

GIÁO TRÌNH HỌC CHĂM SÓC DA BẢN

Giáo trình chăm sóc da sẽ cung cấp cho bạn kiến thức vững chắc từ cơ bản đến nâng cao. Đặc biệt là kỹ năng, thao tác khi thực hiện giúp cho khách hàng luôn cảm thấy hài lòng và thoải mái nhất.

I. KIẾN THỨC CƠ BẢN VỀ DA- PHÂN LOẠI DA- SOI DA

1. Lý thuyết giải phẫu da thường, cấu tạo da, cấu tạo cơ mặt
 2. Các hoạt động dưới da ảnh hưởng đến thẩm mỹ
 3. Phân loại da, sinh lý da
 4. Cách soi da và phát hiện các bệnh lý về da bằng máy soi chuyên dụng
 5. Hướng dẫn sử dụng mỹ phẩm theo từng loại da và từng lứa tuổi
-

II. KỸ NĂNG MASSAGE CHUYÊN NGHIỆP

1. Massage huyết đạo

- Dạy massage các vị trí huyết đạo trên mặt, đầu, vai, cổ
- Học massage vị trí các huyết đạo lòng bàn chân
- Các bước bấm huyết

2. Massage các bộ phận

- Hướng dẫn kỹ thuật massage mặt, massage body
- Hướng dẫn kỹ thuật massage chống nhăn, chảy xệ vùng mặt, má, cằm...
- Hướng dẫn xoa bóp đầu, tai, vai, cổ

3. Massage body

- Học các thủ pháp massage body
 - Học massage cánh tay, bắp tay, bàn tay, cổ tay, ngón tay (tư thế nằm sấp và nằm ngửa)
 - Học massage chân, đùi, cẳng chân, bàn chân (tư thế nằm sấp và nằm ngửa) thon gọn vùng chân và đùi
 - Thực hành massage lưng và hông với các chuỗi động tác liên kết toàn thân
-

III. CÁCH SỬ DỤNG CÁC LOẠI MẶT NẠ CHĂM SÓC DA

1. Hướng dẫn pha chế mặt nạ

- Mặt nạ cho da khô
- Mặt nạ cho da nhờn
- Mặt nạ cho da hỗn hợp
- Mặt nạ chống nhăn
- Mặt nạ chống nắng thâm
- Mặt nạ dành cho da nám và tàn nhang
- Mặt nạ tẩy tế bào chết

2. Hướng dẫn pha chế mặt nạ tinh chất

- Mặt nạ bạc hà
 - Mặt nạ vàng
 - Mặt nạ nhau thai cừu
 - Mặt nạ Nhật
 - Mặt nạ thiên thanh và cây bạch hoa
 - Mặt nạ Genta
 - Mặt nạ kim cương
 - Mặt nạ thạch anh tím
-

IV. KỸ NĂNG CHĂM SÓC DA CƠ BẢN

1. Phương pháp làm sạch da (tẩy trang)
2. Thao tác rửa mặt, lau mặt cho khách hàng
3. Cách lau mặt bằng khăn gấp và khăn dài
4. Phương pháp chăm sóc da hàng ngày
5. Tốc độ sùng hóa của da & phương pháp lột tẩy bề mặt
6. Các sản phẩm làm sạch
7. Quy trình chăm sóc da mặt cơ bản tại thẩm mỹ viện
8. Quy trình chăm sóc da cơ bản (dành cho mọi loại da)
9. Quy trình chăm sóc da thư giãn bằng đá nóng – đá lạnh (sử dụng đá thạch anh và đá Bazan)

V. KỸ NĂNG CHĂM SÓC DA CHUYÊN SÂU

1. Học cách điều trị da mụn

- Nhận định cấp độ, tình trạng mụn, tìm hiểu nguyên nhân
- Chọn liệu trình, sản phẩm điều trị mụn thích hợp
- Phương pháp lấy mụn đúng cách
- Sử dụng máy hiện đại lấy các loại mụn trứng cá, mụn mủ, mụn bọc...
- Lựa chọn mặt nạ phù hợp

2. Học cách điều trị da nám, tàn nhang...

- Nhận định tình trạng da, cấp độ nám, tàn nhang...
 - Học cách sử dụng thiết bị công nghệ cao điều trị nám, tàn nhang...
-

VI. Chăm sóc chuyên biệt cho vùng da mắt

- Kỹ thuật Massage chuyên biệt cho vùng mắt
 - Liệu trình chống nhăn, quầng thâm, bọng mỡ mắt
 - Hướng dẫn chống nhăn vùng mắt, giảm bọng mỡ và quầng thâm vùng mắt bằng Serum kết hợp với máy thẩm mỹ
-

VII. CHĂM SÓC VÀ LÀM TRẮNG DA TOÀN THÂN

1. Chăm sóc và điều trị da toàn thân

- Hướng dẫn tẩy tế bào chết toàn thân
- Liệu pháp hương thơm trị liệu (Aromatherapy)
- Thạch liệu pháp (Massage toàn thân bằng đá nóng)
- Liệu trình chăm sóc da mụn trên cơ thể (vùng ngực, lưng và cánh tay với các loại trang thiết bị mỹ phẩm).

2. Phương pháp làm trắng da toàn thân

- Cách phân loại các màu da và tone da
- Hắc sắc tố melanin ảnh hưởng đến màu sắc da

- Cách pha mặt nạ làm trắng da các bộ phận và da toàn thân
 - Cách sử dụng thiết bị công nghệ cao hỗ trợ trong quá trình làm trắng da
-

VIII. HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG THIẾT BỊ THẨM MỸ

1. Hướng dẫn học massage sử dụng máy xông mặt nóng, xông mặt lạnh, tác dụng xông mặt, các bước thực hành
 2. Hướng dẫn sử dụng máy hút dầu, hút mụn
 3. Thực hành đưa Serum vào da giúp da trắng sáng, mịn màng.
 4. Thực hành massage mặt kết hợp với dụng cụ
 5. Hướng dẫn học massage sử dụng máy ánh sáng sinh học công nghệ cao.
-

IX. CÁC PHƯƠNG PHÁP LÀM ĐẸP KHÁC

1. Phương pháp giảm béo

- Nguyên nhân gây tình trạng béo
- Phân biệt giảm cân và giảm số đo
- Kỹ thuật đánh tan mỡ cơ bản
- Kỹ thuật đánh tan mỡ vùng bụng
- Kỹ thuật đánh tan mỡ vùng mông, bắp tay, bắp chân, mỡ đùi
- Liệu trình làm săn chắc cơ thể

2. Kỹ thuật triệt lông bằng công nghệ cao

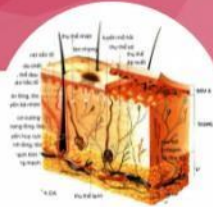
- Tìm hiểu chu kỳ phát triển của lông
- Phân biệt đặc điểm của các loại lông ở những vùng khác nhau trên cơ thể
- Kỹ thuật triệt lông bằng thiết bị công nghệ cao
- Sử dụng serum để phục hồi vùng da sau khi triệt lông

Giáo trình học chăm sóc da bản ĐỒ HỌA

Giáo trình chăm sóc da sẽ cung cấp cho bạn kiến thức vững chắc từ cơ bản đến nâng cao. Đặc biệt là kỹ năng, thao tác khi thực hiện giúp cho khách hàng luôn cảm thấy hài lòng và thoải mái nhất.

I. KIẾN THỨC CƠ BẢN VỀ DA- PHÂN LOẠI DA- SOI DA

I. KIẾN THỨC CƠ BẢN VỀ DA- PHÂN LOẠI DA- SOI DA



Cấu trúc da



Lý thuyết giải
phẫu da thường



Cấu tạo da,
cấu tạo cơ mặt



Phân loại da,
sinh lý da



Các hoạt động
dưới da ảnh hưởng
đến thẩm mỹ



Cách soi da, phát
hiện các bệnh lý bằng
máy chuyên dụng



Hướng dẫn sử
dụng mỹ phẩm
theo từng loại da
và lứa tuổi

II. KỸ NĂNG MASSAGE CHUYÊN NGHIỆP

II. KỸ NĂNG MASSAGE CHUYÊN NGHIỆP



1 MASSAGE HUYỆT ĐẠO

- Học massage các vị trí huyết đạo trên mặt, đầu, vai
- Học massage vị trí các huyết đạo lòng bàn chân
- Các bước bấm huyết

2 MASSAGE CÁC BỘ PHẬN

- Học kỹ thuật massage mặt, massage body
- Học kỹ thuật massage chống nhăn, chảy xệ mặt, má, cằm...
- Học xoa bóp đầu, tai, vai, cổ



3 MASSAGE BODY

- Học các thủ pháp massage body
- Học massage cánh tay, bắp tay, bàn tay, cổ tay, ngón tay (tư thế nằm sấp và nằm ngửa)
- Học massage chân, đùi, cẳng chân, bàn chân (tư thế nằm sấp và nằm ngửa) thon gọn vùng chân và đùi
- Thực hành massage lưng và hông với các chuỗi động tác liên kết toàn thân



III. CÁCH SỬ DỤNG MẶT NẠ CHĂM SÓC DA

III. CÁCH SỬ DỤNG MẶT NẠ CHĂM SÓC DA

Hướng dẫn pha chế mặt nạ cho các loại da



- Mặt nạ cho da khô
- Mặt nạ cho da nhờn
- Mặt nạ cho da hỗn hợp
- Mặt nạ chống nhăn
- Mặt nạ chống thâm
- Mặt nạ cho da nám, tàn nhang
- Mặt nạ tẩy tế bào chết

VS

Hướng dẫn pha chế mặt nạ tinh chất



- Mặt nạ bạc hà
- Mặt nạ vàng
- Mặt nạ nhau thai cừu
- Mặt nạ Nhật
- Mặt nạ thiên thanh và cây bạch hoa
- Mặt nạ Genta
- Mặt nạ kim cương
- Mặt nạ thạch anh tím

IV. KỸ NĂNG CHĂM SÓC DA CƠ BẢN



Phương pháp
làm sạch da
(tẩy trang)



Thao tác rửa
mặt, lau mặt cho
khách hàng



Cách lau mặt
bằng khăn giấy
và khăn dài



Các sản phẩm
làm sạch da



Tốc độ sùng hóa
của da & phương
pháp lột tẩy bề mặt



Phương pháp
chăm sóc da
hàng ngày



Quy trình chăm sóc
da mặt cơ bản tại
thẩm mỹ viện



Quy trình chăm sóc
da cơ bản (dành cho
mọi loại da)



Quy trình
chăm sóc da
bằng đá nóng -
đá lạnh



V. KỸ NĂNG CHĂM SÓC DA CHUYÊN SÂU



The header features a stylized illustration of a white coffee cup with a brown interior, set against a light brown background. Above the cup, several dark brown coffee beans are scattered. A teal banner with white text is positioned across the middle of the cup.

V. KỸ NĂNG CHĂM SÓC DA CHUYÊN SÂU

Học cách điều trị da mụn	Học cách điều trị da nám, tàn nhang
1. Nhận định cấp độ, tình trạng mụn, tìm hiểu nguyên nhân	1. Nhận định tình trạng da, cấp độ nám, tàn nhang...
2. Chọn liệu trình, sản phẩm điều trị mụn thích hợp	2. Chọn liệu trình, sản phẩm điều trị nám, tàn nhang thích hợp
3. Sử dụng máy hiện đại lấy các loại mụn	3. Học cách sử dụng thiết bị công nghệ cao điều trị nám, tàn nhang...
4. Lựa chọn mặt nạ phù hợp	

VI. KỸ NĂNG CHĂM SÓC CHUYÊN BIỆT CHO VÙNG DA MẮT

VI. KỸ NĂNG CHĂM SÓC CHUYÊN BIỆT CHO VÙNG DA MẮT



Kỹ thuật Massage chuyên biệt
cho vùng mắt



Liệu trình chống nhăn,
quầng thâm, bọng mỡ mắt



Hướng dẫn chống nhăn vùng mắt,
giảm bọng mỡ, quầng thâm vùng mắt
bằng Serum kết hợp với Máy thẩm mỹ

VII. CHĂM SÓC VÀ LÀM TRẮNG DA TOÀN THÂN

VII. CHĂM SÓC VÀ LÀM TRẮNG DA TOÀN THÂN

1. Chăm sóc da toàn thân



VS

2. Làm trắng da toàn thân



- Hướng dẫn tẩy tế bào chết toàn thân
- Liệu pháp hương thơm trị liệu (Aromatherapy)
- Thạch liệu pháp (Massage toàn thân bằng đá nóng)
- Liệu trình chăm sóc da mụn trên cơ thể (vùng ngực, lưng và cánh tay với các loại thiết bị, mỹ phẩm).

- Cách phân loại các màu da và tone da
- Hắc sắc tố melanin ảnh hưởng đến màu sắc da
- Cách pha mặt nạ làm trắng da các bộ phận và da toàn thân
- Cách sử dụng thiết bị công nghệ cao hỗ trợ trong quá trình làm trắng da

VIII. HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG THIẾT BỊ THẨM MỸ

VIII. HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG THIẾT BỊ THẨM MỸ



IX. CÁC PHƯƠNG PHÁP LÀM ĐẸP KHÁC

IX. CÁC PHƯƠNG PHÁP LÀM ĐẸP KHÁC

Kỹ thuật giảm béo công nghệ cao



Kỹ thuật triệt lông công nghệ cao



- Nguyên nhân gây tình trạng béo
- Phân biệt giảm cân và giảm số đo
- Kỹ thuật đánh tan mỡ cơ bản
- Kỹ thuật đánh tan mỡ vùng eo
- Kỹ thuật đánh tan mỡ vùng mông, bắp tay, bắp chân, mỡ đùi
- Liệu trình làm săn chắc cơ thể

- Tìm hiểu chu kỳ phát triển của tuyến lông
- Phân biệt đặc điểm các vùng lông khác nhau trên cơ thể
- Kỹ thuật triệt lông bằng công nghệ cao
- Sử dụng serum để phục hồi vùng da sau khi triệt lông