

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
3.4	Grund- und Wirkstoffe in kosmetischen Präparaten	156	3.9.2	Selbstbräunungsmittel	229
3.4.1	Paraffine (Mineralöle, Mineralfette und Mineralwachse)	159	3.9.3	Depigmentierungsmittel	230
3.4.2	Alkohole	161	4	Praxis Ganzheitskosmetik	232
3.4.2.1	Einwertige Alkohole	161	4.1	Voraussetzungen für kosmetische Behandlungen	232
3.4.2.2	Mehrwertige Alkohole	163	4.1.1	Das äußere Erscheinungsbild der Kosmetikerin	232
3.4.3	Formaldehyd, Aceton und andere Ketone und Aldehyde	164	4.1.2	Vom Umgang mit der Kundschaft	233
3.4.4	Säuren	165	4.1.2.1	Die Kundschaft im Blick: Wertschätzung ..	233
3.4.4.1	Organische Säuren	165	4.1.2.2	Kompetenz, gut verpackt	234
3.4.4.2	Fettsäuren	168	4.2	Vorbereitungen für die Kosmetikbehandlung	235
3.4.4.3	Fruchtsäuren (AHAs)	170	4.2.1	Einstimmen und Vorbereiten der Kundschaft	235
3.4.5	Ester-Verbindungen aus Säuren und Alkoholen	172	4.2.2	Manuelle Nackenmassage	235
3.4.6	Fette, Öle und Wachse	173	4.2.2.1	Klassische Massagegriffe	235
3.4.6.1	Lipide (natürliche Fette und Öle)	173	4.2.2.2	Durchführung der manuellen Nackenmassage mit Fußbad	237
3.4.6.2	Lipoide (fettähnliche Stoffe)	177	4.2.3	Positionieren der Kundschaft für die Gesichtsbehandlung	238
3.4.7	Liposomen	178	4.3	Die Gesichtsbehandlung	239
3.4.8	Proteine (Eiweiße)	182	4.3.1	Anamnese und Diagnose: Voraussetzung für kosmetische Behandlungen	239
3.4.9	Kohlenhydrate	184	4.3.1.1	Durchführung der Anamnese	240
3.4.10	Skin-Repair-Komplexe	185	4.3.1.2	Durchführung der kosmetischen Hautdiagnose	242
3.4.11	Antioxidanzien und Konservierungsmittel	185	4.3.2	Die Gesichtsreinigung	245
3.5	Wirkstoffe aus der Natur	187	4.3.3	Besondere Maßnahmen für die Augenpartie	247
3.5.1	Naturkosmetik	187	4.3.3.1	Färben von Wimpern und Augenbrauen ..	247
3.5.1.1	Gütesiegel für naturkosmetische Produkte	187	4.3.3.2	Korrektur der Augenbrauen	250
3.5.1.2	Vegane Kosmetikprodukte	190	4.3.3.3	Die Wimperndauerwelle	250
3.5.1.3	Nachhaltigkeit und Kosmetikprodukte-Tests für Verbraucher	191	4.3.4	Bedampfen: Nebel auf der Haut	251
3.5.2	Wirkstoffe pflanzlicher Herkunft	192	4.3.5	Peeling – Kosmetische Hautschälung ..	252
3.5.2.1	Schleimstoffe	193	4.3.6	Entfernen von Hautunreinheiten	254
3.5.2.2	Saponine	194	4.3.7	Kosmetische Massagen	255
3.5.2.3	Flavonoide	195	4.3.7.1	Voraussetzungen für kosmetische Massagen	255
3.5.2.4	Gerbstoffe	197	4.3.7.2	Die klassische Gesichtsmassage sowie Anatomie und Physiologie zum Gesicht ..	255
3.5.2.5	Phytohormone	198	4.3.7.3	Die kosmetische Nervenpunktmassage ..	260
3.5.3	Wirkstoffe tierischer Herkunft	199	4.3.7.4	Facial Harmony	261
3.6	Duftstoffe in der Kosmetik	200	4.3.8	Packungen, Masken und Modellagen ..	261
3.6.1	Ätherische Öle und Aromatherapie	201	4.3.9	Ödeme: Stau im Gewebe	263
3.6.2	Parfüms und Duftwässer	205	4.3.10	Behandlungsabschluss	264
3.7	Dekorative Kosmetikpräparate	209	4.4	Zusatdbehandlungen	265
3.7.1	Make-up-Grundierungen	209	4.4.1	Mechanische Haarentfernung (Depilation)	265
3.7.2	Puder und Rouge	210	4.4.2	Spezialpflege der Augenpartie	270
3.7.3	Camouflage-Präparate	213	4.4.3	Anwendung von Ampullenpräparaten ..	271
3.7.4	Augen-Make-up-Präparate	213	4.4.4	Spezialpflege für Hals und Dekolleté ..	272
3.7.4.1	Nicht permanente Augen-Make-up-Präparate	213	4.4.5	Die Busenbehandlung	274
3.7.4.2	Dauerfärbung von Wimpern und Augenbrauen	216	4.4.6	Die Rückenbehandlung	274
3.7.5	Lippen-Make-up	216	4.5	Spezialbehandlungen	278
3.8	Nagelkosmetika	219			
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	Lichtschutz-, Bräunungs- und Depigmentierungspräparate	223			
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	5.2	Dekorative Anwendungen an den Händen und Armen	323
4.5.4	Die Behandlung der seborrhöischen Problemhaut und Akne	281	5.3	Pflegestiefkinder: Ellenbogen, Arme und Knie	324
4.5.5	Pflege der lichtgeschädigten Haut	283	5.4	Dekorative Anwendungen für die Fingernägel	325
4.5.6	Maßnahmen gegen die Hautalterung	284	5.4.1	Polieren und Lackieren der Fingernägel ..	325
4.5.6.1	Anti-Aging	285	5.4.2	Nageldesign	326
4.5.6.2	Re-Aging – Altersmerkmale zurückdrehen	287	5.5	Kunstnägel und Nagelmodellage	327
4.5.7	Die Behandlung der Altershaut	288	5.5.1	Nagelmodellage-Techniken	328
4.5.8	Die Behandlung der Best-Ager-Kundschaft	289	5.5.2	Gesundheitsrisiken der Nagelmodellage ..	331
4.5.8.1	Körperliche, geistige und psychische Veränderungen in den Wechseljahren ...	289	6	Pflegen und Gestalten der Füße und Zehennägel	332
4.5.8.2	Beratung und Behandlung in den Wechseljahren	290	6.1	Voraussetzungen für die Pediküre	332
4.5.9	Kosmetik und Schwangerschaft	291	6.2	Anatomie der Beine und Füße	333
4.5.9.1	Berücksichtigung körperlicher Veränderungen bei der Behandlung	291	6.3	Veränderungen der Beine und Füße	336
4.5.9.2	Haut und Schwangerschaft: Kosmetische Maßnahmen	292	6.4	Behandlungen in der kosmetischen Fußpflege	337
4.5.9.3	Berücksichtigung psychischer Veränderungen bei der Behandlung	293	6.4.1	Fußsohlen können Stoffe abgeben und aufnehmen	337
4.4.9.4	Ergänzende Empfehlungen für Schwangere	294	6.4.1.1	Beratung zum Schuhwerk	338
4.5.10	Die Behandlung der Männerhaut	295	6.4.1.2	Fußbäder	338
4.6	Ganzkörperbehandlungen	295	6.4.2	Fußmassage und Fußgymnastik	339
4.6.1	Ganzkörperlich ist noch nicht ganzheitlich	295	6.4.3	Fußumschläge und Wadenwickel	342
4.6.2	Ganzkörperdiagnose	296	6.4.4	Behandlung von Schweißfüßen	343
4.6.3	Manuelle und apparative Lymphdrainage	297	6.5	Pflege und Gestaltung der Zehennägel	343
4.6.4	Cellulitebehandlungen	298	7	Apparative Kosmetik	345
4.7	(Natur-)Kosmetik für Körper, Geist und Seele	299	7.1	Stromanwendungen in der Kosmetik	345
4.7.1	Naturkosmetische Behandlungskonzepte	299	7.2	Reinigungs- und Massageanwendungen in der apparativen Kosmetik	346
4.7.2	Behandlungen mit Naturkosmetik-Aromen und -Kräutern	300	7.2.1	Apparative Reinigungsanwendungen	346
4.7.3	Wellness	301	7.2.1.1	Die apparative Hautreinigung	346
4.7.3.1	Wellness im Kosmetikinstitut	301	7.2.1.2	Apparative Abrasionen	347
4.7.3.2	Zertifizierungen für Wellness-Einrichtungen	303	7.2.2	Apparative Massageanwendungen	348
4.7.4	Thalassotherapie	305	7.3	Was ist elektrischer Strom?	350
4.7.5	Ayurveda	307	7.4	Maßeinheiten des elektrischen Stroms	351
4.7.6	Ganzheitliche Anwendungen mit Jahrtausende alter Tradition	309	7.5	Unfallverhütung beim Umgang mit elektrischem Strom	352
4.8	Schönheitsoperationen: Vor- und Nachsorge durch die Kosmetikerin	312	7.6	Berechnung der Stromkosten und Einsparmöglichkeiten	354
4.8.1	Rechtliche Grundlagen	312	7.7	Die Stromarten und ihre Einsatzgebiete in der Kosmetik	356
4.8.2	Die kosmetische Vorsorgebehandlung bei geplanter Schönheitsoperation	313	7.8	Gleichstromanwendungen	357
4.8.2.1	Ganzheitliche Vorsorgemaßnahmen	313	7.8.1	Galvanisation	359
4.8.2.2	Lokale Vorsorgemaßnahmen	314	7.8.2	Iontophorese, Thermophorese, Elektrophorese und Desincrustation	360
4.8.3	Die kosmetische Nachbehandlung nach schönheitschirurgischen Eingriffen	314	7.9	Reizstromanwendungen	363
4.8.3.1	Patientenfragen kompetent beantworten	315	7.9.1	Impulsstrombehandlung: Reizstromanwendung mit Gleichstrom ..	364
4.8.3.2	Besonderheiten zur Nachbehandlung ...	315	7.9.2	Interferenzstrombehandlung: Reizstromanwendung mit Wechselstrom ..	364
5	Pflegen und Gestalten der Hände und Nägel	317	7.9.3	Anwendungen mit Hochfrequenzgeräten	365
5.1	Die Maniküre	317	7.10	Magnetfeldtherapie	367
5.1.1	Vorbereitungen zur Maniküre	317	7.11	Behandlungen mit Radiowellen-Frequenzen	367
5.1.2	Durchführung der Nagelpflege	319	7.12	Ultraschallbehandlungen	368
5.1.3	Die Handpflege	321	7.12.1	Was sind (Ultra-)Schallwellen?	369
			7.12.2	Kosmetische Ultraschallbehandlungen ..	370

7.12.2.1	Hochfrequente Ultraschall-Anwendungen	370	9.3.2	Mit Kundinnen und Kunden telefonieren und Termine vereinbaren	442
7.12.2.2	Niederfrequente Ultraschall-Anwendungen	372	9.3.3	Kundenbetreuung und Serviceleistungen	442
7.13	Kosmetisches (Micro-)Needling	373	9.4	Erfolgreich beraten und verkaufen	443
7.14	Epilation: Dauerentfernung von Haaren	375	9.4.1	Voraussetzungen für die Beratung und das Verkaufsgespräch	443
7.14.1	Nadel- und Pinzettenepilation	375	9.4.2	Aktives Verkaufen	444
7.14.2	Laser- und Lichteplilation	379	9.4.3	Die Schritte der Beratung	445
7.15	Strahlenanwendungen	381	9.4.4	Kundenwünsche ermitteln – Fragetechniken und aktives Zuhören	446
7.15.1	Anwendungen mit Rotlicht, Infrarotlicht und Blaulicht	381	9.4.5	Verkaufsargumentation und Preisnennung	447
7.15.2	Farblichtanwendungen	384	9.4.6	Beratungshilfen: Kundenkartei, Betreuungsplan und Hautpflegepass	449
7.15.3	Kosmetische Laserbehandlungen	385	9.4.7	Kundeneinwände	449
7.15.4	Höhensonnen, Sonnenbänke und Solarien	387	9.4.8	Reklamationen	452
7.16	Kältebehandlungen	388	9.5	Traumziel Selbstständigkeit	453
7.17	Gegenanzeigen/Kontraindikationen ...	390	9.6	Wege in die Selbstständigkeit	454
7.18	Zum Bedarf technischer Geräte in der kosmetischen Praxis	391	9.6.1	Welche Unternehmensart kommt infrage?	454
8	Dekorative Kosmetik	394	9.6.2	Die Standortwahl	455
8.1	Individuelle Schönheit als gestalterische Aufgabe der Kosmetikerin	394	9.6.3	Finanzierung und unternehmerische Rechtsform des Instituts	455
8.2	Farbenlehre für Kosmetikerinnen	396	9.6.4	Versicherungen	459
8.2.1	Grundlagen der Farbenlehre	396	9.6.5	Einrichtung eines Kosmetikinstituts	459
8.2.2	Die Farberatung	400	9.6.5.1	Der Behandlungsbereich	460
8.3	Stile, Formen und Proportionen	405	9.6.5.2	Der Verkaufs- und Empfangsbereich	461
8.3.1	Die Stilberatung	405	9.6.6	Fortbildung	462
8.3.2	Formen und Proportionen ausgleichen oder betonen	405	9.7	Unternehmensführung und Marketing	464
8.4	Anwendung dekorativer Präparate	413	9.7.1	Das Warenangebot	464
8.4.1	Das Tages-Make-up step-by-step	414	9.7.2	Preisbildung für Waren und Dienstleistungen	466
8.4.1.1	Die Grundierung (Foundation)	414	9.7.2.1	Preisberechnung für Handelswaren	466
8.4.1.2	Das Augen-Make-up	418	9.7.2.2	Preisberechnung für Dienstleistungen ...	467
8.4.1.3	Das Lippen-Make-up	419	9.7.3	Werbung für Kosmetikinstitute	468
8.4.1.4	Rouge bringt Frische ins Gesicht	420	9.7.3.1	Werbeaktionen und Werbemittel	468
8.4.2	Das Abend-Make-up	420	9.7.3.2	Werbung via Internet	470
8.4.3	Künstliche Wimpern	422	9.7.4	Datenschutz	471
8.4.4	Das Brillen-Make-up	423			
8.4.5	Das Foto-Make-up	424			
8.4.6	Das Braut-Make-up	425			
8.4.7	Das Senioren-Make-up	426			
8.4.8	Die Camouflage	428			
8.4.9	Permanent-Make-up	430			
9	Von der Kosmetikfachfrau zur erfolgreichen Unternehmerin	433			
9.1	Der Einstieg in das Berufsleben	433			
9.1.1	Die Kosmetikerin als Praktikantin	433			
9.1.2	Die Kosmetikerin im Angestelltenverhältnis	434			
9.2	Was erwarten Kundinnen und Kunden von der Kosmetik?	435			
9.2.1	Kundenbedürfnisse und Kundenmotive	435			
9.2.2	Zielgruppen der Kosmetik	436			
9.2.2.1	Jugendliche sind kosmetikinteressiert ...	436			
9.2.2.2	Herrenkosmetik: ein Markt für Kosmetikerinnen!	437			
9.2.2.3	Best-Ager/-innen und Senioren/ Seniorinnen in der Kabine	438			
9.2.2.4	Kinderkosmetik: Verantwortung von Anfang an	439			
9.3	Kundenkontaktmanagement	440			
9.3.1	Mit Kundinnen und Kunden kommunizieren – Grundlagen	440			

Teil 2**Fachlexikon/Stichwortverzeichnis**

(Gliederung nach alphabetischer Reihenfolge) 472

Teil 3**Aufgaben und Fragen zur Kontrolle des Lernerfolgs**

508

Bildquellenverzeichnis

542