

I. Wiadomości wstępne

1. Cele usług fryzjerskich

Celem usług fryzjerskich jest racjonalna pielęgnacja włosów i skóry głowy. Zjawiska atmosferyczne i klimatyczne, warunki pracy zawodowej, stan zdrowotny i higieniczny, a także niewłaściwie wykonywane zabiegi pielęgnacyjne i upiększające mogą być przyczyną trwałych uszkodzeń i schorzeń, a nawet mogą powodować wypadanie włosów. W przypadku nieprzestrzegania zasad higieny włosy i skóra głowy mogą stać się siedliskiem pasożytów lub chorób zakaźnych.

Zabiegi fryzjerskie spełniają ważne zadania higieniczne, a mianowicie:

- pielęgnowanie i konserwowanie naturalnej odporności włosów i skóry,
- zapobieganie wszelkim uszkodzeniom i schorzeniom przez usuwanie zanieczyszczeń,
- utrzymywanie włosów i skóry w dobrym stanie higienicznym,
- niedopuszczanie do przedwczesnego łysienia i siwienia.

Usługi fryzjerskie spełniają również zadania funkcjonalne. Pozwalają na utrzymywanie takiego stanu włosów i skóry, jaki dyktują względy praktyczne, a więc charakter pracy zawodowej, warunki egzystencji oraz funkcje życiowe i społeczne klienta, jego obyczaje i możliwości samodzielnego wykonywania niektórych zabiegów pielęgnacyjnych, nie wymagających fachowej pomocy.

Równorzędne, z obu poprzednimi zadaniami usług fryzjerskich, są wartości estetyczne. Dobranie odpowiedniego uczesania do typu urody człowieka, tuszowanie ewentualnych defektów i podkreślanie indywidualnych cech jest bardzo trudne, a jednocześnie konieczne w pracy wykwalifikowanego fryzjera.

Racjonalna pielęgnacja włosów i skóry głowy, wykonywana przez pracowników usługowych zakładów fryzjerskich, powinna spełniać wymienione cele, a więc: higieniczne, funkcjonalne i estetyczne — w ścisłym wzajemnym powiązaniu. Wzorowy stan higieniczny włosów i skóry głowy, praktyczne i trwałe linie uczesania dostosowane do aktualnej linii mody oraz do indywidualnych cech urody klientów mają duży wpływ na samopoczucie i stan psychiczny człowieka.

Realizując zadania higieniczne, funkcjonalne i estetyczne zabiegów fryzjerskich fachowiec o wysokich kwalifikacjach zawodowych przyczynia się do podnoszenia poziomu higienicznego i zdrowotnego naszego społeczeństwa. Współczesne społeczeństwo stawia wysokie wymagania przed wykwalifikowanymi fachowcami tak w zakresie wiadomości i umiejętności ściśle zawodowych, jak i w zakresie wykształcenia ogólnego oraz poziomu kultury osobistej.

SPIS TREŚCI

I. Wiadomości wstępne	9
1. Cele usług fryzjerskich	9
2. Zarys historii uczesania	10
3. Powstanie i rozwój rzemiosła fryzjerskiego	23
4. Cechy współczesnego fryzjera	23
5. Charakterystyka absolwenta zasadniczej szkoły fryzjerskiej	24
6. Uzupełnianie wykształcenia zawodowego	25
7. Bezpieczeństwo i higiena pracy fryzjera	26
II. Podstawowe narzędzia, przybory i aparaty fryzjerskie	27
1. Narzędzia podstawowe	27
2. Narzędzia pomocnicze	33
3. Przybory	34
4. Aparaty fryzjerskie	37
Konserwacja i naprawa aparatów	42
5. Bielizna	43
III. Organizacja stanowiska roboczego	45
1. Celowość i planowanie w pracy fryzjera	45
2. Warunki lokalowe	46
3. Przygotowanie stanowiska roboczego do zabiegów	47
4. Postawa podczas pracy, ekonomika ruchów, czas zabiegów	47
IV. Przepisy sanitarne dla zakładów fryzjerskich	49
V. Woda i jej zastosowanie we fryzjerstwie	52
1. Rodzaje wody naturalnej	52
2. Twardość wody	53
3. Oczyszczanie i odkażanie wody	55
4. Roztwory wodne	56
5. Zastosowanie wody do prac fryzjerskich	56
VI. Włosy	58
1. Korzeń włosa	59
2. Trzon włosa	60
Warstwa rdzeniowa	60

Warstwa korowa	61
Łuska włosowa	62
3. Rodzaje włosów oraz kształty i układ włosów na głowie.	63
Włosy wełniste — meszek włosowy.	63
Włosy szczeciniaste.	64
Włosy długie.	64
4. Wzrost, obumieranie i wypadanie włosów.	66
5. Budowa chemiczna włosa.	67
Barwnik włosowy.	68
6. Właściwości fizyczne włosów.	69
7. Ogólne wiadomości o kwasach, zasadach i solach.	71
8. Rozróżnianie jakości włosów długich.	73
VII. Mycie głowy.	78
1. Przybory i środki do mycia włosów.	78
2. Przebieg mycia głowy.	80
VIII. Środki do dezynfekowania i do tamowania krwi.	86
1. Dezynfekcja	86
2. Środki do odkażania skóry i tamowania krwi.	88
IX. Golenie zarostu i głowy.	90
1. Narzędzia, przybory i środki stosowane przy goleniu.	90
2. Dobieranie i ostrzenie brzytw.	91
3. Dezynfekowanie brzytw i pędzli.	95
4. Przygotowania przed goleniem.	95
5. Namydlenie.	96
6. Zasady i sposoby golenia.	97
7. Wskazania bhp przy goleniu.	100
8. Wykończanie golenia zarostu.	101
9. Stosowanie masażu.	102
10. Golenie głowy.	103
X. Strzyżenie włosów krótkie, półkrótkie i półdługie.	105
1. Czynności wstępne.	105
2. Narzędzia i przybory do strzyżenia.	106
3. Techniki strzyżenia.	107
4. Strzyżenie krótkie.	111
5. Strzyżenie całkowite.	113
6. Strzyżenie półkrótkie i półdługie.	114
XI. Ondulacja wodna.	115
1. Przybory i środki do ondulacji wodnej.	115
2. Przygotowanie włosów do ondulacji wodnej.	116
3. Różne techniki ondulacji wodnej.	116
4. Suszenie włosów.	124
5. Czesanie i nadawanie fryzurze zaplanowanej formy.	124
6. Tapirowanie i jego wpływ na włosy.	125
7. Sposoby utrwalania fryzury i nadawania włosom połysku.	126
8. Uczesanie dzienne, wieczorowe i artystyczne.	126

XII. Ondulacja trwała	128
1. Ogólne wiadomości o ondulacji trwałej.	128
2. Zmiany w budowie włosów wskutek ondulacji trwałej.	131
3. Różnice w przeprowadzaniu zabiegów zależnie od stanu włosów	133
4. Przeciwwskazania przy wykonywaniu trwałej ondulacji.	135
5. Pielęgnowanie włosów po trwałej ondulacji.	136
6. Rodzaje trwałej ondulacji.	136
7. Trwała ondulacja na gorąco.	137
Przygotowania do trwałej ondulacji na gorąco.	138
Ondulacja trwała elektryczna	140
Ondulacja trwała parowa	141
Ondulacja trwała kompresowa	144
8. Trwała ondulacja na zimno.	145
Mycie i strzyżenie włosów.	148
Nasączenie włosów.	149
Nawijanie włosów.	152
Utrwalanie	155
9. Inne rodzaje trwałej ondulacji	156
Trwała ondulacja na ciepło.	156
Trwała ondulacja na kwaśno.	157
XIII. Ondulacja żelazkowa	159
1. Przygotowanie włosów do ondulacji	159
2. Narzędzia i przybory do ondulacji	161
3. Zasady i sposoby wykonywania ondulacji.	161
XIV. Rozjaśnianie włosów.	167
1. Rozjaśnianie zwykłe.	170
Przyrządzanie roztworu wody utlenionej.	170
Działanie wody utlenionej na włosy i skórę	171
Przyspieszenie działania wody utlenionej.	171
Zapobieganie wysuszeniu włosów.	172
Niejednolita chłonność włosów i jej wpływ na rozjaśnienie	174
Sposoby rozjaśniania.	175
Zabezpieczenie odzieży klientki i skóry głowy.	175
Nakładanie papki na włosy.	175
Określanie czasu rozjaśniania	177
Kontrolowanie przebiegu rozjaśniania	177
Mycie włosów i spłukiwanie kwasami.	178
Sposoby rozjaśniania odrostów.	179
Stosowanie płukanek.	179
2. Rozjaśnianie wodą utlenioną z dodatkiem środków zagęszczających	180
3. Rozjaśnianie włosów białą henną	180
4. Inne środki do rozjaśniania włosów.	181
5. Błędy popełniane przy rozjaśnianiu	181
XV. Barwienie włosów.	183
1. Rodzaje farb do włosów.	183
Farby roślinne	184

Farby metaliczne (odsiwiacze)	185
Farby anilinowe	187
2. Przeciwwskazania przy farbowaniu	187
3. Zabezpieczenie skóry przed podrażnieniem związkami aniliny	188
4. Przygotowanie włosów do farbowania	189
5. Przyrządzanie farby	191
6. Mechanizm przenikania farby do wnętrza włosa	192
7. Nakładanie farby na włosy	193
8. Ustalanie czasu działania farby	194
9. Mycie włosów	195
Mycie szamponami bezalkalicznymi	195
Szkodliwość stosowania szamponów oleistych, emulsji oraz natłuszczenia włosów bezpośrednio po farbowaniu	195
10. Farbowanie włosów szpakowatych	195
11. Farbowanie odrostu	196
12. Farbowanie rozjaśniające	196
13. Płukanki i środki barwiące	197
14. Dostosowanie odcieni włosów do karnacji skóry	200
XVI. Strzyżenie męskie pełne	202
1. Strzyżenie pełne z włosów krótkich	202
2. Strzyżenie specjalne	205
3. Posługiwanie się żurnalem przy doborze fryzury	206
4. Techniki strzyżenia	208
XVII. Modelowanie fryzury	211
1. Zasady oraz sposoby czesania i układania fryzur aparatem do suszenia	212
2. Praca nasadką grzebykową	213
3. Praca nasadką płaską	214
XVIII. Strzyżenie brody i wąsów	215
1. Zasady dobierania kształtu zarostu do typu urody	217
2. Modelowanie żelazkiem	219
3. Pielęgnowanie brody i wąsów	220
XIX. Strzyżenie damskie do określonej linii uczesania	221
XX. Wykonywanie wyrobów z włosów	225
1. Rodzaje wyrobów z włosów	225
2. Rodzaje włosów używanych do wyrobów	226
3. Preparowanie włosów ciętych i wyczesków	228
4. Dobieranie włosów na wyroby perukarskie	230
5. Przygotowywanie pletni	231
XXI. Uszkodzenia włosów	235
1. Wygląd i struktura włosów zdrowych i uszkodzonych	235
2. Przyczyny uszkodzeń włosów	236
3. Sposoby wykrywania uszkodzeń	238
XXII. Obsługa klienta	239
1. Postawa pracownika w zakładzie fryzjerskim	239
2. Strona moralno-etyczna zawodu fryzjerskiego	240

3. Specjalizacja zawodowa	241
4. Sprzęt, materiały, energia elektryczna	242
XXIII. Pielęgnowanie włosów i skóry głowy.	243
1. Pielęgnowanie włosów zdrowych	243
2. Środki do pielęgnowania i ich zastosowanie	244
3. Sposoby pielęgnowania	245
4. Pielęgnowanie i regeneracja włosów uszkodzonych	249
XXIV. Manicure	252
1. Zagadnienia bhp przy wykonywaniu manicure	255
2. Środki do dezynfekcji i do tamowania krwi	256
3. Zasady i sposób wykonywania manicure	256
XXV. Urządzenia i wyposażenie zakładu.	261
XXVI. Warunki pracy w zakładzie	265
1. Regulamin pracy.	265
2. Normy pracy. Taryfikator czynności fryzjerskich.	266
XXVII. Magazynowanie oraz konserwowanie surowców i preparatów fryzjerskich.	269