Кожа и её цвет

Подготовил: ученик начальных классов
Лопатин Дмитрий 4В класса №38 школы
ГОРОДА КРАСНОДАРА

- Кожа мягкая эластичная прочная гладкая . складки нужны чтобы не затруднять движение . без складок на коже – руки и ноги не смогли бы сгибаться . через поры кожа впитывает свежий воздух и удаляет ненужные вещества . жир смазывает кожу не даёт ей пересыхать , делает её мягкой и эластичной.
  зачем нам нужна кожа? кожа помогает человеку чувствовать тепло и холод , мороз и жару, боль и даже заменяет нам глаза.
  губы и стопы ног и ладони рук лишены волосяного покрова, на других участках тела растут волосы : брови, ресницы, ноздри , верхняя губа, руки и ноги , подмышечные впадины и др. волосы растут со скоростью 0,2 мм. сутки. тело человека покрыто волосками в количестве от 200 000 до 1 млн.
  потоотделение осуществляется на стопах ног, ладонях , в подмышечных впадинах. поэтому необходим еженедельно принимать душ и мыться с мылом. человек выделяет пот за месяц 21 л.на 1 $м^2$ кожи содержится 1 млн. потовых желез.
  кожа выполняет функции : защищает от ран и грязи, переваривает пищу, дышит, выделяет пот и очищает кровь

- Кожа – это самый большой и самый тяжелый орган человеческого организма (около 4 кг). И точно так же, как многие из нас с вами трепетно относятся к другим органам, очень важно относится и к коже. Чего, к сожалению, не происходит в большинстве случаев.

- А если заболела кожа? Заболеть она может не только физически, но и в виде косметических дефектов, в виде визуальных проявлений. Мы далеко не всегда обращаемся к специалистам, а занимаемся самолечением – выдавливанием, прижиганием непонятно чем и провоцируем таким образом еще больше проблем.

Защита

- Защищает организм в целом от любого негативного влияния - со стороны экологии, ультрафиолет, перепада температуры (мороз), микробов и микроорганизмов, от элементарной бытовой пыли и грязи.

  Если защитная функция кожи заторможена или каким-то образом нарушена – появляются дефекты: высыпания, красные гнойные прыщи, белые бугорки – жировики, угри и так далее. Есть у всего этого научные названия, но в работе такими терминами не нужно пользоваться, чтобы не пугать клиента.

  Кожа начинает воспаляться, накапливает большое количество токсичных веществ.

  Поэтому если наша задача привести в порядок и почистить кожу, то обязательно нужно акцентировать внимание на активизации функции защиты.

Если функции заторможены, то:

- отдельно взятые клетки кожи будут голодать + подвержены влиянию окружающие среды, что приводит к возникновению очагов проблем – не отдельные высыпании, а уже серьезные воспалительные процессы.

  при делении ослабленной голодной клетки появляется несколько таких же слабых болезненных клеток.

  И иметь красивую здоровую кожу при этом невозможно.

  Поэтому активизировать функцию усвоения = гарантировать правильное питание кожи.

О	**Т**	**П**	**Е**	**Ч**	**А**	**Т**	**О**	**К**

Выделение

- Если функция нарушена - это означает следующее: определенный процент продуктов жизнедеятельности организма, т.е. все токсичные вещества, которые должны были удалится через кожу – они накапливаются и остаются. И это приводит к возникновению новых воспалительных процессов и затормаживанию всех функции кожи.

  Существует 3 способы выведения токсинов из организма:

  - по-большому,

  - по-маленькому,

  - через потовые и сальные железы.

  Если организм в целом не выводит токсины, то это приводит к интоксикации (самоотравлению). Интоксикация на коже – это воспаления, гнойные высыпания, склонность к чувствительности, покраснениям, раздражениям, жировики, угри, шелушение.

  Когда реагирует кожа на все, что угодно – это повышенная чувствительность.

ФАКТОРЫ ВЛИЯНИЯ

- Что плохого агрессивного может на кожу влиять, чего надо бояться? От чего надо кожу защищать? Почему нужно восстанавливать кожу?

  Стрессы

  Наследственность

  Играет достаточно важную роль – есть люди про которых говорят, у него от родителей идеальная кожа.

  Экология

  = внешнее воздействие (очень сильно влияет и нарушает функции кожи)

  - Ультрафиолет - один из самых вредных факторов: пересушивает кожу, разрушает каркас, активизирует выработку пигмента (гиперпигментация – темные пигментные пятна.

  - Перепады температуры (на улице - минус, в помещение – плюс) – пересушивание, повышение чувствительности

  - смог, загрязняющие выхлопы

Питание

- Более 70 % всех проблем с кожей напрямую связано с питанием человека и его самочувствием. Когда видите кожу человека, должны отдавать себе отчет в том, что все проблемы, которые вы видите - это результат неправильно питания и самочувствия, и только на 25 % мы можем повлиять косметическими средствами - это то, что в наших руках.

  Специалист-косметолог никогда не будет давать гарантии и обещаний по поводу использования косметических средств, он обязан оговорить рекомендации по питанию, и если и не повлиять, но подсказать к кому обратится

  Клетки кожи 2/3 необходимых питательных веществ получают из крови, в кровь эти вещества попадают из той пищи, которую мы потребляем. Поэтому на первое место мы должны поставить рациональное сбалансированное питание. И на 1/3 мы можем дополнительно накормить кожу косметическими средствами - масками, кремами, сыворотками.

  Понятно что можно не получить желаемого результата, если сделать неверный акцент.

Косметический уход

В зависимости от того, какими косметическими средствами пользуется человек, можно улучшить или ухудшить состояние кожи.

Существуют определенные требования, которые предъявляются к косметическому средству перед покупкой. Очень важно научиться понимать – какое средство хорошее, а какое плохое. Если средство не удовлетворяет стандарту его нельзя использовать, или, по крайней мере, не на лицо.

Спасибо за урок .