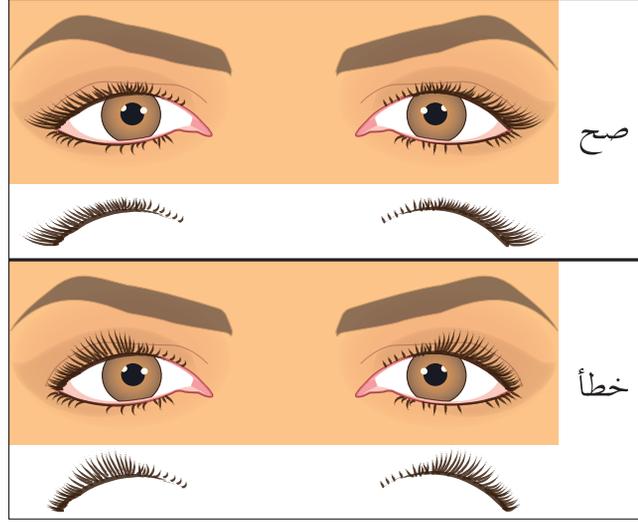
الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	ضع طرف الرمّش الصناعي في المادّة اللاصقة، مراعيًا عدم الإكثار من المادّة اللاصقة على الرمّش.	٦
	وزّع المادّة اللاصقة الموجودة على الرمّش الصناعي فوق الرمّش الطبيعي من القاعدة إلى الطرف، ابتداءً من الزاوية الداخلية للعين؛ لتثبيت الرمّش الصناعي على الرمّش الطبيعي.	٧
	كرّر العملية على العين الأخرى، مراعيًا تركيب كل رمّش لوحده لكلتا العينين، إلى أن تصل إلى الزاوية الخارجيّة للعين، ثمّ ضع الكحل السائل فوق الرمّوش التي تمّ تثبيتها؛ لإخفاء نقاط تثبيتها على الجفن.	٨
	كرّر العملية على الجفن السفلي، مستعملًا رموشًا أقصر. الشكل (٧).	٩
	نظّف الأدوات بعد الاستعمال، وعقمها بالطريقة الصحيحة، ثمّ أعدها إلى أماكنها. اغسل يديك بالطريقة الصحيحة.	١٠
	رابعًا: إزالة الرمّوش الصناعيّة.	
	بلّل قطعة قطن بالسائل الخاصّ لإزالة الرمّوش الصناعيّة، وامسح الرمّوش من الأعلى والأسفل، ثمّ ارفع كلّ رمّش وحده بالملقط الخاصّ في حال الرمّوش المفردة، أو اسحب الرمّش الصناعي المتّصل، وارفعه.	١



الشكل (٧).

الأسئلة

- ١- تُقصّ أطوال الرموش الصناعيّة بنسب مختلفة في بعض الأحيان ، متى يكون ذلك؟
٢- تمعّن الشكلين الآتيين؛ إذ يمثل الأول قصًا صحيحًا للرموش الصناعيّة، والثاني قصًا خاطئًا لها، وضح السبب في القصّ الخاطئ.



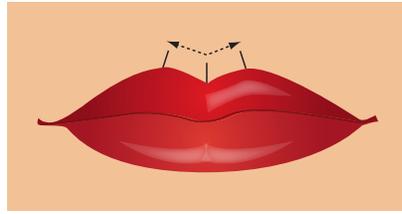
- ٣- ما اتجاه حركة الفرشاة على الرموش الطبيعيّة العلويّة والسفليّة عند وضع المسكارا على كل منهما؟
٤- أين تُنبتّ الرموش الصناعيّة بالنسبة إلى جفن العين؟

د - **تزيين الشفاه:** قد تهتم المرأة بتزيين شفثيها وتلوينها أكثر من اهتمامها بتزيين عينيها، وينبغي أن يتوافق رسم الشفة مع رسم الحاجبين، فشكل (٧) للشفة العليا، كما في الشكل (٤-٣٣)، ينبغي أن يتشابه مع شكل (٧) الذي يشكّله خطأً الحاجبين الصاعدان نحو الأعلى في بدايتهما، أما خطأ الشفة الهابطان فينبغي أن يكونا موازيين لخطي الحاجبين الهابطين من انكسارهما، وغالبًا ما يتم تحديد رسم الفم بقلم تخطيط شفاه خاص بذلك، كما في الشكل (٤-٣٤)، وبلون أكثر عمقًا بدرجة واحدة من لون أحمر الشفاه المستعمل معه، ويمكن أن يكون الرسم عريضًا أو رقيقًا، وعند الرغبة في تصغير حجم الشفاه عند التزيين، يوضع أحمر الشفاه الغامق في داخل الشفتين دون



الشكل (٤-٣٤): قلم تخطيط الشفاه.

الصعود إلى حدود الشفاه الطبيعيّة؛ لذلك، يظهر الفم أقلّ حجمًا من السابق؛ ويراعى التظليل بقلم التحديد عند الأطراف. ويوضح الجدول (٤-١) الأشكال الأصليّة للشفاه، وبعد تزيينها تبعًا لنظرية التفتيح والتظليل.

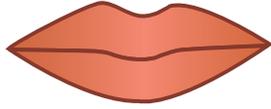
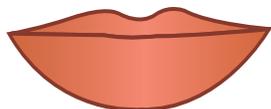
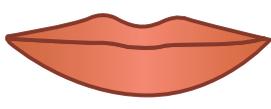


الشكل (٤-٣٣): شكل (٧) في الشفة العليا.

قضية للمناقشة

- ١- عند اختيار لون أحمر الشفاه، يجب أن يكون هناك توافق وانسجام مع لون البشرة.
- ٢- أعطِ نصائح لأصحاب البشرات الآتية لاختبار ألوان أحمر الشفاه المناسب لهم:
 - أ - البشرة الصفراء.
 - ب - بشرة مصابة ببقع وكلف.
 - ج - بشرة باهتة وأسنان صفراء.
 - د - بشرة حمراء وفيها نمش واضح.

الجدول (٤-١): أشكال الشفاه الأصلية وأشكالها بعد التزيين.

الرقم	أشكال الشفاه	الشكل الأصلي للشفاه	أشكال الشفاه بعد التزيين
١	شفة سفليّة رقيقة. تكبير الشفة السفلى بقلم التخطيط.		
٢	شفة علويّة رقيقة. تكبير الشفة العليا بقلم التخطيط.		
٣	شفاه رقيقة. تكبير الشفتين العليا والسفلى بقلم التخطيط.		
٤	شفاه صغيرة. تكبير الشفتين العليا والسفلى من الجانبين بقلم التخطيط.		
٥	فم متهدّل الزوايا. تعديل المتهدّلة ورفعها بقلم التخطيط.		
٦	شفاه كبيرة وممتلئة. تصغير الشفتين العليا والسفلى بكريم الأساس. والاتجاه إلى اللون الغامق.		
٧	شفاه بيضويّة. تعديل الزوايا ومدّها بقلم التخطيط.		
٨	شفاه حادّة الزوايا. تعريض زوايا الشفاه بقلم. التخطيط.		
٩	شفاه غير متماثلة. تعديل الجزء المائل من الشفتين بقلم التخطيط.		

أمعن النظر في أشكال الشفاه في الجدول (٤-١)، ثم أجب عن الأسئلة الآتية:

- كيف يمكن إخفاء الخطوط الأساسية للشفاه الكبيرة؟
- لم نضع أحمر الشفاه بلون أفتح قليلاً من اللون ذاته على الشفة الأقل عرضاً في حالة الشفاه غير المتساوية؟
- ما أهمية التناسب والانسجام بين لون أحمر الشفاه ولون أحمر الخدود؟



يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- ترسم أشكال الشفاه وصولاً للشكل الأمثل لها.
- تختار لون أحمر الشفاه المناسب للزبون.
- تزيّن الشفاه حسب شكلها.

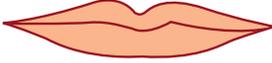
المعلومات الأساسية

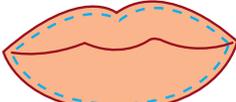
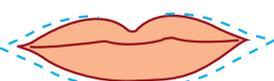
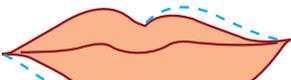
للشفاه أشكال عدّة، ولكلّ منها طريقة محدّدة في تزيينها وصولاً للشكل الأمثل لها؛ ولإخفاء العيوب التي قد تكون موجودة، يكون لون قلم تحديد الشفاه مناسباً للون أحمر الشفاه.

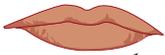
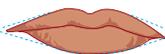
مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	الموادّ
- ملعقة معقّمة.	- أقلام تحديد الشفاه (Lipliner).
- عصابة شعر.	- ألوان مختلفة من أحمر الشفاه (Lipstick).
- فرشاة صغيرة لتوزيع أحمر الشفاه.	- ملمّع الشفاه.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	جهّز نفسك و الزبون للقيام بعملية تزيين الشفاه بالطريقة الصحيحة.	١
	حدّد أشكال الشفاه بقلم التحديد ابتداءً من منتصف الشفة العليا إلى الجانب الأيمن، ثمّ من المنتصف إلى الجانب الأيسر، أما الشفة السفلى فحدّدها من الزاوية اليمنى إلى الزاوية اليسرى بخطّ متصل واحد، وفي حالة وجود عيوب في الشفاه، فصحّحها بقلم التحديد ذي اللون الذي يتناسب وأحمر	٢

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١).</p>	<p>الشفاه، إذ يكون قلم التحديد عادة أكثر غمقاً بدرجة أو درجتين من لون أحمر الشفاه المستعمل. ولتصحيح شكل الشفاه، اتبع ما يأتي:</p>	
 <p>الشكل (٢).</p>	<p>أ - الشفاه السفلية الرقيقة، كما في الشكل (١)، حدّد الشفة السفليّة بقلم التحديد بشكل أكبر من حجمها بما يتناسب مع الشفة العلويّة، كما في الشكل (٢).</p>	
 <p>الشكل (٣).</p>	<p>ب - الشفاه العلويّة الرقيقة، كما في الشكل (٣)، حدّد الشفة العلويّة بقلم التحديد بشكل أكبر من حجمها بما يتناسب مع الشفة السفليّة، كما في الشكل (٤).</p>	
 <p>الشكل (٤).</p>	<p>ج - الشفاه العلوية والسفليّة الرقيقة، كما في الشكل (٥)، حدّد الشفة العلويّة والشفة السفليّة بقلم التحديد بشكل أكبر من حجمها، كما في الشكل (٦).</p>	
 <p>الشكل (٥).</p>	<p>د - الشفاه على شكل قوس، كما في الشكل (٧)، حدّد الشفاه بقلم التحديد من منتصف الشفة إلى زوايا الفم الجانبيّة، مراعيًا تعريضها، كما في الشكل (٨).</p>	
 <p>الشكل (٦).</p>	<p>هـ - الشفاه الكبيرة الممتلئة، كما في الشكل (٩)، حدّد الشفاه بقلم التحديد داخل حدودها الأصليّة، كما في الشكل (١٠).</p>	
 <p>الشكل (٧).</p>		

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٨).</p>	<p>و - الشفة والفم الصغيران، كما في الشكل (١١)، حدّد الشفة بقلم التحديد خارج نطاق حدودها الأصليّة، كما في الشكل (١٢).</p>	
 <p>الشكل (٩).</p>	<p>ز - الشفاه غير المنتظمة، كما في الشكل (١٣)، حدّد الشفاه بقلم التحديد؛ لإيجاد توازن بين الشفة العلويّة والشفة السفليّة، وإعطائهما شكلاً متناسقاً، كما في الشكل (١٤).</p>	
 <p>الشكل (١٠).</p>	<p>ح - الشفاه المتهدّلة الزوايا، كما في الشكل (١٥)، حدّد الشفاه بقلم التحديد، مع رسم زوايا مرتفعة للفم، كما في الشكل (١٦).</p>	
 <p>الشكل (١١).</p>	<p>٣ ظلّل باستعمال كريم الأساس الأبيض غير اللامع مناطق الشفاه التي تمّ تصغيرها أو تكبيرها حسب حدود الشفة الأصليّة، ولإظهار الشفاه بلون واحد بعد وضع أحمر الشفاه عليها.</p>	
 <p>الشكل (١٢).</p>	<p>٤ خذ قليلاً من أحمر الشفاه على الملعقة المعقّمة، كما في الشكل (١٧)، بما يتناسب وحجم الشفاه، مراعيًا اختيار لون أحمر الشفاه الذي يتناسب وشكل الشفاه وحجمها؛ فالشفاه الصغيرة يستعمل معها اللون الفاتح اللامع لتبدو أكبر حجماً، أما الشفاه العريضة فيستعمل معها اللون الغامق وغير اللامع؛ لتبدو أصغر حجماً، والشفاه ذات الأسطح غير المنتظمة فيستعمل قبلها كريم الأساس.</p>	
 <p>الشكل (١٣).</p>		
 <p>الشكل (١٤).</p>		

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١٥).</p>  <p>الشكل (١٦).</p>  <p>الشكل (١٧).</p>	<p>خذ كمية من أحمر الشفاه الموجودة على الملعقة بالفرشاة، كما في الشكل (١٨)، ثم وزّعها على الشفاه ابتداءً من زاوية الشفة العليا إلى المنتصف، كما في الشكل (١٩)، مراعيًا الالتزام بحدود أشكال الشفاه التي تمّ تحديدها باستعمال قلم التحديد.</p>	٥
 <p>الشكل (١٨).</p>	<p>ضع ملمّع الشفاه الذي يعمل على تثبيت أحمر الشفاه بالإصبع، وبحركة تربيت خفيفة جدًا فوق الشفة السفلى فقط.</p>	٦
 <p>الشكل (١٩).</p>	<p>نظّف الأدوات بعد الاستعمال، وعقمها بالطريقة الصحيحة، وأعدّها إلى أماكنها.</p>	٧
	<p>اغسل يديك بالطريقة الصحيحة.</p>	٨

تمارين ممارسة

- تعاون مع زملائك في الصف بإشراف المعلم لتزيين أشكال مختلفة من شفاه زبائن المشغل.
- زيّن شفاهًا متنوّعة بألوان مختلفة، ولاحظ تأثير هذه الألوان في لون البشرة، ثمّ دوّن ملحوظاتك.
- اكتب خطوات العمل التي تتبّعها في تنفيذ كلّ تمرين عملي.

الأسئلة

- ١- ما العلاقة بين لون الشفاه ولون قلم التحديد؟
- ٢- ما فائدة استعمال الملعقة المعقّمة والفرشاة في توزيع أحمر الشفاه؟
- ٣- ما مواصفات لون أحمر الشفاه الذي يناسب كلاً من الشفاه الرفيعة الصغيرة والشفاه الممتلئة العريضة؟ ولماذا؟

تزيين وجه العروس

تمرين

٧-٤



يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تزيين وجه عروس بالطريقة الصحيحة مراعيًا رغبتها.
- تضع مكياجًا للسهرة.

المعلومات الأساسية

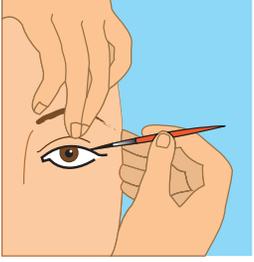
عند تزيين وجه العروس أو التزيين لحفلات المساء والسهرة، يراعى استعمال كريم الأساس أو كريمات تمويه وبودرة ضد الماء؛ منعًا لتعرق الوجه، وكذلك يراعى استعمال ألوان لامعة لظل العيون والبودرة؛ لتبدو أكثر جمالاً في الأضواء الساطعة، ويمكن وضع طبقات كثيفة من المكياج، ولكن بالطريقة الصحيحة لتجنب النفور منه.

مستلزمات تنفيذ التمرين

المواد	الأدوات والتجهيزات
- مطهر، وحليب التنظيف، والسائل المنعش.	- فراشي مكياج، وفراشي حواجب.
- كريم الأساس، وكريم التمويه.	- إسفنجات خاصة لتنظيف البشرة.
- كريم الأساس الواقي، وبودرة الوجه.	- إسفنجات خاصة لتوزيع كريم التمويه.
- أحمر الخدود.	- عصبة شعر، وثوب واقٍ.
- ظل العيون بألوان مختلفة.	- وعاء زجاجي أو بلاستيكي يحتوي على ماء نظيف.
- أحمر الشفاه بألوان متعددة.	- ملعقة معقمة، وقطن، ومناديل ورقية.
- كحل سائل، ومسكارا.	- كرسي مكياج، ومرآة صغيرة.
- قلم تحديد الشفاه، وملمّع للشفاه.	

الرقم	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرسوم التوضيحية
١	جهّز نفسك والعروس للقيام بعملية التزيين الصحيحة.	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١).</p>	<p>نظّف بشرة العروس والرقبة والعيون بالمنظف السائل كما درست سابقاً في التنظيف السطحي للبشرة، كما في الشكل (١).</p>	٢
 <p>الشكل (٢).</p>	<p>انزع الشعر الزائد في الحاجبين؛ لإعطائهما الشكل المناسب للوجه، كما في الشكل (٢).</p>	٣
 <p>الشكل (٢).</p>	<p>وزّع الكريم الواقي، كما في الشكل (٣).</p>	٤
 <p>الشكل (٢).</p>	<p>اختر لون كريم الأساس المناسب، ثم وزّعه على البشرة بالإسفنجات الخاصّة الرطبة بالطريقة الصحيحة.</p>	٥
 <p>الشكل (٢).</p>	<p>ضع كريم التمويه الفاتح باستخدام أصابع اليد تحت العيون وفوق الأماكن التي تحتاج إلى إظهار وتفتيح، وكريم التمويه الغامق فوق الأماكن التي تحتاج إلى إخفاء وتظليل، وكريم التمويه باللون المناسب في حال احمرار البشرة أو ندب حبّ الشباب.</p>	٦
 <p>الشكل (٢).</p>	<p>وزّع بودرة الوجه الشفّافة اللامعة بالإسفنجة الخاصّة، كما في الشكل (٤)، ثمّ بالفرشاة النظيفة؛ لإزالة الزائد من البودرة، ولجعل المكياج مضاداً للماء ولتثبيته، فيمكن رشّ الوجه برذاذ السائل المنعش الخاصّ بذلك فوق البودرة.</p>	٧
 <p>الشكل (٢).</p>	<p>الشكل (٤).</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٥).</p>	<p>٨ ضع أحمر الخدود بالطريقة الصحيحة حسب شكل الوجه.</p> <p>٩ ضع ظل العيون بالألوان المناسبة فوق الجفون، بالطريقة الصحيحة حسب لون المكياج كاملاً وشكل العينين، كما في الشكل (٥).</p>	
 <p>الشكل (٦).</p>	<p>١٠ ضع الكحل السائل، باللون الأسود أو الأزرق؛ لتحديد العينين، كما في الشكل (٦).</p>	
 <p>الشكل (٧).</p>	<p>١١ ضع المسكارا على الرموش مع زيادة التركيز على الرموش العلوية وزاوية العين الخارجية، كما في الشكل (٧).</p>	
 <p>الشكل (٨).</p>	<p>١٢ مشط الحاجبين، ثم عبئ الفراغات إذا احتاج الأمر باستعمال القلم؛ لإعطائهما السمك المناسب، كما في الشكل (٨).</p> <p>١٣ حدّد الشفاه لتصحيح شكلها بقلم التحديد، حسب لون أحمر الشفاه، كما في الشكل (٩).</p> <p>١٤ ضع أحمر الشفاه باللون المناسب حسب رغبة العروس.</p> <p>١٥ ضع كريم ملمّع الشفاه فوق الشفة السفلى.</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٩).</p>	انظر إلى المكياج نظرة شاملة ، وصحح في حالة عدم التماثل، ثم أعطِ المرأة للعروس؛ لترى النتيجة، وتبدي ملحوظاتها.	١٦
	نظّف الأدوات بعد الاستعمال، وعقمها بالطريقة الصحيحة، ثم أعدها إلى أماكنها.	١٧
	اغسل يديك بالطريقة الصحيحة.	١٨

الأسئلة

- ١- لِمَ توضع المسكارا بتركيز عند زاوية العين الخارجيّة من الرموش العلويّة؟
- ٢- رتّب العمليات الآتية في مكياج الوجه من البداية إلى النهاية: وضع كريم التمويه، توزيع كريم الأساس، إزالة الشعر الزائد من الحواجب، وضع أحمر الشفاه، وضع أحمر الخدود، وضع المسكارا، التنظيف السطحي للبشرة، وضع بودرة الوجه، تحديد أشكال الشفاه.

دراسة حالة

- واجهت المزيّنة ليلي المشاكل الآتية عند تحليل وجه العروس:
- وجهها إحصي الشكل
 - وجود لونين على محيط الوجه
 - وجود حبوب حمراء حول منطقة الذقن
 - عيون صغيرة متقاربة
 - جفون سفليّة متورّمة وسواد خفيف تحت العين
 - رموش قصيرة متباعدة
 - رقبة قصيرة عريضة.
- بعد الاطلاع على المعلومات السابقة، كيف يمكنك التعامل مع هذه المشاكل في ضوء ما درست سابقاً؟

- ١ - علّل ما يأتي :
 - يعدّ التنظيف السطحي خطوة أساسية لنجاح المكياج.
 - يعدّ تنظيم الحاجبين من العناصر المهمة لهندسة الوجه.
 - تناسب خطّ انكسار الحاجب وخطّ ميلان الشفة العليا.
 - أهميّة عملية التفتيح والتظليل في تزيين الوجه.
- ٢ - ارسم الأشكال الثلاثة الأساسية للحواجب.
- ٣ - عدّد أشكال الكحل وطريقة استعمالها.
- ٤ - عرّف الرموش الصناعيّة، وبيّن أهميّة استعمالها.
- ٥ - حدّد الأمور التي يجب أخذها بعين الاعتبار عند اختيار ظلال العيون.
- ٦ - لموادّ تزيين الشفاه أهميّة، بيّن كلاً ممّا يأتي :
 - أ - ترتيب أشكال موادّ تزيين الشفاه.
 - ب - الأسس التي يترتّب عليها استعمال موادّ تزيين الشفاه.

الرسم على وجوه الأطفال

تمرين

٤-٨



يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تحدد نوعية المواد المستعملة للرسم على وجوه الأطفال.
- توضح أساسيات الرسم على وجوه الأطفال.
- ترسم على وجوه الأطفال.

المعلومات الأساسية

انتشر في الآونة الأخيرة الرسم على وجوه الأطفال في العديد من المناسبات والحفلات الخاصة بأعياد الميلاد، ومن المهم هنا، تأكيد أهمية اختيار الألوان المناسبة التي توجد إما على شكل معجون أو على شكل أقلام، ولا تتسبب في تحسس وجوه الأطفال، ويمكن إزالتها بسهولة بالماء، واتباع الأسس السليمة في عملية الرسم، مما يضمن صحة وجوه الأطفال وسلامتها.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد
- عصبة شعر، وثوب واقٍ.	- ماء
- وعاء بلاستيكي.	- مطهر.
- ملعقة معقمة، وقطن.	- ألوان خاصة في عملية الرسم.
- مناديل ورقية.	- قطن.
- كرسي خاص.	
- مرآة صغيرة.	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
<p>الشكل (١).</p>	<p>١ جهّز نفسك والطفل للقيام بعملية الرسم الصحيحة على الوجه.</p>	
	<p>٢ نظّف بشرة الطفل بالماء والصابون، كما في الشكل (١).</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٢).</p>	<p>٣ ارفع شعر الطفل بعصبة الشعر المناسبة.</p> <p>٤ ضع ثوبًا واقياً على ملابس الطفل حتى لا تتسخ، كما في الشكل (٢).</p>	
 <p>الشكل (٣).</p>	<p>٥ حدّد شكل الرسم حسب رغبة الطفل.</p> <p>٦ خَطِّط شكل الرسمة المطلوبة كما في الشكل (٣).</p> <p>٧ حضّر الألوان المناسبة.</p>	
 <p>الشكل (٤).</p>	<p>٨ عبّئ الفراغات بالألوان اللازمة للرسمة مع مراعاة شروط السلامة للطفل، كما في الشكل (٤).</p> <p>٩ اغسل يديك بالطريقة الصحيحة.</p> <p>١٠ أعد الأدوات لأماكنها.</p>	

تمارين ممارسة

- تعاون مع زملائك في الصف للرسم على وجوه الأطفال، من خلال ترتيب زيارة مع طلبة تخصص تربية الطفل لإحدى الروضات القريبة من المدرسة.
- اكتب خطوات العمل التي تتبناها في تنفيذ كل تمرين عملي.
- احتفظ بتقويم أدائك الذاتي في ملفك.

الأسئلة

علّل ما يأتي:

- ١ - غسل وجه الطفل بالماء والصابون قبل عملية الرسم.
- ٢ - رفع شعر الطفل بوساطة عصبة الشعر.
- ٣ - اختيار الألوان المناسبة للرسم على وجوه الأطفال.

أسئلة الوحدة الرابعة

١ - ضع دائرة حول رمز الإجابة الصحيحة في ما يأتي:

(١) من الحضارات التي اهتمت بفن تزيين الوجه (المكياج):

أ - الفرعونية ب - الإغريقية ج - اليونانية د - الرومانية

(٢) يستعمل كريم الأساس في عمليتي التظليل والتفتيح للبشرة، وذلك لتقريب شكل الوجه للشكل:

أ - البيضوي ب - الدائري ج - المربع د - المعيني

(٣) من وظائف الكاولين (وهو أحد مكونات البودرة):

أ - امتصاص الأشعة فوق البنفسجية ب - تزويد البشرة بالرطوبة اللازمة

ج - إعطاء البودرة الرائحة العطرة د - إعطاء البودرة الملمس الناعم

(٤) أحد مكونات بودرة التزيين الذي يعمل على امتصاص الدهون من البشرة وترطيبها:

أ - الكاولين ب - أكسيد الحارصين

ج - أكسيد التيتانيوم د - سيليكات المغنيسيوم

(٥) يهدف (التمويه) والذي هو نمط من أنماط تزيين الوجه إلى:

أ - إخفاء تشوهات الجلد ب - التركيز على تعابير الوجه

ج - التنكر بشخصية أخرى د - تجديد المكياج وإصلاحه

(٦) يستخدم قلم التخطيط في تكبير الشفاه العليا والسفلى، وهي إحدى طرائق تزيين الشفاه لـ:

أ - الشفاه الرقيقة ب - الشفاه الكبيرة والممتلئة

ج - الشفاه الصغيرة د - الشفاه البيضوية

٢ - قارن بين:

أ - المكياج النهاري ومكياج السهرة من حيث:

١. الألوان ٢. طبيعة مستحضرات التجميل.

ب - الحواجب السميقة والرفيعة لهيئة الوجه واتساعه.

ج - الأدوات المستعملة للبودرة المتناثرة والمتراصة.

د- تفتيح البشرة وتظليل البشرة.

٣ - من خلال دراستك لوحدة تزيين الوجه (المكياج)، أجب عن الآتي:

أ - اذكر أربعاً من مزايا التزيين.

ب- اذكر الاعتبارات التي يجب على المزيّن اتباعها قبل البدء بعملية تزيين الوجه (المكياج).

ج- بين أهميّة تحديد هندسة الوجه في عملية المكياج.

د - اذكر بالترتيب العمليات الست المتبعة لتزيين الوجه.

هـ - اذكر ثلاث صفات فيزيائية لمسحوق الوجه (البودرة) .

و - ما أسماء الأدوات و المواد المستعملة لوضع الرموش الصناعيّة؟

ز - عدد مزايا وضع كريم الأساس الواقى على البشرة .

٤ - تتمّ عملية تفتيح بعض أجزاء الوجه باستعمال كريم الأساس الأكثر تفتيحاً من لون البشرة،

أو عملية تظليلها باستعمال كريم الأساس الأكثر غمقاً من لون البشرة، حدّد العملية

(التفتيح، والتظليل) التي تتمّ على كلّ جزء من أجزاء الوجه الآتية:

أ - الأنف الصغير ب- الأنف العريض ج- الذقن العريضة

د - الجفون البارزة والمنتفخة هـ- الجبهة العريضة و - الرقبة الرفيعة

٥ - حدّد الطريقة الصحيحة لوضع المكياج في كل من الحالات الآتية:

أ - الظلال على عينيّن متقاربتين.

ب- أحمر شفاه على شفاه حادّة الزوايا.

ج- المسكارا على العينيّن.

د - سائل تحديد العين على عينيّن جاحظتين.

هـ - حواجب رفيعة متباعدة.

٦ - وضح المقصود بكل مما يأتي:

أ - دراسة تحليل خطوط الوجه قبل التزيين.

ب- التزيين التّنكري.

ج- تزيين الحواجب.

٧ - علل ما يأتي :

- أ - وضع ظلال الجفون (البودرة) فوق كريم الظل الأول في مكياج السهرة.
ب- يزيد رذاذ سبراي الماء الخاص في ثبات التزيين المسرحي على البشرة.
ج- وضع طبقة كثيفة من البودرة على الوجه عند التعرّض للإضاءة الشديدة.
د - عدم استعمال قلم الشفاه من شخص لآخر.
هـ - عدم استعمال لون الشفاه الأحمر للبشرة ذات الشعيرات الدموية المتكسرة.
و - نزع شعر الحاجب باتجاه نموّه.
ز - إضافة ثاني أكسيد التيتانيوم لكريم التمويه .

٨ - حدّد المكونات الأساسية التي تدخل في صناعة المستحضرات الآتية:

- أ - كريم الأساس ب- الظلال ج- أحمر الشفاه.

٩ - ما القاعدة الأساسية في وضع ظل العيون في الحالات الآتية:

- أ - العينان المتقاربتان ب- العينان الدائريتان ج- الجفون المتهذلة

١٠ - رتب مراحل تزيين الوجه وتسريح الشعر معًا الآتية، وذلك حسب تسلسل إجراءاتها:

- أ - تسريح الشعر ب- وضع كريم الأساس ج- وضع ظلال العيون
د - تزيين الحاجبين هـ- تجفيف الشعر و - وضع بودرة الخدود.

١١ - ما مناطق التظليل التي تعمل على إخفائها في الوجوه الآتية عند التزيين:

- أ - الوجه المربع ب- الوجه المعيني
ج- الوجه المستطيل د - الوجه على شكل قلب.

١٢ - بصفتك مزيّنًا حضرت إليك سيّدة ذات حواجب سميكة، وعينين دائريتين زرقاوين،

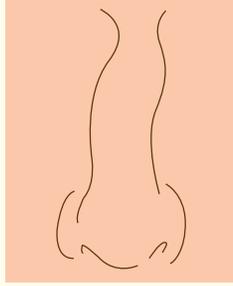
وجفون متهذلة، وشفاه كبيرة ممتلئة.

أ - حدّد لون الظلال المناسب للون عينيها.

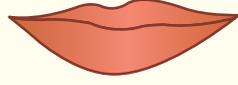
ب- كيف تخفي بالتزيين العيوب الموجودة في الحواجب السميكة والجفون المتهذلة والشفاه الكبيرة الممتلئة؟

ج- وضح طريقة تزيين العيون الدائرية؟

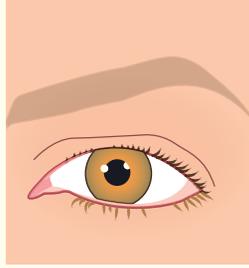
١٣ - انظر الأشكال (١-٢-٣) الآتية والتي تمثل أجزاءً من الوجه، ثم أجب عن الأسئلة التي تليها:



(٣)



(٢)

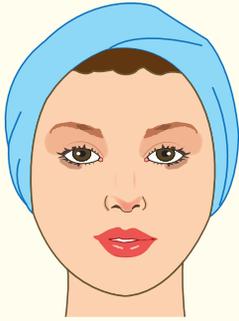


(١)

- أ - حدّد عيوب الشكل في كلّ منها.
ب- قدّم نصائح تجميليّة لإخفاء العيوب في الأشكال الثلاثة .
ج- بيّن ثلاثة أمور على المزيّن اتباعها قبل البدء بعملية تزيين الوجه.

١٤ - تستعمل الرموش الصناعيّة في تجميل العيون:

- أ - عدّد أشكالها.
ب- عدّد الأدوات المستعملة في تثبيتها.
ج- اذكر الحالات التي تستعمل لها.



١٥ - انظر الشكل المجاور والذي يمثل شكل الوجه، ثم أجب عن الآتي:

- أ - حدّد شكل كلّ من : - الوجه - العيون - الحواجب.
ب- وضح كيف تخفي عيوب الشفاه باستخدام أدوات التزيين وموادّها.

١٦ - سيّدة في الخمسين من عمرها ذات وجه بيضوي، وعينين زرقاوين، وجفون سميكة، وشفاه كبيرة وممتلئة:

- أ - اختر من الجدول الآتي ما يناسب السيّدة من :
١ . ظلال العيون ٢ . أحمر الشفاه
ب- أعط مبرّرين لكلّ اختيار.

بنّي فاتح	بنّي غامق	أخضر فاتح	أخضر غامق	ظلال العيون
أحمر فاتح	برتقالي لامع	بنّي فاتح	بنّي غامق	أحمر الشفاه

١٧- وفق بين أشكال الوجوه في العمود (أ) مع ما يناسبها من مناطق التظليل والتفتيح في العمود (ب).

(أ) أشكال الوجوه	(ب) مناطق التظليل والتفتيح
ذو ذقن عريض	تظليل أسفل الذقن
ذو جفون غائرة	تفتيح أعلى الجفون
ذو ذقن صغيرة	تفتيح أسفل الذقن
الأنف الطويل	تفتيح وسط الأنف من الأعلى إلى الأسفل
	تظليل وسط الأنف من الأعلى إلى الأسفل

١٨- ما اسم شكل العين عند وضع الظلال في المناطق الآتية:

أ- في منطقة نهاية الجفن مع إبعاد الحاجبين عن بعضهما.

ب- في نهاية العينين ويكون أكثر من بدايتهما.

ج- فوق الجفون من العين وبشكل متجانس وخفيف.

التقويم الذاتي

قيّم تعلّمك لموضوع تزيين الوجه (المكياج)، بوضع إشارة (✓) أمام كلّ فقرة من قائمة الشطب الآتية:

الرقم	أستطيع بعد دراستي لهذه الوحدة أن:	نعم	لا
١	أتعرّف مراحل التطوّر التاريخي لفن التزيين.		
٢	أتعرّف مفهوم تزيين الوجه.		
٣	أحدّد أنواع تزيين الوجه وأنماطه، ومجالات استعمال كلّ منها.		
٤	أتعرّف مستلزمات تزيين الوجه.		
٥	أحدّد الأدوات المستعملة في تزيين الوجه.		
٦	أختار مستحضرات تزيين الوجه المناسبة والسليمة.		
٧	أصف أشكال الوجوه، وأحلّل خطوط الوجه وأجزاءه.		
٨	أميّز النماذج المختلفة لتزيين الوجه.		
٩	أزيّن أشكال وأجزاء وجوه مختلفة، وأخفي عيوبها.		
١٠	أراعي أمور الصحّة والسلامة.		
١١	أستخدم التكنولوجيا في البحث عن آخر خطوط الموضة والتزيين.		
١٢	أرشّد في استهلاك المواد، وأحسن إدارة الوقت.		

قائمة المصطلحات

Blusher	أحمر الخدود
Lip stick	أحمر الشفاه
Dermis	أدمة
Infrared ray	أشعة تحت حمراء
Ultraviolet ray	أشعة فوق بنفسجية
Eczema	إكزيما
Absorption	امتصاص
Enzema	إنزيم
Elastine	إيلاستين
Protein	بروتين
Lipo-protein	بروتين دهني
Epidemis	بشرة
Macule	بقعة
Vitiligo	بهاق
Face powder	بودرة وجه
Wrinkles	تجاعيد
Facial wrinkles	تجاعيد الوجه
Cosmetic	تجميلي
Subcutaneous	تحت الجلد
Massage	التدليك
Fissure	تشعر
Shading	تظليل
Perspiration	تعرق
Steamer	جهاز البخار

High Frequency Machine	جهاز الذبذبات العالية
Galvanic Machine	جهاز أيوني
Brow	حاجب
Acne vagaries	حب الشباب
Forehead movement	حركة تدليك الجبين
Rosemary	حصالبان
Cleanser	حليب التنظيف
Cleaning milk	الحليب المنظف
Cocoa butter	زبدة الكاكاو
Castor oil	زيت حصالبان
Come dons	الزيوان
Tonic	السائل المنعش
Mantle	شبكة
Comprises	الشعيرات الدموية المتكسرة
Psoriasis	صدفية
Dermabrasion	صنفرة الأدمة
Epidermabrasion	صنفرة البشرة
Stratum	طبقة
Stratum.granulosum	طبقة حبيبية
Stratum.Spinosum	طبقة شائكة
Stratum lucidumt	طبقة صافية
Stratum Basale	طبقة قاعدية
Clay	طين
Sehaceous gland	غدة دهنية
Sweat gland	غدة عرقية
Apocrine gland	غدة فارزة

Eccrine.gland	غدة مفترزة
Glycogen	غلايکوجين
Petrolatum	فازلين
Hyperhydrosis	فرط التعرق
Wax mask	قناع شمعي
Wax mask	قناع شمعي
Peeling cream	كريم التقشير
Cold cream	كريم بارد
Chloasma	كلف
Collagen	كولاجين
Lanoline	لانولين
Moistruriser	مرطب
Deodorant	مزيل رائحة العرق
Pore	مسام
Emulsion	مستحلب
Mascara	مسكارا
Antimicrobial	مضاد للجراثيم
Tooth paste	معجون أسنان
Magnifier	مكبر
Tweezer	ملقط
Detergent	منظف
Tonic	منعش
Sage	ميرمية

- ١ - أحمد قبيسي، فن التجميل، الطبعة الأولى، لبنان، ١٩٨٩ م.
- ٢ - أميل بيدس، العناية بالجلد، الطبعة الأولى، لبنان، ١٩٨٨ م.
- ٣ - أنيس أسكندر النبر، أصول وقواعد فن التجميل، الطبعة الأولى، عمّان، ١٩٩١ م.
- ٤ - تيسير سليمان، زيد شموط، سمير سويدان، فن التجميل (أصوله وقواعده)، عمّان ١٩٨٩ م.
- ٥ - جعفر طه الهاشمي، المرجع الأساسي في صناعة المواد التجميلية، الطبعة الأولى، دمشق، ١٩٩٥ م.
- ٦ - د. حكمت فريحات، الوجيز في علم وظائف الأعضاء، الطبعة الأولى عمّان ١٩٨٦ م.
- ٧ - دليل النباتات الطبيّة والعطريّة، الأردن، وزارة التربية والتعليم والجمعية الملكية لحماية الطبيعة. ٢٠١٠ م.
- ٨ - سمارة إياد، الجبريني ميساء، فنون المكياج تعلم واحتراف، أكاديمية الفنون والتكنيك الفرنسيّة للتجميل، الطبعة الأولى، الأردن، ٢٠١٠ م.
- ٩ - د. علي جاد، مكياجك وجمالك سيدتي، مكتبة لبنان، كتب الفراشة، سلسلة الأسرة، الطبعة الأولى، ٢٠٠١ م.
- ١٠ - فايز عمر، صباغ الشعر. عمّان، الأردن ٢٠٠٢ م.
- ١١ - س. كولومبارا، س. فيال، تقنيات تصفيف الشعر، ترجمة، لبنان، سنة الطبع ٢٠٠٧ م.
- ١٢ - ليلي عبيد، مملكة الجمال، أكاديمية إنترناشيونال. ٢٠٠٧ م. لبنان.

- 1- Joel Gerson, Milady's Standard – **Text of cosmetology Revised**, USA, 1995 - 2001.
- 2- Andrea Jeffery & Vickie Turner, **Braids and styles for long Hair**, Canada, 1988.
- 3- Milady, Van Dean, Milady's Van Dean Manual: **Aparactical Course on Fundamental of Cosmetology**, Milady Publishing company, 1990.
- 4- Milady's, publishing company: **Milady's Standard**, Text Book of Cosmetology, A division of Delmar publishers, New York, 1991.
- 5- Milady's, publishing company: **Van Dean Manual**, A division of Delmar publishers, New York, USA. 1991.
- 6- Janet Simms, **Apractical Guide: Beauty Therapy**, Stanely thornes, U.K. 1993.

- 1 – <http://www.ibsbeautyschool.com>
- 2 – <http://www.australiaanacademyofmybeautytherapy.com>
- 3 – <http://www.ideaspaconsuting.com>
- 4 – <http://www.thebsm.com>
- 5 – <http://www.tennesseeschoolofbeauty.com>



تَمَّ بِجُودِ اللَّهِ تَعَالَى



