

# Inhaltsverzeichnis

Teil 1

Fachwissen/Grundlagen der Kosmetik

1	Entwicklung und Aufgaben der Kosmetik	9
1.1	Ausbildung und Arbeitsbereiche in der Kosmetik	9
1.1.1	Wie man Kosmetiker/-in wird	9
1.1.2	Tätigkeitsfelder in der Kosmetik	10
1.2	Geschichte der Kosmetik	13
1.2.1	Kosmetik im Altertum	13
1.2.2	Kosmetik im Mittelalter	17
1.2.3	Kosmetik in der Neuzeit	18
1.3	Gesundheitsschutz, Unfallschutz, Umweltschutz und Hygiene	20
1.3.1	Hygiene im Kosmetikinstitut	20
1.3.2	Arbeits- und Unfallschutz im Kosmetikinstitut	23
1.3.3	Umweltschutzmaßnahmen	24
1.4	Gesetzliche Grundlagen	25
2	Dermatologie	29
2.1	Die Haut	29
2.1.1	Aufbau und Funktion der Haut	29
2.1.2	Aufbau und Funktion der Hautanhangsgebilde	34
2.1.3	Schutzfunktionen der Haut	40
2.1.4	Immunsystem und Haut	43
2.1.5	Hormonsystem und Haut	45
2.1.6	Die Haut als Sinnes- und Kontaktorgan	45
2.2	Beurteilung der gesunden Haut	46
2.2.1	Die Hautdiagnose	46
2.2.2	Männer und Frauen: Der kleine Unterschied auch bei der Haut	51
2.2.3	Hautalterung	52
2.3	Veränderungen der Haut (Effloreszenzenlehre)	56
2.3.1	Primäre Effloreszenzen	56
2.3.2	Sekundäre Effloreszenzen	57
2.4	Hauterkrankungen	59
2.4.1	Akne	59
2.4.2	Rosacea	63
2.4.3	Periorale Dermatitis	64
2.4.4	Nagelerkrankungen	65
2.4.5	Erkrankungen der Schweißdrüsen	67
2.4.5.1	Hyperhidrosis	67
2.4.5.2	Hypohidrosis und Anhidrosis	67
2.4.6	Erkrankungen der Haare und des Haarwachstums	68
2.4.7	Erregerbedingte Hauterkrankungen: Bakterien	70
2.4.8	Erregerbedingte Hauterkrankungen: Viren	73
2.4.9	Erregerbedingte Hauterkrankungen: Pilze	76
2.4.10	Erregerbedingte Hauterkrankungen: Epizoonosen	80
2.4.11	Hauterkrankungen durch Licht	81
2.4.12	Hitze- und Kälteschäden der Haut	84

2.4.13	Exogen bedingte Hautschädigungen durch Säuren und Laugen	85
2.4.14	Ekzeme und andere Intoleranzreaktionen	85
2.4.15	Schuppenflechte (Psoriasis)	93
2.4.16	Weißfleckenkrankheit (Vitiligo)	94
2.4.17	Sklerodermie	95
2.4.18	Gutartige und bösartige Neubildungen der Haut	95
2.4.18.1	Pigmentierte Hautveränderungen	96
2.4.18.2	Muttermale (Naevi)	97
2.4.18.3	Krebsvorstufen (Präkanzerosen)	98
2.4.18.4	Hautkrebs	100
2.4.18.5	Gutartige Tumore	103
2.4.19	Sexuell übertragbare Krankheiten	104
2.4.20	Gefäßerkrankungen	105
2.5	Manipulationen der Haut aufgrund von Schönheitsidealen	108
2.5.1	Schönheitsoperationen	108
2.5.2	Botox-Behandlungen	109
2.5.3	Tätowierungen und Piercings	110
2.5.3.1	Die Tätowierung	110
2.5.3.2	Das Piercing	110
2.5.3.3	Risiken von Tätowierungen und Piercings	111
2.5.3.4	Entfernung von Tätowierungen	111
2.5.4	Weitere Formen der „Körpergestaltung“	112
2.6	Nutzen und Risiken kosmetischer Behandlungen	113
3	Kosmetische Präparate und ihre Anwendung	115
3.1	Wasser	115
3.1.1	Wasser – der Hauptbestandteil des menschlichen Körpers	115
3.1.2	Wasser in der kosmetischen Praxis	116
3.1.3	Der Aufbau des Wassers und seine Eigenschaften	118
3.1.4	Die Wasserhärte	120
3.2	Reinigungsmittel	121
3.2.1	Auf Wasser basierende Reinigungsmittel	123
3.2.1.1	Seifen – natürliche Detergenzien	123
3.2.1.2	Syndets – synthetische Detergenzien	125
3.2.1.3	Reinigungsgele	127
3.2.2	Auf Öl basierende Reinigungsmittel	127
3.2.2.1	Reinigungsemulsionen	127
3.2.2.2	Hydrophile Öle	130
3.2.2.3	Wasserfreie Reinigungscremes und Abschminken	131
3.2.3	Peelingpräparate	131
3.2.3.1	Das mechanische Peeling	132
3.2.3.2	Die biologisch-enzymatische Schälkur	134
3.2.3.3	Chemische Schälkuren	135
3.2.3.4	Die Kräuter-Tiefenschälkur	136
3.2.3.5	Die kosmetische Dermabrasion	138
3.2.4	Gesichts- und Rasierwässer	139
3.3	Hautpflegepräparate	141
3.3.1	Tages- und Nachtcremes	141
3.3.2	Schutz- und Massagecremes	142
3.3.3	Körperlotionen und -öle	144
3.3.4	Handpflegepräparate	145

3.3.5	Masken und Packungen .....	146	3.9.1.1	Grundstoffe von Sonnenschutzmitteln ..	223
3.3.6	Ampullenpräparate .....	151	3.9.1.2	Filtersubstanzen in Sonnenschutzmitteln und der „Lichtschutzfaktor“ .....	224
3.3.7	Augenpflegepräparate .....	152	3.9.1.3	Bräunungshelfer und -beschleuniger in Sonnenschutzmitteln .....	226
3.3.8	Lippenpflegepräparate .....	153	3.9.1.4	Anwendungsberatung für Sonnenschutzmittel und After-Sun- Präparate .....	226
3.3.9	Fußpflegepräparate .....	153	3.9.2	Selbstbräunungsmittel .....	229
3.4	<b>Grund- und Wirkstoffe in kosmetischen Präparaten .....</b>	<b>156</b>	3.9.3	Depigmentierungsmittel .....	230
3.4.1	Paraffine (Mineralöle, Mineralfette und Mineralwachse) .....	159	4	<b>Praxis Ganzheitskosmetik .....</b>	<b>232</b>
3.4.2	Alkohole .....	161	4.1	<b>Voraussetzungen für kosmetische Behandlungen .....</b>	<b>232</b>
3.4.2.1	Einwertige Alkohole .....	161	4.1.1	Das äußere Erscheinungsbild der Kosmetikerin .....	232
3.4.2.2	Mehrwertige Alkohole .....	163	4.1.2	Vom Umgang mit der Kundschaft .....	233
3.4.3	Formaldehyd, Aceton und andere Ketone und Aldehyde .....	164	4.1.2.1	Die Kundschaft im Blick: Wertschätzung .	233
3.4.4	Säuren .....	165	4.1.2.2	Kompetenz, gut verpackt .....	234
3.4.4.1	Organische Säuren .....	165	4.2	<b>Vorbereitungen für die Kosmetikbehandlung .....</b>	<b>235</b>
3.4.4.2	Fettsäuren .....	168	4.2.1	Einstimmen und Vorbereiten der Kundschaft .....	235
3.4.4.3	Fruchtsäuren (AHAs) .....	170	4.2.2	Manuelle Nackenmassage .....	235
3.4.5	Ester-Verbindungen aus Säuren und Alkoholen .....	172	4.2.2.1	Klassische Massagegriffe .....	235
3.4.6	Fette, Öle und Wachse .....	173	4.2.2.2	Durchführung der manuellen Nackenmassage mit Fußbad .....	237
3.4.6.1	Lipide (natürliche Fette und Öle) .....	173	4.2.3	Positionieren der Kundschaft für die Gesichtsbehandlung .....	238
3.4.6.2	Lipoide (fettähnliche Stoffe) .....	177	4.3	<b>Die Gesichtsbehandlung .....</b>	<b>239</b>
3.4.7	Liposomen .....	178	4.3.1	Anamnese und Diagnose: Voraussetzung für kosmetische Behandlungen .....	239
3.4.8	Proteine (Eiweiße) .....	182	4.3.1.1	Durchführung der Anamnese .....	240
3.4.9	Kohlenhydrate .....	184	4.3.1.2	Durchführung der kosmetischen Hautdiagnose .....	242
3.4.10	Skin-Repair-Komplexe .....	185	4.3.2	Die Gesichtsreinigung .....	245
3.4.11	Antioxidanzien und Konservierungsmittel	185	4.3.3	Besondere Maßnahmen für die Augenpartie .....	247
3.5	<b>Wirkstoffe aus der Natur .....</b>	<b>187</b>	4.3.3.1	Färben von Wimpern und Augenbrauen .	247
3.5.1	Naturkosmetik .....	187	4.3.3.2	Korrektur der Augenbrauen .....	250
3.5.1.1	Gütesiegel für naturkosmetische Produkte	187	4.3.3.3	Die Wimperndauerwelle .....	250
3.5.1.2	Vegane Kosmetikprodukte .....	190	4.3.4	Bedampfen: Nebel auf der Haut .....	251
3.5.1.3	Nachhaltigkeit und Kosmetikprodukte- Tests für Verbraucher .....	191	4.3.5	Peeling – Kosmetische Hautschälung ...	252
3.5.2	Wirkstoffe pflanzlicher Herkunft .....	192	4.3.6	Entfernen von Hautunreinheiten .....	254
3.5.2.1	Schleimstoffe .....	193	4.3.7	Kosmetische Massagen .....	255
3.5.2.2	Saponine .....	194	4.3.7.1	Voraussetzungen für kosmetische Massagen .....	255
3.5.2.3	Flavonoide .....	195	4.3.7.2	Die klassische Gesichtsmassage sowie Anatomie und Physiologie zum Gesicht ..	255
3.5.2.4	Gerbstoffe .....	197	4.3.7.3	Die kosmetische Nervenpunktmassage ..	260
3.5.2.5	Phytohormone .....	198	4.3.7.4	Facial Harmony .....	261
3.5.3	Wirkstoffe tierischer Herkunft .....	199	4.3.8	Packungen, Masken und Modellagen ....	261
3.6	<b>Duftstoffe in der Kosmetik .....</b>	<b>200</b>	4.3.9	Ödeme: Stau im Gewebe .....	263
3.6.1	Ätherische Öle und Aromatherapie ....	201	4.3.10	Behandlungsabschluss .....	264
3.6.2	Parfüms und Duftwässer .....	205	4.4	<b>Zusatzbehandlungen .....</b>	<b>265</b>
3.7	<b>Dekorative Kosmetikpräparate .....</b>	<b>209</b>	4.4.1	Mechanische Haarentfernung (Depilation) .....	265
3.7.1	Make-up-Grundierungen .....	209	4.4.2	Spezialpflege der Augenpartie .....	270
3.7.2	Puder und Rouge .....	210	4.4.3	Anwendung von Ampullenpräparaten ...	271
3.7.3	Camouflage-Präparate .....	213	4.4.4	Spezialpflege für Hals und Dekolleté ....	272
3.7.4	Augen-Make-up-Präparate .....	213	4.4.5	Die Busenbehandlung .....	274
3.7.4.1	Nicht permanente Augen-Make-up- Präparate .....	213	4.4.6	Die Rückenbehandlung .....	274
3.7.4.2	Dauerfärbung von Wimpern und Augenbrauen .....	216	4.5	<b>Spezialbehandlungen .....</b>	<b>278</b>
3.7.5	Lippen-Make-up .....	216			
3.8	<b>Nagelkosmetika .....</b>	<b>219</b>			
3.8.1	Nagellacke .....	219			
3.8.2	Nagellackentferner .....	221			
3.8.3	Nagelhärter .....	222			
3.8.4	Nagelöle, Nagelcremes, Nagelfluids ....	222			
3.8.5	Nagelhauterweicher .....	222			
3.8.6	Nagelpolituren .....	223			
3.9	<b>Lichtschutz-, Bräunungs- und Depigmentierungspräparate .....</b>	<b>223</b>			
3.9.1	Lichtschutzpräparate .....	223			

4.5.1	Behandlungstransparenz .....	279	5.1.3.1	Pflegeanwendungen .....	321
4.5.2	Die Behandlung der sensiblen Haut .....	279	5.1.3.2	Die Handmassage .....	322
4.5.3	Die Behandlung der trockenen Haut .....	280	<b>5.2</b>	<b>Dekorative Anwendungen an den</b>	
4.5.4	Die Behandlung der seborrhöischen			<b>Händen und Armen .....</b>	<b>323</b>
	Problemhaut und Akne .....	281	<b>5.3</b>	<b>Pflegestiefkinder: Ellenbogen, Arme</b>	
4.5.5	Pflege der lichtgeschädigten Haut .....	283		<b>und Knie .....</b>	<b>324</b>
4.5.6	Maßnahmen gegen die Hautalterung .....	284	<b>5.4</b>	<b>Dekorative Anwendungen für die</b>	
4.5.6.1	Anti-Aging .....	285		<b>Fingernägel .....</b>	<b>325</b>
4.5.6.2	Re-Aging – Altersmerkmale		5.4.1	Polieren und Lackieren der Fingernägel ..	325
	zurückdrehen .....	287	5.4.2	Nageldesign .....	326
4.5.7	Die Behandlung der Altershaut .....	288	<b>5.5</b>	<b>Kunstnägel und Nagelmodellage .....</b>	<b>327</b>
4.5.8	Die Behandlung der Best-Ager-		5.5.1	Nagelmodellage-Techniken .....	328
	Kundschaft .....	289	5.5.2	Gesundheitsrisiken der Nagelmodellage .	331
4.5.8.1	Körperliche, geistige und psychische		<b>6</b>	<b>Pflegen und Gestalten der Füße und</b>	
	Veränderungen in den Wechseljahren ...	289		<b>Zehennägel .....</b>	<b>332</b>
4.5.8.2	Beratung und Behandlung in den		<b>6.1</b>	<b>Voraussetzungen für die Pediküre .....</b>	<b>332</b>
	Wechseljahren .....	290	<b>6.2</b>	<b>Anatomie der Beine und Füße .....</b>	<b>333</b>
4.5.9	Kosmetik und Schwangerschaft .....	291	<b>6.3</b>	<b>Veränderungen der Beine und Füße ...</b>	<b>336</b>
4.5.9.1	Berücksichtigung körperlicher		<b>6.4</b>	<b>Behandlungen in der kosmetischen</b>	
	Veränderungen bei der Behandlung .....	291		<b>Fußpflege .....</b>	<b>337</b>
4.5.9.2	Haut und Schwangerschaft:		6.4.1	Fußsohlen können Stoffe abgeben und	
	Kosmetische Maßnahmen .....	292		aufnehmen .....	337
4.5.9.3	Berücksichtigung psychischer		6.4.1.1	Beratung zum Schuhwerk .....	338
	Veränderungen bei der Behandlung .....	293	6.4.1.2	Fußbäder .....	338
4.4.9.4	Ergänzende Empfehlungen für		6.4.2	Fußmassage und Fußgymnastik .....	339
	Schwangere .....	294	6.4.3	Fußumschläge und Wadenwickel .....	342
4.5.10	Die Behandlung der Männerhaut .....	295	6.4.4	Behandlung von Schweißfüßen .....	343
<b>4.6</b>	<b>Ganzkörperbehandlungen .....</b>	<b>295</b>	<b>6.5</b>	<b>Pflege und Gestaltung der Zehennägel</b>	<b>343</b>
4.6.1	Ganzkörperlich ist noch nicht ganzheitlich	295	<b>7</b>	<b>Apparative Kosmetik .....</b>	<b>345</b>
4.6.2	Ganzkörperdiagnose .....	296	<b>7.1</b>	<b>Stromanwendungen in der Kosmetik ..</b>	<b>345</b>
4.6.3	Manuelle und apparative Lymphdrainage	297	<b>7.2</b>	<b>Reinigungs- und Massageanwendungen</b>	
4.6.4	Cellulitebehandlungen .....	298		<b>in der apparativen Kosmetik .....</b>	<b>346</b>
<b>4.7</b>	<b>(Natur-)Kosmetik für Körper,</b>		7.2.1	Apparative Reinigungsanwendungen .....	346
	<b>Geist und Seele .....</b>	<b>299</b>	7.2.1.1	Die apparative Hautreinigung .....	346
4.7.1	Naturkosmetische Behandlungskonzepte	299	7.2.1.2	Apparative Abrasionen .....	347
4.7.2	Behandlungen mit Naturkosmetik-		7.2.2	Apparative Massageanwendungen .....	348
	Aromen und -Kräutern .....	300	<b>7.3</b>	<b>Was ist elektrischer Strom? .....</b>	<b>350</b>
4.7.3	Wellness .....	301	<b>7.4</b>	<b>Maßeinheiten des elektrischen Stroms</b>	<b>351</b>
4.7.3.1	Wellness im Kosmetikinstitut .....	301	<b>7.5</b>	<b>Unfallverhütung beim Umgang mit</b>	
4.7.3.2	Zertifizierungen für Wellness-			<b>elektrischem Strom .....</b>	<b>352</b>
	Einrichtungen .....	303	<b>7.6</b>	<b>Berechnung der Stromkosten und</b>	
4.7.4	Thalassotherapie .....	305		<b>Einsparmöglichkeiten .....</b>	<b>354</b>
4.7.5	Ayurveda .....	307	<b>7.7</b>	<b>Die Stromarten und ihre Einsatzgebiete</b>	
4.7.6	Ganzheitliche Anwendungen mit			<b>in der Kosmetik .....</b>	<b>356</b>
	Jahrtausende alter Tradition .....	309	<b>7.8</b>	<b>Gleichstromanwendungen .....</b>	<b>357</b>
<b>4.8</b>	<b>Schönheitsoperationen: Vor- und</b>		7.8.1	Galvanisation .....	359
	<b>Nachsorge durch die Kosmetikerin .....</b>	<b>312</b>	7.8.2	Iontophorese, Thermophorese,	
4.8.1	Rechtliche Grundlagen .....	312		Elektrophorese und Desincrustation ....	360
4.8.2	Die kosmetische Vorsorgebehandlung bei		<b>7.9</b>	<b>Reizstromanwendungen .....</b>	<b>363</b>
	geplanter Schönheitsoperation .....	313	7.9.1	Impulsstrombehandlung:	
4.8.2.1	Ganzheitliche Vorsorgemaßnahmen ....	313		Reizstromanwendung mit Gleichstrom ..	364
4.8.2.2	Lokale Vorsorgemaßnahmen .....	314	7.9.2	Interferenzstrombehandlung:	
4.8.3	Die kosmetische Nachbehandlung nach			Reizstromanwendung mit Wechselstrom	364
	schönheitschirurgischen Eingriffen .....	314	7.9.3	Anwendungen mit Hochfrequenzgeräten	365
4.8.3.1	Patientenfragen kompetent beantworten	315	<b>7.10</b>	<b>Magnetfeldtherapie .....</b>	<b>367</b>
4.8.3.2	Besonderheiten zur Nachbehandlung ...	315	<b>7.11</b>	<b>Behandlungen mit Radiowellen-</b>	
<b>5</b>	<b>Pflegen und Gestalten der Hände</b>			<b>Frequenzen .....</b>	<b>367</b>
	<b>und Nägel .....</b>	<b>317</b>	<b>7.12</b>	<b>Ultraschallbehandlungen .....</b>	<b>368</b>
<b>5.1</b>	<b>Die Maniküre .....</b>	<b>317</b>	7.12.1	Was sind (Ultra-)Schallwellen? .....	369
5.1.1	Vorbereitungen zur Maniküre .....	317	7.12.2	Kosmetische Ultraschallbehandlungen ..	370
5.1.2	Durchführung der Nagelpflege .....	319			
5.1.3	Die Handpflege .....	321			

