

ՀՀ ԿԳՆ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ ԱԶԳԱՅԻՆ ԻՆՍՏԻՏՈՒՏ
ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ ԵՎ ՈՒՍՈՒՑՄԱՆ ԶԱՐԳԱՅՄԱՆ
ԱԶԳԱՅԻՆ ԿԵՆՏՐՈՆ

ԼԻՈՒ ԴԱՆԻԵԼՅԱՆ

ՄԱՏՆԱՀԱՐԴԱՐ

ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ՁԵՌՆԱՐԿ

ԵՐԵՎԱՆ
ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ ԱԶԳԱՅԻՆ ԻՆՍՏԻՏՈՒՏ
2017

ՀՏԴ 687.54 (07)
ԳՄԴ 38.937g7
Դ 171

Հաստատված է
ՀՀ ԿԳ նախարարի 23.02.2017թ.
N 169 -Ս/2 հրամանով

Դ 171 Դանիելյան Լիռա
Մատնահարդար: Ուս. ձեռնարկ/Լ.Դանիելյան.-Եր.:
Կրթության ազգային ինստիտուտ, 2017. - 224էջ:

ՀՏԴ 687.54 (07)
ԳՄԴ 38.937g7

Նախաբան

Նախնական մասնագիտական /արհեստագործական/ կրթության 8-96.02.01 «Վարսավիթական արվեստը և պարդաշին դիմահարդարում» մասնագիտության 8-96.02.01.01-3 «Մարնահարդար» որակավորման պեղական կրթական չափորոշիչ

Մատնահարդարում ուսումնական ձեռնարկն ուսուցանում է մաշկի կառուցվածքը և գործունեությունը, ձեռքերի և ոտքերի կառուցվածքը, մաշկի և եղունգների հիվանդություններն ու ախտահարումները: Այստեղ մանրամասն նկարագրվում է ձեռքերի և ոտքերի մեխանիկական մշակման ժամանակակից մեթոդները և ընթացքում կիրառվող բոլոր գործիքները, նյութերը և սարքերը:

Մեծ ուշադրություն է հատկացվում աշխատանքային, անվտանգության և հատկապես ախտահանման կանոններին:

Սույն ուսումնական ձեռնարկը նախատեսված է միջին մասնագիտական կրթական ծրագրերի ուսուցման, սկսնակ մասնագետների ինքնուսուցման և պրակտիկ մասնագետների ինքնուրույն վերապատրաստման համար:

Հեղինակ՝ Դանիելյան Լիռա

Բժիշկ խորհրդական՝ Դանիելյան Ամալյա

Ներածություն

«Մանիկյուր» բառն ունի լատինական ծագում և թարգմանվում է «manus»՝ ձեռք և «cure»՝ խնամք: Սա վկայում է այն մասին, որ մանիկյուրը գալիս է նախնիներից և ունի իր պատմությունը: Առաջին անգամ պատմության մեջ մատնահարդարման մասին նշվում է Հին Եգիպտոսում, որտեղ այն տարբեր խավերի պատկանելության նշան էր հանդիսանում: Միայն բարձր խավի ներկայացուցիչներին էր իրավունք վերապահված եղունգները ներկել վառ գույներով, իսկ ստրուկներին թույլատրվում էր միայն բաց, խամրած գույներ: Լաքերը պատրաստվում էին բուսական ներկերից: Դա էր պատճառը, որ հաճախ դրանք լինում էին կանաչ գույնի:

Եղունգների երկարությունն ունի իր առանձին պատմությունը, որը գալիս է Չինաստանից: Այնտեղ միջնադարում բարձր խավի պատկանելիության նշան էին համարում անհավանական երկար եղունգները, և շատ հաճախ օգտագործում էին հատուկ նյութեր երկարացման համար, որոնք հիմք հանդիսացան մինչ օրս կիրառվող միջոցների:

Միջնադարյան Եվրոպայում «ինկվիզիցիայի» ժամանակ ցանկացած մատնահարդարումը արգելված էր, քանի որ դա համարվում էր կախարդության նշան, որի համար մահապատժի էին ենթարկում:

XIX դարում մատնահարդարումն ուներ լայն կիրառում և՛ կանանց, և՛ տղամարդկանց մոտ: Էտալոն էին համարվում խնամված, հարթ, թափանցիկ երանգ ունեցող եղունգները:

Առաջին լաքը ստեղծվել է 1932 թ.: Այն ուներ վառ կարմիր գույն, սակայն որպես առանձին կոսմետիկ միջոց՝ մատնահարդարումը լայն կիրառում ստացավ 1950 թ.: 1957 թ. «Nail System International» ընկերության կողմից առաջին անգամ արտադրվեցին արհեստական եղունգներ: Արհեստական երկարացման համար օգտագործում էին ակրիլ /ատամնաբույժների կողմից օգտագործվող/, իսկ ձևավորման համար՝ նրբաթիթեղ /ֆոլգա/: 1976 թ. Հոլլիվուդի դերասանուհիների շնորհիվ լայն տարածում գտավ արհեստական ակրիլ-ֆրենչ մատնահարդարումը, որը բնական տեսք ուներ և շատ պրակտիկ էր:

Այս ժամանակաշրջանը հեղափոխական է համարվում մատնահարդարման զարգացման մեջ, քանի որ այն դարձավ արվեստ և դրանով նոր շրջան վերապրեց, ինչը զարգանում է մինչ օրս:

Այսօր մատնահարդարումը ոչ միայն գեղագիտական, այլև բուժիչ - վերականգնող միջոցների համալիր է: Այսինքն՝ «մանիկյուրը» եղունգներին հիգիենիկ մշակումն է՝ ձեռքերին գեղեցիկ տեսք տալու նպատակով:

«Պեդիկյուր» բառն ունի լատինական արմատներ՝ «pedis»՝ ոտք, «cure»՝ խնամք: Պեդիկյուրը ևս ունի իր պատմությունը. գալիս է մեր նախնիներից և ըստ պատմական տվյալների՝ ոտքերի լվացումը և խնամքը /омовение ног/ գրառված է տարբեր հավատքների մեջ: Ընդհանրապես հավատքում լվացումը /омовение/ նշանակում է նոր կյանքի սկիզբ, իսկ ոտքերի լվացումն իրենից ներկայացնում էր մեղքերի թողություն, հոգեպես կատարած բոլոր մեղքերի մաքրում և ներում: Որպես ապացույց՝ պատմության մեջ կան զանազան նկարներ:

Ոտքերի խնամքը մեծ զարգացում գտավ Հին Չինաստանում, որտեղ ստեղծել և, խնամքից բացի, մանրամասն ուսումնասիրել են նաև ոտքերի մերսման տեսակները: Նրանք մինչ օրս ոտքերի մերսումը համարում են հիվանդությունների կանխարգելման և թերապևտիկ բուժման միջոց բոլոր օրգան-համակարգային ախտահարումների և հիվանդությունների դեմ՝ որպես լավագույն արդյունավետ միջոցառում: Այդ նպատակով ոտքերի վրա հատուկ «քարտեզ» են ստեղծել բոլոր օրգանների տեղակայումով:

Ժամանակակից «մանիկյուրը» և «պեդիկյուրը» բաղկացած են 4 հիմնական փուլերից.

1. Հիգիենիկ մշակում
2. Եղունգների ամրացում
3. Մաշկի խնամք
4. Եղունգների գեղարվեստական մշակում

Աշխատանքի բնութագիրը. անվտանգության կանոններ

Ցանկացած աշխատանք, կապված մարդու մարմնի հետ, կարող է վնաս հասցնել և՛ հաճախորդին, և՛ մասնագետին: Վերջինս ստացել է «մասնագիտական հիվանդություններ» անվանումը: Այսօր մարդիկ կյանքի որակի բարձրացմանը զուգահեռ հնարավորություն են ստացել ավելի ուշադիր և խնամքով վերաբերվել սեփական առողջությանը: Բժշկական հետազոտության /ղիսագնոստիկայի/ զարգացման շնորհիվ մասնագետները կարողացան առանձնացնել 3 հիմնական վնասակար գործոններ՝

- I. Աշխատանքի բնույթը
- II. Քիմիական նյութերի կիրառումը
- III. Մարդկանց հետ շփումը

Աշխատանքի բնույթը

Շատերը անգամ չեն մտածում, թե աշխատանքի բնույթն ինչ մեծ էական նշանակություն ունի առողջության համար: Մասնագետը աշխատանքի ժամանակ ֆիզիկապես լարվում է, իսկ աշխատանքային երկար օրվա ընթացքում, բնականաբար, մեծանում է լարվածությունը, նաև աշխատողը անընդհատ գտնվում է նույն դիրքում: Այս ամենը բերում է ողնաշարում մեծ, անհավասարաչափ բաշխվող ուժի առաջացմանը, որը նպաստում է պարանոցի և կրծքավանդակի օստեոխոնդրոզի և ողնաշարի սկոլեոզի զարգացմանը: Բացի ֆիզիկական գործոնից՝ պետք է հաշվի առնել մտավոր և հուզական գործոնները: Մտավոր գործոն. մասնագետն աշխատելուց անընդհատ գնահատում է իր աշխատանքը և ծրագրում հաջորդ քայլերը: Հուզական գործոն. լինում են դեպքեր, երբ հաճախորդը մասնագետին մեղմ ասած դուրեկան չէ, բայց նա ստիպված է կատարել իր աշխատանքը: Այս ամենը կարող է ճնշում գործադրել մասնագետի վրա:

Ֆիզիկական ուժերը վերականգնելու և լիցքաթափվելու համար անհրաժեշտ է ամեն հաճախորդից հետո 10-15 րոպե ընդմիջում կատարել: Այդ ըն-

թացքում կարելի է լվացվել սառը ջրով, թեթև ընթրել, սուրճ կամ թեյ խմել, հանգստացնող երաժշտություն լսել, մի քանի ֆիզիկական վարժություն կատարել՝ ողնաշարի հանգստության, նաև անոթների ու մկանների տոնուսը բարձրացնելու համար:

Քիմիական նյութերի կիրառումը

Ամենամեծ վտանգ ներկայացնող գործոնն է քիմիական նյութերի հետ շփումը: Շփումը լինում է մի քանի տեսակի՝

- Ֆիզիկական /անմիջական/
- Շնչառական ուղիներով
- Լորձաթաղանթների միջոցով /աչքի, բերանի/

Անմիջական՝ ֆիզիկական շփումն իրականանում է մաշկային ծածկույթի հետ: Կարող են առաջացնել տարբեր խորության վնասվածքներ, այրվածքներ: Դրանցից խուսափելու համար պետք է զգույշ վարվել նյութերի հետ և ձեռնոցով աշխատել: Աչքի կամ բերանի խոռոչի լորձաթաղանթի մեջ անցնելու դեպքում առաջանում են ալերգիկ ռեակցիաներ, գրգռվածություն, կախված չափից և ուժգնությունից, կարող է առաջացնել լորձաթաղանթի քիմիական այրում, քայքայում /երոզիա/: Խուսափելու համար պետք է կրել հատուկ նախատեսված ակնոցներ: Բերանի խոռոչի մեջ կարող է անցնել նաև սննդի և ջրի միջոցով՝ այն դեպքում, եթե դրանք գործընթացի ժամանակ մոտ են գտնվում և կուտակում են թունավոր նյութեր: Այս դեպքում առաջանում են ստամոքսաղիքային ուղու տարբեր թունավորումներ և խանգարումներ: Սրանից հետևում է, որ խիստ արգելվում է սնունդը պահել աշխատանքային սենյակում:

Շնչառական ուղիներով անցնում են քիմիական գոլորշիները և աշխատանքային փոշին, որոնք երկարատև ազդեցության կամ մեծ չափաբաժնի դեպքում առաջացնում են օրգանիզմի տարբեր աստիճանի թունավորումներ: Խուսափելու համար պետք է կրել հատուկ նախատեսված դիմակներ:

Առանձին ուշադրություն պետք է դարձնել եղունգները խարտելու կամ մաշկի շերտազատման ժամանակ առաջացած «աշխատանքային» փոշուն: Այսպես, «աշխատանքային» փոշին իրենից ներկայացնում է եղունգի մասնիկներ, մաշկի մասնիկներ, բոլոր օգտագործվող նյութերի մնացորդներ և գո-

լորշի: Անգե՛ն աչքով փոշու հատիկն անտեսանելի է, օրինակ՝ մազի հաստու-
թյունը առավելագույնը կազմում է 100 միկրոն, մինչդեռ փոշու հատիկինը՝ 1
միկրոն: Փոշու մասնիկները նստում են շոբերի, գործիքների, կահույքի վրա և,
նախքան տեղակայվելը, «կախվում» են սենյակային օդում 30-40 րոպեով:
Հարց է առաջանում՝ ինչպե՞ս պաշտպանվել փոշուց: Կան տարբեր միջոցներ.

- Սանիտարական կանոնների ճիշտ մշակում և պահպանում
- Օդափոխություն
- Անհատական պաշտպանության միջոցներ՝ դիմակ, ակնոց
- Սարքերի միջոցով

Առաջնային պայման է սանիտարական ճիշտ մշակումը՝ խոնավ մաքրու-
մը, հատուկ սարքերի միջոցով: Օդափոխանակությանը նույնպես պետք է մեծ
ուշադրություն դարձնել, անհրաժեշտ է աշխատանքի ժամանակ օդափոխող
սարքերի արագությունը մեծացնել յուրաքանչյուր 15-20 րոպեին մեկ, և մեծ
արագությունը պահպանել 5 րոպե, այնուհետև վերադառնալ նախորդ արա-
գությանը: Ըստ ամերիկացի մասնագետների՝ այս փոփոխումը թույլ է տալիս
«կախված» փոշու զանգվածի 70%-ի դուրսբերմանը սենյակից, ինչն իր հեր-
թին կանխում է փոշու հետագա նստեցումը աշխատանքային սենյակում: Ոչ
մի դեպքում չի կարելի արհամարհել անհատական պաշտպանական միջոց-
ները՝ դիմակը և ակնոցը, որոնք կլանում են շրջապատող փոշու 95%-ը: Հատ-
կապես մեծ անհրաժեշտություն է ներկայացնում դիմակը պեդիկյուրի՝ ոտքե-
րի մաշկի մշակման և եղունգների արհեստական ծածկույթի խարտման ժա-
մանակ: Խարտելու ընթացքում առաջացող փոշու մասնիկները մեծ են: Հե-
տևաբար նրանք ավելի շուտ են տեղակայվում սենյակում և ավելի կարճ են
«կախված» մնում: Հետևություն, որ մեծ մասնիկները համեմատաբար ավելի
անվտանգ են, քան փոքրերը: Էլեկտրական խարտոցների օգտագործման
ժամանակ փոշին ավելի փոքր է և թեթև, հետևաբար այն ավելի երկար են
«կախվում» օդում և հեշտությամբ նստվածքի ձևով տեղակայվում թոքերում:
Այսպես, փոշին վնասում է ամբողջ շնչառական համակարգը, հատկապես թո-
քերը, նաև մաշկը և աչքերը: Աչքերի մեջ փոշու, որևէ մասնիկի կամ նյութի
ներթափանցման դեպքում առաջանում է կարմրություն, գրգռվածություն,

ալերգիա, շաղկապենաբորբ /կոնյուկտիվիտ/, լորձաթաղանթի բորբոքում: Բորբոքման բարդություն է հանդիսանում տեսողության անկումը: Այդ պատճառով աչքերի պաշտպանության համար հարկավոր է կրել հատուկ ակնոց կամ շիթեր: Կան մատնահարդարներ, որոնք կրում են օպտիկական լինզաներ և կարծում են, որ դա լիովին բավարար է աչքերի պաշտպանության համար, սակայն դա այդպես չէ: Լինզաներն իրենցից ներկայացնում են բարակ, նուրբ թաղանթ, որոնք ի վիճակի չեն պաշտպանել, և անգամ հակառակը՝ ավելի են վատթարացնում վիճակը, քանի որ քիմիական ռեակցիայի մեջ են մտնում աչքը ներթափանցող նյութերի հետ:

Կան սարքեր, որոնք նախատեսված են փոշու կլանման համար՝ մատնահարդարական փոշեկուլներ: Տեղակայվում են զուտ աշխատաքային տարածքում՝ ձեռքերի կամ ոտքերի տակ, և վակուումի հատկության շնորհիվ կլանում են փոշին՝ կանխելով դրա հետագա տարածումը օդում: Ըստ ամերիկյան տվյալների՝ փոշեկուլների շնորհիվ 60%-ով քչանում է օդում փոշու քանակը:

Կան մի շարք ավելի վտանգավոր բարդություններ, որոնք առաջացնում են մասնագետները՝ սխալ և անգրագետ մոտեցման պատճառով: Դրանք են՝

- Ուլտրամանուշակագույն լույսի սխալ կիրառումը
- Նյութերի սխալ կիրառումը կամ դրանց անթույլատրելի համակցումը
- Ցածր որակի նյութերի օգտագործումը

Ուլտրամանուշակագույն լույսի սխալ կիրառումը ոչ միայն սխալ ուժգնությամբ օգտագործումն է, այլև լույսի հետ ոչ թույլատրելի նյութերի կիրառումը: Ցավոք, հաճախ է հանդիպում, երբ աշխատողները տարբեր տեսակի, որակի և արտադրության նյութերն իրար են միացնում /օրինակ՝ ակրիլը և հելերը/, և դա դեռ բավական չէ, մասն այս ամենի հետ կիրառում են ուլտրամանուշակագույն լույսը: Կարծես թե ստանում են ավելի լավ արդյունք՝ ավելի երկարատև և ամուր եղունգներ: Սակայն դա գոեհիկ սխալ է և ոչ մի դեպքում չի կարելի թույլատրել այն: Բարդությունը այն է, որ այս գործընթացի ժամանակ առաջանում է ազատ ռադիկալների սխալ հարաբերակցություն, ինչը մեծ վտանգ է ներկայացնում առողջության համար: Մեր պրակտիկայում գրեթե բոլոր նյութերը պարունակում են բենզոիլ պերօքսիդ /BPO/, որը պատասխանատու է

պոլիմերային ռեակցիայի ակտիվացման համար: Դրանով էլ պայմանավորվում է նյութերի կարծրացումը: BPO-ն տարաբաժանվում է 2 ազատ ռադիկալների, որոնք նյութի ճիշտ կազմության դեպքում արագ ռեակցիայի մեջ են մտնում: Տարբեր արտադրության նյութերի BPO-ներ տոկոսայնությունը տարբեր է, բայց այնպես է հաշվառված հարաբերությունը, որ բոլոր ազատ ռադիկալները մասնակցեն ռեակցիային: Այդ պատճառով անգամ տարբեր նյութերի ուղղակի համակցումը նույնպես շատ վնասակար է օրգանիզմի համար, քանի որ խախտվում է ազատ ռադիկալների հարաբերությունը, և նրանք ավելի շատ են դառնում, քան պետք է ռեակցիայի ժամանակ, և մնում է ազատ ռադիկալների մնացորդ: Ազատ ռադիկալը ձևափոխված թթվածին է՝ ագրեսիվ ձևի, որը ուժեղ օքսիդանտ է: Այն բերում է բջիջների ձևափոխման, ԳՆԹ-ի մուտացիայի, ինֆարկտի և ինսուլտի, աթերոսկլերոզի: Բարձրացնում է ուռուցքային հիվանդությունների առաջացման հավանականությունը, քայքայում կոլագենային թելերը, ինչն էլ նպաստում է ծերության պրոցեսների զարգացմանը:

Տնտեսումը լավ է, բայց ոչ առողջության հաշվին: Անորակ, ոչ լիցենզավորված լաքերում և լոսյոններում հանդիպում է դիբուտիլֆտալատոլ նյութը: Ազատ ռադիկալներն այս նյութի համեմատ ուղղակի թեթև վնասակար նյութեր են: Այն բերում է անպտղություն, իսկ հղիների մոտ պտղի տարբեր մուտացիաների և պաթոլոգիաների: ԱՄՆ-ում և Եվրոպայում դիբուտիլֆտալատոլը խիստ արգելված է, և այս նյութի վաճառքի դեպքում քրեական պատիժ է հասնում:

Այսպես, մեր կողմից կիրառվող բոլոր նյութերը պետք է առաջնայինը վնաս չհասցնեն մեր և հաճախորդի առողջությանը, դրանից հետո նոր կարող ենք մտածել որակական և էսթետիկ պայմանների մասին: Դրա համար նյութերը պետք է ընդունված լինեն առողջապահության նախարարության կողմից և լիցենզավորված լինեն:

Մարդկանց հետ շփումը

Մարդկանց հետ շփումը նույնպես կարող է վնաս հասցնել մասնագետի առողջությանը: Հաճախորդը պարտադիր պետք է լրացնի անհատական քարտը, որտեղ մանրամասն տեղակացվում է հիվանդության մասին: Սակայն կան դեպքեր,

երբ հաճախորդները տեղեկություն չունեն կամ թաքցնում են իրենց իսկական առողջական վիճակը, այդ պատճառով պետք է բոլորին մոտենալ որպես վարակի և հիվանդությունների պոտենցիալ աղբյուրի: Մասնագետը պետք է ինքը առաջնային կերպով հոգա իր առողջական վիճակի մասին, դրա համար պետք է միշտ պաշտպանված լինի հաճախորդից: Հակառակ դեպքում մեծանում է հեպատիտների /A, B, C/, ՄԻԱՎ-ի և այլ հիվանդություններով վարակման հավանականությունը: Անհատական պաշտպանության մեթոդները շատ հասարակ և արդյունավետ են, ու ոչ մի դեպքում չի կարելի թերագնահատել և անտեսել դրանք: Գրանք են՝ դիմակը, ձեռնոցները, ակնոցները կամ շիթերը: Ակնոցները պաշտպանում են աչքերը և կանխում աչքի միջոցով վարակի ներթափանցումը /օրինակ՝ հեպատիտը/: Դիմակները կանխում են վարակման ներթափանցումը շնչառական ուղիներով: Ձեռնոցները կանխում են վարակի ներթափանցումը մաշկային ծածկույթից կամ վերքերից, ապահովում անվտանգ շփում և աշխատանքը առկա մաշկային հիվանդությունների դեպքում /սնկային, ինֆեկցիոն և այլն/: Պետք է ուշադրություն դարձնել աշխատանքի ժամանակ առաջացած արյանը, որը կարող է ներթափանցել մաշկային ծածկույթների ամբողջականության խանգարման ժամանակ՝ քերծվածքներ, վերքեր, ճաքեր, կտրվածքներ և անգամ անտեսանելի միկրոճաքեր: Այսպիսով, ձեռնոցները էական նշանակություն ունեն: Ձեռնոցները հիմնականում պատրաստվում են լատեքսից կամ նիտրիլից, լինում են տարբեր չափերի և հաստության, ու բոլորը նախատեսված են մեկանգամյա օգտագործման համար:

Ոմանց կարծիքով՝ գործիքների ախտահանումը բավարար է չվարակվելու համար: Մակայն դա շատ սխալ և վտանգավոր կարծիք է: Գործիքների ախտահանումը շատ կարևոր և անհրաժեշտ պայման է, բայց չի կարելի մոռանալ անհատական պաշտպանության միջոցների մասին, քանի որ միայն դրանք են պաշտպանում վարակների հետ անմիջական շփումից և ներթափանցումից:

Անգամ բոլոր կանոնների պահպանման դեպքում կարող են լինել պատահական դեպքեր, որոնցից ոչ մեկը ապահովագրված չէ: Բոլոր դեպքերում պետք չէ խուճապի մատնվել: Հարկավոր է կարողանալ կառավարել ինքն իրեն և իրավիճակը: Եթե արյուն անցավ մաշկի կամ դեմքի վրա, պետք է դա-

դարեցնել աշխատանքը, սպիրտով կրկնակի մշակել տվյալ հատվածը, այնուհետև հոսող ջրի տակ օճառով լվանալ: Աչքերի, բերանի կամ քթի լորձաթաղանթի մեջ արյան ներթափանցման դեպքում աչքերը պետք է լվանալ 0.01% կալիումի պերմանգանատի լուծույթով /մարզանցովկա/, իսկ բերանը և քիթը՝ 0,05 % -ով: Աշխատանքի ժամանակ գործիքով ձեռքը վնասելու կամ կտրելու դեպքում պետք է անձեռոցիկի վրա կաթեցնել կտրված տեղի արյունը և նոր սկսել մշակել. լվանում ենք օճառով՝ հոսող ջրի տակ, չորացնում, այնուհետև մշակում 5 % յոդի լուծույթով կամ 0,05 % քլորհեքսիդինի լուծույթով և բակտերիոցիդ բինտով փակում:

Քննարկեցինք, որ ժամանակակից սրահներում օգտագործում են հաճախորդի անհատական քարտ, որն, իհարկե, առաջնային կարևորություն է ներկայացնում մատնահարդարի համար, որպեսզի նա գրագետ և պրոֆեսիոնալ մոտեցում ցույց տա ցանկացած հաճախորդի: Հաճախորդի անհատական քարտը պետք է ունենա հետևյալ տեսքը:

<ul style="list-style-type: none"> • Ա.Ա.Հ • Ծննդյան թիվ • Այցելության թիվ • Հեռախոսահամար 			
Աշխատանքի բնույթը			
Առողջական վիճակը /հիվանդության առկայության դեպքում պարտադիր է նշել այն/	Ալերգիա	Այո	Ոչ
	Դիաբետ	Այո	Ոչ
	Սիրտ-անոթային հիվանդություններ	Այո	Ոչ
	Պսորիազ	Այո	Ոչ
	Որևէ այլ հիվանդություն /պարտադիր գրել անունը/		
Մաշկի վիճակը	Չոր	Այո	Ոչ
	Յուղոտ	Այո	Ոչ

	Մաշկային խնդիրներ			
	Մաշկային հիվանդություններ			
Եղունգների վիճակը	Եղունգների վիճակը			
	Եղունգների տեսակը	արհեստական	բնական	
	Եղունգների սկավառակի ձևը			
	Կուտիկուլայի վիճակը	եղջրացած	ներաճած	նորմալ
	Եղունգների ախտահարումներ			
	Եղունգների հիվանդություններ			
Ընտրած ծառայությունը արդյո՞ք համաձայնեցված է և մատչելի	Այո	Ոչ		
Հանախտորդի ստորագրություն				

**ԳԼՈՒԽ 1. ՁԵՌՔԵՐԻ ԵՂՈՒՆԳՆԵՐԻ ՄԵԽԱՆԻԿԱԿԱՆ
ՄՇԱԿՄԱՆ ՏԵՍԱԿՆԵՐԸ**

**«Ձեռքերի եղունգների մեխանիկական մշակման
տեխնիկներ» մոդուլ
Եղունգի կառուցվածքը**

Եղունգի կառուցվածքի իմացությունը շատ կարևոր է մատնահարդարումը ճիշտ կատարելու համար: Եղունգները իրենցից ներկայացնում են մաշկի եղջերային ածանցյալներ: Դրանք իրենց մեջ պարունակում են՝ ծծումբ, կալցիումական աղեր, ֆոսֆոր, կարբոնատներ և 14 % ջուր:

Եղունգները մեր առողջության հայելին են, նրանց խաթարված տեսքը վկայում է որևէ խանգարման մասին: Առողջ եղունգները պետք է լինեն փայլուն, հարթ, խիտ, վարդագույն:

Եղունգն ունի բարդ անատոմիական կառուցվածք՝

1. Եղունգի մարմինը կամ սկավառակը /պլաստինա/ տեսանելի մասն է
2. Եղունգի մատրիքսը եղունգի արմատն է, որնարտազատում է կեռատին և եղունգի հիմնական բաղադրիչն է:

3. Կողմնային գլանակներ

4. Հետին գլանակ

5. Կուտիկուլա /Էպոնիխ/. կողմնային գլանակի հատվածն է՝ միացած եղունգին

6. Եղունգի հատակ /լոժա, հիպոնիխ/. գտնվում է սկավառակի ստորին հատվածում, իսկ մյուս կողմում միանում է ֆալանգի վերոսկրին:

Եղունգի հիմնական գծերնունեն իրենց առանձին սխեմատիկ պատկերը՝

- Եղունգի սկավառակը կազմված է 2 հիմնական մասերից՝ եղունգի մարմնից և ազատ եզրից

- Կուտիկուլայի գիծ. եղունգի և կուտիկալայի սահմանն է

- Կողմնային գիծը - եղունգի և կողմնային գլանակների սահմանն է

- «Մալիտի» գիծ - եղունգի մարմնի և ազատ եզրի սահմանն է:

- Ազատ եզրագիծ. եղունգի ծայրամասային հատվածն է:

Եղունգի ապար երի և երկարության ձեավորում

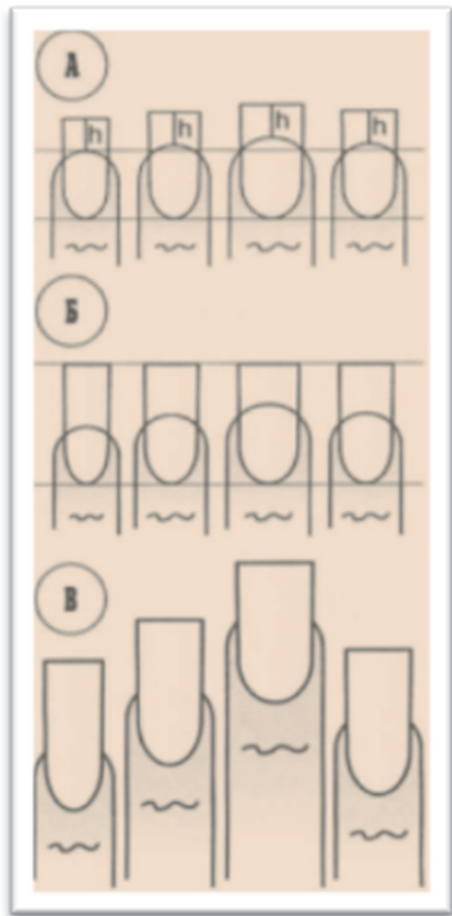
Եղունգի երկարությունն առանձին հարց է, ինչը մատնահարդարը պետք է մանրամասն բացատրի հաճախորդին՝ իր առավելություններով և թերություններով, որպեսզի վերջինս ինքը գտնի իր համար ամենահարմար տարբերակը: Հատկապես դա վերաբերում է արհեստական երկար եղունգներ նախընտրող կանանց: Այս դեպքում պետք է գտնել իդեալական փոխհարաբերություն՝ արհեստական եղունգի երկարության և սեփական եղունգի, որպեսզի չվնասենք վերջինս: Փոխհամաձայնեցված լուծումը հետևյալն է. եղունգի ազատ ծայրի երկարությունը չպետք է գերազանցի եղունգի սկավառակի /պլաստինայի/ երկարությանը: Հակառակ դեպքում մեծ է հավանականությունը եղունգի կոտրման, քանի որ այս դեպքում է առաջանում է լծակի էֆեկտը:

Հիմա առանձին դիտարկենք ձեռքի մատները: Ամեն մատի եղունգի սկավառակի երկարությունը տարբեր է: Սա պետք է հաշվի առնել, հակառակ դեպքում, եթե մենք բոլոր մատների համար կուտիկուլայից մինչև ազատ եզրի երկարությունը նույն չափով դիտարկենք, ապա բոլորը վիզուալ կստացվեն տարբեր երկարության, որն էսթետիկ չի համարվում: Այս օպտիկական խաբեությունը պայմանավորված է նրանով, որ ձեռքի մատները և եղունգները նույն երկարության չեն: Միայն ցուցամատը և մատնեմատը մոտավոր մի երկարության են: Ամենաերկարը միջնամատն է, իսկ ճկույթը մեծ մատից է երկար /նկ.1/: Որպեսզի բոլոր մատների եղունգները նույն չափի երևան, պետք է եղունգի եզրային մասից մինչև «Ժպտման» գիծը երկարությունը միանման լինի: Այս գործոնի կարևորության մասին ասում է այն փաստը, որ մրցույթների ժամանակ այս կանոնները խիստ պահպանվում են և ստուգվում քանոնով. սխալ կատարելու դեպքում մասնագետը հեռացվում է մրցույթից:

Հաջորդ կարևոր հարցը եղունգի ձևն է, այսինքն՝ ազատ եզրի ձևը: Նա պետք է համապատասխանի ոչ միայն մատների ձևին, այլ ընդհանուր դաստակի ձևին: Եղունգները ավելի էսթետիկ և հմայիչ կլինեն, եթե ազատ եզրի կորագիծը ամբողջովին համապատասխանի կուտիկուլայի կորագծին: Սա գործում է այն դեպքում, եթե հաճախորդն ուզում է պահպանել եղունգների

բնական ձևը: Այլ գեղարվեստական ձևավորման պահանջի դեպքում այս կանոնը չի պահպանվում:

Այսպիսով՝ գոյություն ունի ազատ եզրի խարտման հետևյալ ձևերը /նկ.2/՝



Նկ.1 Չեռքերի եղունգների մշակման տեսակներ

- «Իրական» քառակուսի՝ սուր անկյուններով

- «Փափուկ» քառակուսի կլոր անկյուններով

- Չվաճն /օվալաճն/

- Քառակուսի - ձվաճն

- Նշաճն /միկնդալաճն/

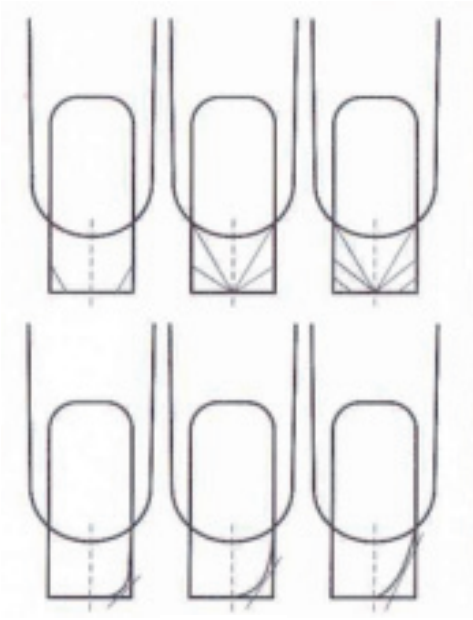
- Սուր «ճանկաճն»

- Եռանկյուն

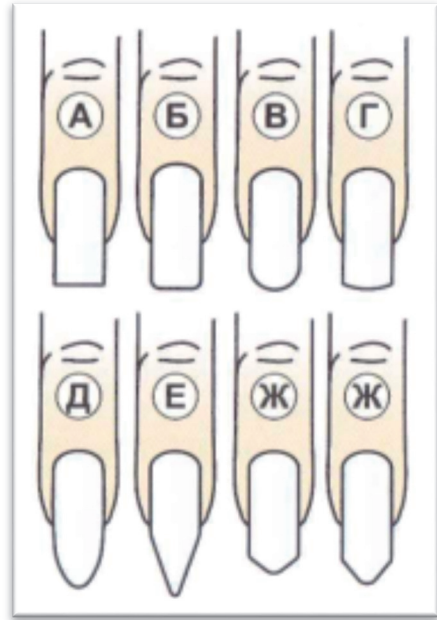
Ամենահեշտ ձևը համարվում է «իրական» քառակուսին, քանի որ հետագայում այս ձևից անցումը մյուս ձևերին, պրակտիկորեն ամենահարմարն է: Հետագա նկարագրումը հիմնված է հենց այս փաստի վրա: «Փափուկ» քառակուսի ստանալու համար անհրաժեշտ է կողմնային անկյունները տակից մի թեթև խարտել: Չվաճն տեսք ստանալու համար անհրաժեշտ է եղունգը խարտել 45 անկյան տակ, իսկ երկարության միջնամասից դեպի կենտրոն խարտելու

դեպքում՝ կդառնա «Նշաճն»: Սուր ձևի համար պետք է մոտավոր նշել եղունգի կենտրոնական մասը և կողմնային հատվածների անկյունները խարտելով շարժել դեպի նշած կետը, ապա վերջում կենտրոնը մի թեթև կլորացնել: Բացառություն է կազմում քառակուսի - ձվաճն տեսակը, որի ժամանակ մատնահարդարը հաճախորդի ձեռքը տեղադրում է մեծ մատի և ցուցամատի արանքում, իսկ խար-

տողը պետք է շարժել միայն մեկ ուղղությամբ՝ կողմնային հատվածներից դեպի ազատ եզրի կենտրոնական մասը /նկ.3/:



Նկ.2



Նկ.3

Մեծամասնության համար եղունգների խնամքը լուրջ խնդիր է, և շատ հաճախ այն կազմակերպվում է տնային պայմաններում՝ օգտագործելով կասկածելի որակի նյութեր և միջոցներ, փորձելով խնդրին արագ լուծում տալ: Սակայն տնային պայմաններում հնարավոր չէ մասնագիտական միջոցառման կազմակերպում և իրականացում: Որպեսզի եղունգները միշտ լինեն խնամված, առողջ և գեղեցիկ, պետք է մի քանի շաբաթը մեկ այցելել մատնահարդարին:

Այսպես, անրադառնանք մատնահարդարման բուն ընթացքին: Առաջ և մինչ օրս որոշ տեղերում շատ տարածված էր մատնահարդարումը սկսել թասիկի մեջ ձեռքերի «թրջումով»: Սակայն այժմ նյութագիտության զարգացման շնորհիվ կան բազմազան նյութեր, որոնք հնարավորություն են տալիս փոխարինել այդ ձանձրալի գործընթացը պարզապես քիմիական մշակումով: Նյութական մշակ-

ման առավելություն է նյութի անհատական ընտրումը հաճախորդի համար, իսկ թերությունը ալերգիան է ցանկացած բաղադրիչի նկատմամբ:

Տարբերում ենք մատնահարդարման մի քանի հիմնական տեսակներ՝

- Թաց
- Չոր
- Կտրվածքային
- Ոչ կտրվածքային
- ՍՊԱ
- Սարքավորումային /ապարատային/

Միջոցառումները բաժանում ենք 2 մեծ խմբի.

- Ըստ կուտիկուլայի փափկացման ձևի
- Ըստ կուտիկուլայի հեռացման ձևի

Մատնահարդարման ավանդական ձևի համաձայն՝ հաճախորդի ձեռքերը դրվում են օճառային լուծույթի կամ կերակրի սոդայի լուծույթի մեջ: Հաճախ ավելացնում ենք հոտավետ «արոմատիկ» նյութեր: Այս մեթոդը լավ փափկացնում է մաշկը, լայնացնում մաշկի ծակոտիները՝ կուտիկուլայի մեջ նյութի խորը թափանցելու շնորհիվ: Այստեղից հետևություն. «թաց» մատնահարդարման տեսակն օգտագործվում է հաստ, ներաճած կուտիկուլայով և խրոնիկական վնասման ենթարկված մատների /կծած, քերած/ դեպքում: Մատնահարդարները նկատել են, որ այս մեթոդի թերությունն այն է, որ հետագայում արված լաքը երկար չի պահպանվում: Դա բացատրվում է նրանով, որ եղունգն ունի շերտավոր կառուցվածք և ջրի մեջ ընկղմելու ժամանակ շերտ առ շերտ խոնավանում է: Այդ պատճառով եղունգի և լաքի կպումը լավ չի իրականանում: Այլ մասնագետների կարծիքով՝ լուծույթից եղունգների կառուցվածքը «ստրուկտուրան» փոխվում է, դրանք դառնում են տափակ և լայն, իսկ չորանալուց հետո եղունգները հետ են գալիս իրենց առաջնային կառուցվածքին. այդ դեպքում լաքը կնճռոտվում է և ճաքեր տալիս: Հատկապես շատ է արտահայտվում երկար եղունգների վրա: Այսպիսով «թաց» մատնահարդարման տեսակը կարճացնում է լաքի «կյանքը»: Բայց պետք չէ լիովին հրաժարվել մատնահարդարման այս տեսակից, քանի որ որոշ դեպքերում այն անփոխա-

րինելի է: Այսօր օգտագործվում են հատուկ նյութեր, որոնք ընթացքից հետո չորացնում են եղունգները՝ ջրազրկում /դեհիդրատացնում/՝ սրանով ապահովելով լաքի երկարատևությունը:

«Չոր» մատնահարդարման ժամանակ կուտիկուլան մշակվում է հատուկ նյութերով և հաճախ ընթանում է ջերմային գործոնի համակցումով, ինչը արագացնում և բարձրացնում է նյութի ազդեցությունը: Այս տեսակի համար օգտագործվում են ձեռքերի տաք ծածկոցներ, տաք յուղեր, լոսյոններ: Կուտիկուլայի մշակման այս տեսակն ընթանում է առանց եղունգի փոփոխության, և լաքը ավելի երկար է ծառայում:

Հաջորդ կարևոր հարցն է՝ արդյոք կտրե՞լ եղջրացած /կոշտացած/ կուտիկուլաները: Այսօր կան զանազան միջոցների, որոնք քայքայում և ամբողջովին հեռացնում են դրանք: Մասնագետների կարծիքներն այս հարցի շուրջ նույնպես տարամիտվում են: Ավանդական մեթոդի կողմնակիցները թերահավատորեն են վերաբերվում, թե որ նյութերով կարելի է հասնել մշակման այն որակին, որով հասնում են կտրվածքային մատնահարդարման ժամանակ: Մյուս մեթոդի կողմնակիցները հիմնվում են այն փաստի վրա, որ կտրվածքային մատնահարդարումը վտանգավոր է, քանի որ հանդիսանում է ՄԻԱՎ-ի /ՇՈՒՃ/, հեպատիտների A, B, C և բազմազան այլ վարակների աղբյուր: Երկու կողմն էլ իրավացի են. երկու մեթոդներն էլ ունեն իրենց բացասական և դրական կողմերը: Կտրվածքային մեթոդն անհրաժեշտ է դառնում շատ եղջրացած, ներաճած կուտիկուլաների ժամանակ, ինչպես նաև առավելություն է հանդիսանում պերզիկ հաճախորդների սպասարկման ժամանակ:

Այսպես, եկանք այն եզրակացության, որ մատնահարդարման բոլոր տեսակներն ունեն առավելություններ և թերություններ, և պետք է բոլոր մեթոդ լավ իմանալ ու տիրապետել դրանց, որպեսզի հնարավոր լինի յուրաքանչյուր հաճախորդի անհատական մոտեցում ցուցաբերել: Պետք է հաշվի առնել բոլոր առկա գործոնները՝ սրահ այցելելու հաճախականությունը, հաճախորդի գործունեությունը, ապրելակերպը, տարիքը, առողջական վիճակը: Դրա համար ժամանակակից սրահներում օգտագործում են հաճախորդի անհատական քարտ:

Մատնահարդարման փուլերը

Անկախ մատնահարդարման տեսակից՝ գործընթացը բաժանվում է 3 հիմնական փուլերի.

1. Նախնական սպասարկում
2. Մատնահարդարման բուն գործընթաց
3. Խորհրդատվություն հետագա խնամքի վերաբերյալ
Նախնական սպասարկում

• Մատնահարդարը զբաղեցնում է իր աշխատանքային տարածքը, որը նախապես պետք է ախտահանված լինի:

• Հաճախորդի ընդհանուր վիճակի և մաշկի ծածկույթի գնահատում:

• Հաճախորդի անամնեզին /հիվանդությունների պատմություն/ ծանոթացում:

• Հաճախորդի ձեռքերի զննում: Եթե առկա են խոցեր, քերծվածքներ, վերքեր և այլ մաշկային ծածկույթի խանգարումներ կամ եղունգների ձևի որևէ շեղում /դեֆորմացիա/ պարտադիր է մինչ աշխատանքն սկսելը հարցնել և հասկանալ, թե ինչով են դրանք պայմանավորված: Դա առաջնահերթ կատարվում է մատնահարդարի անվտանգության համար. «Ապահովությունը վախկոտություն չէ», և երբեք մի՛ մոռացեք, որ դուք գտնվում եք վարակման գոտում, և այս ախտանիշներից շատերը հաճախ կարող են վկայել ինֆեկցիոն հիվանդությունների մասին:

• Այս բոլորից հետո կարող եք հաճախորդի հետ քննարկել իրականացվող գործընթացը՝ թե՛ իր մեջ ներառվող նյութերով, թե՛ գումարի չափը:

- Անհատական քարտի լրացում:
- Հաճախորդի ձեռքերի լվացում և ախտահանում:
- Մատնահարդարի ձեռքերի լվացում և ախտահանում:
- Հաճախորդի առկա լաքի հեռացում: Լաքի հեռացման համար սովորաբար օգտագործում են բամբակե գլանակ՝ ներծծված հեռացնող լուծույթով հիմնականում ացետոնով: Պետք է ուշադրություն դարձնել հաճախորդի եղունգների տեսակին /արհեստական, բնական/: Արհեստական լինելու դեպ

քում չի թույլատրվում բարձր տոկոսայնության հեռացնող լուծույթի օգտագործում, քանի որ այն մաս-մաս քայքայում է արհեստական եղունգները: Հեղուկի տոկոսայնությունը և օգտագործման մնացած կանոնները /էքսպլուատացիա/ պարտադիր գրված են լինում համակցվող թղթի վրա: Շատ մատնահարդարներ բանքակե գլանակի փոխարեն օգտագործում են հատուկ անձեռոցիկներ, քանի որ այն մազմզուկներ է թողնում, ինչը խանգարում է հետագա աշխատանքի սահուն իրականացմանը: Մատնահարդարը պետք է այնպես հեռացնի հաճախորդի լաքը, որ չվնասի իր ձեռքերի լաքը. դա խոսում է նրա պրոֆեսիոնալիզմի մասին: Գրա համար անձեռոցիկը կամ գլանակը տեղադրում ենք ցուցամատի և միջնամատի արանքում: Առաջարկվում է լաքի մաքրման 2 ձև:

1. Մաքրում ենք կուտիկուլայից դեպի եզր. այս դեպքում եղունգի կողմնային հատվածները պետք է կրկին մաքրվեն:

2. Երկրորդ դեպքում ամեն եղունգի վրա 2-3 բուպե դրվում է անձեռոցիկ կամ լուծույթով գլանակ: Այս մեթոդի առավելությունն այն է, որ կրկնակի մաքրման կարիք չի լինում, և հեռացվում է լաքը առանց մաշկի վնասման: Լաքի հեռացումը սկսում ենք ձախ ձեռքի ճկույթից:

Այսուհետ կարող ենք անցնել մատնահարդարման բուն գործընթացին:

Վերջնական սպասարկում

- Խորհուրդներ տալ տնային խնամքի վերաբերյալ:
- Պայմանավորվել հաջորդ այցելության մասին:
- Աշխատանքային տեղանքի մաքրում և ախտահանում:
- Գործիքների սանիտարական մշակում և ախտահանում: Աանհրաժեշտ է գործիքները վանալ օճառով, հոսող ջրի տակ, ընկղմել ախտահանող հեղուկի մեջ, այնուհետև, ըստ գործիքի տեսակի, տեղադրել հատուկ սարքերի մեջ /սուխոժար, ավտոկլավ, ուլտրալուսային ախտահանիչ/:

- Ձեռքերի լվացում և ախտահանում:

Մասնահարդարման ժամանակ օգտագործվող նյութերը և գործիքները

Մինչ մատնահարդարման տեսակներին անցնելը, անդրադառնանք կիրառվող գործիքներին և նյութերին:

Գործիքները ծառայում են տարբեր նպատակների համար, բայց բոլորը կազմված են մետաղներից: Ըստ մետաղական համաձուլվածքների տեսակների տարբերում ենք՝

- ❖ Ժանգոտվող
- ❖ Չժանգոտվող
- ❖ Հավելյալ պաշտպանիչ թաղանթով

Բնականաբար, նախընտրությունը տրվում է չժանգոտվող գործիքներին, քանի որ դրանք ավելի երկարակյաց են և անվտանգ: Պաշտպանիչ շերտը չժանգոտող շերտն է: Շերտի գլխավոր բաղադրիչն է նիկել - տիտանային համաձուլվածքը: Ժանգը /կոռոզիա/ իրենից ներկայացնում է մետաղի օքսիդ, որն առաջանում է մետաղի և թթվածնի փոխազդեցությունից:

Այսօր կա գործիքների լայն տեսականի, որը ներկայացնում են տարբեր ընկերություններ և, բնականաբար, ունեն տարբեր գնային սահմաններ. այս բոլորը դուք ինքներդ կընտրեք պրակտիկ աշխատանքի ժամանակ:

Հիմնական օգտագործվող գործիքների համառոտ ցանկը

- Խարտոցներ. օգտագործվում են եղունգներին ձև տալու համար: Տարբերում ենք 2 հիմնական ձևի՝ քերող և հարթեցնող: Քերող խարտոցները կազմված են կարծր նյութից, ինչի վրա տեղակայված են տարբեր ձևերի և չափերի աբրազիվ քարերի մասնիկներ. հիմնականում կիրառվում է ավմաստը: Այս տեսակը կարելի է կիրառել առողջ, ամուր եղունգների ժամանակ: Հարթեցնող խարտոցները պարունակում են քիչ քանակության աբրազիվ քարեր և օգտագործվում են նուրբ, բարակ, փշրվող եղունգների դեպքում:

- Թեքված ծայրով փոքր մկրատներ. կիրառվում են եղունգի բնական ձևը վերականգնելու և կտրվածքային մատնահարդարման ժամանակ կուտիկուլան կտրելու համար:

- Գդալիկ. փոքր, բուք ծայրով գործիք է, որն արտաքննապես նման է գդալի: Կիրառվում է կուտիկուլայի տեղաշարժման համար:

- Փայտիկ.նաս անվանում են «նարնջային» փայտիկ: Օգտագործվում է եղունգի ազատ եզրը կեղտից մաքրելու համար, ինչպես նաև մանր և նուրբ աշխատանքի ժամանակ:

- Աքցաններ. օգտագործվում են կուտիկուլայի կամ շերտավորված մաշկի հեռացման համար /заусеницы/: Լինում են տարբեր չափերի և ձևերի:

- Թասիկներ.նախատեսված են ձեռքերի թրջոցների համար:

Պետք չէ մոռանալ, որ պարտադիր պայման է գործիքների մաքրումը և ստերիլիզացիան: Դա ո՛չ միայն հաճախորդների ապահովության համար է, այլև մատնահարդարի, քանի որ հակառակ դեպքում այս ամենը հանդիսանում է ինֆեկցիանների և վարակների տարածման աղբյուր:

Այսօր գոյություն ունի նյութերի լայն տեսականի, որոնք ներկայացնում են տարբեր ընկերություններ և, բնականաբար, ունեն տարբեր գնային սահմաններ: Այս բոլորը դուք ինքներդ կընտրեք պրակտիկ աշխատանքի ժամանակ: Մենք կանդրադառնանք նյութերի միայն ֆունկցիոնալ հատկություններին:

Օգտագործվող հիմնական նյութերի համառոտ ցանկը

- Ախտահանող
- Փափկացնող
- Խոնավեցնող
- Սնուցող
- Վերականգնող
- Սպիտակեցնող
- Մաքրող
- Շերտազատող
- Խոր շերտազատող-պիլինգ
- Կուտիկուլայի հեռացման համար
- Կենսաբանական ակտիվ նյութերի պարունակությամբ
- Հանգստացնող

«Թայ կտրվածքային» մատնահարդարում

Այժմ կուսումնասիրենք մատնահարդարման ոլորտում ամենատարածված մեթոդը՝ «թաց կտրվածքային» մատնահարդարում, որի ժամանակ կուտիկուլաները փափկեցվում են լուծույթի մեջ, այնուհետև կտրում են մկրատով կամ արքցանով: Մշակումը սկսում ենք հաճախորդի «չաշխատող» ձեռքից, քանի որ այն լուծույթում մնալու ավելի քիչ կարիք ունի:

Հիմնական փուլերը /տե՛ս հավելված 1/

1. Նախնական սպասարկում
2. Բուն մատնահարդարման գործընթաց
3. Վերջնական սպասարկում

1-ին և 3-րդ փուլերը նկարագրված են վերևում, այժմ անցնենք բուն մատնահարդարմանը:

1-ին քայլ՝ եղունգների ձևավորում

Եղունգների ձևը և երկարությունը պետք է որոշի հաճախորդը, մատնահարդարը կարող է միայն խորհուրդներ տալ, բայց ի վերջո կատարել հաճախորդի ցանկությունը, անգամ եթե ըստ մասնագետի դա սխալ է: Եղունգները կարճացնելու համար օգտագործում են արքցաններ, սակայն եթե եղունգները չոր են և փխրուն, չի թույլատրվում օգտագործել արքցան, քանի որ դա կհանգեցնի եղունգի ճաքերի առաջացմանը կամ կտրման: Այս դեպքում ավելորդ երկարությունը կարճացնում ենք խարտոցով՝ անընդհատ խոնավացնելով այն: Գրանից հետո անցնում են եղունգի ձևավորմանը:

Չի թույլատրվում եղունգները լուծույթից հանելուց հետո խարտել, քանի որ այդ ժամանակ դրանք դառնում են փափուկ և փշրվող: Խարտելիս շարժումները պետք է լինեն սահուն և հստակ՝ կողմնային եզրից միջայնորեն: Խարտոցն աշխատելիս տեղադրում ենք մեծ մատի և ցուցամատի միջև, որպեսզի կանխվի խարտոցի պտույտը աշխատաքի ժամանակ: Խարտոցի 1/3-ը պետք է լինի ձեռքի մեջ, և աշխտող մասը չպետք է գերազանցի 1/3-ին: Եղունգի անկյունները չի կարելի շատ խարտել, քանի որ դա կբերի եղունգի ընդհանուր թուլացմանը և հետագայում կտրմանը: Բնական եղունգների համար օգտագործում են խարտոց՝

240 քերող /աբրազիվության/ չափով: Դա թույլ է տալիս առանց բնական եղունգը վնասելու ստանալ մեզ անհրաժեշտ արդյունքը: Արհեստական եղուցների դեպքում կարող ենք օգտագործել ավելի քիչ քերող խարտոց՝ կախված արհեստական նյութի որակից:

Հաճախ եղունգի սկավառակը լինում է դեղին երանգի՝ պայմանավորված նրանով, որ եղունգի լաքապատումը կատարում են առանց հիմքի: Լաքի կազմության մեջ մտնող ներկող նյութերը, անցնելով եղունգի արտաքին շերտի մեջ, գունափոխության են ենթարկումայն: Եղունգների գունափոխությունը, շերտավորումը և անհարթությունները կարելի է հանել 240 խտության խարտոցով: Անհարթությունների վերացումը ապահովում է լաքի հարթ կպմանը: Խարտոցի շարժումները պետք է լինեն հստակ, սահուն և ուղղված լինեն եղունգի աճման գծով՝ հյուսիսից հարավ:

Եղունգի սկավառակի գունափոխումը կարող է կատարվել սպիտակացնող միջոցներով, որոնք պարունակում են ջրածնի պերօքսիդը $/H_2O_2$ 6%/ կամ ցանկացած օքսիդացնող ուժեղ նյութեր /լիմոնաթթու, խաղողաթթու, քացախաթթու/: Այս նյութերը գունազրկում են եղունգը դեղին երանգ տվող նյութերից: Այս նյութերի հետ պետք է զգույշ վարվել, քանի որ մաշկի կամ կուտիկուլայի մեջ ներթափանցման դեպքում առաջանում է ուժեղ գրգռվածություն՝ ընդհուպ մինչև ալերգիկ ռեակցիաներ: Սպիտակեցումն անհրաժեշտության դեպքում կարող ենք կրկնել մի քանի անգամ: Եթե մեկ այցը բավարար չէ լիովին գունաբացելու համար, ապա գործընթացը կարող ենք կրկնել հաջորդ այցին, մինչև հասնենք ցանկալի արդյունքի:

2-րդ քայլ՝ ձեռքի թրջում փափկացնող լուծույթի մեջ՝ մացերացիա

Խարտելուց հետո ձեռքի եղունգները պետք է ընկղմվի լուծույթով թափ մեջ, որը փափկեցնում է կուտիկուլաները: Դա կարող է լինել կերակրի սոդայի լուծույթ կամ հատուկ մացերացիայի համար նախատեսված միջոցներ: Լուծույթի ջերմաստիճանը պետք է լինի 38-40°C:

3-րդ քայլ՝ մյուս ձեռքի խարտում:

Որպեսզի անիմաստ ժամանակ չվատնեք, կարող եք անցնել հաջորդ ձեռքի եղունգների խարտելուն և ձևավորմանը:

4-րդ քայլ. 2-րդ ձեռքը մշակելուց հետո ընկղմում ենք լուծույթի մեջ:

5-րդ քայլ. ձախ ձեռքի կուտիկուլայի հետ տեղաշարժ և բարձրացում:

Չորացնում ենք ձեռքը մաքուր սրբիչով կամ անձեռոցիկով: Գրանից հետո ցանկալի է օգտագործել խոնավեցնող կրեմներ կամ յուղեր, որպեսզի կուտիկուլան հավելյալ փափկեցնենք, այնուհետև հատուկ փայտիկով /նարնջային փայտիկ/ կամ մետաղական գդալով զգուշորեն հետ և վեր ենք տեղաշարժում: Աշխատանքը սկսում ենք ճկույթից: Պետք է լինել շատ զգույշ, հավասարակշռված և չափավոր, քանի որ կարող ենք վնասել եղունգի մատրիքսը: Այնուհետև մուրճիկով բարձրացնում ենք կուտիկուլան ձախից աջ և սուր մասը ուղղված է եղունգին:

6-րդ քայլ՝ եղջրացած մաշկի մշակում

Եղջրացած /կոշտացած/ կողմնային մասերի կտրում արքցանի միջոցով: Արքցանի շարժումները պետք է ուղղված լինեն մաշկի կողմը, այլ ոչ թե եղունգի:

7-րդ քայլ՝ չորացած մաշկի մշակում

Գոգավոր մկրատի միջոցով հեռացնում ենք չորացած մաշկը, պետք է հեռացնել ընդհանուր մի գծով, հակառակ դեպքում ստանալու ենք շերտավոր պատկեր: Մատնահարդարը պետք է մկրատը բռնի մեծ և միջին մատներով, իսկ ցուցամատով ամրակայում ենք մեր աշխատանքը, որպեսզի խուսափենք վնասումներից և բարդություններից:

5, 6, 7-րդ քայլերը կատարում ենք հաջորդ ձեռքի վրա:

8-րդ քայլ՝ մերսում

Ձեռքերի մերսումն առանձին գործընթաց է, որը կարող է մատուցվել առանձին, ըստ մատնահարդարի որոշման: Կան տարբեր նյութեր և մեթոդներ, որոնք մանրամասն ներկայացված են «Մերսում» գլխում:

9-րդ քայլ՝ եղունգների հարթեցում /պոլիրովկա/

Չոր մաշկի հեռացումից հետո պետք է եղունգի կողմնային հատվածները /հարեղունգային գլանակներ/ մշակել յուղերով կամ կրեմներով, որոնք խոնավեցնում են թարմ մաշկը և պահպանում այն չորացումից ու հետագա շերտավորումից /защиты/: Հարթեցումը տալիս է եղունգի ավելի լավ կպում լաքի հետ, անգամ եթե լաքապատումը կատարվում է այցից հետո: Սկսած ձեռքերի

ճկույթներից՝ մերսման շարժումներով տրորում ենք քսած յուղը և այդպես հերթականությամբ շարունակում մյուս մատները:

Գրանից հետո հարթեցնող խարտոցով մշակում ենք եղունգները: Սովորաբար հարթեցնող խարտոցները ունենում են 3 աշխատանքային մակերես: Պետք է սկսել ամենահաստ քերող /աբրազիվ/ մակերեսից: Աշխատում ենք մի կողմով բոլոր եղունգների վրա ժամանկը խնայելու համար: Շարժումները պետք է ուղղված լինեն ձախից աջ ստորին մասից դեպի ազատ եզրը՝ այսպիսով ստանալով խաչաձև պատկեր:

Ինչպե՞ս է դա բացատրվում: Միակողմանի՝ աջից ձախ շարժումները՝ ուղղված մի գծի վրա, հանգեցնում են լարվածության բարձրացման, ինչն էլ իր հերթին՝ շփման ուժի մեցածմանը և վերջում՝ ջերմատվությանը: Սա, բնականաբար, հաճելի չէ հաճախորդի համար: Խաչաձև խարտու՞մը նպաստում է եղունգի սկավառակի ամբողջական մշակմանը, առանց եղունգի և կուտիկուլայի վնասման: Հարթեցումը պահպանվում է երկար և կայուն, դրա համար այն իրականացնում են ամփսը մեկ անգամ: Սրանից ելնելով՝ պետք է հաշվի առնել, որ եթե հաճախորդը այցելում է շաբաթական մեկ անգամ, ապա խնայողաբար է լինում միայն եղջրացած /կոշտացած/ մասերը, հատկապես եթե գործ ենք ունենում բարակ եղունգների հետ:

10-րդ քայլ՝ եղունգների ճարպագրկում և ջրագրկում /դեհիդրատացիա/

Մինչև լաքապատմանն անցնելը անհրաժեշտ է հեռացնել մեր կողմից օգտագործվող նյութերի մնացորդները, քանի որ դրանք խանգարում են լաքի հետագա կպմանը /սողգեզիային/: Նաև պետք է հեռացնել մնացած ջուրը՝ խոնավությունը վերացնելու համար, քանի որ այն նույնպես խանգարում է կպմանը: Կան հատուկ նյութեր, որոնք միաժամանակ կատարում են ճարպագրկումը և ջրագրկումը:

11-րդ քայլ՝ լաքի ընտրում

Լաքի գույնը պարտադիր պետք է որոշի հաճախորդը: Մատնահարդարը միայն իրավունք ունի խորհուրդներ տալ: Հաճախ լաքի գույնը սրվակի մեջ չի համապատասխանում եղունգի վրա տեղադրված գույնին: Գրա համար մատնահարդարը պետք է դա բացատրի հաճախորդին և, ցանկալի է՝ ունենա գունային տեսականի /պալիտրա/ ներկած օգտագործվող լաքերի տեսականիով:

Դա կհեշտացնի հաճախորդի ընտրությունը, և մատնահարդարը կխուսափի հետագա դժվարություններից և բարդություններից:

12-րդ քայլ` լաքապատում

Սա բուն մատնահարդարման վերջնական փուլն է և հաճախորդները սրանով են որակավորում և կարծիք ստեղծում մատնահարդարման աշխատանքի մասին: Լաքապատումն իրականանում է 2 ձևով` միաշերտանի և երկշերտանի վերածածկով:

«Եվրոպական» հիգիենիկ մաքնահարդարում

Այս գլխում կուսումնասիրենք մատնահարդարման այն տեսակը, որի ժամանակ կուտիկուլյան փափկեցվում և հեռացվում է քիմիական նյութերով` առանց կտրող գործիքների օգտագործման, այսինքն` ոչ կտրվածքային մատնահարդարում: Քանի որ այս տեսակը կիրառվել է Հյուսիսում, ստացել է «Եվրոպական» մատնահարդարում անվանումը:

Նախապատրաստական և վերջնական փուլերն ստանդարտ են: Ներկայացնենք մատնահարդարման բուն գործընթացը */տե՛ս հավելված 2/*:

1-ին քայլ` ձևավորում

Անհրաժեշտության դեպքում պետք է խարտել և ձևավորել եղունգները:

2-րդ քայլ` կուտիկուլայի փափկացում

Կուտիկուլաները փափկացվում են հատուկ նյութերով, կրեմներով, լոսյոններով, որոնք տեղադրվում են ձեռքի դրսային մակերեսի վրա: Նարնջային փայտիկով տեղադրում ենք ամեն մատի կուտիկուլայի վրա: Սկսում ենք 2 ձեռքի ճկույթներից` թեթև մերսման շարժումներով տրորում ենք նյութը և այսպես հերթականությամբ անցնում սե՛ծ մատին: Ավելցուկի դեպքում մերսեք ձեռքերի մաշկը:

3-րդ քայլ` կուտիկուլայի մշակում

Ճկույթից սկսած զգուշորեն բարձրացրեք կուտիկուլայի շերտը փայտիկով:

4-րդ քայլ` կուտիկուլայի քայքայում

Այս փուլում քայքայում ենք կուտիկուլաները` հատուկ նախատեսված նյութով: Տեղադրում ենք այն փայտիկով կուտիկուլայի վրա: Օգտագործման կա-

նոնները, քանակը, ժամանակահատվածը ամեն նյութի համար անհատական է. այդ մասին մանրամասն գրված է նյութին կից գրկույքի մեջ: Պետք է մշակել նաև ազատ եզրի և եղունգի կողմնային հատվածների կոշտացած մաշկը:

5-րդ քայլ՝ կուտիկուլայի հեռացում

Փայտիկի և փոքր կյուրետային գոլիկի միջոցով նյութերից մաքրում ենք եղունգի կուտիկուլայի մնացորդները: Պետք է զգուշորեն վարվել՝ մաշկը չվնասելու համար:

6-րդ քայլ՝ ձեռքերի լվացում

Հաճախորդի ձեռքերը պետք է լվանալ, որպեսզի հեռացվի քայքայող նյութերի մնացորդները: Հատկապես ուշադրություն է դարձվում եղունգի ազատ եզրի հատվածին, որն անհրաժեշտ է փայտիկով մաքրել մի քանի անգամ:

7-րդ քայլ՝ ձեռքերի մերսում

Տեղադրում ենք լուսյունը ձեռքերի վրա և սկսում տրորել մերսման միջոցով: Մերսման ձևերն ավելի մանրամասն գրված են «Մերսում» գլխում:

8-րդ քայլ՝ կուտիկուլայի համար յուղերի կիրառում

Բամբակով փաթաթված վրձինով կամ փայտիկով տեղադրում ենք յուղը կուտիկուլայի վրա: Սկսում ենք՝ ինչպես սովորաբար ընդունված է, ձախ ձեռքի ճկույթից: Յուղը փափկացնում է կուտիկուլայի հիմքը, ինչպես նաև սնուցում եղունգի մատրիքսը:

9-րդ քայլ՝ հարթեցում

Նյունն է, ինչ որ «թաց կտրվածքային» մատնահարդարման ժամանակ:

10-րդ քայլ՝ եղունգի ջրազրկում և ճարպազրկում

Ինչպես նշվեց նախորդ մեթոդի ժամանակ, պարտադիր պետք է հեռացնել ճարպի և խոնավության մնացորդները, և դա կարելի է կատարել հատուկ մեկ նյութով: Նյութը տեղադրում ենք բամբակե գլանակով կամ կտորից անձեռոցիկով:

11-րդ քայլ՝ լաքապատում

«Եվրոպական» մատնահարդարումը չի բացառում մացերացիա, այսինքն՝ եթե հաճախորդի ձեռքերը «բաղնիքի» կարիք ունեն, ապա պետք է համակցել խոնավացնող միջոցները՝ դրանք դարձնելով՝ «թաց՝ ոչ կտրվածքային»: Ընդհանրապես տարբեր նյութերի տեսականին կուտիկուլայի փափկացման և հեռացման

համար հնարավորություն է տալիս համակցել տարբեր մատնահարդարման ձևերը՝ ցուցաբերելով հաճախորդի համար անհատական մոտեցում և հետևաբար ավելի լավ արդյունք, ինչն էլ վկայում է մասնագետի բարձր հմտության մասին:

«Տաք» մատնահարդարում

Այս մատնահարդարման տեսականը համարվում է բուժական ընթացք և կիրառվում է այն հաճախորդների համար, որոնք ունեն չոր, վնասնած, եղջրացած /կոշտացած/ մաշկ և խրոնիկ վնասված /հիմնականում կրծած/ եղունգներ: Տաք մատնահարդարումը կարելի է համարել «թաց» մատնահարդարման տարատեսակ՝ այն տարբերությամբ, որ ջրի փոխարեն օգտագործում են հատուկ նյութեր, հիմնականում՝ լոսյոններ: Այդ նյութերն իրենց մեջ պարունակում են եղունգի աճի և բուժման համար վիտամինների հավաքածու, ինչպես նաև մաշկի և կուտիկուլայի համար նախատեսված խոնավեցնող և փափկացնող նյութեր: Հավաքածուն իր մեջ ներառում է՝ լանոլին, կոկոսի, դեղձի և ձիթապտղի յուղեր, A և E խմբի վիտամիններ և զանազան այլ նյութեր: Մատնահարդարման այս տեսակը կիրառվում է նաև երեխաների համար, որոնց մոտ շատ հաճախ կուտիկուլան խրոնիկ վնասված և բորբոքված է լինում: Խորհուրդ է տրվում այս մատնահարդարումը կատարել շաբաթը մեկ անգամ:

«Տաք» մատնահարդարման պարտադիր պահանջ է լոսյոնի համար էլեկտրական տաքացնող սարքի առկայությունը, որը տաքացնում և պահպանում է յուղի և լոսյոնի՝ մեզ անհրաժեշտ հստակ ջերմաստիճանը: Սովորաբար տաքացումը տևում է 10-15 րոպե, դրա համար պետք է նախապես միացնել այն՝ հաճախորդի և մատնահարդարի ժամանակը խնայելու համար:

Մատնահարդարման փուլերն են՝

1-ին քայլ՝ եղունգների ձևավորում և խարտում

Եղունգների ձևավորումը և խարտումը նույն կերպ է ընթանում, ինչ «թաց» մատնահարդարման ժամանակ:

2-րդ քայլ՝ ձեռքի «թրջում» նյութի մեջ:

Չախ ձեռքի մատներն ընկղմում են լոսյոնի մեջ, այնուհետև անցնում հաջորդ ձեռքին:

3-րդ քայլ՝ ձախ ձեռքի մերսում

Նյութի մեջ ընկղմելուց որոշ ժամանակ անց ձախ ձեռքը հանում ենք սարքից և ընկղմում աջ ձեռքը: Այդ ընթացքում ձեռքը մաքրում ենք նյութից, այնուհետ անցում եղունգների ազատ եզրերի և կուտիկուլայի հիմքի՝ փայտիկով մանրակրկիտ մաքրմանը: Դրանից հետո միայն կարող ենք անցնել մերսմանը, ինչը մանրամասն նկարագրված է «Մերսում» գլխում:

4-րդ քայլ՝ կուտիկուլայի տեղաշարժում

Զգուշորեն փայտիկով կամ մետաղական գդալով հետ և վեր ենք տեղաշարժում կուտիկուլան:

5-րդ քայլ՝ կուտիկուլայի հեռացում

Այս փուլի մասին մասնագետների կարծիքները տարամիտվում են: Այստեղ կարելի է կիրառել և՛ «կտրվածքային», և՛ «Եվրոպական» կուտիկուլայի մշակման մեթոդները: Ընտրությունը պետք է կատարել ելնելով հաճախորդի կուտիկուլայի վիճակից:

6-րդ քայլ՝ աջ ձեռքի մշակում

Կրկնում ենք 3-5-րդ քայլերը՝ աջ ձեռքի համար:

7-րդ քայլ՝ սառը ջրով թրջոցներ

Հեռացնում ենք նյութի մնացորդները, մաքրում խոնավ սրբիչով: Այնուհետև 2-3 րոպե ձեռքերն ընկղմում ենք սառը ջրով թասի մեջ: Այս պրոցեդուրան լավացնում է ձեռքի տվյալ հատվածի մատակարարումը և փակում այդ հատվածի մաշկի ծակոտկիները:

8-րդ քայլ՝ հարթեցում

Նույն ձևով է իրականացվում, ինչպես մատնարդարման նախորդ տեսակների ժամանակ:

9-րդ քայլ՝ եղունգների ճարպագրկում և ջրագրկում

Նույն ձևով է իրականացվում, ինչպես մատնարդարման նախորդ տեսակների ժամանակ

10-րդ քայլ՝ լաքապատում:

Մատնահարդարում պեմպայի կիրառությամբ

Եթե հաճորդը կիրառվող նյութերի հանդեպ ունի ալերգիա և չի ցանկանում կտրվածքային մատնահարդարում, ապա օգտագործում ենք պեմպայով մատնահարդարում: Մա իրենից ներկայացնում է ոչ կտրվածքային /«Եվրոպական»/ մատնահարդարման տարատեսակ և կարող է օգտագործվել և՛ «թաց», և՛ «չոր» տարբերակների ժամանակ:

Պենզան /չեչաքար/՝ խիստ ծակոտկեն հրաբխային ապար է՝ սովորաբար սիլիկաթթվի բարձր պարունակությամբ, ծավալային կշիռը կազմում է 0,3 -0,6 գ/սմ է, իսկ գույնը լինում է սպիտակ, բաց մոխրագույն, դեղին, դարչնագույն: Այն արդյունավետ է՝ գերաճած, կոշտացած կուտիկուլանների համար, բայց ընթացքն ավելի շատ ժամանակ է պահանջում, քան «կտրվածքային» մատնահարդարումը: Մեծ առավելություն է հաճախորդի ալերգիկ ռեակցիաների բացակայությունը:

Պենզայով մատնահարդարման բուն էությունն այն է, որ մենք քերում ենք եղջրացած, չոր մաշկը, իսկ պեմպայի եզրային սրածայր մասով կարող ենք մշակել եղունգի ազատ եզրը: Պենզան արդյունաբերության մեջ մշակվում է և լինում հարթ մակերեսով: Քանի որ մեզ համար նպատակահարմար է անհարթ մակերեսը, մենք դա ստանում ենք բարձր աստիճանի արբազիվության խարտոցների միջոցով: Մատնահարդարման բոլոր տեսակների ժամանակ կան նախապատրաստական և վերջնական փուլեր, որոնք ստանդարտ են:

Այժմ անցնենք բուն մատնահարդարմանը:

1-ին քայլ՝ եղունգների ձևավորում և խարտում

Նույնն է, ինչ նախորդ մատնահարդարումների ժամանակ:

2-րդ քայլ՝ ձեռքի քրջում

Կատարվում է ըստ ցանկության: Խարտելուց հետո ձեռքը, որի վրա աշխատում եք, պետք է ընկղմվի լուծույթով թասի մեջ, որը փափկեցնում է կուտիկուլաները: Կարելի է օգտագործել կերակրի սողայի լուծույթ կամ հատուկ մացերացիայի համար նախատեսված միջոցներ: Լուծույթի ջերմաստիճանը պետք է լինի 38-40⁰C:

3-րդ քայլ՝ աջ ձեռքի մշակում

1-ին և 2-րդ քայլերի կրկնում՝ աջ ձեռքի համար:

4-րդ քայլ՝ կուտիկուլայի փափկեցում

«Չոր» մատնահարդարման ժամանակ օգտագործում ենք հատուկ նյութեր, որոնք տեղադրում ենք կուտիկուլայի վրա փայտիկի միջոցով: Նյութի ազդեցությունից հետո սկսում ենք այն փայտիկով կամ գդալիկով զգուշորեն տեղաշարժել վեր և հետ: «Թաց» մատնահարդարման դեպքում, ձեռքի «բաղնիքից» հետո, գդալիկով տեղաշարժում ենք փափկեցված կուտիկուլան վեր և հետ:

5-րդ քայլ՝ կոշտացած մաշկի հեռացում

Նուրբ շարժումներով կուտիկուլայի միջնամասից դեպի կողմնային մասերը մաքրում ենք կոշտացած մաշկը՝ նախապես թրջելով պեմզայի աշխատանքային մասը: Ոչ մի դեպքում չի թույլատրվում պեմզայով կաշել եղունգի պլաստինային, որովհետև շատ ուժեղ կվնասի այն: Նաև չի թույլատրվում շարժումները կատարել կողմնային մասից դեպի միջնային մասը, քանի որ դա կբերի կուտիկուլայի վնասմանը՝ հատկապես եթե հաճախորդի մոտ այն շերտավորված է /заусеница/: Աշխատելուց պետք է մեծ ուշադրություն դարձնել կողմնային մասերի և ազատ եզրի հատվածին: Չի կարելի շտապել գործընթացի ժամանակ, քանի որ այս պրոցեդուրան մատնահարդարից մեծ հմտություն է պահանջում:

6-րդ քայլ՝ հաճախորդի ձեռքերի լվացում:

7-րդ քայլ՝ կուտիլայի մշակում

Քանի որ այս մատնահարդարման տեսակը, ըստ էության, շատ տրավմատիկ է հանդիսանում, որոշ մասնագետների կարծիքով՝ անհրաժեշտ է տեղադրել կուտիկուլայի համար վերականգնող կրեմներ և յուղեր: Նյութերի տեսականիից մատնահարդարն ընտրում է ըստ հաճախորդի կուտիկուլայի տեսակի և որակի:

8-րդ քայլ՝ եղունգների ջրազրկում և ճարպազրկում

Մինչ լաքապատմանն անցնելը պետք է հեռացնել մեր կողմից օգտագործված նյութերի մնացորդները, քանի որ դրանք խանգարում են հետագա լաքի կաշմանը /աղճեզիային/: Նաև պետք է հեռացնել մնացած ջուրը, քանի որ խոնավությունը նույնպես խանգարում է լաքի կաշելուն: Կան հատուկ նյութեր, որոնք միաժամանակ կատարում են ճարպազրկումը և ջրազրկումը:

9-րդ քայլ՝ լաքապատում:

«ՄՊԱ» մատնահարդարում

Որպես օրենք, «ՄՊԱ» մատնահարդարումը թերապևտիկ միջոցառումների համալիր է՝ ուղղված մաշկի արդյունավետ խոնավեցմանը, նուրբ շերտագատմանը և վիտամիններով սնուցմանը: Հաճախորդները նկատում են այս գործընթացի արդյունավետությունը և գնահատում պրոցեսի հաճելիությունը: Արոմաթերապիայի գործընթացը, շնորհիվ տարբեր հոտավետ նյութերի, իջեցնում է ընդհանուր լարվածությունը, հոգնածությունն ու սթրեսը: Ընդհանրապես հոտերի միջոցով բուժումը գալիս է մեր նախնիներից: Չնայած հնությանը, բուրավետ նյութերի օգտագործումն այսօր հեշտ և պարզ է: «ՄՊԱ»-ն կարելի է համակցել ուրիշ մատնահարդարման տեսակների հետ՝ «կտրվածքային», «Եվրոպական»: Թույլատրվում է օգտագործել տարբեր տեսակի և նպատակի նյութեր: Այսինքն՝ այս մեթոդի նյութագիտությունը հստակ կանոնների չի ենթարկվում և որոշվում է մատնահարդարի կողմից՝ հաճախորդի անհատականությունից ելնելով: Սովորաբար միջոցառումն ընթանում է մի քանի փուլերով:

1-ին քայլ՝ ձեռքերի թրջում /մացերացիայի փուլ/

Նախնական փուլից հետո ձեռքերն ընկղմում են թասիկի մեջ՝ այնպիսի նյութական բաղադրությամբ փրփուրով, որն ապահովում է մաշկի և եղունգների մաքրումը և փափկեցումը: Արդյունքում կատարվում է մաշկի, կուտիկուլայի խորքային մաքրում, փափկեցում, խոնավեցում և ձեռքերի ընդհանուր հանգստացում:

2-րդ քայլ՝ մաշկի շերտագատում

Այս պրոցեսը կարող է լինել մեկ կամ երկու փուլերով: Որպես օրենք, առաջին փուլի ժամանակ կատարում են մակերեսային շերտագատում /պիլինգ/: Նյութերը թեթև շերտագատում են մաշկը և պատրաստում 2-րդ փուլին՝ խոր շերտագատմանը /պիլինգի/: 2-րդ փուլի ժամանակ մաշկի վրա քսում են նյութեր, որոնք պարունակում են էկսֆոլիանտներ, որոնք ընդունակ են չորացած մաշկի շերտագատմանը: Դրանք կարող են պարունակել նաև տարբեր քանակությամբ և տոկոսայնությամբ մրգաթթուներ կամ հանքային աղեր: Այս փու-

լում կարող ենք կիրառել նաև տարբեր մերսումներ, պարաֆինաթերապիաներ, տարբեր տեսակի ծածկոցներ, էլեկտրական ձեռնոցներ:

Մասնագետների կարծիքով՝ 2-րդ փուլի միջոցով իրականացնում է ոչ միայն շերտազատում այլև մաշկի «երիտասարդեցում» կամ այլ կերպ՝ ոչ վիրահատական մաշկի «ձգում» /подтяжка/: Բարձրորակ նյութերի օգտագործման դեպքում արդյունքը շատ արագ ակնհայտ է դառնում:

3-րդ քայլ՝ ձեռքերի մերսում

ՄՊԱ միջոցառման մեջ մեծ տեղ են զբաղեցնում զանազան մերսումները: Այս ժամանակ օգտագործում են այնպիսի նյութեր, որոնք պարունակում են լուծված կերամիդներ, դրանք ապահովում են մաշկի էլաստիկությունը, ինչպես նաև կարող են պարունակել հանքային աղեր, յուղեր, սնուցող նյութեր: Այս բոլոր միջոցները կարող են համակցվել կամ իրենց մեջ ներառել տարբեր տեսակի բուրմունքներ:

Որոշ հոգեբանների կարծիքով՝ հաճախորդի լիարժեք հանգստության և միջոցառման ընդհանուր արդյունքի բարձրացման նպատակով մատնահարդարը կարող է հաճախորդին հոգեպես տրամադրել՝ սկզբից աննշան թվացող միջոցներով /խամրած լույս, մոմեր, կարելի է նույնպես հոտավետ, հանգստացնող երաժշտություն, բնության ձայներ, մոնիտորի վրա հաճելի նկարներ և պատկերներ/, որոնք շատ լայն կիրառում ունեն այսօր և վկայում են մեթոդի արդյունավետության ու պահանջարկի մասին:

Ինչպես հասկացանք, ՄՊԱ միջոցառումների հիմքը կազմում է նյութագիտությունը: Այսօր մեզ համար շուկայում ներկայացված է բազմաթիվ տեսականի, որից կարող ենք ընտրել մեզ անհրաժեշտ որակական, արդյունավետ և գնային հարմար նյութեր:

**«Մարքավորումային» /Ապարատային/
մարնահարդարում**

Անվանումից պարզ է դառնում, որ այս մատնահարդարման համար անհրաժեշտ է հատուկ սարք /ապարատ/: Այն իրենից ներկայացնում է փոքր էլեկտրական սարք՝ բազմաթիվ ծայրակալներով, որը տեսքով հիշեցնում է բոռ մեքենայի: Ծայրակալները կատարում են տարբեր ֆունկցիաներ՝ կախված տեսակից: Դրանցից են՝ գշիրները /բոռեր/, սկավառակները /դիսկեր/, ֆրեզերը, հարթեցնող քարերը /պեմզա, ավմագ, կարբիդ/ և հղկաթողով ծայրակալները: Սկավառակները կատարում են խարտոցի դեր, այսինքն՝ նախատեսված են եղունգի մշակման համար: Ծայրակալները լինում են տարբեր հարթեցնող աստիճանի /աբրագիվության/, չափերի և տրամագծի: Չանագան ծայրակալների տեսականիի շնորհիվ փորձառու մասնագետը, այս մեթոդը կատարում է 15-25 րոպեում և չի կարելի 1 ամսվա ընթացքում 2-ից ավել անգամ կատարել այս պրոցեդուրան: Մարքով աշխատելը խնայում է ժամանակը, քանի որ ճիշտ կատարելու դեպքում, աշխատանքն ավելի արագ է ընթանում մնացած մեթոդների համեմատ:

Մարքը պետք է պահել գրող գրիչի նման և անպայման ճկույթով հենվել հաճախորդի ձեռքին՝ ֆիքսելով աշխատող ձեռքը, որպեսզի կանխվի աշխատանքի ժամանակ սարքի պտույտը կամ սահքը: Ծայրակալները չի կարելի ուժեղ հենել կամ մեծ ուժգնությամբ օգտագործել, քանի որ դա կհանգեցնի մաշկի խոր վնասմանը: Մատնահարդարը պետք է լավ ծանոթանա սարքի աշխատանքային կանոններին և նորմաներին /Էքսպլուատացիային/, վարժ տիրապետի դրանց, հակառակ դեպքում կարող է էականորեն վնասել եղունգները և տվյալ հատվածի մաշկը:

Մարքը խորհուրդ է տրվում օգտագործել չոր մաշկի դեպքում: Հաճախորդի մաշկը պետք է մշակել հատուկ նախատեսված կրեմներով, յուղերով, հեղուկներով և չի թույլատրվում այն խոնավեցնել ջրով: Առաջին այցելության ժամանակ խորհուրդ է տրվում աշխատել ցածր պտտման արագության տակ: Հեռացնում ենք եղունգի շուրջ մաշկի չորացած հատվածները, եղունգի կողմնա-

յին հատվածները /վալիկները/: Մշակելիս պետք է ծայրակալը պահել 45 անկյան տակ: Եղունգի մշակման ժամանակ շարժումները պետք է ուղղված լինեն կենտրոնից դեպի կողմնային հատվածներ. այս ժամանակ սարքը չի կարելի երկար մի տեղում պահել, պետք է անընդհատ շարժել փոքր ընդմիջումներով: Ապարատային մատնահարդարումը պետք է կատարել հետևյալ հերթակալությամբ.

- Եղունգից լաքի հեռացում
- Գդալիկով կամ փայտիկով տեղաշարժել կուտիկուլան դեպի եղունգի կողմնային հատվածները /վալիկները/
 - Մշակում սարքի միջոցով
 - Նյութերով եղունգի և մաշկի մշակում
 - Ջրազրկում, ճարպազրկում
 - Լաքապատում

Մանկական մատնահարդարում

Մասնագետները, որպես մատնահարդարման առանձին ճյուղեր, դիտարկում են մանկական և տղամարդկանց մատնահարդարումը: Այն ունի մի շարք առանձնահատկություններ և նրբություններ, որոնք մենք հիմա առանձին կուսումնասիրենք:

Հաճախ կանայք սրահ գալիս են իրենց երեխաների հետ: Եվ երբ մասնագետը կատարում է իր աշխատանքը, այդ ընթացքում փոքր աղջիկներն ամենայն ուշադրությամբ հիացած դիտում են ամբողջ գործընթացը: Արտասահմանյան մասնագետները եկան այն համոզման, որ կարելի է կատարել մանկական մատնահարդարում, որը դրսում լայն տարածում ստացավ: Մեզ մոտ դա տարածում չունի և հիմնականում ընդունված չէ: Դրա համար այս մեթոդն ուսումնասիրում ենք արտասահմանյան մասնագետների աշխատանքով:

Չմայած դրան՝ արտասահմանցի մասնագետները այս հարցի շուրջ նույնպես տարակարծիք են: Որոշ մասնագետներ կարծում են, որ անկախ տարիքից և սեռից, անհրաժեշտ է խնամված արտաքին ունենալ. դա բնական է և հաճելի: Դրա մեջ մեծ դեր է հատկացվում ձեռքերին, այլապես անձը համար-

վում է անփույթ և հիգիենիկ կանոնները չպահպանող: Իսկ ոմանց կարծիքով՝ մատնահարդարումը պետք է իրականացվի զուտ անհրաժեշտության դեպքում: Այսպիսով՝ մենք ինքներս հիմա կուսումնասիրենք և կհասկանանք մանկական մատնահարդարման բուն էությունը և կարևորությունը:

Արտերկրում ընդունված է աղջիկներին փոքր տարիքից դաստիարակել այնպես, որ նրանք խնամված արտաքին ունենան: Այդ պատճառով էլ արտասահմանում այն լայն տարածում գտավ: Վիճակագրական վերջին տվյալների համաձայն՝ միայն ԱՄՆ-ում 23 միլիոն դեռահասներ կան, որանք տարեկան կոսմետիկ միջոցների վրա ծախսում են մոտ 6-9 միլիոն դոլար: Այստեղից հետևություն, որ նրանք պոտենցիալ հաճախորդ են հանդիսանում ցանկացած կոսմետիկ բնագավառի համար: Չեռքերի խնամքին արտասահմանում առանձին մեծ ուշադրություն են դարձնում: Գնային առումով այն 1/2 է կազմում: Սակայն պետք է հաշվի առնել, որ ժամանակը և նյութական ծախսը կրկնակի սակավ է: Նաև պետք է հաշվի առնել, որ նրանք մեծանալով հիմնականում մնում են ձեր հաճախորդը:

Մանկական մատնահարդարման ժամանակ կուտիկուլան ընդհանրապես չեն մշակում, որովհետև մանկական տարիքում այն զարգացած չի լինում և իրենից ներկայացնում է բարակ մի շերտ: Այլ հարց է ներկայացնում եղունգների և դրանք շրջապատող մաշկի վիճակը: Շատ հաճախ և՛ երեխաները, և՛ դեռահասները ունենում են վատ սովորություն՝ կրծել, քերել նաև ինքնուրույն մշակման փորձեր անել, ինչը բերում է եղջրացմանը /կոշտացմանը/, խրոնիկական վնասմանը: Սա էլ իր հերթին շատ հաճախ հիգիենայի վատ պահպանման արդյունքում կամ տեղային իմունիտետի ընկնելու պատճառով, համակցվում է բորբոքային երևույթների հետ:

Մանկական տարիքում կուտիկուլան և եղունգը վերջնական ձևավորված չեն լինում: Գեռահաս տարիքում արդեն ավարտվում է ընդհանուր զարգացումը: Այս տարիքում հիմնականում օգտագործվում է ոչ կտրվածքային մատնահարդարման տեսակը և միայն անհրաժեշտության դեպքում է խորհուրդ տրվում կիրառել կտրվածքային մեթոդը: Նպատակահարմար է այս տարի-

քում կատարել եղունգի կտրում, ձևավորում, մաշկի խոնավեցում և սնուցում, կուտիկուլայի փափկեցում:

Մանկական մատնահարդարման փուլերը

1-ին քայլ` եղունգների խարտում

Նախնական էտապից հետո անհրաժեշտության դեպքում անցնում ենք եղունգները խարտելուն: Երեխաների դեպքում օգտագործում են ամենացածր աստիճանի հարթեցնող խարտոցներ: Շատ նուրբ և թեթև ենք խարտում` չշեղվելով եղունգի բնական ձևից, այսինքն` մենք կատարում ենք եղունգի բնական ձևի վերականգնում /կորեկցիա/:

2-րդ քայլ` եղունգների մաքրում

Երեխաների մոտ շատ հաճախ եղունգի ազատ եզրի ներքևում կեղտ է կուտակվում, այն մաքրում են փայտիկով կամ գդալիկով:

3-րդ քայլ` ձեռքերի մերսում և թեթև փափկեցում

Մերսումն ավելի մանրամասն ներկայացված է «Մերսում» գլխում: Այստեղ մեծ ուշադրություն պետք է դարձնել կիրառվող նյութերի կազմին, քանի որ երեխաների մոտ շատ են տարածված ալերգիկ ռեակցիաները, որոնք արագ են ընթանում և բերում են մեծ բարդությունների` անգամ կարող են լետալ /մահացու/ ելք ունենալ: Դրա համար պետք է ծնողներից մանրամասն իմանալ ալերգիկ երևույթների առկայության մասին:

4-րդ քայլ` կուտիկուլայի և եղունգի վերականգնում, սնուցում

Այս փուլում օգտագործում են` կրեմներ, յուղեր, լոսյոններ, որոնք հազեցված են վիտամինների հավաքածուով, վերականգնող ֆերմենտներով, էլաստիկ և կոլագենային թելերով և այլ բազմազան բուժիչ և վերականգնող նյութերով:

5-րդ քայլ` ջրագրկում և ճարպագրկում

Ընթանում է նույն ձևի, ինչ մեծերի մոտ:

6-րդ քայլ` լաքապատում

Գոյություն ունեն հատուկ խնայող`ցածր տոքսիկությամբ, քիչ ալերգիկ կազմությամբ լաքեր` նախատեսված երեխաների համար:

Դեռահասների մատնահարդարման փուլերը հիմնականում նույնն են: Բացառություն է կազմում նյութական ավելի լայն սպեկտորի տեսակը, որն առա-

վել անվտանգ է այս տարիքում: Կառուցվածքային տարբերության շնորհիվ կարելի է ավելի խորքային ազդող միջոցներ ձեռնարկել: Այս տարիքում խորհուրդ չի տրվում եղունգների արհեստական երկարացում, քանի որ այն կվնասի բնական եղունգը:

Տղամարդկանց մատնահարդարում

Մեր երկրում տղամարդիկ սրահ այցելում են հիմնականում միայն մազերը կտրելու նպատակով: Արտասահմանում տղամարդկանց մոտ մատնահարդարումն ընդունված և տարածված երևույթ է, որը իրենց խնամված տեսքի անբաժանելի մասն է: Հատկապես լայն տարածում ունի այն տղամարդկանց մոտ, ովքեր աշխատում են բանկերում, մեծ ընկերություններում, հոթելներում, ունեն բիզնես կամ բարձր պաշտոնյաներ են: Այսինքն՝ այն տղամարդիկ, ովքեր գործի բերումով անընդհատ շփման մեջ են գտնվում տարբեր մարդկանց հետ, և որոնց տեսքը պետք է լինի խնամված, գործնական և ներկայանալի՝ մարդկանց վրա լուրջ տպավորություն ստեղծելու համար: Ինչպես ասացինք նախորդ թեմայում, արտասահմանում խնամված տեսքի պարտադիր բաղադրիչն են համարվում եղունգները: Անթույլատրելի է նրանց համար անխնամ, կեղտոտ եղունգներ ունենալը, դրանք միշտ պետք է լինեն մաքուր, խնամված, ամուր, հարթեցված, փայլուն: Այս ամենը վկայում է եղունգների առողջ տեսքի և տղամարդու բարձր կուլտուրայի մասին:

Տղամարդկանց մեծամասնության պատկերացմամբ՝ մատնահարդարումը տհաճ գործընթաց է, քանի որ սերտ առնչություն ունի մկրատների և աքցանների հետ, ինչպես նաև կրում է միայն էսթետիկ նշանակություն: Մատնահարդարը պետք է բացատրի, որ մատնահարդարումը առաջին հերթին հիգիենայի և խնամքի ապահովումն է, իսկ տհաճ պրոցեսներին կարելի չհանդրադառնալ միջոցառումների բազմազանության շնորհիվ: Դրանք հիմնականում հիմնված են նյութական միջոցների վրա, որոնք ինչպես քննարկեցինք, կարող են հեշտությամբ խոնավեցնել, փափկեցնել, հեռացնել կոշտացած մաշկը, նաև հեռացնել տղամարդկանց մոտ հաճախ հանդիպող կոշտուկները: Այս ամենն արդյունավետ է և ցավոտ չէ: Որպես գործիք՝ տղամարդկանց մատնահար-

դարման ժամանակ կարելի է օգտագործել պեմզան, որը կարելի է համակցել շերտազատող միջոցների հետ, որոնք կբարձրացնեն աշխատանքի արդյունավետությունը հատկապես կոշտացած մաշկի դեպքում, որը նույնպես շատ հաճախ է հանդիպում տղամարդկանց մոտ: Նաև շատ է տարածված ճաքերով չորացած մաշկը, որի դեմ արդյունավետ կլինի պարաֆինաթերապիան: Դա նաև սպիտակեցնում է մաշկը: Կան տարեց տղամարդիկ, որոնց հաճելի չէ մեծության նշանների առկայությունը ձեռքերի վրա: Իրենց համար նախատեսված են ՄՊԱ միջոցառումներ, որոնք խորությամբ շերտազատում /պիլինգ/, փափկեցնում, խոնավեցնում և երիտասարդացնում են մաշկը: Միջոցառման ժամանակ օգտագործում են լուծված կերամիդներ, որոնք վերականգնում են էլաստիկությունը և բարձրացնում մաշկի տոնուսը: Իսկ ընդհանուր լարվածությունը և հոգնածությունը վերացնելու համար կարող ենք օգտագործել տարբեր բուրմունքներ:

Այսպիսով տղամարդկանց համար մատնահարդարումը պետք է ներկայացնել և կատարել, որպես բուժիչ մեթոդներ՝ ձեռքերի և եղունգների համար թերապևտիկ միջոցառումներ: Նախնական և վերջնական փուլերը նույնն են, ինչպես կանանց ժամանակ: Անդրադառնանք մատնահարդարման հիմնական փուլին:

1-ին քայլ՝ լաքի մնացորդի հեռացում

Որոշ տղամարդիկ եղունգի պահպանման և սնուցման համար քսում են թափանցիկ լաք: Մնացորդների առկայության դեպքում պետք է մաքրել այն: Սկսում ենք ձախ ձեռքի ճկույթից:

2-րդ քայլ՝ եղունգների ձևավորում

Եղունգի ձևն ընտրվում է մատի բարձիկի ձևին համապատասխան: Խարտոցը հարմար պետք է օգտագործել 180 հարթեցնող աստիճանով /աբրազիվության/, քանի որ տղամարդկանց եղունգներն ավելի հաստ են և կոպիտ:

3-րդ քայլ՝ կուտիկուլայի մշակում

Եթե առկա են կոշտուկներ, ապա պետք է նախընտրությունը տալ մատնահարդարման «Թաց» ձևին: Ձեռքի թրջման ժամանակ ավելացրեք արոմատիկ լուծույթներ՝ հանգստացնելու նպատակով: Զգուշորեն տեղաշարժում ենք կու-

տիկուլան հետև և վեր, այդ ժամանակ թասի մեջ ենք ընկղմում այն ձեռքը: Տեղաշարժելուց հետո արքանով կամ մկրատով ընդհանուր մեկ շերտով կտրում ենք կուտիկուլաները:

«Չոր» մատնահարդարման ժամանակ օգտագործում ենք կուտիկուլան փափկեցնող և հեռացնող նյութեր: Այստեղ, ի տարբերություն կանանց մատնահարդարման, օգտագործում ենք նյութեր՝ ավելի բարձր տոկոսայնությամբ կամ ավելի շատ քանակով:

4-րդ քայլ՝ կոշտուկների հեռացում

Կոշտուկների հեռացման համար տարբերում են 4 մեթոդ՝ մեխանիկական, քիմիական կրիոթերապիա, լազերային: ***Մեխանիկական*** մեթոդի ժամանակ կիրառում են գործիքներ, հիմնականում օգտագործում են պեմզան, բարձր արբազիվությամբ խարտոցներ /100/ և այլ քերող գործիքներ: ***Քիմիական*** մեթոդի ժամանակ կիրառվում են միայն նյութեր, որոնք օժտված են այրող հատկությամբ: Պետք է ճիշտ օգտագործել նյութի չափաքանակը և տոկոսը, հակառակ դեպքում այն կհանգեցնի կողմնային և ստորադիր մաշկի այրմանը: ***Կրիոթերապիան*** մաշկի սառեցումն է՝ -110° տակ հեղուկ ազոտի, ամխաթվային գազի կամ սառեցված օդի հոսքի միջոցով: Այս մեթոդի օգտագործման ժամանակ պետք է չափազանց զգուշորեն աշխատել՝ պահպանելով աշխատանքային բոլոր կանոնները, հակառակ դեպքում կարող են առաջանալ մաշկի անվերադարձ-քայքայիչ փոփոխություններ: ***Լազերային*** մեթոդի ժամանակ կիրառվում են տարբեր ուժգնության լազերային ճառագայթներ՝ կախված բարդության աստիճանից:

Ցանկացած մեթոդ ունի իր առավելությունները և թերությունները, ինչպես նաև հակացուցումներ, որոնց պարտադիր պետք է ծանոթանալ, քանի որ կարող են առաջանալ առողջական մի շարք լուրջ խնդիրներ և բարդություններ, ինչի պատասխանատուն լինելու է մատնահարդարը:

5-րդ քայլ՝ մաշկի խնամք

Կուտիկուլայի մշակումից և կոշտուկների հեռացումից հետո կարելի է կատարել մաշկի խնամքի միջոցներ: Ըստ մաշկի ձևի և գործընթացի բնույթի՝ ըն-

տրվում են կրեմներ, յուղեր, լուսյոններ, նաև կարելի է կատարել պարաֆինաթերապիա:

6-րդ քայլ՝ մերսում

Այն մանրամասն ներկայցված է «Մերսում» գլխում:

7-րդ քայլ՝ եղունգների հարթեցում

Տղամարդկանց եղունգները պետք է հարթեցնել բարձր աստիճանի հարթեցնող խարտոցներով: Հաճախ լինում են դեպքեր, երբ տղամարդկանց եղունգները նույնպես լինում են թուլացած, փխրուն, շերտավորված: Այս դեպքում խարտոցում են ցածր չափերի խարտոցներով, իսկ դրանից առաջ և հետո պետք է կրկին մշակել եղունգը վերականգնող և սնուցող միջոցներով: Պետք է նաև խորհուրդներ տալ տնային խնամքի վերաբերյալ:

8-րդ քայլ՝ լաքապատում

Տղամարդիկ եղունգների առողջ փայլը պահպանելու համար հաճախ ընտրում են նաև լաքապատման փուլը: Մեծամասնությունը ընտրում է թափանցիկ գույներ:

ԳԼՈՒԽ 2. ՈՏՔԵՐԻ ՄԵԽԱՆԻԿԱԿԱՆ ՄՇԱԿՄԱՆ ՏԵՍԱԿՆԵՐԸ

«Ուրքի եղունգների մեխանիկական մշակման տեխնոլոգիաներ» մոդուլ

Եղունգի կառուցվածքը

Եղունգի կառուցվածքի իմացությունը շատ կարևոր է ուրքերի մեխանիկական ճիշտ մշակման համար: Եղունգներն իրենցից ներկայացնում են մաշկի եղջրային ածանցյալներ: Դրանք իրենց մեջ պարունակում են՝ ծծումբ, կալցումական աղեր, ֆոսֆոր, կարբոնատներ և 14 % ջուր:

Եղունգները հանդիսանում են մեր առողջության հայելին, նրանց տեսքը վկայում է որևէ խանգարման մասին: Առողջ եղունգները պետք է լինեն փայլուն, հարթ, խիտ, վարդագույն:

Եղունգն ունի բարդ անատոմիական կառուցվածք՝

1. Եղունգի մարմին կամ սկավառակ /պլաստինա/ սա եղունգի տեսանելի մասն է:
2. Եղունգի մատրիքսը եղունգի արմատն է, որը արտազատում է կեռատին, և եղունգի հիմնական բաղադրիչն է:
3. Կողմնային գլանակներ:
4. Հետին գլանակ:
5. Կուտիկուլա /Էպոնիխ/. կողմնային գլանակի հատվածն է՝ միացած եղունգին:
6. Եղունգի հատակ /լոժա, հիպոնիխ/. գտնվում է սկավառակի ստորին հատվածում, իսկ մյուս կողմում միանում է ֆալանգի վերոսկրին:

Եղունգի հիմնական գծերն ունեն իրենց առանձին սխեմատիկ պատկերը:

- Եղունգի սկավառակը կազմված է 2 հիմնական մասերից՝ եղունգի մարմնից և ազատ եզրից:
- Կուտիկուլայի գիծ. եղունգի և կուտիկուլայի սահմանն է:
- Կողմնային գիծը եղունգի և կողմնային գլանակների սահմանն է:
- «Ժպիտի» գիծ. եղունգի մարմնի և ազատ եզրի սահմանն է:
- Ազատ եզրագիծ. եղունգի ծայրամասային հատվածն է:

Եղունգի ապար ելքի և երկարության ձեռավորում

Եղունգի երկարությունն իրենից առանձին հարց է ներկայացնում, որը մասնագետը մանրամասն, իր առավելություններով և թերություններով, պետք է բացատրի հաճախորդին, որպեսզի նա ինքը գտնի իր համար ամենահարմար տարբերակը: Հատկապես դա վերաբերում է արհեստական երկար եղունգներ նախընտրող կանանց: Այս դեպքում պետք է գտնել իդեալական փոխհարաբերություն արհեստական եղունգի երկարության և սեփական եղունգի, որպեսզի չվնասենք վերջինս: Գոյություն ունի Փոխհամաձայնեցված լուծում. եղունգի ազատ ծայրի երկարությունը չպետք է գերազանցի եղունգի սկավառակի /պլաստիմալի/ երկարությանը: Հակառակ դեպքում մեծ է հավանականությունը եղունգի կոտրման, քանի որ այս դեպքում է առաջանում է լծակի էֆեկտը:

Հիմա առանձին դիտարկենք ձեռքի մատները: Ամեն մատի եղունգի սկավառակի երկարությունը տարբեր է: Սա պետք է հաշվի առնել, հակառակ դեպքում, եթե մենք բոլոր մատների համար կուտիկուլայից մինչև ազատ եզրի երկարությունը նույն չափով դիտարկենք, ապա բոլորը վիզուալ կստացվեն տարբեր երկարության, որն գեղագիտական չի համարվում: Այս օպտիկական խաբեղիությունը պայմանավորված է նրանով, որ ոտքի մատները և եղունգները նույն երկարությունը չունեն: Միայն ցուցամատը և միջնամատն են մոտավոր նույն երկարության: Ամենաերկարը մեծ մատն է: Որպեսզի բոլոր մատների եղունգները նույն չափի երևան, պետք է եղունգի եզրային մասից մինչև «ժպիտի» գիծը երկարությունը միանման լինի: Այս գործոնի կարևորության մասին ասում է այն փաստը, որ մրցույթների ժամանակ այդ կանոնները խիստ պահպանվում են և ստուգվում են քանոնով, սխալ կատարելու դեպքում մասնագետը հեռացվում է մրցույթից:

Հաջորդ կարևոր հարցը եղունգի ձևն է, այսինքն՝ ազատ եզրի ձևը: Նա պետք է համապատասխանի ոչ միայն մատների ձևին, այլև ընդհանուր ոտնաթափի ձևին: Եղունգներն ավելի գեղեցիկ և հմայիչ կլինեն, եթե ազատ եզրի կորագիծն ամբողջովին համապատասխանի կուտիկուլայի կորագծին: Սա

գործում է այն դեպքում, երբ հաճախորդը ուզում է պահպանել եղունգների բնական ձևը: Եթե նա ցանկանում է այլ գեղարվեստական ձևավորում, այս կանոնը չի պահպանվում:

Այսպիսով՝ գոյություն ունեն ազատ եզրի խարտման հետևյալ ձևերը.

- «Իրական»՝ քառակուսի սուր անկյուններով
- «Փափուկ»՝ քառակուսի կլոր անկյուններով
- Չվաճև /օվալաճև/
- Քառակուսի - ձվաճև
- Նշաճև /մինդալաճև/
- Սուր «ճանկաճև»
- Եռանկյուն

Ամենահեշտ ձևը համարվում է «Իրական» քառակուսին, քանի որ հետագայում այս ձևից անցումը մյուս ձևերին, պրակտիկորեն ամենահարմարն է: Հետագա նկարագրումը հիմնված է հենց այս փաստի վրա: «Փափուկ» քառակուսի ստանալու համար անհրաժեշտ է կողմնային անկյունները տակից մի թեթև խարտել: Չվաճև տեսք ստանալու համար անհրաժեշտ է եղունգը խարտել 45 անկյան տակ, իսկ երկարության միջնամասից դեպի կենտրոն խարտելու դեպքում կդառնա «նշաճև»: Սուր ձևի համար պետք է մտավոր նշել եղունգի կենտրոնական մասը և կողմնային հատվածների անկյունները խարտելով շարժել դեպի նշած կետը, ապա վերջում կենտրոնը մի թեթև կլորացնել: Բացառություն է կազմում քառակուսի - ձվաճև տեսակը, որի ժամանակ մասնագետը հաճախորդի ոտքը տեղադրում է մեծ մատի և ցուցամատի արանքում, իսկ խարտոցը պետք է շարժել միայն մեկ ուղղությամբ՝ կողմնային հատվածներից դեպի ազատ եզրի կենտրոնական մասը:

Ուրբերի մեխանիկական մշակման համար սենյակի կահավորում

Նախքան ուրբերի մեխանիկական մշակման թեմային անդրադառնալը, պետք է քննարկենք կահավորումը: Ի տարբերություն մատնահարդարման՝ պեղիկյուրի ժամանակ ավելի շատ սարքավորումներ և մեծ տարածք է պահանջվում: Այսօր ամեն սրահում առկա է պեղիկյուրի առանձին սենյակ, իսկ արտասահմանում գործում են պեղիկյուրի առանձին սրահներ: Դրա համար նախ և առաջ պետք է ծանոթանալ սենյակի ճիշտ կահավորման հետ:

Կահավորման կանոնները

Բոլոր կանոնների պահպանումը շատ կարևոր է, որպեսզի կանխվի վարակների առաջացումը և տարածումը:

Պեղիկյուրի սենյակները չպետք է գտնվեն նկուղային տարածքում: Պետք է անպայման առանձնացած լինի ընդհանուր սրահից և ամենաքիչը պետք է կազմի 8 մ²:

Մեծ ուշադրություն պետք է դարձնել լուսավորությանը: Աշխատանքային սենյակները պետք է բնական լույսով ապահովված լինեն. այդ պատճառով պարտադիր է դառնում պատուհանների առկայությունը: Չի բացառվում նաև հավելյալ արհեստական լուսավորման անհրաժեշտությունը: Աշխատատեղում պարտադիր են միջին և ավելի ուժգնությամբ լամպեր:

Պարտադիր է օդափռության հնարավորությունը:

Մի քանի աշխատատեղի առկայության դեպքում դրանց միջև պետք է պահպանվի 1,8 -5 մ հեռավորություն՝ կախված դասավորության ձևից: Եթե դասավորված են շարքերով՝ 5 մ, եթե ազատ դասավորություն է, ապա 1,8 և ավելի:

Սենյակում առնվազն պետք է նախատեսված լինեն 2 ուրբերի համար «բաղնիքներ», որոնք պետք է ապահովված լինեն սառը և տաք ջրի մատակարարումով՝ մեկը նախատեսված աշխատանքի համար, մյուսը՝ մասնագետի ձեռքերի և գործիքների նախնական լվացման համար:

Օրեկան առնվազն 2 անգամ անհրաժեշտ է կատարել սենյակի խոնավ մաքրում, ախտահանող նյութերի միջոցով: Շաբաթական մեկ անգամ պետք է

կատարել ընդհանուր մաքրում, ախտահանող նյութերով մշակել հատակը, պատերը, դռները, նստատեղերը, ամբողջ կահույքը, սարքավորումները, պատուհանները:

Չի թույլատրվում ավելորդ կահույքի որևէ դեկորի առկայություն: Սենյակի կահույքը պետք է սահմանափակ լինի, միայն անհրաժեշտ պարագաներ՝ ավելորդ տեղ չգրավելու նպատակով: Սա ունի էական նշանակություն: Դեկորատիվ պարագաների առկայությունը՝ զարդեր, ծաղիկներ և այլն, խիստ արգելվում է աշխատասենյակում: Դրանք կարելի է տեղադրել միայն ընդունարանում:

Անհրաժեշտ է ապահովել օդի և սենյակի մակերեսի ախտահանումը, որը կատարում են բակտերիցիդ ուլտրամանուշակագույն լամպաների միջոցով: Անհրաժեշտ է դա կիրառել ամեն աշխատանքային օրվա ավարտին: Այդ ժամանակ չի կարելի է գտնվել սենյակում, քանի որ այն բացասաբար է ազդում տեսողության վրա: Կան նաև ձևափոխված լամպեր, որոնք վտանգավոր չեն, ուստի կարելի է ներկա գտնվել աշխատելիս:

Կարող են լինել դեպքեր, երբ առնչություն ունենաք արյան հետ: Դրա համար անհրաժեշտ են ախտահանող հատուկ սարքեր՝ ուլտրամանուշակագույն, ուլտրաձայնային, ջերմային ստերիլիզատորներ, բայց այս ամենից առաջ պետք է ունենալ թասիկով լուծույթ՝ նախնական ախտահանման համար:

Աշխատատեղի կազմակերպում

Պեդիկյուրային աթոռները

Պեդիկյուրային աթոռը ամենակարևոր կահույքն է: Իր որակից և հարմարավետությունից է կախված հաճախորդի համար բոլոր գործընթացների կազմակերպումը: Այսօր շուկայում կա լայն տեսականի: Աթոռը պետք է լինի ամուր, հարմարավետ և, որ կարևոր է՝ ինքնակառավարվող: Ինքնակառավարվող աթոռները լինում են տարբեր տեսակի՝

- Մեխանիկական
- Հիդրավլիկ
- Էլեկտրական

Մեխանիկականը հնարավորություն է տալիս կառավարել միայն աթոռի բարձրությունը: Այն տեսքով նման է հասարակ գրասենյակային աթոռի: Հիդ-

րավիլին առավել կատարելագործված է մեխանիկականից. այն ընդգրկում է մարմնի բոլոր մասերը և կարելի է հարմարեցնել ամեն հաճախորդի: Էլեկտրականը հնարավորություն է տալիս կառավարել աթոռի բարձրությունը, մեջքի հատվածի թեքվածության աստիճանը. դրանով պայմանավորվում է հաճախորդի ընդհանուր դիրքը /պառկած, կիսապառկած, նստած/, և այս ամենը կատարվում է էլեկտրական վահանակի միջոցով: Այսպիսով, էլեկտրական աթոռներն ամենահարմարն են, քանի որ կարող են անհատականորեն համապատասխանեցվել հաճախորդին, ապահովել նրա հարմարավետությունը և աշխատանքի արդյունավետությունը:

Ուտքերի հենարան

Սա տեղափոխվող հարմարավետություն է՝ նախատեսված այն աթոռների համար, որոնք չունեն ուտքերի հենարաններ: Կազմված են մետաղական ձողից՝ աստղաձև հենարանով, իսկ վերևում ուղնատեղը պատրաստված է սինթետիկ, ձվաձև բարձիկից /գլանակից/, որն էլ պատվում է հատուկ թաղանթով և հեշտացնում է ախտահանման գործընթացը: Սրանց թերությունն այն է, որ մասնագետն աշխատելիս անընդհատ կռացած վիճակում է գտնվում, ինչն էլ, բնականաբար, բացասական ազդեցություն է ողնաշարի համար: Այդ պատճառով հաճախ չեն կիրառվում, օգտագործվում են միայն անհրաժեշտ դեպքերում, օրինակ՝ հաճախորդների մեծ հոսքի ժամանակ:

Բաղնիքները

Վաղուց անցել են այն ժամանակները, երբ պեդիկյուրի թրջոցների համար օգտագործվում էին թասեր: Այսօր օգտագործում ենք հատուկ բաղնիքներ: Տարբերում ենք 2 տեսակի՝ տեղափոխվող /մոբիլիզացված/ բաղնիքներ և հատուկ լվացարաններ:

Լվացարաններն անշարժեցված են, տեղակայվում են աթոռի հետ համապատասխան բարձրության վրա, որտեղ մատնահարդարը կարող է իրականացնել անհրաժեշտ գործողությունը: Ուտքերի լվացարանի առկայության դեպքում անհրաժեշտ է 2-րդ լվացարանը, որը նախատեսված է միայն մասնագետի անձնական օգտագործման համար: Լվացարանները կիրառվում են մեծ սրահներում, քանի որ դրանք շատ տեղ են զբաղեցնում. ամեն աշխատասենյակ պետք է

առանձին ապահովել, ինչն ավելի ծախսատար է լինում: Բաղնիքները տեղափոխվող են, քիչ տեղ են զբաղեցնում. սա էլ նրանց առավելությունն է: Մարքավորումներն անընդհատ փոփոխվում են, և բաղնիքները բացառություն չեն. այսօր կան հավելյալ տարբեր ֆունկցիաներով բաղնիքներ՝ մերսող, ճնշման տակ օդի ներհոսքով, հոտավետ միջոցներով, տատանումներով: Բաղնիքները մեծ անհրաժեշտություն են ՄՊԱ միջոցառումների ժամանակ:

Ե՛վ լվացարանները, և՛ բաղնիքները պետք է ապահովված լինեն տաք և սառը ջրի մատակարարումով, ինչպես նաև հեղուկի ավտոմատ արտահոսքով:

Մասնագետի աթոռը

Մասնագետն ամբողջ աշխատանքային օրը նստած է լինում. այդ պատճառով մեծ նշանակություն ունի աթոռի ընտրությունը: Այն պետք է լինի հարմարավետ, տեղաշարժական, ամուր, հեշտությամբ ախտահանվող, համապատասխանեցնելու հնարավորություն ունենա /բարձրությունը, թեքվածությունը/, նաև պետք է ողնաշարի համար ճիշտ հենակետ ունենա:

Պահարաններ

Կարևոր է, որ դրանք լինեն տեղափոխվող, ամուր, ախտահանման համար հարմարավետ, պարունակեն մեծ քանակությամբ դարակներ: Տարբերվում են 3 տեսակի պահարաններ՝ առանձին պահարաններ, անշարժ պահարաններ և ներմուծված աթոռի մեջ: Անշարժներն անհարմար են, քանի որ աշխատանքի ժամանակ գործիքները մոտ չեն տեղադրված: Կան պահարաններ, որոնք ներմուծվել են մասնագետի աթոռի մեջ: Մրանք պրակտիկ տեսակետից շատ նպատակահարմար են. միակ թերությունն է գործիքների նվազ տեղակայումը: Այսպիսով, պրակտիկորեն ամենամեծ տարածում են գտել շարժական պահարանները՝ իրենց տեղափոխման և մեծ քանակի նյութերի ու գործիքների տեղակայման հնարավորությամբ:

Լամպեր

Լավ տեսանելիությունը նյունպես խիստ կարևոր է արդյունավետ աշխատանքի համար, ինչը հնարավոր չէ կատարել առանց անհրաժեշտ լուսավորության: Գոյություն ունեն տարբեր ուժգնության լամպեր, որոնց տարբերու-

թյունը լուսային ալիքների երկարության մեջ է: Պրակտիկորեն տարբերում ենք մի քանի տեսակի լամպեր.

- Անշարժ
- Շարժական՝ սեփական հենարանով
- Շարժական՝ ֆիքսացիայով
- Խոշորացույցով

Սարքավորումներ ախտահանման համար՝

- Ավտոկլավ
- Սուխոժար
- Ուլտրամանուշակագույն լույս

Պարաֆինային քաղնիքներ

Կիրառում են պարաֆինաթերապիայի ժամանակ և նախատեսված են պարաֆինի տաքացման համար: Մենք ենք ընտրում պարաֆինի ջերմաստիճանը և քանակը: Լինում են տարբեր ձևափոխություններով.

- Ժամանակաչափով /թայմեր/. ընտրած ժամանակից հետո իրենք իրենց անջատվում են:
- Մշտական, որոնք տաքացնելուց հոտո մշտապես պահպանում են մեզ անհրաժեշտ ջերմաստիճանը:

Գործիքները եւ նյութերը

Գործիքները ծառայում են տարբեր նպատակների, բայց բոլորը կազմված են մետաղներից: Ըստ մետաղական համաձուլվածքների տեսակների՝ տարբերում ենք.

- ❖ Ժանգոտվող
- ❖ Չժանգոտվող
- ❖ Հավելյալ պաշտպանիչ թաղանթով

Բնականաբար, նախընտրություն է տրվում չժանգոտվող գործիքներին, քանի որ դրանք ավելի երկարակյաց են և անվտանգ: Պաշտպանիչ շերտը չժանգոտող է: Շերտի գլխավոր բաղադրիչն է նիկել/տիտանային համաձուլ-

վածքը: Ժանգը /կոռոզիա/ իրենից ներկայացնում է մետաղի օքսիդ, ինչն առաջանում է մետաղի և թթվածնի փոխազդեցությունից:

Այսօր կա գործիքների լայն տեսականի, որոնք ներկայացնում են տարբեր ընկերություններ և, բնականաբար, ունեն տարբեր գնային սահմաններ. այս բոլորը դուք ինքներդ կընտրեք պրակտիկ աշխատանքի ժամանակ: Մենք կուսումնասիրենք գործիքները՝ ըստ ֆունկցիոնալ հատկությունների.

- Խարտոցներ: Օգտագործվում են եղունգներին ձև տալու համար: Տարբերում ենք 2 հիմնական ձևի՝ քերող և հարթեցնող: Քերող խարտոցները կազմված են կարծր նյութից, որի վրա տեղակայված են տարբեր ձևերի ու չափերի աբրազիվ քարերի մասնիկներ, հիմնականում կիրառվում է ավմաստը: Այս տեսակը կարելի է կիրառել նորմալ, ամուր եղունգների ժամանակ: Պեդիկյուրի ժամանակ օգտագործում ենք 180-240 աբրազիվությամբ խարտոցներ: Հարթեցնող խարտոցները պարունակում են քիչ քանակության աբրազիվ քարեր և օգտագործվում են նուրբ, բարակ, փշրվող եղունգների դեպքում:

- Թեքված ծայրով փոքր մկրատներ: Կիրառվում է եղունգի բնական ձևը վերականգնելու և կուտիկուլան կտրելու համար:

- Գդալիկ: Փոքր, բութ ծայրով գործիք է, որն արտաքնապես նման է գդալի: Կիրառվում է կուտիկուլայի տեղաշարժման համար:

- Փայտիկ: Անվանում են նաև «նարնջային» փայտիկ: Օգտագործում են եղունգի ազատ եզրը կեղտից մաքրելու համար, ինչպես նաև մանր և նուրբ աշխատանքի ժամանակ:

- Աքցաններ. օգտագործվում են կուտիկուլայի կամ շերտավորված մաշկի հեռացման համար /зауценницы/: Լինում են տարբեր չափերի և ձևերի:

- Հերիչ /Պուշեր/. օգտագործում ենք խիստ եղջրացած կուտիկուլայի տեղաշարժման համար: Լինում են տարբեր չափերի և ձևերի:

- Քերիչներ. կիրառվում են ոտքերի չորացած և եղջրացած մաշկի հեռացման համար: Լինում են 2 տեսակի՝ քերիչ-գդալներ և քերիչ-ածելի: Քերող մասը միանվագ օգտագործման համար է: Այս գործիքները, անգամ հմուտ մասնագետների մոտ, կարող են մեծ վնաս հասցնել:

- Ռաշաբեր. նախատեսված են մաշկի մեջ ներաճած եղունգի հեռացման համար: Ստանդարտ չափի է:

- Կյուրետներ. կիրառվում են մաշկի մեջ ներաճած եղունգի կողմնային և ստորին հատվածները մշակելու համար:

- Մասկիչ /շպատել/. կիրառվում է մաշկի վրա նյութի տեղադրման համար: Լինում է մետաղական և փայտե /միանվագ օգտագործման համար/:

- Բաժանիչներ` օգտագործում են ոտքերի մատներն առանձնացնելու համար, որպեսզի գործողությունների կատարումը հարմարավետ լինի: Հիմնականում կիրառվում է լաքապատման ժամանակ լաքը չվնասելու համար:

- Խոզանակներ. օգտագործվում են գործիքների ախտահանումից առաջ նախնական մաքրման համար: Լինում են տարբեր կոշտության և չափերի:

Հիմնական օգտագործվող նյութերի համառոտ ցանկը

- Ախտահանող
- Փափկացնող
- Խոնավեցնող
- Սնուցող
- Վերականգնող
- Հանգստացնող
- Սպիտակեցնող
- Մաքրող
- Շերտագատող
- Խորը շերտագատող-պիլինգ
- Կուտիկուլայի հեռացման համար
- Կենսաբանական ակտիվ նյութերի պարունակությամբ
- Եղջրացած մաշկի և կոշտուկների հեռացման համար

Հավելյալ օգտագործվող պարագաներ

- ✓ Անձեռոցիկներ մեկանգամյա օգտագործմամբ. օգտագործում են ոտնաթափերի տակ դնելու համար:

- ✓ Սպումգներ. իրենց կազմության շնորհիվ լավ են ներծծում խոնավությունը և նյութերի մնացորդները:

✓ Հողաթափեր. առաջարկում են հաճախորդին աթոռից հանդերձարան հասնելու համար. պատրաստված են բարակ կտորից և մեկանգամյա օգտագործման են:

✓ Կտորային կոշիկներ. կիրառում են պարաֆինաթերապիայի ժամանակ, պարաֆինային բաղնիքներից հետո փաթաթում են ոտքերը՝ արդյունքը բարձրացնելու և երկարացնելու համար:

✓ Լաքերի գունային պոլիտրա. որպեսզի հաճախորդը ճիշտ և արագ ընկալի լաքի գույնը:

✓ Ծճգրտող /կորեկցող/ մատիտ. կիրառում են լաքապատման ժամանակ նուրբ աշխատանքների, մանր ձևավորման և ուղղումների համար:

Ուրքերի մեխանիկական մշակման փուլերը

Անկախ պեդիկյուրի տեսակից՝ գործընթացը բաժանվում է 3 հիմնական փուլերի.

1. Նախնական սպասարկում
2. Ոտքերի մեխանիկական մշակման բուն գործընթաց
3. Խորհրդատվություն՝ հետագա խնամքի վերաբերյալ

Նախնական սպասարկում

• Ոտնահարդարը զբաղեցնում է իր աշխատատեղը, որը նախապես պետք է ախտահանված լինի:

- Հաճախորդի ընդհանուր կեցվածքի, մաշկի ծածկույթի գնահատում:
- Հաճախորդի անամնեզին /հիվանդությունների պատմություն/ ծանոթացում:
- Հաճախորդի ոտքերի զննում: Եթե առկա են խոցեր, քերծվածքներ, վերքեր և մաշկային այլ ծածկույթի խանգարումներ կամ եղունգների ձևի որևէ շեղում /դեֆորմացիա/, պարտադիր է մինչ աշխատանքն սկսելը հարցնել և հասկանալ՝ ինչով են դրանք պայմանավորված: Դա առաջնահերթ կատարվում է մասնագետի անվտանգության համար: «Ապահովությունը վախկոտություն չէ», և երբեք մի՛ սոռսցեք, որ դուք գտնվում եք վարակման գոտում, և այս ախտանշաններից շատերը հաճախ կարող են վկայել ինֆեկցիոն և այլ հիվանդությունների մասին:

- Այս ամենից հետո կարող եք հաճախորդի հետ քննարկել իրականացվող գործընթացը՝ իր մեջ ներառվող նյութերով և գումարի չափով:

- Անհատական քարտի լրացում:

- Հաճախորդի ոտքերի ախտահանում /դեզինֆեկցիա/:

- Ոտնահարդարի ձեռքերի լվացում և ախտահանում:

- Հաճախորդի առկա լաքի հեռացում: Լաքի հեռացման համար սովորաբար օգտագործում են բամբակե գլանակ՝ ներծծված հեռացնող լուծույթով /հիմնականում ացետոնով/: Պետք է ուշադրություն դարձնել հաճախորդի եղունգների տեսակին /արհեստական, բնական/: Արհեստական լինելու դեպքում չի թույլատրվում բարձր տոկոսայնության հեռացնող լուծույթի օգտագործում, քանի որ այն մաս-մաս քայքայում է արհեստական եղունգները: Հեղուկի տոկոսայնությունը և օգտագործման մնացած կանոնները /էքսպլուատացիա/ պարտադիր գրված է լինում համակցվող թղթի վրա:

- Այսուհետ կարող եմք անցնել բուն գործունեությանը:

Վերջնական սպասարկում

- Խորհուրդներ տալ տնային խնամքի վերաբերյալ:

- Պայմանավորվել հաջորդ այցելության համար:

- Աշխատանքային տեղամասի մաքրում և ախտահանում:

- Գործիքների սանիտարական մշակում և ախտահանում: Առաջնահերթ անհրաժեշտ է գործիքները լվանալ օճառով՝ հոսող ջրի տակ, ընկղմել ախտահանող հեղուկի մեջ, այնուհետև, կախված գործիքի տեսակից, տեղադրել հատուկ սարքերի մեջ՝ սուխոժար, ավտոկլավ, ուլտրալուսային ախտահանիչ:

Ուրբերի մեխանիկական մշակման առանձնահատկությունները

Առաջին հերթին ապահովում ենք հաճախորդի հարմարվետությունը, այնուհետ անցնում բուն գործընթացին: Ուրբերի մեխանիկական մշակումը սկսում ենք հանգստացնող և փափկացնող միջոցներով:

Թրջոցներ «Մացերացիա»

Թրջոցները պետք է հաճելի լինեն հաճախորդի համար և օժտված լինեն հանգստացնող և ախտահանող /դեզինֆեկցիոլ/ հատկությամբ: Կան զանազան միջոցներ, որոնց հատկությունները պայմանավորված են ներառվող բաղադրիչներից, դրանց քանակի և փոխհարաբերության հետ: Նյութերն օժտված են նաև հավելյալ հատկություններով՝ հաճելի հոտեր, գույներ, փրփուր: Եթե առաջանում է մեծ քանակի փրփուր, ապա այդ միջոցը չի կարելի կիրառել ՍՊԱ բաղնիքներում:

Այս փուլի արդյունավետությունը գնահատվում է ուրբերի մաշկի փափկացումով: Հարց է առաջանում. «Որքա՞ն ժամանակ է անհրաժեշտ արդյունքին հասնելու համար»: Հաճախորդների մաշկի հաստությունը տարբեր է, և դուր ինքներդ պետք է գնահատեք այն, որպեսզի ճիշտ հաշվարկեք ժամանակը: Ամենահաստ՝ կոշտացած մաշկի դեպքում ժամանակը չպետք է գերազանցի 15 րոպեն, իսկ բարակ մաշկի դեպքում՝ 5 րոպեն: Հակառակ դեպքում մաշկը ներծծում է ջուրը, այտուցվում է, որի պատճառով ջնջվում է սահմանը՝ չորացած, եղջրացած և էլաստիկ մաշկի մասերի միջև, ինչն էլ խոչընդոտում է հետագա գործողությունները:

Ունաթաթի մշակում

Աշխատանքը սկսում ենք լաքի հեռացումից և, անհրաժեշտության դեպքում, եղունգները կտրելուց: Որոշ աշխատողներ այս փուլերը կատարում են մացերացիայից առաջ, բայց դա կոպիտ սխալ է: Ուրբերի եղունգների ստրուկտուրալ կառուցվածքն ավելի պինդ է և կարծր, քան մատների եղունգներիինը, նաև հաճախ ավելի չորացած են, այսինքն՝ ունեն ճաքելու, կոտրվելու հատկություն, եթե չոր վիճակում մշակվեն: Մացերացիայի ժամանակ եղունգ-

ները ներծծում են հեղուկը, խոնավանում և հետևաբար ավելի ճկուն են դառնում, ինչն էլ նպաստում է եղունգների հետագա ճիշտ և նուրբ մշակմանը:

Եղունգները երկար ժամանակ չկտրելու դեպքում ոտնաթաթի վրա աշխատելը, հատկապես մեծ մատի և ճկույթի շրջանում, խնդիր է առաջացնում: Ազատ եզրի խարտումը կարող ենք թողնել վերջնական փուլերին:

Լաքի հեռացումից հետո կարելի է գնահատել «խսկական» եղունգի վիճակը: Նորմայում առողջ եղունգները պետք է լինեն փայլուն, ամուր, հարթ և վարդագույն: Նորմայից որևէ շեղում վկայում է խախտումների և տեղային կամ ընդհանուր հիվանդությունների մասին:

Եղունգի ձևը պետք է լինի ուղիղ գծի նման՝ կողմնային հատվածներում թեթև, աննշան կլորացումով: Ոչ մի դեպքում չի կարելի կողմնային անկյունները բարձր կտրել, քանի որ դա կհանգեցնի եղունգի ներաճմանը:

Այսպես, մասնագետը ձախ ձեռքի ցուցամատով, մեծ և միջին մատներով պահում է հաճախորդի ոտքի մատը՝ կայունացնելով և տեղաշարժելով եղունգի կողմնային գլանակները: Աքցանը պետք է պահել եղունգի ազատ եզրի գծի նկատմամբ 45⁰ անկյան տակ և եղունգի մակերեսի նկատմամբ 90⁰ անկյան տակ՝ կլորացնելով եղունգի կողմնային անկյունները: Դրանից հետո նոր անցնում ենք եղունգի միջին հատվածի երկարության մշակմանը: Այս ճանապարհով աշխատելը շատ արդյունավետ է անգամ «պտտված» եղունգների ժամանակ: Աքցանի աշխատանքային մասի /կտրող մաս/ երկարությունը պետք է համապատասխանի եղունգի չափսին:

Եթե մատնահարդարման ժամանակ մշակումը սկսում էինք ձախ ձեռքից, ապա այստեղ հակառակը՝ աջ ոտքից: Դա բացատրվում է նրանով, որ մարդկանց մեծամասնությունը ձախ ոտքի վրա է հենվում և սկսում գրեթե բոլոր շարժումները, և հետևաբար ձախ ոտքն ավելի երկար ժամանակ է պահանջում մշակման համար:

Ոտքերի մեխանիկական մշակման «Եվրոպական» և «Կտրվածքային» անվանումներն արդեն վկայում են կիրառվող նյութերի և գործիքների մասին: Այստեղ մասնագետների կարծիքները մեթոդների շուրջ նույնպես տարամիտվում են: «Կտրվածքային» ոտնահարդարման ժամանակ, բնականաբար, կիրառում

ենք կտրող, քերող գործիքներ, որոնք բարձրացնում են արյուն առաջացնելու հավանականությունը, ինչն էլ բնականաբար մեծացնում է ռիսկը հեպատիտով, ՄԻԱՎ-ով և այլ հիվանդություններով վարակվելու: Այս պատճառով շատ մասնագետներ դեմ են «կտրվածքային» ոտնահարդարմանը: «Եվրոպական»-ի ժամանակ կիրառում ենք նյութեր՝ էկսֆոլիանտներ, որոնք, կախված իրենց մեջ պարունակող կերատոլիտիկների քանակից և տոկոսայնությունից, կատարում են մաշկի մակերեսային կամ խոր շերտազատում /պիլինգ/:

Կոշտուկների, խոր ճաքերի, գերչորացած մաշկի և այլ ծանր ու բարդ խնդիրների դեպքում պետք է բացատրել հաճախորդին, որ մեկանգամյա այցով կամ միայն տնային խնամքի միջոցներով խնդիրները չեն լուծվելու: Քանի որ դրանք պահանջում են մասնագիտական մոտեցում՝ քայլ առ քայլ փուլային բուժում՝ հատուկ նյութերի կիրառությամբ:

Եղունգների մշակում

Ոտքերը թրջելուց հետո մեխանիկական մշակումը սկսում ենք եղունգների մակերեսի մշակումից: Հեռացնում ենք եղջրացած մաշկի մնացորդային մասերը, այնուհետև մաքրում եղունգի մակերեսը կոշտացած շերտից: Հետ ենք տեղաշարժում կուտիկուլան պուշերի օգնությամբ և ռաշայի միջոցով հեռացնում ենք եղունգի մակերեսից:

Դրանից հետո կյուրետի միջոցով մշակում ենք եղունգի կողմնային հատվածները, հատկապես ուշադրություն պետք է դարձնել կողմնային անկյուններին, քանի որ այստեղ են մնում մշակվող մաշկի մնացորդները, որոնք կարող են բերել բարդացումների, օրինակ՝ բորբոքման: Ազատ եզրը մաքրելուց հետո պետք է սահուն անցնել դեպի կուտիկուլայի հատվածը: Որոշ մասնագետները կուտիկուլան մշակում են միայն պուշերով և ռաշպով, եթե դա լիովին բավարար է կուտիկուլան հեռացնելու համար:

Դրանից հետո կարող ենք անցնել ազատ եզրի և սկավառակի խարտմանը: Հեռացնում ենք մանր անհարթությունները, դեղնությունը քերող 240 աստիճանի /աբրազիվության/ խարտոցներով, սակայն շատ հաստ կամ կոշտացած եղունգների դեպքում թույլ է տրվում օգտագործել 180 աստիճանի խարտոցներ:

Այնուհետ արքանով հեռացնում ենք նախապես մշակված կուտիկուլան: Արքանը պահում ենք այնպես, որ կտրող մասերի միացման տեղը ներքևից կայունացված լինի ցուցամատով, իսկ վերևից՝ մեծ մատով: Մնացած մասերը տեղակայվում են արքանի բռնակների վրա՝ կարգավորելով կտրող մասերի միջև հեռավորությունը: Աշխատանքը սկսում ենք աջ կողմնային գլանակից՝ կտրող մասերն ուղղված են դեպի գլանակներ:

Չորացած մաշկը հեռացնելուց հետո սահուն անցնում ենք կուտիկուլայի միջնային մասի մշակմանը: Անհրաժեշտության դեպքում աշխատանքի ժամանակ խոնավեցնում ենք կուտիկուլան: Կտրող մակերեսը տեղադրում ենք մաշկի վերևում և զգույշ, սահուն, չդադարեցնելով տեղաշարժում ենք ներքև: Արքանի շարժումները չպետք է լինեն ձգող, պետք է ամուր սեղմել գործիքը և մեկ ամբողջական շարժումով կտրել՝ դրանով իսկ խուսափելով շերտերի /зач-сенницы/ առաջացմանը, որոնք շատ հաճախ են հանդիպում ոտնահարդարման ժամանակ: Միջնային հատվածի մշակումից հետո անցնում ենք մյուս կողմնային գլանակի մշակմանը:

Մեխանիկական մշակումից հետո պետք է մշակել ոտքերը փափկացնող, վերականգնող յուղերով, կրեմներով և լոսյոններով:

Ներաճած եղունգներ

Ներաճած եղունգները մեծ անհարմարություն են պատճառում հաճախորդին և կարող են շատ մեծ խնդիրների պատճառ հանդիսանալ, դրա համար պետք է մեծ ուշադրություն դարձնել և մանրակրկիտ մշակել:

Առաջնայինը էքսկավատորով ստուգեք ներաճած եղունգի խորությունը մաշկի մեջ և, դրանից ելնելով, որոշեք հեռացվող մասի երկարությունը և խորությունը:

Գրանից հետո նոր պետք է անցնել ներաճած եղունգի հեռացմանը: Սկրա-տի աշխատանքային մասից մեկը, այսինքն՝ մի կտրող կողմը տեղակայում ենք եղունգի ազատ տարածության մեջ, երկրորդը՝ եղունգի վրա, և զգուշու-թյամբ ճիշտ անկյան տակ դեպի վեր բարձրացնում այն: Այնուհետև արքանը տեղադրում ենք եղունգի ծայրին և աննշան շարժումներով հանում ենք այն դեպի վեր՝ այնպես, որ անկյունն ամբողջովին դուրս գա իր ծայրով և հատա-

կում մնա ազատ տարածություն: Համոզվելու համար էքսկավատորը անց-կացնում ենք հատակով. ցավի առկայությունը վկայում է ճիշտ կատարած աշ-խատանքի մասին, ինչպես նաև վերևում՝ սուր անկյունները:

Կա նաև մեկ ուրիշ մեթոդ, որը կիրառելիս հիմնականում աշխատում ենք քրտանի միջոցով: Կատարման տեխնիկայի տարբերությունը այն է, որ ան-կյունի դեպի վեր տեղաշարժը և հեռացումը կատարվում են միանգամից, և այս ամենը իրականացվում է քրտանի միջոցով:

Խոր ներաճած եղունգի հեռացումը շատ հաճախ ուղեկցվում է արյունով: Մատը պետք է մշակել ջրածնի պերօքսիդով և այնուհետ տեղադրել վիրա-կապ սինտոմիցինի պարունակությամբ: Հաճախորդին խնդրվում է 2-3 օր՝ 15-20 րոպե ոտքերը դնել աղաջրում: Խոր ներաճած եղունգը հեռացնելուց հետո կարող են լինել ցավեր, որոնք պետք է անցնեն մի քանի օրվա ընթացքում: Այսպիսով, մենք կատարում ենք վիրահատական փոքր միջամտություն, ինչը կարող է ունենալ բարդություններ՝ սուր, երկարատև ցավեր, այտուց կամ ար-դեն բորբոքում: Այս դեպքերում, հաճախորդը պետք է անհապաղ դիմի բժշկի:

Ուրքերի մեխանիկական «կտրվածքային» մշակում

Կատարվում է հետևյալ փուլերով */տես հավելված 3,4/*.

1. Թրջոցներ /մացերացիա/
2. Ուռնաթափի կոշտացած մաշկի քերում
3. Ուռնաթափի կոշտացած շերտազատում
4. Եղունգների մշակում
5. Մերսում
6. Եղունգների ջրազրկում և ճարպազրկում
7. Լաքապատում

1. Թրջոցներ

Հեղուկի ջերմաստիճանը և թրջելու ժամանակն անհատական է, և մասնա-գետը պետք է ինքը որոշի՝ ըստ հաճախորդի ոտքերի մաշկի վիճակի: Չոր, կոշտացած մաշկի դեպքում անհրաժեշտ է պահել 15 րոպե, հաճախորդի հա-մար հնարավորինս տաք ջրով: Եթե մաշկը նորմալ վիճակում է, առանց ճաքե-

րի, կոշտուկների և եղջրացած չէ, ապա պահում ենք 10 րոպե՝ միջին տաքությամբ ջրում: Կարելի է թրջոցների մեջ ավելացնել տարբեր յուղեր, բուրմունքներ և հավելյալ այլ նյութեր:

Որոշ դեպքերում հաճախորդին թույլատրված չեն տաք թրջոցներ՝ անոթային խնդիրների և հիվանդությունների, ծանր հղիության, բորբոքային պրոցեսների առկայության դեպքում: Թրջոցից հետո չորացնում ենք ոտքը:

2. Ոտնաթափի կոշտացած մաշկի քերում

Անհրաժեշտության դեպքում օգտագործում ենք քերիչ-ածելին: Կիրառում ենք ոտնաթափի՝ միայն թույլատրելի մասերում: Նորմալում, եթե մաշկը գերչորացած չէ, ոտնաթափի միջնային հատվածը չի մշակվում, հիմնականում մշակվում է ծայրերից, որտեղ մաշկը ամենակոշտացածն է: Գործիքն ամրապնդում ենք ձեռքի մեջ, իսկ մյուս ձեռքով պահում ենք ոտքը, որպեսզի կանխենք սխալ կամ պատահական շարժումները: Շարժումները կատարում ենք վերևից ներքև՝ սահուն և հստակ շարժելով, չափավոր ուժ տալով և մաշկի նկատմամբ պահում ենք ուղղահայաց: Անընդհատ ստուգում ենք մշակվող մաշկի հաստությունը և որակը: Պետք է մեկ ամբողջական շարժում կատարել՝ չդադարեցնելով աշխատանքը, որպեսզի մաշկը չստանա անհարթ, շերտավոր պատկեր:

Մասնագետն իր սեփական ապահովության համար պետք է պահպանի ածելիի և իր աշխատող ձեռքի միջև եղած հեռավորությունը, դրա համար ձգում է մշակվող մակերեսը: Գլույթի շրջանում հաճախ հանդիպում ենք անհարթությունների՝ «կատարների», որոնք զգուշորեն հեռացնում ենք թեք ծայրով մկրատով. կտրում ենք ուղղահայաց և մակերեսորեն, ոչ մի դեպքում չենք խորացնում այն:

Ճաքը չորացած մաշկն է, որը երկարատև զրկված է եղել խնամքից կամ վկայում է որևէ ախտահարման մասին: Այս պատճառով խոր ճաքերի առկայության դեպքում ածելիով աշխատելը ոչ միայն արդյունավետ չէ, այլև շատ ցավոտ է:

Կարող են հանդիպել ցողունային կոշտուկներ, որոնց առկայության դեպքում պետք է հեռացնել միայն մակերեսային հատվածը՝ չհասնելով ցողունի հատակին և չվնասելով այն:

Այս բոլոր կանոնների պահպանումն անհրաժեշտ է հակառակ դեպքում առաջանում են խոր քերծվածքներ, կտրվածքներ և տարբեր աստիճանի մաշկի վնասվածքներ, որոնք շատ երկար են վերականգնվում:

3. Կռշտացած ոտնաքաթի շերտազատում

Ածելիից հետո անհրաժեշտ է կատարել տվյալ հատվածի մաշկի շերտազատում /պիլինգ/: Շերտազատման /պիլինգի/ շնորհիվ մենք կատարում ենք.

- Ոչ պիտանի, մնացորդային մաշկի հեռացում
- Ճաքերի և դրանց շրջապատող մաշկի հարթեցում
- Ածելիով անհարմար հատվածների մշակում
- Մաշկը ստանում է հարթ և փայլուն տեսք
- Մերսման հատկություն

Օգտագործում ենք հարթեցնող գդալիկ և հատուկ նախատեսված խարտոցներ: Շերտազատում ենք ածելիով մշակված բոլոր հատվածները, նաև բաց թողնված կամ նախկինում չմշակված մասերը: Մրա միջոցով ստանում ենք խնամված մաշկ:

4. Եղունգների մշակում

Սկզբից պետք է ոտքերը նորից թրջել, բայց արգելվում է փափկացնող նյութերի բարձր տոկոսայնությունը կամ մեծ քանակությունը: Ինչպես սկզբում ասվեց, ի տարբերություն մատնահարդարման՝ ոտքերի մշակումը սկսում ենք աջ կողմից՝ «չաշխատող» մասից, ոտքերի մեխանիկական մշակումը սկսում ենք նաև բութ մատից: Եղունգները մշակում են ուղիղ մկրատով կամ արքանով՝ պայմանավորված մասնագետի ընտրությամբ: Կարևոր է պահպանել եղունգի բնական ձևը: Կատարման տեխնիկան ավելի մանրամասն քննարկվել է նախորդ թեմայում:

5. Մերսում

Մերսումը կատարվում է լաքապատումից առաջ: Կիրառում ենք կրեմներ, յուղեր և լոսյոններ՝ ըստ մաշկի տեսակի և մեր կատարած քայլերի: Կան մերսման տարբեր մեթոդներ: Դրանք են.

- Ուղիղ շարժումներ
- Շրջանաձև շարժումներ
- Պտուտաձև շարժումներ

-
-
- Օղակաձև շարժումներ

Այս մեթոդների փուլերը և այլ տեսակներ ավելի մանրամասն նկարագրված են «Մերսում» գլխում:

6. Ճարպագրկում և ջրագրկում /դեհիդրատացիա/

Մինչև լաքապատմանն անցնելը պետք է հեռացնել մեր օգտագործված նյութերի մնացորդները, քանի որ դրանք խանգարում են լաքի հետագա կպմանը /աղոգեգիային/: Նաև պետք է հեռացնել մնացած ջուրը՝ խոնավությունը վերացնելու համար, դա նույնպես խանգարում է կպմանը: Կան հատուկ նյութեր, որոնք միաժամանակ կատարում են ճարպագրկում և ջրագրկում:

7. Լաքապատում:

Ուրքերի մեխանիկական «ՄՊԱ» մշակում

Մեխանիկական «ՄՊԱ» մշակումն այսօր ամենալայն տարածված և մեծ ճանաչում գտած մեթոդն է: Արտասահմանում անգամ գործում են առանձին մեծ «ՄՊԱ» սրահներ: Առաջին անգամ ուրքերի «ՄՊԱ» մեխանիկական մշակումն ի հայտ եկավ ԱՄՆ-ում, 1997 թ. ամերիկյան կոսմետիկ քիմիական լաբորատորիաների կողմից և անվանվեց Spa Pedicure: Այն միանգամից մեծ ճանաչում ունեցավ թե՛ կանանց, թե՛ տղամարդկանց կողմից: ՄՊԱ մեթոդը հիմնվում է նյութերի ազդեցության վրա և հիմնականում շատ քիչ գործիք է պահանջում: Այսօր ՄՊԱ - ի ժամանակ կիրառվող բոլոր նյութերն ունեն բնական ծագում՝ զանազան հատկություններով խոտաբույսեր, յուղեր, ծովի աղը, ծովի ավազը, խեցիներ, ջրիմուռներ, տարբեր կավային զանգվածներ /սպիտակ, կարմիր, մոխրագույն/ և այլն: Վերջերս նաև առանձնացվել է Էկո-ՄՊԱ: Այն նույնպես պատրաստվում է բնական հումքից, տարբերությունն այն է, որ բնական հումքի աճը և խնամքն ապահովում են էկոլոգիապես մաքուր վայրերում և բացառում են խնամքի ժամանակ քիմիական ցանկացած նյութերի կիրառումը /նիտրատներ, պեստիցիդներ/:

Այսպես՝ ՄՊԱ նյութերին ներկայացվող հիմնական պահանջարկը բնական հումքն է, որը պետք է անվտանգ լինի առողջության համար: Այո՛, բնական, այլապես այն կարող է մեծ վնաս առաջացնել հաճախորդին, եթե որևէ

բաղադրիչի նկատմամբ դիտվի ավերգիկ երևույթ: Հետևաբար մասնագետը պետք է մանրակրկիտ իմանա նյութի կազմությունը:

ՍՊԱ նյութերն իրենց հարուստ բաղադրության շնորհիվ միաժամանակ կատարում են մի քանի գործողություններ.

- ✓ Ուտքերի և եղունգների մեխանիկական մշակում
- ✓ Մաշկի խոնավեցում
- ✓ Մաշկի սնուցում
- ✓ Մաշկի շերտազատում և մաքրում

ՍՊԱ միջոցառումը կատարվում է մի քանի փուլերով.

1. Թրջոցներ /մացերացիա/
2. Մաշկի մաքրում և շերտազատում /պիլինգ/
3. Կուտիկուլայի մշակում
4. Մաշկի խոնավեցում
5. Մերսում
6. Ճարպազրկում և ջրազրկում /դեհիդրատացիա/
7. Լաքապատում

1. Մացերացիա

Հիմնական կիրառվող միջոցներից բացի, օգտագործվում են հատուկ ՍՊԱ նյութեր, որոնք օժտված են տարբեր հատկություններով՝ կախված կազմությունից: Օրինակ՝ մաշկի խոնավեցման և փափկացման համար կիրառում ենք նյութեր՝ նարնջի յուղի և ջրիմուռների պարունակությամբ: Բնական ախտահանող /դեզինֆեկցիա/, մաքրող հատկությամբ օժտված են թեյի ծառի յուղը և ծովի աղը: Դրանք ունեն նաև հատուկ իրենց բնորոշ բուրմունք, ինչն ունի հանգստացնող հատկություն: Հաճախ մասնագետներն օգտագործում են տարբեր հոտավետ ավելցուկներ՝ հաճախորդի նախընտրությունները և ավերգիկ ռեակցիաները նախապես հաշվի առնելով:

2. Մաշկի մաքրում և խոր շերտազատում /պիլինգ/

Շերտազատումը կատարվում է միայն նյութերի շնորհիվ. տարբերում ենք 3 տեսակի նյութեր՝ մակերեսային, խոր և խառը /կոմբինացված/: Նախ և առաջ պետք է ուսումնասիրենք շերտազատման տեսակները՝ ֆիզիկական և քիմիական:

Ֆիզիկական շերտազատումը մաշկի մակերեսային, ամենավեր տեղակայված շերտի՝ էպիդերմիսի վերին մասի հեռացումն է: Այս տեսակին հանդիպում ենք նաև մեր առօրյայում՝ մաշկի հետ որևէ բանի երկարատև շփման ժամանակ: Որպես նյութ՝ մակերեսային շերտազատման համար օգտագործում են ծովի ավազը և կվարցը: Արդյունքը մեծացնելու համար կիրառում են կերատոլիտիկներ, որոնց ծավալը չպետք է գերազանցի 5%-ը: Ոտքերի մաշկը ստանում է հարթ և փայլուն տեսք:

Քիմիական շերտազատումը մաշկի մակերեսային շերտի՝ էպիդերմիսի ստորև տեղակայված շերտի հեռացումն է: Այս շերտազատումն իրականացնելու համար անհրաժեշտ է կատարել մեխանիկական կամ քիմիական միջամտություն: Քիմիական միջամտության նյութերն են՝ բարձր տոկոսայնությամբ մրգաթթուներ, որոնք ռեակցիայի արդյունքում առաջացնում են բյուրեղներ /կրիստալներ/: Անհրաժեշտ տարր են համարվում էքսֆոլիանտները, որոնք ապահովում են արդյունավետ խոր շերտազատում: Խորության աստիճանը կախված է էքսֆոլիանտների տոկոսայնությունից: Էքսֆոլիանտներ պարունակող նյութերը կիրառում են ուժեղ կոշտացած մաշկի ժամանակ, և չիթույլատրվում դրանք մաշկի վրա պահել 15 րոպեից ավելի:

Նուրբ մաշկի դեպքում մրգաթթու պարունակող նյութերը փոխարինվում են հիմնային միջավայր ունեցող նյութերով: Հիմնականում կիրառում են միայն աղեր: Շերտազատման այս տեսակն ամենաբարենպաստն է, քանի որ չի ուղեկցվում գրգռվածությամբ, իսկ ծովի միներալների շնորհիվ սնուցվում է մաշկը:

Գոյություն ունեն եռապիլինգային հիդրոսկոպիկ նյութեր, որոնք միաժամանակ կատարում են 3 ֆունկցիաներ՝ մակերեսային շերտազատում /ֆիզիկական պիլինգ/, խոր /քիմիական/ շերտազատում և խոնավեցում: Մակերեսային պիլինգը կատարում են նյութի մեջ պարունակող մրգաթթուների շնորհիվ: Քիմիական պիլինգն իրականացվում է 5%-ոց կիտրոնաթթով, իսկ խոնավեցումը կատարվում է միներալների և վիտամինային խմբերի շնորհիվ: Այս նյութի առավելությունը ժամանակի խնայումն է:

3. Կուտիկուլայի մշակում

Այս փուլում քայքայում ենք կուտիկուլաները հատուկ նախատեսված նյութով: Կուտիկուլայի մշակումն անհրաժեշտ է լինում, եթե մինչ այդ կատարվել է մակերեսային պիլինգ, քանի որ խոր պիլինգի ժամանակ մաշկի շերտազատման հետ միասին կատարվում է կուտիկուլայի հիմնական մասի հեռացում:

Նյութը տեղադրում ենք փայտիկով կուտիկուլայի վրա: Օգտագործման կանոնները, քանակը և ժամանակահատվածը ամեն նյութի համար անհատական է, և մանրամասն գրված են նյութին կից գրկույքի մեջ: Նաև անհրաժեշտության դեպքում պետք է մշակել ազատ եզրի և եղունգի կողմնային հատվածների կոշտացած մաշկը:

4. Մաշկի խոնավեցում

Գրեթե բոլոր ՍՊԱ միջոցները պարունակում են խոնավեցնող նյութեր: Վերջերս այդ նյութերի բաղադրիչները փոփոխության ենթարկվեցին և օժտվեցին զանազան հավելյալ հատկություններով՝ պաշտպանիչ, մեկուսիչ, ախտահանիչ, տաքացնող կամ սառեցնող, մաշկի տոնուսը բարձրացնող և հակաալտուցային: Որպես կանոն՝ խոնավեցնող նյութերը պարունակում են միներալներ, խաղողի կորիզ, մենթոլ, եթերային յուղեր:

Խորհուրդ է տրվում նյութը մաշկի վրա տեղադրել վրձնի օգնությամբ, որպեսզի չունենանք նյութի ավելորդ կորուստ: Նյութի արդյունավետությունը բարձրացնելու համար հարկավոր է այն տեղադրելուց հետո կատարել ոտքերի փաթաթում: Կատարում ենք տոպրակների կամ կտորների միջոցով, հագցնում ենք հատուկ կտորե կոշիկներ, որոնք կայուն են պահում ջերմաստիճանը: Փաթույթն առավելագույնը պետք է տևի 20 րոպե:

5. Մերսում

Մերսումը կատարվում է լաքապատումից առաջ: Կիրառում ենք կրեմներ, յուղեր և լոսյոններ՝ կախված մաշկի տեսակից և մեր կատարած քայլերից: Կան մերսման տարբեր մեթոդներ: Դրանք են՝

- Ուղիղ շարժումներ
- Շրջանաձև շարժումներ
- Պտուտաձև շարժումներ
- Օղակաձև շարժումներ

Այս մեթոդների փուլերը և այլ տեսակներն ավելի մանրամասն նկարագրված են «Մերսում» գլխում:

6. Ճարպագրկում և ջրագրկում /դեհիդրատացիա/:

Մինչ լաքապատմանն անցնելը պետք է հեռացնել մեր օգտագործված նյութերի մնացորդները, քանի որ դրանք խանգարում են լաքի հետագա կալմանը /ադգեզիային/: Նաև պետք է հեռացնել մնացած ջուրը և խոնավությունը, ինչը նույնպես խանգարում է լաքի կալմանը: Կան հատուկ նյութեր, որոնք միաժամանակ կատարում են ճարպագրկում և ջրագրկում:

7. Լաքապատում

Ուրքերի մեխանիկական «Եվրոպական» մշակում

«Եվրոպական» կամ «ոչ կտրվածքային» մշակումը խնայողաբար մշակման միջոց է: Առաջին անգամ կատարվել է արտասահմանում, որտեղից էլ ստացել է իր անվանումը: Ուրպես օրենք՝ հիմնականում կատարվում է մշակման մյուս ձևերից հետո և հազվադեպ՝ որպես առաջնային մշակման միջոց: Ի տարբերություն «կտրվածքային» մշակման՝ այս մեթոդը, ինչպես և մատնահարդարման ժամանակ, կուտիկուլայի և մաշկի մշակման ժամանակ չի օգտագործվում ոչ մի կտրող գործիք, և ամբողջ մշակումը կատարվում է նյութերի շնորհիվ:

Այս մեթոդն արդյունավետ չէ կոշտացած մաշկի, ներառած եղունգների, կոշտուկների և մնացած բարդ դեպքերի առկայության ժամանակ: Առավելությունն այն է, որ կուտիկուլան քայքայող նյութերը միաժամանակ կանխարգելում են կուտիկուլայի հետագա աճը, և քանի որ չենք օգտագործում կտրող գործիքներ, կտրուկ իջնում է վարակման հավանականությունը: Հակացուցում են բորբոքային երևույթները, սնկային հիվանդությունները:

Մշակման փուլերի հերթականությունը շատ մոտ է «Եվրոպական» մատնահարդարման փուլերին: Հերթականությունը հետևյալն է.

1. Մացերացիա
2. Եղունգի ձևավորում
3. Կուտիկուլայի փափկացում
4. Կուտիկուլայի մշակում

-
-
5. Կուտիկուլայի քայքայում
 6. Կուտիկուլայի հեռացում
 7. Ոտքերի մերսում
 8. Վերականգնող յուղերի կիրառում
 9. Եղունգի ջրագրկում և ճարպագրկում
 10. Լաքապատում

Ոտքերի «Սարքավորումային» մշակում

Այս մշակումն իրականանում է հատուկ սարքերի /ապարատների/ միջոցով: Առաջին անգամ կիրառվել և մեծ ճանաչում է գտել Գերմանիայում: Այսօր սարքավորումների բազմազանության և զարգացման շնորհիվ մենք հնարավորություն ենք ստացել ընդարձակել կատարվող գործընթացների տեսականին՝ այսպիսով հաճախորդին ցուցաբերելով անհատական մոտեցում: Ի տարբերություն «կտրվածքային» մշակման՝ մաշկի եղջրացած, չորացած հատվածների հեռացումից հետո հյուսվածքների վերականգնումը /ռեգեներացիա/ ավելի դանդաղ է ընթանում: Հիմնականում կիրառվում է շատ կոշտացած /եղջրացած/, չորացած մաշկի ժամանակ, մաս շատ արդյունավետ է կոշտուկների և ներաճած եղունգների մշակման համար: Ծայրակալների լայն տեսականին ապահովում է գործընթացի ճշգրտությունը և անվտանգությունը:

Ապարատն իրենից ներկայացնում է բազմաթիվ ծայրակալներով փոքր էլեկտրական սարք, որը տեսքով հիշեցնում է «բոռ» մեքենայի: Ծայրակալները կատարում են տարբեր ֆունկցիաներ՝ կախված տեսակից: Դրանք են՝ գրչիներ /բոռեր/, սկավառակներ /դիսկեր/, ֆրեզեր, հարթեցնող քարեր /պեմ-գա, ալմաստ, կարբիդ/ և հղկաթղթով ծայրակալներ: Սկավառակները կատարում են խարտոցի դեր, այսինքն՝ նախատեսված են եղունգի մշակման համար: Ծայրակալները լինում են տարբեր աստիճանի հարթեցնող /աբրազիվության/, չափերի և տրամագծի: Չանագան ծայրակալների տեսականիի շնորհիվ փորձառու մասնագետն այս մեթոդը կատարում է 15-25 րոպեում և չի կարելի 1 ամսվա ընթացքում 2 անգամից ավել կատարել այս պրոցեդուրան:

Սարքով աշխատելը խնայում է ժամանակը, քանի որ ճիշտ կատարելու դեպքում այն ավելի արագ է ընթանում մնացած մեթոդներից:

Սարքը պետք է պահել գրող գրիչի մնան և անպայման ճկույթով պետք է հենվել հաճախորդի ոտքին՝ ֆիքսելով աշխատող ձեռքը, որպեսզի կանխենք աշխատանքի ժամանակ սարքի պտույտը կամ սահքը: Ծայրակալները չի կարելի ուժեղ հենել կամ մեծ ուժգնությամբ օգտագործել, քանի որ դա կբերի մաշկի խոր վնասման: Մասնագետը պետք է լավ ծանոթանա սարքի աշխատանքային կանոններին և նորմաներին /էքսպլուատացիային/ և վարժ տիրապետի դրան, հակառակ դեպքում մասնագետը կարող է լուրջ վնասել այցելուի եղունգները և տվյալ հատվածի մաշկը:

Սարքը խորհուրդ է տրվում օգտագործել չոր մաշկի դեպքում: Հաճախորդի մաշկը ընթացակարգի ժամանակ պետք է մշակել հատուկ սրա համար նախատեսված կրեմներով, յուղերով, հեղուկներով, և չի թույլատրվում մաշկը ջրով խոնավացնել: Առաջին այցելության ժամանակ խորհուրդ է տրվում աշխատել ցածր պտտման արագության տակ: Հեռացնում ենք եղունգի շուրջ մաշկի չորացած հատվածները, եղունգի կողմնային հատվածները /վալիկները/. մշակելիս պետք է ծայրակալը պահել 45⁰ անկյան տակ: Եղունգի մշակման ժամանակ շարժումները պետք է ուղղված լինեն կենտրոնից դեպի կողմնային հատվածներ, այս ժամանակ սարքը չի կարելի երկար մի տեղում պահել, պետք է անընդհատ շարժել այն՝ փոքր ընդմիջումներով */տե՛ս հավելված 5/*:

Ապարատային մեթոդը պետք է կատարել հետևյալ հերթականությամբ.

- Եղունգից լաքի հեռացում
- Գ-դալիկով կամ փայտիկով տեղաշարժել կուտիկուլան դեպի եղունգի կողմնային հատվածները /վալիկները/
- Մշակում սարքի միջոցով
- Նյութերով եղունգի և մաշկի մշակում
- Ջրազրկում, ճարպազրկում
- Լաքապատում

Ուրբերի մեխանիկական մշակում հասրուկ հաճախորդների համար

Հատուկ հաճախորդ ասելով հասկանում ենք այն հաճախորդներին, որոնց անհրաժեշտ է ցուցաբերել յուրահատուկ վերաբերմունք՝ ելնելով նրանց տարբեր առողջական և ֆիզիկական պայմաններից: Նրանք են՝ հղիները, ալերգիկները, շաքարային դիաբետով կամ անոթային խնդիրներով հաճախորդները:

1. Շաքարային դիաբետով հաճախորդներ

Շաքարային դիաբետի ժամանակ շաքարի քանակը մարդու արյան մեջ նորմալից բարձր է, ինչի պատճառով ընկճվում են վերականգնողական ընթացքները /ռեգեներացիան/: Այսինքն՝ ցանկացած քերծվածքների և վերքերի առաջացման դեպքում լավացումն ընթանում է ուշացած և բարդացած: Բարդությունների շարքին են պատկանում՝ խոցերը, էրոզիաները, բորբոքային պրոցեսները և սխալ հետևելու դեպքում նաև փտախտը /գոնգրենա/: Դիաբետն ուղեկցվում է մի շարք այլ ախտահարումներով՝ անոթային խանգարումներ, նյարդային ծայրամասային ռեցեսսիվների ընկճում /զգայունության իջեցում/:

Հետևաբար՝ այս հաճախորդների դեպքում չի կարելի կիրառել ո՛չ մի կտրող, քերող գործիքներ և սարքեր, քանի որ անգամ մակերեսային վերքերը հետագայում վերածվում են լուրջ խնդիրների: Նաև հակացուցված են ջերմային միջոցները, քանի որ բացակայում է զգացողությունը, և առկա են անոթային խնդիրներ: Նյութերը պետք է լինեն հիպոալերգիկ, այսինքն՝ կազմության մեջ բացառվում է թթուների, հիմքերի, սպիրտային հենքը, կամֆորայի առկայությունը:

Այս ամենից հետևում է, որ շաքարային դիաբետով հիվանդ հաճախորդների հետ պետք է վարվել շատ զգույշ, խնամքով, իսկ նյութերի և գործիքների ընտրությունը պետք է կատարել մանրակրկիտ:

2. Ալերգիկ հաճախորդներ

Նախքան գործընթացներին անցնելը պետք է հարցնել ալերգիկ հիվանդությունների առկայության մասին, քանի որ այդ դեպքում պետք է մանրամասն ուսումնասիրել նյութերի բաղադրությունը, որպեսզի բացառենք գրգռող բաղադրամասերի առկայությունը:

3. Հղի հաճախորդներ

Հղիության ընթացքում կնոջ օրգանիզմում տեղի են ունենում լուրջ փոփոխություններ, մաշկը և եղունգները բացառություն չեն: Մեծամասնության մոտ մաշկը չորանում է, թեփոտում, իսկ եղունգները շերտավորվում են և կոտրվում: Այս ամենը բացատրվում է նրանով, որ մոր օրգանիզմում եղած վիտամինների և սնուցող նյութերի հիմնական մասը փոխանցվում է պտղին:

ԳԼՈՒԽ 3. ՁԵՌՔԵՐԻ ՄԵՐՍՈՒՄ ԵՎ ԽՆԱՄՔ:

«Ձեռքերի մերսման ձեւեր եւ միջոցներ» մոդուլ

Մաշկի մերսում եւ խնամք

*Խնամված և գեղեցիկ ձեռքերը
ցանկացած կնոջ այցեքարտն է...*

Այսօր կանանց բազմաթիվ մասնագիտությունները՝ բժշկուհի, ուսուցչուհի, բուժքույր, քարտուղարուհի, իրավաբան և այլն, պահանջում են խնամված արտաքին, և ձեռքերը բացառություն չեն:

Ձեռքերը կարող են շատ բան ասել կնոջ մասին: Կնոջ տարիքի մասին առաջնահերթ վկայում են ձեռքերը, քանի որ ի տարբերություն օրգանիզմի մնացած մասերի, ձեռքերն ամենաշուտն են ենթարկվում վնասակար գործոնների՝ մեխանիկական, ջերմային և քիմիական ազդեցության: Տարիքի աճին գուրնբաց ձեռքերում նվազում է էլաստիկությունը, շատանում են պիգմենտային կետերը և կնճիռները:

Չխնամել և չհոգալ ձեռքերի մասին, նշանակում է անտեսել մարմնի կարևորագույն մասը, որն օժտված է մեծ ֆունկցիոնալ և էսթետիկ նշանակությամբ: Գեղեցիկ ձեռքերն անհրաժեշտ են, շատ հաճախ դրանով է պայմանավորվում կնոջ ինքնագագողությունը և տրամադրությունը: Նուրբ և քնքուշ շարժումների կատարումը չխնամված ձեռքերով և չմշակված եղունգներով առաջացնում է բացասական տպավորություն կնոջ արտաքինի մասին:

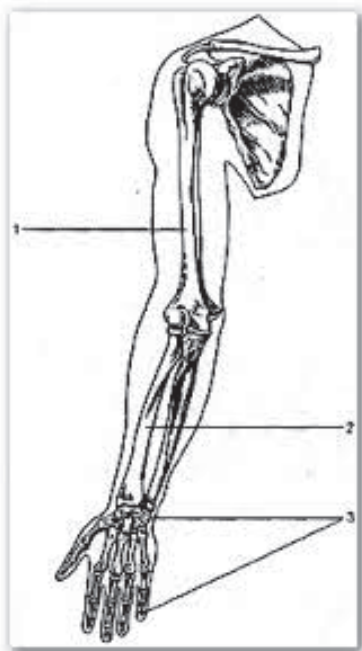
Ձեռքերի գեղեցկությունը պահպանելու համար անհրաժեշտ է հետևել ձեռքերի մաշկի և հատկապես եղունգների հիգիենային, քանի որ օրգանիզմի բոլոր օրգաններից ձեռքերը ամենաշատը և արագ են կեղտոտվում: Ձեռքերի մաշկի մակերեսի վրա և եղունգների տակ գտնվում են բազմաթիվ միկրոբներ, որոնք կարող են նպաստել տարբեր մաշկային և ընդհանուր հիվանդությունների զարգացմանը:

Կանայք առօրյայում շատ հաճախ են կիրառում կենցաղային մաքրող նյութեր, որոնք բացասաբար են անդրադառնում ձեռքերի մաշկի վրա: Կենցա-

դային նյութերն ընկճում են ձեռքերի մաշկի պաշտպանական հատկությունը և հեշտությամբ փոխազդեցության մեջ մտնում մաշկի ստորադիր շերտերի հետ: Դրա համար մասնագետները խորհուրդ են տալիս աշխատելիս կիրառել ձեռնոցներ, որոնք պաշտպանում են ձեռքերի մաշկը:

Մերսումը հին ժամանակից համարվում է բուժիչ և հանգստացնող արդյունավետ միջոց, սրանով է պայմանավորված մերսման մեծ պահանջը: Խնամքը և մերսումը ճիշտ կազմակերպելու համար նախ և առաջ անհրաժեշտ է տիրապետել վերին և ստորին վերջույթների կառուցվածքին՝ անատոմիային:

Վերին վերջույթների կառուցվածքը



Նկ.1. Վերին ազատ վերջույթի շրջանները:

Մասնագետը իրականացնում է ձեռքերի և ոտքերի եղունգների տարբեր խնամքի միջոցներ: Որպեսզի դրանք ունենան բարձր արդյունավետություն, մասնագետը պետք է ճիշտ պատկերացում ունենա վերին և ստորին վերջույթների անատոմիայի մասին:

Ձեռքերը վերին վերջույթների կարևոր մասն են կազմում և առաջնային «գործիք» են կարևոր աշխատանքներում: Առանց ձեռքերի հնարավոր չէ կատարել որևէ առօրյա շարժում: Վերին վերջույթի կառուցվածքը պայմանավորված է դրա կազմության մեջ մտնող հյուսվածքների և մկանների առանձնահատկություններից, առողջական ընդհանուր վիճակից, ապրելակերպից, մարզվածության

աստիճանից, սեռից, աշխատանքի բնույթից: Այս բոլոր գործոնները միասին պայմանավորում են ձեռքերի արդյունավետ աշխատանքը: Չախ և աջ վերին վերջույթները միմյանցից տարբերվում են չափերով, մկանային զանգվածով, անգամ երկարությամբ /աջ ձեռքը հիմնականում երկար է լինում ձախից

մոտավորապես 0,5 սմ-ով/։ Վերին վերջույթը կազմված է ուսագոտուց և ազատ վերջույթից։ Ազատ վերջույթն իր հերթին բաժանվում է՝

1. Դեղտաձև հատված
2. Ուսագոտու առաջնային և հետին շրջան
3. Բազկի առաջնային և հետին շրջան
4. Նախաբազկի առաջնային և հետին շրջան
5. Դաստակի դրսային և ներքին /ափ/ մակերես

1. Դեղտաձև հատված
2. Ուսագոտու առաջնային շրջան
3. Բազկի առաջնային շրջան
4. Նախաբազկի առաջնային մաս
5. Դաստակի ափային մակերես

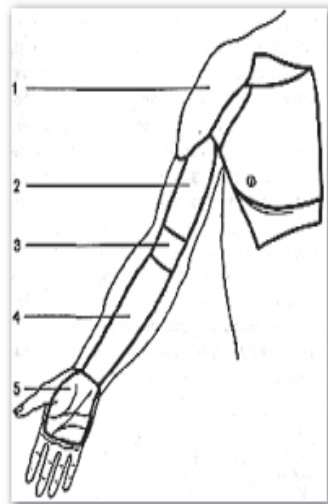
Վերին վերջույթն անատոմիապես կազմված է՝ ոսկրային կմախքից, մկաններից, փակեղներից, նյարդերից, արյունատար և լիմֆատիկ անոթներից և մաշկային ծածկույթից։ Վերին վերջույթի կմախքային հենքը բաժանվում է 4 հիմնական մասերի /նկ.2/՝

1. Բազկոսկր
2. Նախաբազկի ոսկրեր՝ ծղիկոսկր և ճանցոսկր։
3. Ձեռքի ոսկրեր՝ դաստակ, նախադաստակ, մատոսկրեր։

Ոսկորների միասնական շարժումն ապահովում են՝ հողերը, մկանները և կապանները, որոնք միասին կազմում են վերջույթների միասնական շարժման համակարգ։

Դեղտաձև հատվածում տեղակայվում է դեղտաձև մկանը, որը մտնում է ուսային հողի կազմության մեջ։

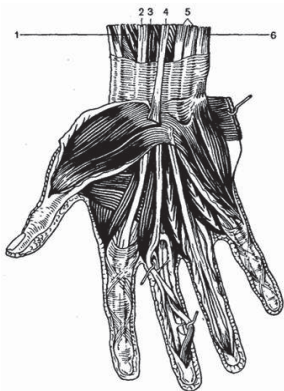
Ուսային հողը տարբերվում է մեծ շարժունակությամբ։ Նա կազմված է բազկոսկրի գլխիկից



Նկ.2. Վերին ազատ վերջույթի կմախքային կառուցվածքը

և թիակի հողային մակերեսից: Ոսկորների հողային մակերեսները պատված են աճառով, իսկ ոսկրային տարրերը միացնող մկանները և կապանները տարբերվում են մեծ ճկունությամբ:

Արմնկային հողը կազմված է բազկոսկրից, ծղինկոսկրից և ճաճանչոսկրից: Արմնկային հողը կատարում է շարժումներ 2 առանցքի շուրջ, իրականացնում է պտույտ, ծալման և բացման շարժումներ: Բացումը և ծալումն իրականացվում են երկզվիսանի և եռզվիսանի մկանների շնորհիվ, որոնք մի ծայրով կաչում են բազկոսկրին, իսկ մյուսով՝ ճաճանչոսկրին:



Նկ.3. Դաստակի կառուցվածքը

Նախաբազկի մկաններն ապահովում են դաստակի և մատների շարժումները:

Դաստակը վերին ազատ վերջույթի ամենաշարժվող հատվածն է, որը կատարում է բազմազան շարժումներ: Այս մարմնի հատվածի միջոցով մենք կատարում ենք մեր ամենօրյա բազմազան շարժումները, սկսած ամենանուրբ և մեծ ուշադրություն պահանջող աշխատանքից, վերջացրած ամենապարզ շարժումներով:

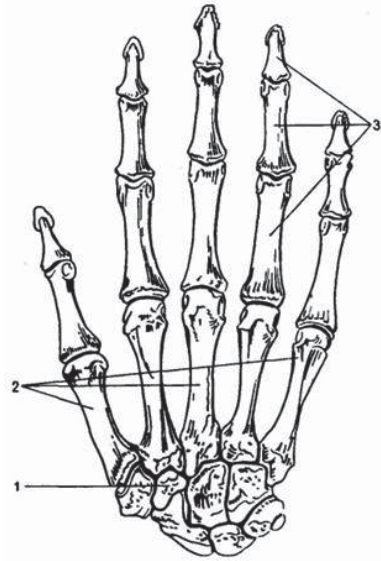
Դաստակի մաշկային ծածկույթը, հատկապես ներսի հատվածը /ափը/ պարունակում է բազմաթիվ զգացող ռեցեպտորներ. դրանով է պայմանավորվում, որ դաստակը պատկանում է մարդու օրգանիզմի զգայական օրգանների շարքին: Դաստակի մեծ շարժունակության և զգայունության հաշվին է մարդը պատկերացում է կազմում իրեն շրջապատող իրերի չափսերի, ծավալի, ձևի և ֆիզիկական հատկությունների մասին: Դաստակի բազմաֆունկցիոնալության շնորհիվ մենք կարողանում ենք հաղթահարել տարբեր ուժի ծանրաբեռնվածությունները:

Մատներն ունեն տարբեր երկարություններ: Այսպիսի դասավորվածությունն ապահովում է իրերի լավ ֆիքսացիա: Դաստակը կազմված է նախադաստակից, դաստակից և մատներից:

Գաստակի ոսկրային կմախքը կազմված է /նկ.3/

1. Նախադաստկային 8 ոսկորներ
2. Գաստակային 5 ոսկորներ
3. Ֆալանգներ- մատների ոսկորներ

Նախադաստակի ոսկորները չափերով փոքր են և դասավորված են 2 շարքով՝ մոտակա և հեռակա, որոնցից յուրաքանչյուրում կա 4 ոսկոր: Բութ մատի կողմից առաջին շարքի ոսկորներն են՝ լուսանակածն, եռակող, մակույկածն և սիսեռածն: Երկրորդ շարքի ոսկորներն են՝ սեղանարդ, գլխիկավոր, կարթավոր և սեղանարդածն: Առաջին շարքի ոսկորներից երեքը կապանների միջոցով միանում են ճաճանչոսկրի հետ, կազմելով ճաճանչնախադաստակային հողը: Ծղինկոսկրի գլխիկը նախադաստակի ոսկորների հետ միանում է միայն աճառի միջոցով:



Նկ.4. Գաստակի ծալող մկանները:

Ճաճանչնախադաստակային հողի շնորհիվ մենք կարողանում ենք դաստակը շարժել տարբեր ուղղություններով:

Երկրորդ շարքի ոսկորները միանում են են դաստակային 5 ոսկորների հետ՝ առաջացնելով առանցքային շարժուն միացություն: Գաստակային հողի բացումը և փակումը իրականացվում է 2 վերջույթների միջոցով, իսկ կողմնային շարժումները՝ նախադաստակի և նախաբազկի համակցման շնորհիվ:

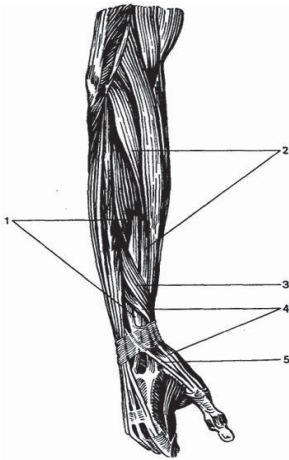
Գաստակային 5 ոսկորները խողովակածն են, ամուր միացած նախադաստակային ոսկորներին, ինչը հնարավորություն է տալիս դաստակով հենվել տափակ մակերեսների վրա:

Գաստակային ոսկորների մոտ տեղակայումը և դրսային մակերեսով արտափակումը հնարավորություն են տալիս դաստակը ծալել գոլանման: Ամեն

նամեծ շարժունակությամբ օժտված են մեծ մատի և ճկույթի դաստակային ոսկորները:

Մատների ոսկորները կամ ֆալանգները դաստակային ոսկորների շարունակությունն են կազմում և միանում են դաստակային ոսկորների և միմյանց հետ կապանների միջոցով՝ առաջացնելով մատների հողեր: Բոլոր մատները, բացառությամբ մեծ մատի, կազմված են 3 ֆալանգներից: Առաջին ֆալանգը միանում է դաստակային ոսկրի հետ:

Այսպիսով՝ կապաններն ապահովում են բոլոր ոսկրային տարրերի միացումը, բաղկացած են ամուր թելերից, որոնք միանալով իրար հետ՝ կազմում են խմբակներ:



Նկ.5. Դաստակը տարածող մկանները:

Մկանները

Դաստակի մկանները սկիզբ են առնում նախադաստակից և կատարում են դաստակի բարձրացում, իջեցում, թեքում և կողմնաին շարժումներ՝ աջ և ձախ: Դաստակի թեքումը ապահովում են 6 մկանները /նկ.4/՝

1. Մեծ մատը ծալող երկար մկան
2. Դաստակը ծալող ճաճանչային մկան
3. Մատները ծալող խորանիստ մկան
4. Ափային ծալող երկար մկան
5. Մատները մակերեսային ծալող մկան
6. Դաստակը ծալող ծղիկային մկ

Դաստակի բացմանը մասնակցում են հետևյալ մկանները՝ դաստակը տարածող ճաճանչային երկար մկան, դաստակը տարածող ճաճանչային կարճ մկան, դաստակը տարածող ծղիկային մկան, մատները տարածող ընդհանուր մկան, ցուցամատը տարածող սեփական մկան, բութ մատը տարածող երկար մկան:

Դաստակի թեքումը դրսային մակերեսով, ազատ վերջույթն իջեցված վիճակում և բութ մատը տեղակայված դեպի որովայն՝ կոչվում է դաստակի ներքերում: Դաստակի թեքումը ներքին մակերեսով, ձեռքը իջեցված և բութ մատը տեղակայված դեպի դուրս կոչվում է՝ դաստակի արտաքերում:

Ներբերումն իրականանում է մի շարք մկանների միջոցով՝ դաստակը տարածող ծղիկային մկան, դաստակը ծալող ծղիկային մկան: Արտաբերումը կատարվում է հետևյալ մկանների միջոցով՝ դաստակը ծալող ճաճանչային մկան, դաստակը տարածող ճաճանչային երկար և կարճ մկաններ, բութ մատը տարածող երկար մկան, բութ մատը ծալիչ երկար մկան /նկ.5/:

Նախաբազկի շրջանում են սկիզբ առնում մատները ծալող /տեղակայվում են դաստակի ներքին մակերեսին/ և տարածող մկանները /տեղակայվում են դաստակի արտաքին մակերեսին/: Որոշ մատները ծալող մկանները կաշում են 2-րդ և 5-րդ մատների 2-րդ ֆալանգներին, իսկ մյուսները՝ 3-րդ /եղունգային/ ֆալանգներին:

Բութ մատն օժտված է առանձնահատուկ մկանունքով, որը նույնպես սկիզբ է առնում նախաբազկից: Մկանների խմբերը մատներն արտաբերում և ներբերում են դաստակախի նկատմամբ: Նրանք գալիս են դաստակային ոսկորներից և տեղակայվում են մատների 1-ին ֆալանգներում: Բութ մատի և ճկույթի կաշումն իրականացվում է 2 խումբ մկանների շնորհիվ:

Այսպիսով, ամեն մատն առանձին իրականացնում է ծալումը, տարածումը, թեքումը, առանցքային շարժումը /պտույտը/, ներբերումը և արտաբերումը:

Դաստակի տարբեր շարժումների ժամանակ գործում են՝ ճաճանչադաստակային հողը, դաստակային հողը, դաստակ-ֆալանգային հողը և միջֆալանգային հողերը: Ափի անհարթ պատկերը բնորոշվում է՝ 1-ին և 5-րդ մատների մկաններով առաջացած 2 բարձրություններով, որոնց միջև տեղակայվում է ափի եռանկյունաձև ներհորումը:

Դաստակի արտաքին մակերեսն ունի ոռոցիկ պատկեր:

Նախադաստակի շրջանում բութ մատը շարժելուց առաջանում է փոսություն, որը կոչվում է՝ «անատոմիական քթախոտատուփ»:

1. Դաստակը տարածող ճաճանչային կարճ մկան
2. Դաստակը տարածող ճաճանչային երկար մկան
3. Բութ մատը արտաբերող երկար մկան
4. Բութ մատը տարածող երկար մկան
5. Բութ մատը տարածող կարճ մկան

Ձեռքերի խնամքի միջոցները

Ձեռքերը մարդու անհրաժեշտ և կարևոր գործիքն է: Մարդը հաճախ ստիպված է լինում աշխատել ձեռքերի համար անբարենպաստ պայմաններում՝ քամոտ, ցուրտ կամ շոգ եղանակը, տաք կամ սառը հեղուկները և առնչությունը զանազան քիմիական նյութերի հետ: Այս ամենից ձեռքերը շատ հաճախ դառնում են չոր, թեփոտ, շերտավորված և առաջանում են ճաքեր: Ճաքերից դեպի մաշկային ծածկույթի ստորին շերտերը, կարող են ացնել միկրոբներ, որոնց պատճառով մաշկը գրգռվում և բորբոքվում է: 30 տարեկանից մարդու մարմնի մաշկը նվազեցնում է արտադրվող ճարպի քանակը և մեծացնում խոնավության արտադրումը, որի պատճառով մաշկը դառնում է չոր, կոշտացած, սկսում է թեփոտել և ճաքել: Ձեռքերի մեծացման գործընթացը արագացնում կամ խորացնում է տարբեր քիմիական նյութերի հետ երկարատև կամ մեծաքանակ շփումը:

Որպեսզի ձեռքերը լինեն առողջ, փափուկ, նուրբ և ունենան գեղեցիկ ու խնամված տեսք, պետք է ճիշտ կազմակերպել համակարգային հիգիենիկ մշակումը: Հիգիենիկ մշակումն իր մեջ ներառում է կանխիչ /պրոֆիլակտիկ/ միջոցներ, որոնք կարող են իրականացվել տնային պայմաններում, եթե արդեն կատարվել է մասնագիտացված մշակումը:

Այսօր մեծ կիրառություն ունեն պաշտպանիչ նյութերը, որոնք օգտագործում են ձեռքերի մաշկը վնասող գործողությունները կատարելուց առաջ: Խորհուրդ է տրվում այս նյութերը կիրառել վարսահարդարների, դիմահարդարների, տնային տնտեսուհիների և այն մարդկանց, ովքեր աշխատանքի բերումով շատ են շփվում ջրի հետ: Նաև մեծ տարածում գտան հակաալտուցային միջոցները, որոնք նպաստում են ավելորդ խոնավության դուրսբերմանը և կանխում են հյուսվածքում հեղուկի հետագա կուտակումը:

Երկարատև աշխատանքի ժամանակ ձեռնոցների կիրառումը կարող է հանգեցնել ձեռքերի ալտուցի, դրա համար աշխատանքի ընդմիջման ժամանակ հնարավորինս պետք է հանել դրանք: Ձեռնոցներով աշխատելուց հետո անհրաժեշտ է ձեռքերը լվանալ և մշակել խոնավեցնող և խիտ /ճարպային/ կրեմներով:

Գյուղատնտեսության ոլորտի աշխատողները ձեռքերը պետք է մշակեն խոնավեցնող, հակաայտուցային, հակաալերգիկ, սնուցող միջոցներով և չմռանան ձեռնոցների կիրառման մասին:

Ծանր ֆիզիկական աշխատանք կատարող մարդկանց մոտ գործիքների և սարքավորումների հետ անընդհատ շփումից առաջանում են կոշտուկներ, կոշտացումներ, մաշկը լինում է չորացած, հաստացած և հիպերկերատոզի պատկերով՝ գերեղջրացած: Այս դեպքում անհրաժեշտ է կիրառել տաք թրջոցներ՝ աղով, սողայով և ամոնիումի լուծույթով:

Ուժեղ «ազդեհիվ»/միջոցներ օգտագործելուց առաջ պետք է ձեռքերը լավ մաքրել, ախտահանել և չորացնել, որպեսզի դուրս բերվի ամբողջ մակերեսային խոնավությունը: Մինչև ուժեղ նյութերի օգտագործումը նաև պետք է կիրառել պաշտպանիչ նյութեր, որոնք պաշտպանիչ թաղանթ են ստեղծում մաշկի և ազդեհիվ նյութերի միջև, ինչն իր հերթին կանխում է ալերգիայի, գրգռվածության, գերզգայունության, վնասման և ցավի առաջացումը:

Եթե առկա են մաշկային ծածկույթի խանգարումներ՝ կտրվածքներ, քերծվածքներ, ճաքեր կամ վերքեր, անհրաժեշտ է տվյալ հատվածի մաշկը մշակել ախտահանիչ նյութերով՝ ջրածնի պերօքսիդ, սալիլոտ, յոդ, և վերջում վիրակապել բակտերիոցիդ /միկրոբային կենսագործունեությունը ճնշող/ վիրակապով:

Շատ կեղտոտ ձեռքերի դեպքում մաքրման ժամանակ չի կարելի օգտագործել ավազ, կավ, խեժ կամ թեփ պարունակող նյութեր, հակառակ դեպքում դրանք կառաջացնեն մաշկի զանազան մեխանիկական վնասվածքներ: Այս նպատակի համար բացառվում է նավթ, կերոսին և այլ օրգանական լուծիչներ պարունակող նյութերի, ինչպես նաև քլորի կամ կալցիֆիկացված սողայի կիրառումը: Այս նյութերի ազդեցությունից մաշկը ճարպագրկվում է, չորանում, և ճաքեր են առաջանում: Նվազում է մաշկի պաշտպանիչ հատկությունը, ինչն էլ նպաստում է միկրոբների ներթափանցմանը, բորբոքային կամ մաշկային հիվանդությունների առաջացմանը:

Օճառները և օճառային հեղուկները կամ մածուկները չպետք է պարունակեն մեծ քանակով կամ տոկոսայնությամբ հիմքեր, որոնք նույնպես նպաստում են մաշկի չորացմանը, թեփոտմանը, ճաքերի առաջացմանը և պաշտ-

պանիչ ֆունկցիայի ընկճմանը: Մաքրող նյութերը պետք է հազեցած լինեն ճարպերով և ունենան թույլ հիմնային միջավայր: Մաքրելու համար նախատեսված խոզանակները պետք է պատրաստված լինեն բնական հումքից և դրանց կիրառումը յուրաքանչյուրի համար պետք է լինի անհատական: Ջուրը պետք է լինի սենյակային ջերմաստիճանի, հակառակ դեպքում մաշկը կոշտանում է:

Որոշ մասնագետների կարծիքով՝ օճառ կիրառելուց հետո անհրաժեշտ է ձեռքերը լվացող ջրում ավելացնել լիմոնաթթու, քացախաթթու կամ պերմանգանատի թույլ լուծույթ: Այսինքն՝ բարձրացնում ենք ջրի թթվայնությունը՝ չեզոքացնելով հիմնային քիմիական նյութերը: Այդ կերպ նպաստում ենք մաշկի պաշտպանիչ ֆունկցիայի բարձրացմանը և, հետևաբար, խոչընդոտում միկրոբների ներթափանցմանը և կանխում բորբոքման զարգացումը:

Ձեռքերը լվանալուց հետո անհատական կամ մեկանգամյա օգտագործման սրբիչներով պարտադիր պետք է մանրակրկիտ, ամբողջությամբ չորացնել ձեռքերի մակերեսը: Յուրտ եղանակին խոնավ մաշկը չորանում է, կկոցվում, կնճռոտվում, և դա կարող է նպաստել ձեռքի հողերի հիվանդություններին: Մատների շուրջը և արանքներում մնացորդ խոնավությունը բերում է սնկային հիվանդությունների առաջացմանը:

Սնուցող միջոցներն իրենց մեջ ներառում են վիտամինների հավաքածու /A, B, D, E, F/, հակաբորբոքային և վերականգնող /ռեգեներատիվ/ նյութեր, էլաստիկությունը մեծացնող և մկանային տոնուսը բարձրացնող նյութեր: Խոնավեցնող, սնուցող և փափկացնող միջոցների երկարատև և շարունակական կիրառումը, մասնագիտացված մշակումից հետո շատ արդյունավետ է ազդում անգամ ամենաբարդ մաշկի դեպքում:

Մասնագիտացված խնամք

Գեղեցկության սրահներում ձեռքերի մասնագիտացված խնամքը կարող են կատարել միայն այն մասնագետները, որոնք ունեն «մատնահարդար մասնագետ» կոչումը: Ցանկացած մատնահարդարման տեսակն իր մեջ պետք է ներառի ձեռքերի խնամքը: Ձեռքերի խնամքի մասնագիտացված միջոցները

պատրաստվում են մասնագիտացված կոսմետիկ նյութերից, որոնք տարբերվում են տնային խնամքի միջոցներից իրենց բարձր արդյունավետությամբ: Մասնագիտացված խնամքը նաև պայմանավորվում է զանազան սարքավորումներով, որոնց համակցված կիրառումը մասնագիտացված նյութերի հետ կրկնակի է բարձրացնում գործողության արդյունավետությունը: Մասնագիտացված նյութերի մեծամասնությունը կիրառվում է միայն սրահներում, քանի որ դրանք ունեն օգտագործման հատուկ կանոնակարգ:

Մասնագետների կողմից կատարվում է ձեռքերի մաքրում, շերտազատում /էկս-ֆոլիացիա/, դիմակների կիրառում և մերսում: Ձեռքերի սկզբնական մաքրումը կատարվում է թրջոցների միջոցով, որոնք պարունակում են տարբեր մաքրող հեղուկներ: Խոր մաքրումը կատարվում է շերտազատման միջոցով՝ պիլինգով:

Մերսման շարժումների միջոցով կատարվում է վերնամաշկի մեռած շերտի հեռացում, որն իր հերթին մեծացնում է հետագայում կիրառվող նյութերի ներթափանցման մակերեսը՝ դրանով նպաստելով նյութի մեծ քանակի անցմանը: Մերսման ժամանակ ուժեղանում է արյան շրջանառությունը, և իջնում է մկանային լարվածությունը. դա նույնպես բարձրացնում է նյութերի արդյունավետությունը: Այսօր բացի ավանդական մերսումից, լայն տարածված է կետային մերսումը:

Մերսումից հետո մաշկի վրա կիրառվող նյութերի մնացորդները չեն հեռացվում, հազցվում են հատուկ ջերմամեկուսիչ ձեռնոցներ, որոնք արագացնում և բարձրացնում են նյութերի ներծծման գործընթացը և ապահովում մաշկի երկարատև սնուցումը: Շատ հաճախ սնուցող միջոցները համակցվում են վերականգնողական /ռեգեներատիվ/ նյութերի կամ կենսաբանական ակտիվ մասերի հետ: Չորացած, կնճռտված, թեփոտ և շերտավորված մաշկի դեպքում օգտագործում են բուժիչ համալիր պարունակող նյութեր, որոնք համակցվում են սնուցող, փափկացնող նաև սպիտակեցնող նյութերով:

Ձեռքերի դիմակները կիրառելուց պետք է ուշադրություն դարձնել պաշտպանիչ նյութերի պարունակությանը: Եթե դիմակները մաշկի վրա առաջացնում են պաշտպանիչ շերտ, ապա օգտագործելուց հետո անհրաժեշտ է

դրանք պահպանել, որպեսզի մաշկը չվնասվի արտաքին անբարենպաստ գործոնների ազդեցությունից:

Մատնահարդարման մեջ հիմնականում օգտագործվող մասնագիտացված նյութերի ցանկը.

1. Մաշկը վերականգնող նյութեր
2. Ընդհանուր խնամքի նյութեր
3. Ցրտահարված մաշկի համար նյութեր
4. Սնուցող նյութեր
5. Եղունգների անհարթության և մաշկի ճաքերի դեմ նյութեր
6. Եղունգներն ամրացնող նյութեր
7. Եղունգների աճը արագացնող նյութեր
8. Կուտիկուլան փափկացնող և հեռացնող նյութեր
9. Շտկող նյութեր

1. Մաշկը վերականգնող նյութեր

Սրանք նպաստում են մաշկի վերականգմանը՝ ռեգեներացիային: Բաղադրության մեջ մտնում են՝ վերականգնողական ակտիվ բիոկոմպոնենտներ, ռետինոլը, խաղողի կորիզի յուղը և խմորիչի կոսմետիկ տեսակը: Հիմնականում կիրառվում է խիստ բարդացված մաշկի կամ տարեց մաշկի ժամանակ:

2. Ընդհանուր խնամքի նյութեր

Պարունակում են հակաալիզեննտային ակտիվ նյութեր, մակադամիի յուղ, վիտամինային կոմպլեքս, խոնավեցնող և փափկացնող նյութերի համալիր, եղունգները վերականգնող և սնուցող նյութեր, շերտազատումն ակտիվացնող մասնիկներ, մեռած մաշկը հեռացնող զանգվածներ և սպիտակեցնող նյութեր: Այսպիսով՝ այս նյութերը իրենցից ներկայացնում են բուժիչ-վերականգնող միջոցների համալիր, որոնք ուղղված են բոլոր տեսակի մաշկերի վիճակը լավացնելու և նորմալ վիճակը պահպանելու համար:

3. Ցրտահարված մաշկի համար նյութեր

Պարունակում են հակաայտուցային նյութեր, տեղային անոթալայնիչ նյութեր, վերականգնողական և սնուցող նյութեր, վիտամինային համալիր: Նյութերը կիրառում են հեղուկների տեսքով, որոնք համակցվում են ձեռքերի

թրջոցների ժամանակ: Հիմնականում կիրառում են ցրտահարված, կոշտացած մաշկի դեպքում և խորը ճաքերի առկայության դեպքում:

4. Սնուցող նյութեր

Այսօր ներկայացված է սնուցող նյութերի լայն տեսականի, որոնք հանդես են գալիս՝ կրեմների, ժելերի, մածուկների, հեղուկների և յուղերի տեսքով: Բաղադրության մեջ մտնում են՝ ջրիմուռներ, ակնամոմ, վիտամինային համալիրը, ակտիվ ռեզեներացիոն մասնիկները, կենսաբանական ակտիվ մասեր և բուսական տարբեր յուղեր: Կիրառում են չորացած, թեփոտած, շերտավորված և ընկճված կենսունակություն ունեցող մաշկի դեպքում:

Խիստ եղջրացած մաշկի և խոր վնասված եղունգների դեպքում սնուցող նյութերի հիմնական բաղադրամասերն են՝ մուշի, ծիրանի, դեղձի և կիտրոնի եթերային յուղերը, A, E, F վիտամինները, կենսաբանական ակտիվ նյութերը: Յուղերը կանխում և խոչընդոտում են եղունգի կողմնային հատվածների բորբոքումը և մնացած ինֆեկցիոն պրոցեսները, նպաստում են եղունգի և մաշկի լավացմանը, պաշտպանում եղունգի սկավառակը չորացումից, կանխում են եղունգի շերտազատումը: Արդյունքի հասնելու համար անհրաժեշտ է ամենաքիչը կիրառել 7-14 օր մաքուր եղունգների և մաշկի վրա:

5. Նյութեր եղունգների անհարթության և մաշկի ճաքերի դեմ

Պարունակում են ֆիբրինային, նեյրոֆիբրինային և կոլագենային թելեր, լիմոնաթթվի աղեր, ցելյուլոզա, շաքարի բենզոատ, կեռատին և սպիտակեցնող նյութեր: Այս նյութերը կիրառում են արհեստական եղունգներից հետո բնական եղունգների վնասման, ուժեղ շերտավորված և ճաքեր ունեցող եղունգների ժամանակ: Եղունգի սկավառակի անհարթությունները վերանում են նեյրոֆիբրիլային թելերի ազդեցության շնորհիվ: Եղունգները ստանում են առողջ և փայլուն տեսք: Սպիտակեցնող պիգմենտների շնորհիվ պահպանում են եղունգը գունափոխվելուց՝ քիմիական նյութերի հետ շփումից հետո: Նյութերն օգտագործում են ամենաքիչը շաքարակա 2 անգամ՝ 3 շաբաթ տևողությամբ:

6. Եղունգներն ամրացնող նյութեր

Պարունակում են ամինաթթուներ, պոլիամիդներ, պոլիէսթերներ, պոլիակրիլատներ և գլխավոր բաղադրամասը՝ նիտրոցելյուլոզա, որը հանդիսանում է

ամրացնող մասի հիմնանյութը: Կեռատինային և կոլագենային հիդրոլիզատները նպաստում են եղունգի սկավառակի վնասված մասերի արագ վերականգնմանը: Յուղերը կանխում են մաշկը և եղունգները հետագա չորացումից: Նիտրոցելյուլոզայից ալերգիկ ռեակցիա ունենալու դեպքում, օգտագործում են նյութեր, որոնք որպես հիմնանյութ պարունակում են ալունային աղեր; Դրանք քիչ ազդեսիվ և հիպոալերգիկ են:

Խոր վնասված եղունգների դեպքում շատ հաճախ օգտագործում են՝ երեքը մեկում միջոցներ: Այս նյութերն իրենցից ներկայացնում են լաքապատումից առաջ կիրառվող հիմնանյութեր՝ բազիսներ, որոնք ամրացնում և սնուցում են եղունգի սկավառակը և պաշտպանում են լաքի մեջ գտնվող բացասական նյութերից: Ամենաարդյունավետը համարվում են այն նյութերը, որոնք պարունակում են մի շարք ամինաթթուներ.

1. Մետիոնին
2. Թիրոզին
3. Ցելյուլոզա
4. Ցիստեին
5. Վիտամին C
6. Լեյցին
7. Ցիտրալ

Այս ամինաթթուները և C վիտամինը պարունակում են մեծ քանակությամբ կալցի, որն իր հերթին ակտիվացնում է կեռատինի առաջացումը, և եղունգները դառնում են ամուր, առողջ և գեղեցիկ: Այս նյութերը տեղակայվելով եղունգի և լաքի միջև, նպաստում են դրանց լավ կպմանը՝ աղգեզիային: Այսպես՝ այս նյութերն օժտված են 3 հատկություններով.

1. Ամրացնում են եղունգները:
2. Խթանում են կեռատինի առաջացմանը:
3. Ապահովում են եղունգի և լաքի աղգեզիան:

7. Եղունգների աճն արագացնող նյութեր

Այս նյութերի աշխատանքային մեխանիզմը այն է, որ դրանք խթանում և արագացնում են եղունգների աճի գործընթացը: Հիմնականում պարունակում

են ցածր տոկոսայնությամբ տեղային հորմոններ, որոնք նպաստում են աճման ընթացքին:

8. Կուտիկուլան փափկացնող և հեռացնող նյութեր

Այսօր շատ մեծ կիրառում են գտել կուտիկուլան փափկացնող և հեռացնող նյութերը: Կուտիկուլայի հեռացումն առանց կտրող և ծակող գործիքների, փոքրացնում է տարբեր հիվանդություններով վարակվելու հավանականությունը, դանդաղեցնում է կուտիկուլայի հետագա աճը և կանխում է կողմնային մաշկի կոշտացումը: Կտրվածքային մատնահարդարման առաջին գլխավոր բարդություն է համարվում ինֆեկցիաների տարածումը թե՛ հաճախարդին՝ սխալ կամ վատ ախտահանած գործիքի միջոցով, թե՛ հաճախորդից մասնագետին՝ արյան միջոցով: Դրանով է պայմանավորվում այս նյութերի մեծ կիրառումը, որոնց շնորհիվ բացառվում է կտրող գործիքների կիրառումը:

Տարբերում ենք այս նյութերի 2 աշխատանքային մեխանիզմներ.

1. Կիրառում են հատուկ յուղեր, կրեմներ կամ ժելեր, որոնց միջոցով փափկում է կուտիկուլան, այնուհետև բուք գործիքի միջոցով հետ և վեր են տեղաշարժում փափկացված կուտիկուլան և զգուշորեն հեռացնում փայտիկի միջոցով:

2. Կիրառում են հատուկ կրեմներ և մածուկներ, որոնք 3-7 բույսերի ընթացքում քայքայում են կուտիկուլայի հիմնական զանգվածը, այնուհետև բուք գործիքով հանվում է մնացորդ փափկացված կուտիկուլայի զանգվածը:

Այս 2 մեթոդի արդյունքում հեռացվում է կուտիկուլայի ընդհանուր զանգվածի 75-90 %-ը: Նյութերի քիմիական ազդեցության շնորհիվ դանդաղեցվում է կուտիկուլայի հետագա աճը: Այսօր կա այս նյութերի լայն տեսականի՝ հելեր, գելեր, մածուկներ, կրեմներ, հեղուկներ, լոսյոններ:

Բաղադրության մեջ մտնում են՝ գլիցերինը, մուշի յուղը, ալատոնինը, հիալուրոնաթթվի նատրիումական աղը, կվարց, մրգաթթուներ, վիտամինային կոմպլեքս նաև պաշտպանիչ բաղադրամասեր:

9. Շտկող նյութեր

Շտկող նյութերի միջոցով եղունգների սկավառակի մակերեսը ստանում է իդեալական ուղիղ և հարթ տեսք: Գլխավոր բաղադրամասն է բնական մետաքսյա թելերը, որոնք թաքցնում են և՛ բնական, և՛ արհեստական եղունգների

անհարթությունները: Շտկող նյութերը տեղադրում են լաբապատումից առաջ: Այսինքն՝ որպես հենքային /բազիսային/ նյութ: Մետաքսյա թելերի առանձնահատկության շնորհիվ նյութերը ծառայում են երկար և կայուն՝ տալով եղունգների բնական հարթ և փայլուն տեսք:

Ձեռքերի փնային խնամքի միջոցներ

Մասնագետները խորհուրդ են տալիս ոտքերի մասնագիտացված մշակումից և խնամքից հետո կիրառել տնային խնամքի միջոցներ, որպեսզի պահպանվի մշակման ժամանակ ստացված արդյունքը: Ձեռքերի տնային խնամքի միջոցներ. օգտագործվում են տարբեր բաղնիքներ, կախված մաշկի տեսակից: Տնային խնամքը հիմնված է մացերացիայի՝ թրջոցների իրականացման մեջ, որից հետո օգտագործում են տարբեր դիմակներ համակցելով պատրաստված կրեմների հետ:

Բաղնիքներ

Կապված ազդեցության տեսակից տարբերում ենք ձեռքերի բաղնիքների հետևյալ տեսակները.

- Հանգստացնող
- Փափկացնող
- Սնուցող
- Շերտազատող
- Քրոնարտադրության դեմ
- Կոշտացած մաշկի և ճաքերի դեմ
- Էլաստիկությունը վերականգնող

Հանգստացնող բաղնիքներ

Ազդում են նյարդերի ծայրամասային ճյուղերի վրա, իջեցնում են տվյալ հատվածի ռեցեպտորների ճնշումը, և դրա արդյունքում թուլանում է տեղամասային անոթներում, հյուսվածքներում և մկաններում առկա լարվածությունը, և հետևաբար առաջանում է հանգստացում: Կազմության մեջ հիմնականում մտնում են զանազան բույսեր, հիմնական պարունակության բույսերն են՝ երիցուկը, անանուխը, լորենին, եղեսպակը: 1 լիտր ջրին ավելացնում ենք յուրա-

քանչյուր բույսից 2 թեյի գդալ, տվյալ զանգվածը եփում ենք 20 րոպե և թողնում ենք՝ սառչի: Այս ընթացքում կարող ենք ավելացնել տարբեր բուրմունքներ: Ձեռքերը ընկղմում ենք միջին ջերմության հեղուկի մեջ՝ 10-25 րոպեով:

Փափկացնող բաղնիքներ

Այս բաղնիքները նպաստում են մաշկի կոշտացած վերին շերտի փափկացմանը: Պարունակության մեջ մտնում է անուշադրի լուծույթ, գլիցերին, ձիթապտղի և գերչակի յուղեր, նաև անանուխ: 1 լիտր ջրին ավելացնում ենք 5 կաթիլ անուշադրի լուծույթ, 1 թեյի գդալ գերչակի յուղ, 2 ճաշի գդալ ձիթապտղի յուղ, 2 թեյի գդալ գլիցերին և 3 թեյի գդալ անանուխ: Այս զանգվածն եփում ենք 20-25 րոպե և թողնում, մինչև հեղուկի ջերմաստիճանը հասնի սենյակային ջերմաստիճանի: Ձեռքերը ընկղմում ենք 25-30 րոպե:

Մնուցող բաղնիքներ

Բաղնիքների այս տեսակը սկզբում փափկացնում է կոշտացած մաշկը, բացելով մաշկի ծակոտիները, ունենալով ներթափանցման ուղիներ, խորապես փափկացնում է մաշկը: Բաղադրության մեջ մտնում են երիցուկը, անանուխը, լորենին, եղեսպակը, զանազան յուղեր /ձիթապտղի, խաղողի կորիզի, նուշի, դեղձի և գերչակի/, անուշադրի լուծույթը և A, B, E, F վիտամինային համալիրը: 1, 5 լիտր ջրին ավելացնում ենք ամեն բույսից 3 թեյի գդալ, 4 կաթիլ անուշադրի լուծույթ, 1 ճաշի գդալ ձիթապտղի յուղ, 1,5 թեյի գդալ խաղողի կորիզի և նուշի յուղ, 2 թեյի գդալ դեղձի յուղ, 3 թեյի գդալ գերչակի յուղ, ավելացնում ենք վիտամինային համալիրը, որն իրենից ներկայացնում է վիտամինները՝ համակցված յուղային զանգված: Եփում ենք 15 րոպե. դրանից հետո թողնում ենք հասնի սենյակային ջերմաստիճանի: Ձեռքերն ընկղմում ենք 25-30 րոպե:

Շերտազատող բաղնիքներ

Հեռացնում են կոշտացած և եղջրացած վերնամաշկի շերտը և այդ շերտում գտնվող մեռուկացած բջիջները: 0,5 լիտր գոլ ջրին խառնում ենք 2 ճաշի գդալ կերակրի սոդա, 1 ճաշի գդալ աղ և 1 թեյի գդալ լիմոնի աղ: Ամենը լավ խառնում ենք և ձեռքերը պահում 20 րոպե:

Քրտնարտադրության դեմ

Շատ հաճախ խանգարվում է ձեռքերի քրտնագեղձերի աշխատանքը, որի արդյունքում դիտվում է ձեռքերի քրտնարտադրություն և ավելորդ խոնավություն: Բաղադրության մեջ մտնող նյութերը հեռացնում են տվյալ հատվածի մակերեսից, խոնավությունը և քրտինքը, ինչն էլ հետագայում նվազեցնում են ձեռքերի քրտնագեղձերի արտադրությունը: Ըստ կազմության՝ այս բաղնիքները բաժանվում են հետևյալ տեսակների.

➤ Ծովային աղի պարունակությամբ.

1 լիտր գոլ ջրին ավելացնում են 1 ճաշի գդալ ծովի աղ, 1 ճաշի գդալ օսլա, 1 թեյի գդալ սոդա և ձեռքերը պահում 5-10 րոպե: Այնուհետև ձեռքերը մանրակրկիտ չորացնում են: Վերջնական արդյունքը դիտվում է 5-րդ միջոցից հետո:

➤ Կաղնի կեղևի պարունակությամբ.

1 լիտր ջրին ավելացնում են 2 ճաշի գդալ մանրացված կաղնի կեղև, 1, 5 թեյի գդալ եղեսպակ և 2 թեյի գդալ անանուխ: Եփում են 15-20 րոպեի ընթացքում, որից հետո հեղուկն ազատում են բույսերի մասնիկներից: Ձեռքերը ընկղմում են 10-15 րոպեով, այնուհետև մանրակրկիտ չորացվում են, ապա կիրառում հատուկ փոշի՝ տակ, որը դուրս է բերում ավելորդ խոնավությունը:

Կոշտացած մաշկի և ճաքերի դեմ

Որոշ դեպքերում մաշկի ծածկույթի վրա առաջանում են ճաքեր և կոշտուկներ: Կիրառում են բաղնիքներ, որոնք փոքրացնում են և քայքայում կոշտուկները, ճաքերը, պարունակության մեջ մտնում են՝ յոդավորված ծովի աղ, կերակրի աղ, սոդա և օսլա: 0,5 լիտր տաք ջրին ավելացնում են 2 ճաշի գդալ ծովի աղ, 2 ճաշի գդալ կերակրի աղ, 1 ճաշի գդալ սոդա և 2 թեյի գդալ օսլա: Այս բոլորը խառնում ենք՝ հասցնելով համասեռ զանգվածի, այնուհետև ձեռքերն ընկղմում ենք 15-20 րոպեով: Թրջոցից հետո պետք է լավ չորացնել ձեռքերը և մշակել սնուցող և խոնավեցնող նյութերով:

Մաշկի էլաստիկությունը վերականգնող բաղնիքներ

Բաղնիքների այս տեսակը կիրառում ենք կնճռոտված և անհարթ մաշկի դեպքում: Բաղադրության մեջ մտնում են՝ վարսակաճավարը, գլիցերինը և վազելինը: 0,5 լիտր ջրին ավելացնում ենք 3-5 գդալ վարսակաճավար և եփում

ենք 15 րոպե: Եփեղուց հետո ավելացնում ենք 3 թեյի գդալ գլիցերին և 2 թեյի գդալ վազելին: Ստացված զանգվածը խառնում ենք մինչև համասեռ լինելը: Ձեռքերն ընկղմում ենք 20-25 րոպեով: Այնուհետև լվանում ենք հոսող ջրի տակ և մանրակրկիտ չորացնում. հետո կիրառում ենք խոնավեցնող, սնուցող և կենսաբանական ակտիվ նյութեր պարունակող միջոցներ: Բարձր արդյունավետություն դիտվում է 6-րդ բաղնիքից հետո:

Ցանկացած տեսակի բաղնիքները կարելի է համակցել հավելյալ նյութերի հետ, օրինակ՝ տարբերակ տեսակի բուրմունքներ, լողանալու համար նախատեսված հելեր կամ հեղուկ օճառներ:

Դիմակներ

Բաղնիքներից հետո խորհուրդ է տրվում կիրառել տարբեր տեսակի դիմակներ, որոնք պահպանում են և բարձրացնում բաղնիքներից հետո ստացված արդյունքը: Դիմակները նույնպես տարբերում ենք ըստ ազդեցության ձևի.

- ✓ Հանգստացնող
- ✓ Վերականգնող
- ✓ Սնուցող
- ✓ Փափկացնող
- ✓ Հակաալիզմենտային
- ✓ Գրգռվածության դեմ

Հանգստացնող դիմակներ

Պատրաստվում են վարսակաձավարից, անանուխի և երիցուկի թուրմից, ձիթապտղի յուղից: Վերցնում ենք 2 ճաշի գդալ վարսակաձավար և տրորում, մինչև ստացվի լրիվ համասեռ զանգված. ավելացնում ենք 2 թեյի գդալ անանուխի և երիցուկի թուրմ և 1 ճաշի գդալ ձիթապտղի յուղ: Պատրաստված դիմակը հավասարաչափ տարածում ենք ձեռքերին և պահում 15-20 րոպե: Այնուհետև ձեռքերը լվանում ենք հոսող ջրի տակ: Այս դիմակը հանգստացնում է ձեռքերի մաշկը և ամրացնում եղունգները:

Վերականգնող դիմակներ

Վերականգնում և ամրացնում է մաշկն ու եղունգները: Բաղադրության մեջ մտնում են՝ մեղր, ակնամոմ, կաթ և գլիցերին: 1 ճաշի գդալ մեղրը խառնում

ենք 1 թեյի գդալ տաքացված կաթի հետ, այնուհետև ավելացնում 0,5 թեյի գդալ ակնամոմ և 1 թեյի գդալ գլիցերին: Բոլոր մասերը խառնում ենք այնքան, մինչև ստանանք համասեռ զանգված: Հավասարաչափ շերտով տեղադրում ենք ձեռքերի վրա և պահում ենք 20-30 րոպե: Այնուհետև ձեռքերը մաքրում ենք հոսող ջրի տակ և մանրակրկիտ չորացնում: Այս դիմակը շատ արդյունավետ է չորացած և վնասված մաշկի ժամանակ:

Սնուցող դիմակներ

Սնուցող դիմակները կիրառում են, եթե սնուցման խանգարման պատճառով ընկճվել է մաշկի գործունեությունը և հետևաբար ընդհանուր մաշկային ծածկույթի վիճակը: Բաղադրության մեջ մտնում են՝ մեղր, ակնամոմ, զանազան յուղեր /դեղձի, գերչակի, ձիթապտղի, խաղողի կորիզի/, վազելին, գլիցերին և A, B, E, F վիտամինային համալիրը: 3 ճաշի գդալ մեղրին խառնում ենք 1 ճաշի գդալ ձիթապտղի յուղ, 1, 5 թեյի գդալ ակնամոմ, 2, 5 թեյի գդալ վիտամինային համալիր, 2 թեյի գդալ գլիցերին, 1 ճաշի գդալ վազելին և մնացած բոլոր յուղերից 0,5 գդալ: Դիմակը պահում ենք 20-40 րոպե, հետո լվանում ենք հոսող ջրի տակ: Այս դիմակը մաշկն ապահովում է անհրաժեշտ սնուցող նյութերով, հետևաբար կարգավորում է մաշկի գործունեությունը:

Փափկացնող դիմակներ

Օգտագործում են խիստ չորացած, ջրազրկված և ճաքեր ունեցող մաշկի դեպքում: Բաղադրության մեջ մտնում են՝ գլիցերին, վազելին, մեղր, օսլա և գերչակի յուղ: 2 ճաշի գդալ տաքացված կաթին ավելացնում են 2 թեյի գդալ մեղր, 3 թեյի գդալ գլիցերին, 2 թեյի գդալ վազելին, 1 թեյի գդալ օսլա և 2 թեյի գդալ գերչակի յուղ: Դիմակը հավասարաչափ բաշխում են ձեռքերի մակերեսին և պահում են 15-25 րոպե: Դիմակը իր բաղադրության հաշվին խոր ներթափանցում է մաշկի կազմության մեջ:

Հակապիզմենտային դիմակներ

Առաջին անգամ կիրառել են Անգլիայում, այդ պատճառով ստացել է «Անգլիական դիմակ» անվանումը: Բաղադրության մեջ մտնում են՝ ձվի դեղնուց, գերչակի յուղ, գլիցերին և 3 % քացախաթթու: 1 հատ ձվի դեղնուցին ավելացնում ենք 1 թեյի գդալ գերչակի յուղ, 2 թեյի գդալ գլիցերին և 1, 5 թեյի գդալ քա-

ցախաթթու: Դիմակը ձեռքերին պահում ենք 15 րոպե, այնուհետև մաքրում ենք հոսող ջրի տակ: Այս դիմակը թուլացնում և հեռացնում է մաշկի վրա արևից կամ տարիքից առաջացած պիգմենտները և քիմիական նյութերից առաջացած գունափոխությունը:

Դիմակներ մաշկի գրգռվածության դեմ

Այս դիմակները կիրառում են մաշկի վրա տարբեր պատճառներից առաջացած գրգռվածության դեմ: Բաղադրության մեջ մտնում են երիցուկի և անանուխի թուրմը, սև ածուխի փոշին. կաթի փոշին և վարսակաձավարը: Մանրացնում ենք 2 ճաշի գդալ վարսակաձավար, որին ավելացնում ենք 2 ճաշի գդալ բուսական թուրմ, 1 ճաշի գդալ սև ածուխի փոշի և 3 թեյի գդալ կաթի փոշին: Պահում ենք 15-30 րոպե, այնուհետև լվանում հոսող ջրի տակ:

Եղունգների խնամքը

Ձեռքերի մասին խոսելիս չպետք է մոռանալ եղունգների մասին: Եղունգների խնամքի ընտրությունը նույնպես կախված է եղունգների առողջական վիճակից: Այսպես բաժանում ենք խնամքի միջոցներ, որոնք կիրառվում են՝

- ❖ Շերտավորվող եղունգների համար
- ❖ Կոտրվող եղունգների համար

Նյութեր շերտավորվող եղունգների համար

Եղունգների շերտազատումը շատ հաճախ պայմանավորված է օրգանիզմում սնուցող տարրերի անբավարարության հետ: Այն առաջանում է նյութափոխանակության ընթացքների խանգարման ժամանակ: Նյութափոխանակության խանգարումն առաջանում է տարբեր պատճառներից, որոնց մի մասը կարող է վկայել լուրջ հիվանդությունների մասին:

Եթե նյութափոխանակությունը խանգարված է վատ սնվելու պատճառով կամ կապված է հղիության հետ, ապա եղունգների խնամքն իրականացվում է տեղային և ընդհանուր միջոցներով: Ցանկացած դեպքում, նախ և առաջ անհրաժեշտ է խորհրդակցել բժշկի հետ:

Ընդհանուր խնամք ասելով՝ հասկանում ենք սնուցող տարրերի ընդունումը սննդի կամ հավելումների տեսքով: Տեղային միջոցներ ասելով՝ հասկանում ենք այն միջոցները, որոնք կիրառվում են միայն տեղային /լոկալ/:

Այսպես պետք է օգտագործել այն նյութերը, որոնք պարունակում են հետևյալ տարրերը՝ սպիտակուցներ, երկաթ, ֆոսֆոր, յոդ, կալցիում, տարբեր տեսակի միկրոէլեմենտներ և վիտամիններ /A, B, C, E, F/: Այս բոլոր տարրերի անհրաժեշտ չափաբաժինը և ճիշտ համակցումը, լավացնում և արագացնում է օրգանիզմի նյութափոխանակությունը:

Նյութեր նախատեսված կոտրվող եղունգների համար

Եղունգները հիմնականում կոտրվում են բացասական գործոնների ազդեցությամբ՝ գերճնշում, հարված, ցուրտ կամ օրգանիզմի ջրազրկման և վիտամինային անբավարարության ժամանակ /հիպովիտամինոզ/: Եղունգների կոտրվելը շատ հաճախ կարող է պայմանավորված լինել տարբեր հիվանդություններով: Դրա համար նախ և առաջ անհրաժեշտ է դիմել բժշկի:

Ընդհանուր խնամքի մեջ պետք ներառել՝ կալցիում, յոդ, երկաթ, վիտամիններ /A, E, F/ և գլուկոմեդ:

Տեղային խնամքի մեջ հիմնականում մտնում են տարբեր յուղեր՝ դեղձի, ծիրանի, գերչակի, խաղողի կորիզի, մածուկների՝ կալցիումի, ֆտորի և ֆոսֆորի պարունակությամբ և յուղերի տեսքով վիտամինային հավաքածու:

Չեռքերի պարաֆինաթերապիա

Պարաֆին բառն ունի լատինական արմատներ. «parum»- քիչ, և «affinis»- նմանակ: Առաջին անգամ կիրառել են Հին Հռոմում, որպես բուժիչ և հանգստացնող միջոց: Պարաֆինն իրենից ներկայացնում է նավթի մաքրումից մնացած արգասիք: Դիմահարդարման և մատնահարդարման մեջ կիրառվում է հատուկ մշակում անցած պարաֆինը: Պարաֆինը քիմիապես կայուն է, հանդիսանում է ուժեղ ջերմահաղորդիչ և ջերմապահպանիչ նյութ:

Պարաֆինի շերտը բարձրացնում է տվյալ հատվածի մաշկի ջերմաստիճանը՝ 1-2⁰C-ով. արդյունքում լայնանում են մաշկի ծակոտիները, լայնանում են միջբջջային տարածությունները, փափկում է վերնամաշկը, և այդ ամենը

նպաստում է նյութի ներթափանցմանը: Այնուհետև լայնանում են մաշկի ծակոտիները, բարձրանում է քրտնարտադրությունը, առաջացած խոնավությունը պահպանվում է մաշկի մակերեսի վրա: Պարաֆինը լավ ջերմամեկուսիչ է. խոնավությունը, չունենալով ելքի միջոցներ, վերադառնում է մաշկի հաստության մեջ: Այդ օղակը թույլ է տալիս պահպանել մաշկի ջրային բալանսը՝ կանխելով հետագա չորացումից: Այս ամենից հետևում է, որ պարաֆինի կարևոր ֆունկցիաներից մեկը մաշկի խոնավեցումն է՝ հիդրատացիան:

Ջերմաստիճանի բարձրացումն ուղեկցվում է տեղային անոթների լայնացումով, ինչը նպաստում է արյան հոսքի մեծացմանը: Արյան քանակի մեծացումը լավացնում է հյուսվածքների վերականգման ընթացքները՝ նպաստելով վերքերի արագ լավացմանը, նաև բարձրացնում է հենաշարժական օրգանահամակարգի աշխատանքի արդյունավետությունը:

Արյան հոսքի մեծացման հետ մեծանում է ավշային շրջանառության հոսքը, որի արդյունքում տեղի է ունենում թունավոր նյութերի՝ տոքսինների արտազատում: Նյութի հիմնական զանգվածի ներթափանցումն առաջին հերթին կախված է մոլեկուլների տրամագծից: Նյութի մնացորդ մասը ներթափանցում է քրտնագեղձերի և ճարպագեղձերի միջոցով, սակայն առաջնային ճանապարհը միշտ մնում է մաշկի ծածկույթը: Տոքսինների մոլեկուլների տրամագիծն ավելի մեծ է, քան ջրի մոլեկուլների տրամագիծը: Սրանով է պայմանավորվում թույների ներթափանցման կանխումը դեպի մաշկի խորանիստ շերտեր: Պարաֆինի երկրորդ կարևոր հատկություններից է կուտակված թույների արտազատումը և մաշկի շնչառության՝ ապահովումը:

Ինչպես ցանկացած ֆիզիկական նյութ, պարաֆինը չորանալուց հետո ենթարկվում է ծավալային կրճատման: Կրճատումը նպաստում է մաշկի հարթեցմանը և այտուցների վերացմանը:

Այսպես՝ պարաֆինն օժտված է բազմազան հատկություններով.

- Ջրային հավասարակշռության վերականգնում և պահպանում
- Օրգանիզմից մաշկի ծածկույթի մակերեսով թույների արտազատում
- Մաշկի ծածկույթի խոնավեցում
- Մաշկային շնչառության կարգավորում

-
-
- Հյուսվածքների վերականգնում

- Հենաշարժական համակարգի ցավային զգացողության իջեցում և աշխատունակության բարձրացում

Պարաֆինաթերապիան հաճախորդի համար ամենարդյունավետ և ամենահաճելի միջոցներից մեկն է: Արդյունքն ակնառու է գործընթացից անմիջապես հետո. մաշկը ստանում է հարթ և գեղեցիկ պատկեր: Պարաֆինաթերապիան ավելի հաճախ կատարում են ձմռան ամիսներին, երբ ձեռքերի մաշկը գտնվում է չորացած, ցրտահարված, շերտավորված, թեփոտած և ճաքեր առաջացրած: Պարաֆինաթերապիայից հետո կիրառվող կրեմները, լոսյոնները, յուղերը, մածուկները, հելերը կամ այլ ցանկացած ձևի վերականգնող և սնուցող միջոցներ, մեծ արագությամբ և խորապես են ներթափանցում մաշկի ծածկույթի մեջ՝ ցուցաբերելով բարձր արդյունավետություն: Դա պայմանավորված է պարաֆինաթերապիայի արդյունքում լայնացած ծակոտիներով և խոնավ վերնամաշկով: Եթե այս բոլորը համակցենք մերսումով, ապա դիտվում է միջիյուսվածքային հեղուկի տեղաշարժ, որն էլ իր հերթին, նույնպես բարձրացնում է գործընթացի արդյունավետությունը:

Որոշ մասնագետների կարծիքով՝ պարաֆինաթերապիան օգտակար է օրթոպեդիկ հիվանդություններով տառապող մարդկանց, հատկապես արթրիտի և աղերի կուտակումների ժամանակ: Ինչպես բոլոր միջոցները, պարաֆինաթերապիան ունի իր հակացուցումները: Դրանք են՝ զարկերակային բարձր ճնշումը, երակային անոթների լայնացումը և կանգը՝ վարիկոզը, մաշկային ծանր հիվանդությունները՝ բաց կամ ուշ լավացող վերքերի առկայության դեպքում:

Պարաֆինաթերապիա իրականացնելու համար անհրաժեշտ է հատուկ սարք՝ պարաֆինը տաքացնելու համար: Շատ հաճախ պարաֆինի հետ համակցում են հավելյալ նյութեր՝ հասնելով մեզ անհրաժեշտ վերջնական արդյունքին և հաճախորդի ցանկությանը: Հավելումները կարող են պարունակել՝

- Մենթոլ կամ էվկալիպտ
- Դեղձի կամ ծիրանի յուղեր
- Նուշի յուղ
- Խաղողի կորիզի յուղ

-
-
- A, B, D, E, F վիտամիններ
 - Հոտավետ նյութեր

Պարաֆինը հալվում է մինիմալ 52-54°C ջերմաստիճանում: Ժամանակակից պարաֆինաթերապիայի սարքերն ունեն 2 աշխատանքային մեխանիզմներ՝ պարաֆինի տաքացում և անհրաժեշտ ջերմաստիճանի պահպանում: Առաջներում պարաֆինը տաքացնում էին թասի մեջ, սակայն օգտագործելիս հաճախ և՛ մասնագետը, և՛ հաճախորդը ստանում էին տարբեր աստիճանի այրվածքներ: Պարաֆինաթերապիան առավելագույնը տևում է 15-20 րոպե:

Պարաֆինաթերապիան կատարում են հետևյալ հաջորդականությամբ */տե՛ս հավելված 6/*.

1. Հաճախորդի ձեռքերի մաքրում և ախտահանում

Նախքան ցանկացած գործողությանն անցնելը անհրաժեշտ է հաճախորդի ձեռքերը մաքրել և ախտահանել /դեզինֆեկցել/ հատուկ հակաբակտերիալ և ախտահանիչ լուծույթներով:

2. Մաշկի խոնավացում և սնուցում

Մաքրումից հետո մաշկային ծածկույթը մշակում ենք խոնավացնող և սնուցող կրեմներով, լոսյոններով, յուղերով կամ մածուկներով:

3. Պարաֆինի տեղադրում

Ձեռքերի դաստակները ամբողջությամբ զգուշորեն ընկղմում ենք նախապես տաքացված պարաֆինային սարքի մեջ: 10 վայրկյան անց հանում ենք ձեռքը և մի քանի վայրկյանից կրկին ընկղմում ենք սարքի մեջ: Գործընթացը կրկնում ենք 4-6 անգամ, մինչև ձեռքը պատվի պարաֆինի անհրաժեշտ շերտով:

4. Չեռնոցների կիրառում

Գործընթացից հետո անհրաժեշտ է հաճախորդի ձեռքերին հազցնել պոլիէթիլային ձեռնոցներ և վրայից հազցնել հաստ կտորյա ձեռնոցներ: Չեռնոցները պահպանում են ձեռքերի ջերմությունը և ստեղծում վակուումի էֆեկտ: 15-20 րոպե անց հանում ենք ձեռնոցները և ձեռքերից մաքրում պարաֆինի շերտը:

5. Պարաֆինի մաքրում

15-20 րոպեի ընթացքում պարաֆինը չորանում է՝ պահպանելով մաշկից իր վրա արտազատված թույլները: Դրա համար չի թույլատրվում մաշկի վրա եր-

կար պահել կարծրացած պարաֆինը: Խորհուրդ է տրվում չորացած պարաֆինը մաքրել տաք խոնավ սրբիչներով: Դրանից հետո միայն կարող ենք կիրառել մնացած մեզ անհրաժեշտ նյութերը:

6. Մաշկի խոնավեցում

Պարաֆինի արդյունքն ամրակայելու նպատակով կիրառում ենք խոնավեցնող նյութեր:

7. Ձեռքերի մերսում

8. Մատնահարդարման բուն գործողության կատարում

9. Եղունգների ճարպագրկում և ջրագրկում

Մինչև լաքապատմանն անցնելը պետք է հեռացնել մեր օգտագործվող նյութերի մնացորդները, քանի որ դրանք խանգարում են լաքի հետագա կպմանը /աղգեզիային/: Նաև պետք է հեռացնել մնացած ջուրը՝ խոնավությունը վերացնելու նպատակով, քանի որ այն նույնպես խանգարում է կպմանը: Կան հատուկ նյութեր, որոնք միաժամանակ կատարում են ճարպագրկումը և ջրագրկումը:

9. Լաքապատում

Ձեռքերի մերսում

Այսօր կան տարբեր տեսակի մերսումներ, որոնք հանդիսանում են ցանկացած տեսակի մատնահարդարման անբաժանելի մասը: Մերսումը սահմանափակ մեխանիկական շարժումների համալիր է, որն ուղղված է մարդու մաշկային ծածկույթի վրա՝ ունենալով հիմնականում բուժիչ կամ հանգստացնող հատկություն, որը կատարվում է ձեռքերի վրա հատուկ գործիքների կամ սարքերի միջոցով: Մաշկի վրա սարքերի կամ գործիքների ազդեցությունը իրականանում է տատանման, ճնշման կամ շփման ուժի հաշվին:

Տարբերում ենք մերսման մի քանի տեսակներ.

- Բուժիչ
- Հանգստացնող
- Հիգիենիկ
- Կետային

-
-
- Վերականգնողական
 - Սպորտային
 - Ինքնամերսում

Մերսման բուժիչ հատկությունների մասին մարդկություն հայտնի է հին ժամանակներից: Հին Չինաստանում և Հնդկաստանում, որպես բուժիչ և կանխարգելիչ միջոց տարբեր հիվանդությունների դեմ, լայն տարածում էր ունեցել կետային մերսման տեսակը՝ ակու-պունկտուրալ կամ ակու-պրեսուրալ:

Մերսումն օրգանիզմի վրա թողնում է տարբեր ազդեցություն: Լավացնում է օրգանիզմի ընդհանուր ֆիզիկական վիճակը, բարձրացնում է մկանային տոնուսը, քանի որ նպաստում է կաթնաթթվի արտազատմանը, ակտիվացնում է օրգանիզմի էներգետիկ կայարանները, կարգավորում է արյան ճնշումը, իջեցնում օրգանիզմի ֆիզիկական ընկճվածությունը և լարվածությունը նաև օժտված է հակաալոոցային հատկությամբ: Այս ամենից հետևում է, որ մերսումը, ցանկացած բուժիչ միջոցների ընթացքում կամ հետո, օրգանիզմի ընդհանուր վիճակը վերականգնող և կարգավորող մեխանիզմ է:

Վերականգնողական /ռեաբիլիտացիոն/ մերսումը՝ հետվիրահատական կամ հետվնասվածքային շրջանի ժամանակ կիրառվող մերսումն է, որն ուղղված է օրգանիզմի ընդհանուր ուժերի բարձրացման և վնասված հատվածի հյուսվածքների բնականոն գործունեության արագ վերականգմանը: Այս մերսման տեսակը լավացնում է արյան շրջանառությունը, արագացնում է միջհյուսվածքային հեղուկի տեղաշարժը, փոքրացնում մկաններում սպիացած հյուսվածքի քանակը, նպաստում մկաններում կուտակված կաթնաթթվի արտազատմանը, իջեցնում է ալոոցները և կանխում է հետագայում հեղուկների կուտակումը նաև նպաստում և արագացնում է օրգանիզմի ընդհանուր վերականգման գործընթացը: Վերականգնողական մերսումը նաև անվանում են ֆիզիոթերապևտիկ մերսում, քանի որ հիմնականում համակցվում է ֆիզիոթերապևտիկ միջոցների հետ:

Ժամանակակից սրահներում հիգիենիկ մերսումն ունի լայն կիրառություն: Հիմնական նպատակն է՝ մաշկի խորանիստ տեղակայված հյուսվածքում լարվածության նվազում և մկանային տոնուսի բարձրացում: Մերսումն ուժեղաց-

նում է մատակարարվող արյան հոսքը, որը մաշկի բոլոր շերտերի հյուսվածքները սնուցում է թթվածնով և սննդատար նյութերով: Մերսման ժամանակ նաև կատարվում է մեուսացած մաշկի բջիջների շերտազատում՝ պիլինգ: Այս բոլոր հատկությունները միասին նպաստում են կիրառվող նյութերի արագ ներծծմանը և բարձր արդյունավետությանը: Հիգիենիկ մերսման տեսակներից է կոսմետոլոգիական մերսումը:

Կետային մերսման էությունն այն է, որ մեխանիկական շարժումների միջոցով ճնշման ազդեցությունն ուղղվում է հատուկ կենսաբանական ակտիվ կետերին: Սրանով է պայմանավորված «կետային» մերսում անվանումը, որն արտասահմանում անվանվում է՝ «ակու-պունկտուրալ» կամ «ակու-պրեսուրալ» մերսում: Կետային մերսումը սկիզբ առավ Հին Չինաստանում, որտեղ մինչ օրս մերսումը համարում են հիվանդությունների կանխարգելման և բոլոր օրգան-համակարգային ախտահարումների և հիվանդությունների թերապևտիկ բուժման լավագույն արդյունավետ միջոց: Այդ նպատակով ձեռքերի վրա նկարել են հատուկ «քարտեզ» բոլոր օրգան-համակարգերին բնորոշ տեղակայումով: Մերսման ժամանակ յուրաքանչյուր կետը ճնշելիս, ուժեղանում է տվյալ կետի հետ կապված օրգանի արյան և լիմֆայի շրջանառությունը, հետևաբար լավանում է օրգանի սնուցումը և բարձրանում աշխատունակությունը:

Ցանկացած տեսակի մերսումը հակացուցված է՝

- Մաշկային հիվանդությունների ժամանակ
- Երկար չլավացող կամ նոր առաջացած վերքերի դեպքում
- Վարիկոզի՝ երակների լայնացման ժամանակ
- Ավշային հանգույցների բորբոքման ժամանակ
- Նորագոյացությունների ժամանակ /և՛ չորորակ, և՛ բարորակ/

Ավանդական մերսումն ունի իրեն բնորոշ մի խումբ շարժումներ՝ տատանող, ձգող, ճնշող, մակերեսային և հարվածային: Հարվածային, ճնշող և ձգող շարժումներն ակտիվացնում են մկանային տոնուսը և կոչվում են՝ տոնիզացնող կամ ակտիվացնող: Մակերեսային և տատանող շարժումները հանգստացնում են մկաններն ու հյուսվածքները: Դրանք անվանվում են՝ հանգստացնող շարժումներ:

Մերսումը սկսելուց առաջ հաճախորդի ձեռքերի վրա քսում ենք խոնավեցնող կամ սնուցող նյութեր, իսկ մասնագետի ձեռքերը մշակում ենք հատուկ մերսման համար նախատեսված յուղերով: Ցանկացած մերսում սկսում ենք ձեռքերի հանգստացումով: Դրա համար հաճախորդի ձեռքը հենում ենք արմունկի վրա, ձախ ձեռքով պահում ենք նախաբազկի շրջանը, իսկ այդ ձեռքով սկսում ենք շարժել սկզբում դաստակը, այնուհետև ամբողջ ձեռքը՝ առաջ և հետ ուղղությամբ: Շարժումները պետք է կատարել 5-15 անգամ, 15-20 րոպեի ընթացքում:

Պրակտիկորեն մերսման տեսակները տարբերվում են շարժումների տարատեսակով և կիրառվող նյութերով /բացառություն է կազմում կետային մերսումը/, դրա համար կուսումնասիրենք մերսման հիմնական շարժումները: Հիմնական կամ բազիսային շարժումները, ըստ ժամանակակից տեսության, տարաբաժանում են այն նկատառմամբ, թե որ անատոմիական տեղամասում է կատարվում այն: Բժիշկներն ապացուցել են, որ այս տեսությունը պրակտիկորեն ավելի արդյունավետ է, քանի որ մերսման ժամանակ առաջնայնորեն հաշվի են առնվում անատոմիական մասերի առանձնահատկությունները:

Այսպես քաժանում են մերսման հետևյալ տեսակները.

- Արմնկային հողի մերսում
- Նախաբազկի մերսում
- Ճաճանչդաստակային հողի մերսում
- Դաստակի մերսում
- Մատների մերսում

Արմնկային հողի մերսում

Չախ ձեռքով պահում են հաճախորդի ձեռքը, այդ ձեռքով արմնկային հողի շրջանում կատարում ենք ուղիղ և շրջանաձև մերսման շարժումներ: Ընդհանուր ձեռքը պետք է ուղղահայաց լինի սեղանին, իսկ դաստակը պետք է պահել ուղիղ վիճակում, որպեսզի պահպանվի արմնկային մկանների տոնուսը: Արմնկային հողը շրջապատող մաշկը հիմնականում լինում է չորացած և թեփոտած՝ պայմանավորված շորերի հետ անընդհատ շփումով: Դրա համար այս մերսման ժամանակ խորհուրդ է տրվում խոնավեցնող և սնուցող նյութերը կիրառել ավելի մեծ քանակով: Մերսումները կատարում ենք ամենաշատը 30

րուպե: Մերսումից հետո դիտվում է արմնկային հողի հանգստացում, լարվածության իջեցում, հողում կուտակված հեղուկի և աղերի կուտակումների դուրս բերում, որը նպաստում է հողի ավելի ազատ շարժումների իրականացմանը և կանխում է հետագա լարվածության առաջացումը: Արմնկային հողի մերսումը շատ են կիրառում որպես վերականգնողական միջոց՝ կոտրվածքների և տարբեր աստիճանի վնասվածքների ժամանակ: Դա պայմանավորված է նրանով, որ դուրս բերելով մկաններից կաթնաթթվի և հեղուկների կուտակումը, իջեցվում է հողում առաջացած հիդրոտիկ ճնշումը, դա էլ նպաստում է ցավերի թուլացմանը, արյան հոսքի բարձրացմանը և վերականգնող գործոնների ակտիվացմանը:

Նախաբազկի մերսում

Ձեռքը դրվում է սեղանի վրա՝ ափով ցած և սեղանին զուգահեռ: Երկու կողմի բութ մատներով՝ դաստակից սկսած դեպի արմնկային հողը, կատարում ենք հերթականությամբ ուղիղ և կիսաշրջանաձև շարժումներ:

Այս մերսումն ժամանակ հաճախ կիրառում ենք նախաբազկի ընդհանուր թեքումը: Մատնահարդարը դեմ դիմաց է տեղադրում հաճախորդի ձեռքը՝ դաստակը վեր ուղղելով, երկու ձեռքերով միաժամանակ կատարում է նախաբազկի թեքում՝ շրջանաձև շարժումներով:

Այս շարժումները նպաստում են տվյալ հատվածի հյուսվածքների արյան մատակարարման լավացմանը, մկանային տոնուսի բարձրացմանը և լարվածության իջեցմանը:

Ճանճանդաստակային հողի մերսում

Հաճախորդը ձեռքը դնում է սեղանի վրա՝ զուգահեռ դիրքում, իսկ դաստակը մատնահարդարը ֆիքսում է երկու ձեռքի միջոցով: Բութ մատների միջոցով ճանճանդաստակային հողի ներքևից վերև ուղղությամբ կատարվում են շրջանաձև և հանգույցաձև մակերեսային շարժումներ: Շարժումների տևողությունը պետք է կազմի 7-10 րոպե, 5-7 հաճախականությամբ: Մերսումը նպաստում է արյան հոսքի բարձրացմանը, լիմֆատիկ շրջանառության ակտիվացմանը՝ նպաստելով կուտակված հեղուկների և աղերի դուրսբերմանը: Այսպիսով՝ այն ունի հակաալտուցային, սնուցողական և վերականգնողական հատկություններ. սրանով է պայ-

մանավորվում կոտրվածքներից կամ տարբեր վնասվածքներից հետո՝ վերականգնողական շրջանում դրանց մեծ անհրաժեշտությունը:

Դաստակի մերսում

Որոշ մասնագետներ առանձնացնում են դաստակի մերսումը՝ ըստ կատարած շարժումների.

Մերսում ուղիղ շարժումներով

- Մերսում շրջանաձև շարժումներով
- Մերսում հանգուցաձև շարժումներով

Մյուսները տարբերակում են այն տեսակետից, թե մերսման ժամանակ դաստակի ո՞ր մակերեսն է գլխավորապես մշակվում՝ արտաքին՝ թե՞ ներքին /սվիր/:

Դաստակի ուղիղ շարժումներով մերսման ժամանակ հաճախորդը ձեռքը դնում է սեղանին զուգահեռ դիրքով, մատնահարդարը միաժամանակ երկու ձեռքերի բութ մատներով կատարում է ուղիղ շարժումներ՝ ուղղված մատների հիմքից դեպի ճաճանչդաստակային հողը: Կատարում են 3-5 հաճախականությամբ:

Դաստակի շրջանաձև մերսման ժամանակ, հաճախորդը ձեռքը դնում է սեղանին զուգահեռ դիրքով, մատնահարդարը միաժամանակ երկու ձեռքերի բութ մատներով կատարում է շրջանաձև շարժումներ՝ 3-րդ մատից դեպի դաստակի կողմնային հատվածները: Ամեն դաստակի յուրաքանչյուր կողմերում շարժումները կատարում են 4 հաճախականությամբ:

Դաստակի հանգուցաձև մերսման ժամանակ հաճախորդը ձեռքը դնում է սեղանին զուգահեռ դիրքով, մատնահարդարը միաժամանակ երկու ձեռքերի բութ մատներով անընդմեջ կատարում հանգուցաձև շարժումներ՝ մատների հիմքից դեպի ճաճանչդաստակային հողի ուղղությամբ: Մերսումը կատարում են 3-5 հաճախականությամբ:

Դաստակի արտաքին մակերեսի մերսման ժամանակ հաճախորդը ձեռքը դնում է սեղանին զուգահեռ դիրքով, ներքին մակերեսով դեպի սեղանը, մատնահարդարը միաժամանակ երկու ձեռքերի բութ մատներով ֆիքսում է դաստակի արտաքին մակերեսը և հերթականությամբ կատարում ուղիղ, շրջանա-

ձև և հանգուցածն շարժումներ: Մերսման հաճախականությունը կազմում է 3-5 անգամ:

Դաստակի ներքին մակերեսի մերսման ժամանակ հաճախորդը ձեռքը դնում է սեղանին զուգահեռ դիրքով, մատնահարդարը միաժամանակ երկու ձեռքերի բութ մատներով ֆիքսում է ափը և հիմնականում կատարում է շրջանաձև շարժումներ, այնուհետ ուղիղ շարժումներ: Մերսումը կատարում են 5 անգամ:

Մատների մերսում

Տարբերում են մատների բուն մերսում և մատների միջև գտնվող տարածության մերսում: Մատների մերսման ժամանակ հաճախորդը ձեռքը դնում է սեղանին զուգահեռ դիրքով, մատնահարդարը ձախ ձեռքով ֆիքսում է դաստակը, իսկ աջ ձեռքի ցուցամատով և մեծ մատով, հերթականությամբ, ամեն մատի վերևից դեպի հիմք, մատի բոլոր մակերեսներով /արտաքին, ներքին, կողմնային/ կատարվում են շրջանաձև, ուղիղ և հանգուցածն շարժումներ: Մերսումը կատարում են 20-30 րոպե:

Միջմատային տարածության մերսման ժամանակ հաճախորդը ձեռքը դնում է սեղանին զուգահեռ դիրքով: Մատնահարդարը ձախ ձեռքով ֆիքսում է դաստակը, իսկ աջ ձեռքի ցուցամատով կատարում է բազմաթիվ կետային շարժումներ: Այս մերսման մեխանիզմը հանդիսանում է կետային ճնշման միջոցով միջմատային տարածության պերիֆերիկ արյան և լիմֆատիկ միկրոանոթների տոնուսի բարձրացում և տեղային շրջանառության լավացում: Որպես արդյունք, մատների շրջանի հյուսվածքներից դուրս է բերվում կուտակված աղերը և հեղուկները:

Ձեռքերի մարզանք

Մերսման արդյունքը պահպանելու համար հաճախորդին կարելի է տալ խորհրդատվություններ տնային խնամքի վերաբերյալ: Ամենալավ միջոց համարվում է ձեռքերի մարզանքը: Տարբերում ենք մի քանի հիմնական վարժություններ՝

- Ձեռքերը բարձրացնում են վեր, դաստակները ուղիղ դիրքով: Դաստակները ուժեղ թափահարում ենք 3-5 րոպեի ընթացքում:

- Ձեռքերի դաստակները կրծքավանդակի շրջանում միացնում ենք իրար, միմյանց ենք սեղմում մատները և ընդհանուր դաստակը թեքում ենք աջ և ձախ ուղղությամբ:

- Ձեռքերի դաստակները կրծքավանդակի շրջանում միացնում ենք իրար, միմյանց ենք սեղմում մատները՝ պահում նույն դիրքում, իսկ ափերի ստորին հատվածները շարժում ենք աջ և ձախ ուղղությամբ:

- Հանգստացնում ենք դաստակները, այնուհետև ներքևից վերև, ուղղությամբ, կողմնային շարժումներով թափահարում ենք ձեռքերը:

- Ձեռքերը բերում ենք առաջ, իսկ դաստակները շրջանաձև շարժումներով շարժում ենք հերթականությամբ աջ, ձախ նաև դեպի ներքին և արտաքին կողմերը:

Տնային խնամքի համար կան հատուկ սարքեր, որոնք ազդում են մաշկի ծածկույթի վրա՝ տատանման հաշվին: Այս սարքերը նույնպես նպաստում են՝ արյան և ավշի շրջանառության արագացմանը, ծայրամասյին նյարդաթելերի ակտիվացմանը, մկանային տոնուսի բարձրացմանը, նաև ունեն հակաալոստոցային հատկություն, քանի որ նպաստում են հեղուկների և աղերի կուտակումների դուրս բերմանը:

Արյան և ավշի շրջանառության արագացմանը նպաստում են նաև կոնտրաստային բաղնիքները, այսինքն տաք և սառը ջրերի արագ հերթափոխումը:

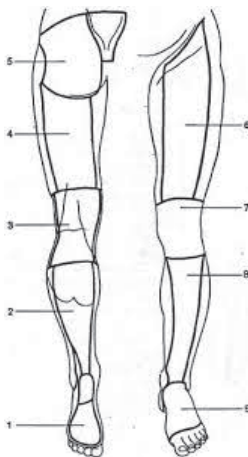
Պետք չէ մոռանալ խնամքի միջոցների մասին, որոնք լավացնում են ձեռքերի մաշկը և կանխում են խնդիրների առաջացումը:

ԳԼՈՒԽ 4. ՈՏՔԵՐԻ ՄԵՐՍՈՒՄ ԵՎ ԽՆՄԱՔ
«Ուրքի մերսման ձևեր եւ միջոցներ» մոդուլ
Ստորին վերջույթների կառուցվածքը

Ստորին վերջույթները կատարում են շարժական, հենարանային և զգայական ֆունկցիաները: Հոդերի, մկանների և կապանների շնորհիվ ստորին վերջույթները ամորտիզացնում են ընդհանուր մարմնի շարժումները, այսպիսով նվազեցնելով որովայնի վրա ազդող ուժերը՝ քայլելու և վազելու կամ թռչելու և ցայտկելու ժամանակ, մաս ցնցումի կամ հարվածի դեպքերում, այս դեպքում մեծ նշանակություն է ներկայացնում ոտնաթափը: Ստորին վերջույթը իրականացնում է մի շարք առանձնահատուկ շարժումներ՝ հարված, հրում և տարբեր իրերի բարձրացում: Ստորին վերջույթները կազմված են կոնքագոտուց և ստորին ազատ վերջույթներից: Ստորին ազատ վերջույթի ձևը և երկարությունը տարբեր է լինում՝ կախված սեռից և տարիքից, մկանների զարգացվածության աստիճանից:

Ստորին վերջույթների վրա առանձնացնում են հետևյալ շրջանները /նկ.6./

1. Ոտնաթափ
2. Սրունք-թափային հողի առաջնային, հետին, միջային, դրսային մակերես
3. Սրունքի առաջնային և հետին հատվածները
4. Ծնկան /ծնկահողի/ առաջնային և հետին հատված
5. Ազդրի առաջնային և հետին հատված
6. Նստային հատված
7. Աճուկային շրջան



Նկ.6. Ստորին ազատ վերջույթի շրջանները

1. Ուռնաթաթի ներբանային հատված
2. Սրունքի հետին մակերես
3. Ծնկան հետին հատված
4. Ազդրի հետին մակերես
5. Նստային հատված
6. Ազդրի առաջնային մակերես
7. Ծնկի առաջնային հատված
8. Սրունքի առաջնային մակերես
9. Ուռնաթաթի թիկունքային մակերես

Ստորին ազատ վերջույթի ոսկրային կմախքը բաղկացած է 3 հիմնական մասերից.

1. Ազդրոսկր
2. Սրունքի ոսկրեր /ոլոք՝ մեծ ոլոք, նրբոլոք, ծնկոսկր/
3. Ոտքի /ուռնաթաթի/ ոսկրեր

Ազդրոսկրը՝ մարմնի ամենամեծ, երկար և հաստ խողովակաձև ոսկրն է, որը վերին գլխիկով միանում է կոնքոսկրի հետ և միասին կազմում են կոնքազդրային հոդը, որն օժտված է օրգանիզմի ամենահզոր կապաններով: Ազդրի ստորին հատվածը անկյան տակ միանում է մեծ ոլոքի հետ, կազմելով ծնկահոդը, որի վերին անկյան հատվածը, արտաքին մակերեսը ծածկված է ծնկոսկրով: Ծնկահոդի շնորհիվ կարողանում ենք կատարել հետևյալ շարժումները՝ ծալում, բացում, պտույտ: Ծնկահոդի կապանները ունեն խաչաձև դասավորվածություն:

Ոլոքի և նրբոլոքի ստորին հատվածները միանում են ուռնաթաթի ճախարակաձև ոսկրի հետ՝ կազմելով սրունք-թաթային հոդը:



Նկ. 7. Ստորին ազատ վերջույթի կմախքային կառուցվածքը

Ստորին վերջույթի բոլոր հոդերը միասին ապահովում են՝ վազքը, թռիչքը, ամորտիզացիոն հատկությունը և տարածության մեջ մարդու ուղիղ կանգնելու ունակությունը: Ստորին վերջույթի բոլոր հոդերի ոսկորների կազման տեղերում, տեղակայված են աճառներ: Աճառը իրենից ներկայացնում է էլաստիկ և բարձր դիմադրությամբ օժտված թելերի խուրձ, որն ամբողջությամբ տեղակայվում է պատյանի մեջ և հիմնականում ունի սկավառակի տեսք: Աճառները իրենց առանձնահատուկ կառուցվածքի շնորհիվ ապահովում են շարժումների ժամանակ առաջացած ճնշման հավասարաչափ բաշխումը, հետևաբար կանխում են ոսկրերի շփման տեղամասերում մաշվածության և գերծանրաբեռնվածության առաջացումը:

Ազդրը բարձրացնող և ծունկը ծալող մկանները գտնվում են ազդրոսկրի հետին մակերեսում, իսկ տարածողը ազդրոսկրի առաջնային մակերեսում: Ստորին վերջույթի մկանները հանդիսանում են մարմնի ամենանահզոր մկանունքը:

Սրունքի շուրջը տեղակայվում են մկանները, որոնք ապահովում են սրունք

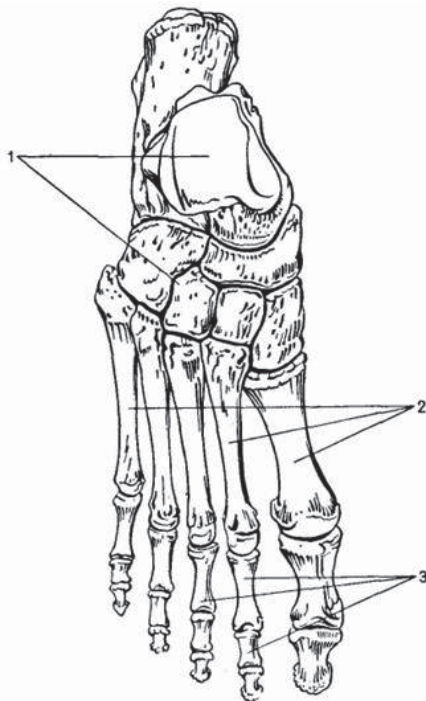
- թաթային հողի, ոտնաթաթի և մատների ծալումը և տարածումը:

Ոտնաթաթը առաջնահերթ ապահովում է մարմնի հենարանային և ամորտիզացիոն հատկությունները:

Ոտնաթաթի ոսկրային կմախքը կազմված է 3 մասերից /նկ.8/

1. Նախաթաթի ոսկորներ
2. Թաթոսկրեր
3. Մատոսկրեր /ֆալանգներ/

Նախաթաթի ոսկրերը 7-ն են, դասավորված են 2 շարքով՝ մոտակա և հեռակա: Մոտակա շարքում կան 2 ոսկր՝ վեզը և կրունկոսկրը, հեռակա շարքում 5 ոսկր՝ նավակաձև, խորանարդաձև և 3 սեպոսկրեր: Նախաթաթի ճախարակաձև ոսկրը



Նկ.8.Ոտնաթաթի կմախքը:

միանալով սրունքի ոսկրերի հետ, առաջացնում է սրունք-թաթային հողը:

Կրունքոսկրը ամենախոշոր ոսկորն է, նրա հետին հաստացած հատվածը կոչվում է կրունկոսկրի թումբ: Կրունկոսկրը հանդիսանում է ստորին վերջույթի ամենակարևոր հենարային ոսկորներից մեկը:

Թաթոսկրերը 5-ն են, ունեն խողովակաձև կառուցվածք, որոնք միանում են մատոսկրերի 1-ին ֆալանգների հետ և կազմում են հողեր:

Մատոսկրերը կազմված են 3 ֆալանգներից, բացառությամբ բութ մատի, որը կազմված է 2 ֆալանգներից:

Ոտնաթաթը իրականացնում է տարբեր շարժումներ՝ ծալում, տարածում, առանցքային շարժումներ, պտույտ դեպի ներս և դուրս: Ոտնաթաթի բոլոր շարժումները իրականանում են սրունքի մկանների շնորհիվ:

Ոտնաթաթի մատները, ի տարբերություն ձեռքի մատների, քիչ շարժունակ են, դա պայմանավորված է նրանց ֆունկցիոնալ առանձնահատկություններով: Ոտնաթաթի ոսկրերը կախված հենարանային ֆունկցիայից, չափերով ավելի խոշոր են, քան ձեռքերի ոսկրերը: Ոտնաթաթը կոշիկի հետ անմիջապես շփումից, հատկապես անհարմար կոշիկի դեպքում, ենթարկվում է ձևավոխումների /դեֆորմացիաների/ կոշտուկների առաջացում, ոսկորային արտազվացքների առաջացում և եղունգի ախտաբանական փոփոխություններ, որոնք սխալ կամ երկարատև չբուժելու արդյունքում բերում են լուրջ բարդությունների և հիվանդությունների առաջացման:

Ոտքերի խնամքի միջոցները

Ոտքերն ապահովում են մարդու քայլվածքը, իրականացնում են տարբեր շարժումներ և իր վրա են վերցնում մարմնի ամբողջ ծանրությունը և շարժումների ժամանակ առաջացած ճնշումը: Ոտքերը նույնպես խնամքի մեծ կարիք ունեն և որպեսզի ոտքերը պահպանեն առողջ և գեղեցիկ, անհրաժեշտ է նրանց ճիշտ հետևել: Ոտնաթաթի մաշկը անընդհատ սերտ շփման մեջ է գտնվում կոշիկների հետ, որի պատճառով հիմնականում լինում է կոշտացած և չորացած: Դրա համար ոտքերի մաշկային ծածկույթը կարիք ունի մշտական խոնավեցման և սնուցման՝ կիրառելով բարձր տոկոսայնության և ուժգ-

նության նյութեր: Սրունքի հատվածի մաշկը, ի տարբերություն ոտնաթափի հատվածի մաշկին, ունի ավելի նուրբ կազմություն, հետևաբար պետք է կիրառել ավելի խնայողական և ցածր տոկոսայնության նյութեր: Հիմնականում օգտագործում են 5 %-ոց մրգաթթուների, կեռատոլիտիկների, հիմքերի և աղերի ցածր պարունակությամբ, և գլիցերինի և խոնավեցնող մասերի բարձր պարունակությամբ նյութեր: Ոտնաթափի վրա աշխատելիս խորհուրդ չի տրվում հաճախ կիրառել շերտազատող նյութեր՝ պիլինգներ, քանի որ խորը շերտազատումը նպաստում է խոնավության ավելի բարձր կորուստի:

Ոտքերի խնամքի ժամանակ հիմնական կիրառվող նյութերը, ըստ ազդեցության բնույթի, բաժանվում են՝

- Խոնավեցնող
- Սնուցող
- Հակաալյուրոցային
- Վերականգնող
- Սառեցնող
- Տաքացնող
- Հանգստացնող
- Մաշկի ճաքերի դեմ
- Կուտիկուլան փափկեցնող և հեռացնող

1. Ոտքերի մաշկը խոնավեցնող նյութեր:

Պարունակության մեջ մտնում են՝ A, B, E, F վիտամինային համալիրը, տարբեր տեսակի բնական / ծիրանի, դեղձի, չիչխանի, կոկոսի/ և էֆիրային յուղերը, գլիցերինը և զանազան կենսաբանական ակտիվ նյութեր: Օգտագործում են չորացած և ջրազրկված մաշկի դեպքում: Նյութի քանակը և տոկոսայնության աստիճանը ուղիղ համեմատական է մաշկի չորության աստիճանին:

2. Ոտքերի մաշկը վերականգնող նյութեր:

Նպաստում են մաշկի վերականգման՝ ռեգեներացիային: Բաղադրության մեջ մտնում են՝ վերականգնողական ակտիվ բիոկոմպոնենտներ, ռետինոլը, խաղողի կորիզի յուղը և խմորիչի կոսմետիկ տեսակը: Հիմնականում կիրառում են խիստ բարդեցված մաշկի կամ տարեց մաշկի դեպքում:

3. Մաշկը տաքացնող նյութեր:

Պարունակում են՝ տեղային անոթալայնիչ նյութեր, հակաալերգիկ, վերականգնողական և սնուցող նյութեր, վիտամինային համալիր: Նյութերը հիմնականում կիրառվում են հեղուկների տեսքով, որոնք համակցվում են ոտքերի քրջոցների ժամանակ: Օգտագործում են ցրտահարված մաշկի դեպքում:

4. Մաշկը սառեցնող նյութեր:

Պարունակում են՝ տեղային անոթասեղմիչ և ցավազրկող նյութեր, հիպոալերգիկ, վերականգնողական և քիմիապես չեզոք նյութեր: Հիմնականում լինում են՝ հելերի, աէրոզոլների, մածուկների և կրեմների տեսքով: Մաշկի վրա քողնում են տեղային սառեցնող և անզգայացնող հատկություններ: Օգտագործում են թեթև աստիճանի այրավածքների ժամանակ կամ ուժեղ աստիճանի այրավածքներից հետո, որպես վերականգնող և բուժիչ միջոցներ:

5. Սնուցող նյութեր:

Այսօր ներկայացված է սնուցող նյութերի լայն տեսականի, որոնք հանդես են գալիս՝ կրեմների, հելերի, մածուկների, հեղուկների և յուղերի տեսքով: Բաղադրության մեջ մտնում են՝ ջրիմուռները, ակնամոմը, վիտամինային համալիրը, ակտիվ ռեզեներացիոն մասնիկներ, կենսաբանական ակտիվ մասեր և բուսական տարբեր յուղեր: Կիրառում են չորացած, թեփոտած, շերտավորված և ընկճված կենսունակությունը ունեցող մաշկի դեպքում:

Խիստ եղջրացած մաշկի և խորը վնասված եղունգների դեպքում սնուցող նյութերի հիմնական բաղադրամասերն են՝ մուշի, ծիրանի, դեղձի և կիտրոնի էֆիրային յուղերը, A, E, F վիտամինները, կենսաբանական ակտիվ նյութերը: Յուղերը կանխում են եղունգի կողմնային հատվածների բորբոքման և մնացած ինֆեկցիոն պրոցեսները, նպաստում են եղունգի և մաշկի լավացմանը, պաշտպանում են եղունգի սկավառակի հաստացմանը: Արդյունքին հասնելու համար անհրաժեշտ է ամենաքիչը կիրառել 7-14 օր մաքուր եղունգների և մաշկի վրա:

6. Նյութեր մաշկի ճաքերի դեմ:

Պարունակում են ֆիբրինային, նեյրոֆիբրինային և կոլագենային թելեր, լիմոնաթթվի աղեր, ցելյուլոզա, շաքարի բենզոատ, կեռատին նյութեր: Այս

նյութերը կիրառում են վնասված եղունգների ժամանակ, ուժեղ շերտավորված և ճաքեր ունեցող մաշկի ժամանակ: Ծաքերը վերանում են նեյլոֆիբրիլային թելերի ազդեցության շնորհիվ, մաշկը ստանում է առողջ և փայլուն տեսք: Նյութերը օգտագործում են մինիմալ շաքաթական 2 անգամ, 3 շաքաթ տևողությամբ:

7. Հակաալտուցային նյութեր:

Հիմնական բաղադրամասերն են՝ քլարաֆիլը, տարբեր աղեր և նրանց ածանցյալները, նաև պարունակության մեջ մտնում են՝ մակադամիի յուղ, վիտամինային կոմպլեքս, փափկեցնող նյութերի համալիր, մաշկը վերականգնող և սնուցող նյութեր: Աշխատանքային մեխանիզմը կայանում է նրանում, որ դուրս են բերում հյուսավծներում և միջհյուսվածքային տարածություններում կուտակված աղերը և հեղուկները: Այսինքն այս նյութերը իրենցից ներկայացնում են բուժիչ-վերականգնող միջոցների համալիր, որոնք կանխում են հետագայում հեղուկների կուտակմանը մաշկի հյուսվածքներում և հողերում՝ նպաստելով նորմալ գործունեությանը:

8. Կուտիկուլան փափկեցնող և հեռացնող նյութեր:

Այսօր մեծ կիրառություն ունեն կուտիկուլան փափկեցնող և հեռացվող նյութերը: Կուտիկուլայի հեռացումը առանց կտրող և ծակող գործիքների իջեցնում է տարբեր հիվանդություններով վարակավելու հավանականությունը: Նպաստում է կուտիկուլայի հետագա աճի դանդաղեցմանը և կանխում է եղունգի կողմնային մաշկի կոշտացումը: Կտրող գործիքներ օգտագործելիս, գլխավոր բարդություն է համարվում ինֆեկցիաների տարածումը թե՛ հաճախորդին /սխալ կամ վատ ախտահանած գործիքի միջոցով/, թե՛ հաճախորդից մասնագետին /արյան միջոցով/: Դրանով է պայմանավորվում այս նյութերի մեծ կիրառումը, որոնց փոխարինում են կտրող գործիքներին:

Տարբերում ենք այս նյութերի 2 աշխատանքային մեխանիզմներ՝

1. Կիրառում են հատուկ յուղեր, կրեմներ կամ հելեր, որոնց միջոցով փափկեցվում է կուտիկուլան, այնուհետև բուք գործիքի միջոցով հետ և վեր են տեղաշարժում փափկեցված կուտիկուլան և զգուշորեն հեռացնում փայտիկի միջոցով:

2. Կիրառում են հատուկ կրեմներ և մածուկներ, որոնք 3-7 րոպեում քայքայում են կուտիկուլայի հիմնական զանգվածը, այնուհետև բութ գործիքով հանվում է մնացորդ փափկեցված կուտիկուլայի զանգվածը:

Այս 2 մեթոդի արդյունքում հեռացվում է կուտիկուլայի ընդհանուր զանգվածի 75-90 %-ը: Կապված նյութերի քիմիական ազդեցությունից, դանդաղեցվում է կուտիկուլայի հետագա աճը: Այսօր այս նյութերը լինում են՝ հելերի, մածուկների, կրեմների և լոսյոնների տեսքով:

Բաղադրության մեջ մտնում են՝ գլիցերինը, մուշի յուղը, ալատոնինը, հիալուրոնաթթուն, կվարցը, մրգաթթուները, վիտամինային կոմպլեքսը և պաշտպանիչ բաղադրամասերը:

Ցանկացած նյութ կիրառելուց առաջ անհրաժեշտ է իմանալ հաճախորդի ալերգիկ ռեակցիաների մասին: Նյութերի մեծամասնությունը, բացի գլխավոր հատկություններից օժտված են նաև զանազան հավելյալ հատկություններով: Ոտքերի մշակման համար նախատեսված նյութերը հաճախ լինում են ուժեղ բուրմունքով:

Նշեցինք, որպեսզի ոտքերը պահպանվեն առողջ և գեղեցիկ, անհրաժեշտ է մրանց ճիշտ հետևել: Ճիշտ հետևել ասելով հասկանում ենք՝

➤ Պահպանել ոտքերի հիգիենան: Պարտադիր է ամեն օր լվանալ ոտքերը և եղունգները, որպեսզի կանխվի միկրոբների զարգացումը և աճը: Մաքրելուց հետո անպայման պետք է մանրակրկտորեն չորացնել ոտքերը, հատկապես միջմատային տարածություններում, հակառակ դեպքում մեծանում է սնկային հիվանդությունների զարգացման հավանականությունը:

➤ Ոտքերը պետք է մշակել խոնավեցնող և սնուցող նյութերով:

➤ Ճիշտ և հարմարավետ կոշիկների կրումը:

Ոտքերի բնականոն գործունեության և խնամքի համար մեծ կարևորություն են ներկայացնում ճիշտ կոշիկների ընտրությունը: Չի թույլատրվում անհարմար, շատ բարձր կամ լրիվ ցածր կոշիկի կրումը, քանի որ դա նպաստում է ցավերի առաջացմանը, այտուցի և երակային կանգի զարգացմանը և ի վերջո ոսկրերի ախտաբանական ձևափոխմանը: “Ճիշտ” կոշիկ է համարվում, այն կոշիկը, որն ունի հետևյալ հատկությունները՝

✓ Կոշիկի ոտնաթափը պետք է լինի ճկուն, ամուր և հարմարավետ:

✓ Կրունկը պետք է զբաղեցնի ընդհանուր երկարությունից միայն 1/3-ը: Փոքր երեխանների համար կրունկի բարձրությունը պետք է կազմի 1-1, 5 սմ, մեծերի համար՝ առնվազն՝ 5 սմ, իսկ մաքսիմալ՝ 9 սմ:

✓ Կոշիկը պետք է պատրաստված լինի բնական հումքից:

Բժիշկները խորհուրդ են տալիս կրել օրթոպեդիկ կոշիկներ կամ օրթոպեդիկ տակդիրներ՝ սուպինատորներ: Օրթոպեդիկ կոշիկում են այն կոշիկները, որոնք նպաստում են ոտքերի ոսկրային և մկանային համակարգերի, այսինքն ընդհանուր հենաշարժական համակարգի ճիշտ օգտագործմանը՝ կանխելով ախտահարումների, ձևավորումների և հիվանդությունների առաջացումը կամ վերացնում արդեն առկա խնդիրները: Օրթոպեդիկ կոշիկները ըստ ֆունկցիոնալության բաժանվում են՝ բուժիչ և կանխարգելիչ /պրոֆիլակտիկ/ տեսակների, որոնք իրենց հերթին բաժանվում տարատեսակների:

Բուժիչ օրթոպեդիկ կոշիկները բաժանվում են՝

- Ձևավորված ոտնաթափով կամ կոշտ ձևավորիչ: Կազմության մեջ ընդգրկում է սրունք-թաթային հողը, իսկ արտաքին և ներքին մակերեսներին պարունակում է բարձր և երկար ամուր պատենշներ: Որոշ դեպքերում բարձրությունը հասնում է ծնկան հողի մակարդակի:

- Թոմասի կրունկի կազմությունը: Կազմության առանձնահատկությունը կայանում է նրանում, որ կրունկի ներքին հատվածը ավելի երկար է, քան դրսային հատվածը: Այս հատկության շնորհիվ ամրանում է կոշիկի կրունկի միջին հատվածը, որն իր հերթին կանխում է ոտնաթափի ներհույսում, նպաստելով ոտնաթափում ճնշման հավասարաչափ բաշխմանը և ճիշտ քայլավածքին:

- Տակդիրի առկայությունը: Տակդիրներ կամ սուպինատորներ՝ իրենցից ներկայացնում են սիլիկոնից պատրաստված հարմարանքներ, որոնք ապահովում են ոտնաթափում ճիշտ ճնշման բաշխումը և պահպանում են ոտնաթափի բարձրությանը: Լինում են շարժական և ոչ շարժական, այսինքն կոշիկի ներսային հատվածում ֆիկսված կամ ոչ ֆիկսված: Բուժիչ տակդիրները մշտական ֆիկսված չեն /ոչ շարժական/ և պարտադիր պետք է պատրաստված լինեն անհատական, այսինքն ըստ մարդու ոտնաթափի կառուցվածքի:

• Անհատական օրթոպեդիկ կոշիկներ: Այս կոշիկները յուրաքանչյուր մարդու համար անհատական են պատրաստվում՝ հաշվի առնելով ոտքի կառուցվածքային առանձնահատկություններն և տնաթաթում առկա հիվանդությունները և շեղումները: Կիրառվում են բարդ խնդիրների և շեղումների ժամանակ սրանով է պայմանավորվում կոշիկի ցանկացած մասի հարմարեցումը:

Կանխարգելիչ օրթոպեդիկ կոշիկները բաժանվում են՝

• Չևավորված ոտնաթաթով կամ կոշտ ձևավորիչ: Ի տարբերություն բուժիչ կոշիկների տեսակին, կազմության մեջ չի ընդգրկում սրունք-թաթային հողը և չի խոչընդոտում Ախիլեսյան ջիլի գործունեությանը: Միշտ չէ, որ արտաքին և ներքին մակերեսներին պարունակում է բարձր և ամուր պատենշներ:

• Թոմասի ծավոդ կրունկի կազմությունը: Ի տարբերություն բուժիչ տեսակի, կրունկը պատրաստված է ավելի նուրբ և ճկուն նյութից, որը ապահովում է կրունկի ճկունությունը և էլաստիկությունը: Կազմության առանձնահատկությունը կայանում է նրանում, որ կրունկի ներքին հատվածը ավելի երկար է, քան դրսային հատվածը: Այս հատկության շնորհիվ ամրանում է կոշիկի կրունկի միջին հատվածը, որն իր հերթին կանխում է ոտնաթաթի ներհրումը՝ նպաստելով ոտնաթաթում ճնշման հավասարաչափ բաշխմանը և ճիշտ քայլվածքին:

• Տակդիրի առկայությունը: Տակդիրներ կամ սուպինատորներ՝ իրենցից ներկայացնում են սիլիկոնից պատրաստված հարմարանքներ, որոնք նպաստում ոտնաթաթի բնականոն գործունեությանը, պահպանելով ոտքի կրունկի բարձրությանը և ճնշման հավասարաչափ բաշխմանը: Պրոֆիլակտիկ տակդիրները, ի ընդհանրություն բուժիչների՝ ավելի ճկուն են և օժտված են չափավոր ընկղմելիությամբ:

Այսպիսով, պրոֆիլակտիկ օրթոպեդիկ կոշիկները կիրառում են թեթև աստիճանի շեղումները և խնդիրները վերացնելու նպատակով, նոր զարգացող հիվանդությունների առաջնային փուլերում կամ հիվանդություններից հետո, վերականգնողական շրջանում: Բուժիչ օրթոպեդիկ կոշիկները հազում են արդեն հիվանդությունների բուն զարգացման շրջանում նաև սխալ կամ ուշացած բուժման արդյունքում:

Ուտքերի փնային խնամքի միջոցները

Մասնագետները խորհուրդ են տալիս ուտքերի մասնագիտացված մշակումից և խնամքից հետո կիրառել տնային խնամքի միջոցներ, որպեսզի պահպանվի մշակման ժամանակ ստացված արդյունքը: Ուտքերի տնային խնամքի միջոցները իրենցից ներկայացնում են տարբեր բաղնիքների կիրառումը՝ կախված մաշկի տեսակից: Այսինքն՝ տնային խնամքը հիմնված է մացերացիայի՝ թրջոցների վրա. այնուհետև օգտագործում են տարբեր դիմակներ՝ համակցելով խոնավեցնող, սնուցող և վերականգնող նյութերի հետ:

Տարբերում ենք ուտքերի բաղնիքների հետևյալ տեսակները՝

- Հանգստացնող
- Կոշտացած մաշկի և ճաքերի դեմ
- Քրտնարտադրության դեմ

1. Հանգստացնող բաղնիքներ

Ազդում են նյարդերի ծայրամասային ճյուղերի վրա, իջեցնում են տվյալ հատվածի ռեցեպտորների ճնշումը, արդյունքում թուլանում է տեղամասային անոթներում, հյուսվածքներում և մկաններում առկա լարվածությունը և, հետևաբար, առաջանում է հանգստացումը: Ըստ կազմության՝ տարբերում ենք 2 տեսակի հանգստացնող միջոցներ՝

➤ Կտավատի սերմով և օսլայի պարունակությամբ

Կտավատի սերմով և օսլայի պարունակությամբ հանգստացնող բաղնիքները պատրաստվում են հետևյալ կերպ՝ 2լ գոլ ջրին ավելացնում են 100 գ կտավատի սերմ և 2 ճաշի գդալ օսլա, թողնում ենք 5 րոպե և ուտքերն ընկղմում դրա մեջ: Թրջոցի մեջ պահում են 10-15 րոպե, այնուհետև խնամքով չորացնում ուտքերը: Անհրաժեշտության դեպքում կիրառում են խոնավեցնող և սնուցող կրեմներ:

➤ Փշատենիի պարունակությամբ

Հանգստացնող բաղնիքները փշատենիի պարունակությամբ պատրաստվում են հետևյալ միջոցով՝ 150-250 գր փշատենին ընկղմում են 1, 5 լիտր ջրում և 5-10 րոպեի ընթացքում եփում դանդաղ կրակի վրա: Եփելուց հետո թողնում

են 20-40 րոպե, որից հետո ոտքերը 5-10 րոպե ընկղմում են պատրաստված գոլ հեղուկի մեջ:

2. Բաղնիքներ կոշտացած մաշկի և ճաքերի դեմ

2 լիտր եռման ջրին ավելացնում են 3 ճաշի գդալ կերակրի սոդա: Թողնում են 20-40 րոպե, որպեսզի մի քիչ սառչի. այնուհետև ընկղմում են 15-20 րոպեով: Կերակրի սոդան օժտված է շերտազատող և մաքրող բարձր ունակությամբ: Դրանով է պայմանավորվում, որ փափկեցնում է կոշտացած մաշկը, ակտիվացնում վերականգնողական պրոցեսները և նպաստում է ճաքերի լավացմանը:

3. Բաղնիքներ քրտնարտադրության դեմ

Բաղադրության մեջ մտնող նյութերը հեռացնում են տվյալ հաստվածի մակերեսից խոնավությունն ու քրտինքը և հետագայում նվազեցնում ոտքերի քրտնագեղձերի արտադրությունը: Ըստ կազմության՝ այս բաղնիքները բաժանում են հետևյալ տեսակների.

➤ Ծովային աղի պարունակությամբ:

3 լիտր գոլ ջրին ավելացնում են 3 ճաշի գդալ ծովի աղ և ոտքերը պահում 5-10 րոպե: Այնուհետև ոտքերը չորացվում են և կիրառում շերտազատող նյութեր:

➤ Կաղնի կեղևի պարունակությամբ:

2 լիտր ջրին ավելացնում են 4 ճաշի գդալ մանրացված կաղնու կեղևը: Եփում են 15-20 րոպեի ընթացքում, որից հետո հեղուկը ազատում են կեղևի մասնիկներից: Ոտքերը ընկղմում են 20-25 րոպեով, այնուհետև մանրակրիտ չորացվում են և կիրառում հատուկ փոշի՝ տակ, որը դուրս է բերում ավելորդ խոնավությունը:

Ոտքերի խնամքի համար նախատեսված դիմակների կազմության մեջ մտնում են զանազան նյութեր: Դրանցից են՝

❖ Սպիտակ, կապույտ, կանաչ կավի տեսակները

❖ Գլիցերինը

❖ Բուսական յուղերը /դեղձի, ծիրանի, խաղողի կորիզի, մուշի, չիչխանի, գերչակի, ձիթապտղի, ալոյայի/ և էֆիրային յուղերը

❖ Տարբեր հանգստացնող և տոնիզացնող խոտաբույսեր

❖ Մեղրը և ակնամոմը

❖ Կաթը

Պատրաստելիս այս բաղադրամասերի համակցումը և չափաբաժինը պետք է կազմի մասնագետը՝ ելնելով տվյալ դեպքից:

Ուրքերի պարաֆինաթերապիա

Ուրքերի խնամքի միջոցներից բացի, այսօր շատ հաճախ կատարում են պարաֆինաթերապիա: Պարաֆին բառը ունի լատինական արմատներ՝ «parum»՝ քիչ և «affinis»՝ նմանակ, առաջին անգամ կիրառել են Հին Հռոմում, որպես բուժիչ և հանգստացնող միջոց: Պարաֆինը իրենից ներկայացնում է նավթի մաքրումից մնացած արգասիք: մեր ոլորտում կիրառվում է հատուկ մշակում անցած պարաֆինը: Պարաֆինը քիմիապես կայուն է, հանդիսանում է ուժեղ ջերմահաղորդիչ և ջերմապահպանիչ նյութ:

Պարաֆինի ազդեցության արդյունքում բարձրանում է տվյալ մաշկի ջերմությունը 1-2⁰C-ով, որի արդյունքում լայնանում են մաշկի ծակոտիները, արագանում է արյան և ավշի շրջանառությունը: Շատանում է ավշի և քրտինքի արտադրությունը, որոնց հետ միասին օրգանիզմից դուրս են գալիս տարբեր թույներ: Պարաֆինն օժտված է ջերմոցի էֆեկտով, որի շնորհիվ պահպանվում է մաշկի մակերեսի վրա գտնվող արյան և ավշի խոնավությունը, որը հետո ներծծվում է մաշկի խորության մեջ: Թույները, ունենալով ավելի մեծ տրամագիծ, մնում են մաշկի ծածկույթի մակերեսին:

Ինչպես ցանկացած ֆիզիկական նյութ, պարաֆինը չորանալուց հետո ենթարկվում է ծավալային կրճատմանը: Կրճատումը նպաստում է մաշկի հարթեցմանը և այտուցների վերացմանը: Եթե հաճախորդի մոտ բացակայում են վարիկոզը կամ բարձր զարկերակային ճնշումը, պարաֆինը նաև կիրառում են որպես հակաայտուցային միջոց:

Այսպես, պարաֆինը օժտված է բազմազան հատկություններով.

- Ջրային հավասարակշռության վերականգնում և պահպանում
- Օրգանիզմից մաշկի ծածկույթի մակերեսով թույների արտազատում
- Մաշկի ծածկույթի խոնավեցում
- Մաշկային "շնչառության" կարգավորում

- Հյուսվածքների վերականգնում

- Հենաշարժական համակարգի ցավային զգացողության իջեցում և աշխատատունակության բարձրացում

Պարաֆինաթերապիայի ասորյունքը միանգամից ակնառու է, գործընթացից հետո մաշկը ստանում է հարթ և գեղեցիկ տեսք: Պարաֆինաթերապիայի ցուցում է հանդիսանում՝ չորացած, ցրտահարված, շերտավորված, թեփոտած և ճաքեր պարունակող մաշկը: Որոշ մասնագետների կարծիքով պարաֆինաթերապիան օգտակար է օրթոպեդիկ հիվանդություններով տառապող մարդկանց, հատկապես արթրիտի և աղերի կուտակումների ժամանակ: Ինչպես բոլոր միջոցները, պարաֆինաթերապիան ունի իր հակացուցումները՝ հղիությունը, զարկերակային բարձր ճնշումը, երակային անոթների լայնացումը և կանգը՝ վարիկոզը, մաշկային ծանր հիվանդությունները, բաց կամ ուշ լավացող վերքերի առկայությունը:

Պարաֆինաթերապիան իրականացնելու համար անհրաժեշտ է հատուկ սարք՝ պարաֆինը տաքացնելու համար: Շատ հաճախ պարաֆինի հետ համակցում են հավելյալ նյութեր՝ ստանալով մեզ անհրաժեշտ վերջնական արդյունքը և հաճախորդի ցանկությունը: Հավելումները կարող են պարունակել՝

- Մենթոլ կամ էվկալիպտ
- Դեղձի կամ ծիրանի յուղեր
- Նուշի յուղ
- Խաղողի կորիզի յուղ
- A, B, D, E, F վիտամիններ
- Հոտավետ նյութեր

Առաջներում պարաֆինը տաքացնում էին թասի մեջ, սակայն օգտագործելիս հաճախ և՛ մասնագետը, և՛ հաճախորդը ստանում էին տարբեր աստիճանի այրվածքներ: Այսօր կիրառում են պարաֆինաթերապիայի համար նախատեսված հատուկ սարքեր: Պարաֆինը հալվում է 52-54 C ջերմաստիճանում: Ժամանակակից պարաֆինաթերապիայի սարքերը ունեն 2 աշխատանքային մեխանիզմ՝ պարաֆինի տաքացում և անհրաժեշտ ջերմաստիճանի պահպանում: Պարաֆինաթերապիան առավելագույնը տևում է 15-20 րոպե:

Ուտքերի պարաֆինաթերապիան կատարում են հետևյալ հաջորդականությամբ` */տե՛ս հավելված 7/*

1. Ուտքերի մաքրում և ախտահանում

Ցամկած գործողություն սկսելուց առաջ անհրաժեշտ է ուտքերը մաքրել և ախտահանել /դեզինֆեկցում/ հատուկ հակաբակտերիլ և ախտահանիչ լուծույթներով:

2. Մաշկի խոնավեցում և սնուցում

Մաքրումից հետո մաշկային ծածկույթը մշակում ենք խոնավեցնող և սնուցող կրեմներով, լոսյոններով, յուղերով կամ մածուկներով:

3. Պարաֆինի տեղադրում

Ունաթաթերը զգուշորեն ընկղմում ենք նախապես տաքացված պարաֆինային սարքի մեջ: Ընկղմում ենք 30-60 վայրկյանով, այնուհետ հանում ենք ոտքը և մի քանի վայրկյանից կրկին ընկղմում ենք սարքի մեջ: Գործընթացը կրկնում ենք 4-6 անգամ, մինչև ոտքը պատվի պարաֆինի անհրաժեշտ շերտով:

4. Ուտքերի ծածկոցների կիրառում

Գործընթացից հետո հաճախորդի ուտքերը ծածկում ենք պոլիէթիլենային շերտով և դրանց վրայից հագցնում կտորյա կոշիկներ: Այս հատուկ կոշիկները պահպանում են ոտքի ջերմությունը և ստեղծում են վակուումի էֆեկտ: 20-30 րոպե անց հանում ենք ծածկոցները և մաքրում պարաֆինի շերտը:

5. Պարաֆինի մաքրում

15-20 րոպեի ընթացքում պարաֆինը չորանում է` պահպանելով մաշկից իր վրա արտազատված թույնները: Դրա համար չի թույլատրվում մաշկի վրա երկար պահել կարծրացած պարաֆինը: Խորհուրդ է տրվում չորացած պարաֆինը մաքրել տաք խոնավ սրբիչներով: Դրանից հետո նոր կարող ենք կիրառել հաջորդ նյութերը:

6. Մաշկի խոնավեցում:

Պարաֆինի արդյունքը ամրապնդելու նպատակով կիրառում ենք խոնավեցնող նյութեր:

7. Ուտքերի մերսում:

Ուրբերի մերսում

Այսօր տարբերում ենք մերսման զանազան տեսակներ, որոնք կիրառվում են գրեթե բոլոր ոտքերի մեխանիկական մշակման ժամանակ: Մերսումը սահմանափակ մեխանիկական շարժումների համալիր է, որը ուղղված է մարդու մաշկային ծածկույթի և այլ օրգան համակարգերի վրա՝ ունենալով բուժիչ կամ հանգստացնող հատկություն, որը կատարվում է ձեռքերի կամ հատուկ գործիքների և սարքերի միջոցով: Մաշկի վրա սարքերը կամ գործիքները ազդում են տատանման, ճնշման կամ շփման ուժի հաշվին:

Տարբերում ենք մերսման մի քանի տեսակներ:

- Բուժիչ
- Հանգստացնող
- Հիգիենիկ
- Կետային
- Վերականգնողական
- Սպորտային
- Սթրուն-մերսում /մերսում քարերի միջոցով/

Մերսման բուժիչ հատկությունների մասին մարդկությանը հայտնի է հին ժամանակներից: Հին Չինաստանում և Հնդկաստանում, որպես բուժիչ և կանխարգելիչ միջոց տարբեր հիվանդությունների դեմ, լայն տարածում էր ունեցել կետային մերսման տեսակը՝ ակու-պունկտուրալ կամ ակու-պրեսուրալ:

Մերսումն օրգանիզմի վրա թողնում է դրական ազդեցություններ: Լավացնում է օրգանիզմի ընդհանուր ֆիզիկական վիճակը, բարձրացնում է մկանային տոնուսը, քանի որ նպաստում է կաթնաթթվի արտազատմանը, թուլացնում է մկանային ցավերը և ակտիվացնում է օրգանիզմի էներգետիկ պահուստները, կարգավորում է արյան ճնշումը, իջեցնում է օրգանիզմի ֆիզիկական ընկճվածությունը և լարվածությունը, նաև օժտված է հակաալոցային հատկությամբ: Այս ամենից հետևում է, որ մերսումը կիրառվում է ցանկացած բուժիչ միջոցների ժամանակ կամ հետո, որպես օրգանիզմի ընդհանուր վիճակը վերականգնող և կարգավորող մեխանիզմ:

Վերականգնողական /ռեաբելիտացիոն/ մերսումը հետվիրահատական կամ հետվնասվածքային շրջանի ժամանակ կիրառվող մերսումն է, որն ուղղված է օրգանիզմի ընդհանուր ուժերի բարձրացման և վնասված հատվածի հյուսվածքների բնականոն գործունեության արագ վերականգմանը: Այս մերսման տեսակը լավացնում է արյան շրջանառությունը, արագացնում է միջհյուսվածքային հեղուկի տեղաշարժը, փոքրացնում է մկաններում սպիացած հյուսվածքի քանակը, նպաստում է մկաններում կուտակված կաթնաթթվի արտազատմանը, իջեցնում է այտուցները և կանխում է հետագայում հեղուկների կուտակումը մաս նպաստում և արագացնում է օրգանիզմի ընդհանուր վերականգման գործընթացներին: Վերականգնողական մերսումը նաև անվանում են ֆիզիոթերապևտիկ մերսում, քանի որ հիմնականում համակցվում է ֆիզիոթերապևտիկ բուժման միջոցների հետ:

Հիգիենիկ մերսումը ժամանակակից սրահներում ունի լայն կիրառություն: Հիմնական նպատակն է կայանում մաշկի խորանիստ տեղակայված հյուսվածքում լարվածության նվազում և մկանային տոնուսի բարձրացում: Ուժեղացնում է մատակարարվող արյան հոսքը, որը սնուցում է մաշկի բոլոր շերտերի հյուսվածքները թթվածնով և սննդատար նյութերով: Մերսման ժամանակ նաև կատարվում է մեռուկացած մաշկի բջիջների շերտազատում՝ պիլինգ: Այս բոլոր հատկությունները միասին նպաստում են կիրառվող նյութերի արագ ներծծմանը և բարձր արդյունավետությանը: Հիգիենիկ մերսման տեսակներից է համարվում կոսմետոլոգիական մերսումը:

Ցանկացած տեսակի մերսումը հակացուցված է՝

- Մաշկային հիվանդությունների ժամանակ
- Երկար չլավացող կամ նոր առաջացած վերքերի դեպքում
- Վարիկոզի՝ երակների լայնացման ժամանակ
- Ավշային հանգույցների բորբոքման ժամանակ
- Նորագոյացությունների ժամանակ /և՛ չարորակ, և՛ բարորակ/

Ավանդական մերսումն ունի իրեն բնորոշ մի խումբ շարժումներ՝ տատանող, ձգող, ճնշող, ուղիղ, մակերեսային և հարվածային: Հարվածային, ճնշող և ձգող շարժումներն ակտիվացնում են մկանային տոնուսը և կոչվում են՝ տո-

նիզացնող կամ ակտիվացնող: Մակերեսային, ուղիղ և տատանող շարժումները հանգստացնում են մկաններն ու հյուսվածքները և անվանում են՝ հանգստացնող շարժումներ:

Մերսումը սկսելուց առաջ հաճախորդի ոտքերին քսում ենք խոնավեցնող կամ սնուցող նյութեր, իսկ մասնագետի ձեռքերը մշակում ենք հատուկ մերսման համար նախատեսված յուղերով:

Պրակտիկորեն մերսման տեսակները տարբերվում են շարժումների տեսակներով և կիրառվող նյութերով, բացառություն է կազմում կետային մերսումը: Դրա համար կուսումնասիրենք մերսման հիմնական կամ բազիսային շարժումները: Ըստ ժամանակակից տեսության շարժումները բաժանվում են՝ կախված աշխատանքը իրականացվող անատոմիական տեղամասից: Բժիշկները ապացուցել են, որ այս տեսությունը պրակտիկորեն ավելի արդյունավետ է, քանի որ առաջնայինը հաշվի է առնվում անատոմիական մասերի առանձնահատկությունները:

Այսպես բաժանում են ոտքերի մերսման հետևյալ տեսակները՝

- Ծնկահողի մերսում
- Սրունքի մերսում
- Սրունք-թաթային հողի մերսում
- Նախաթաթի
- Ոտնաթաթի
- Ոտնաթաթի կամարի մերսում
- Մատների մերսում

Ծնկահողի մերսում

Հաճախորդը նստում է մասնագետին դեմ դիմաց և ոտքը պահում ուղիղ վիճակում: Մասնագետը 2 ձեռքերով սկսում է կատարել շրջանաձև և ուղիղ շարժումները: Ծնկահողը շրջապատող մաշկը հիմնականում լինում է չորացած և թեփոսած՝ կախված շորերի հետ արնդիատ շփումից: Դրա համար այս մերսման ժամանակ խորհուրդ է տրվում ավելի մեծ քանակով կիրառել խոնավեցնող և սնուցող նյութեր: Մերսումը կատարում ենք ամենաշատը 20 րոպե: Մեր-

սումից հետո դիտվում է ծնկահոդում հանգստացում, լարվածության իջեցում, հոդում կուտակված հեղուկի և աղերի դուրսբերում, ինչը նպաստում է հոդի ավելի ազատ շարժումների իրականացմանը և կանխում է հետագա շեղումների առաջացումը:

Ծնկային հոդի մերսումը շատ են կիրառում իբրև վերականգնողական /ֆիզիոթերապևտիկ/ բուժում կոտրվածքների և տարբեր աստիճանի վնասվածքների ժամանակ, քանի որ դուրս է բերում մկաններից կաթնաթթվի, աղերի և հեղուկների կուտակումները, իջեցնում է հոդում առաջացած հիդրոտիկ ճնշումը: Այս ամենը նպաստում է ցավերի թուլացմանը, արյան հոսքի բարձրացմանը և վերականգնող ֆակտորների ակտիվացմանը:

Սրունքի մերսում

Չախ ձեռքով ֆիքսում ենք սրունքի ներքին ստորին հատվածը, իսկ աջ ձեռքի միջոցով կատարում ենք ուղիղ, ձգող և ճնշող շարժումներ՝ սկզբից սրունքի վերին արտաքին մակերեսում, այնուհետև սահուն անցնում ենք դեպի կողմնային և հետին մակերեսների ստորին հատվածները: Շարժումները կատարում ենք 10 անգամ, առաջին 5 շարժումները կատարում ենք վերևից ներքև ուղղությամբ, երկրորդ 5 շարժումները՝ ներքևից դեպի վերև:

Սրունք - քաթային հոդի մերսում

Միաժամանակ երկու ձեռքերով կատարում ենք սրունք-քաթային հոդում շրջանաձև, ձգող, ուղիղ, հանգուցաձև և մակերեսային շարժումներ: Մերսումը սկում ենք արտաքին մակերեսից, այնուհետ անցնում ենք կողմնային և հետին մակերեսներին: Յուրաքանչյուր կողմում կատարում ենք առնվազն 5-ական շարժումներ: Մերսումը տևում է 15-25 րոպե:

Նախաթաթի մերսում

Չախ ձեռքով պահում ենք ոտնաթաթը, իսկ ձախ ձեռքը տեղադրում ենք նախաթաթի ներքին մակերեսի վրա՝ բութ մատները տեղակայելով նախաթաթի ոսկորների տակ: Բութ մատներով կատարում ենք շրջանաձև, ուղիղ, ձգող և ճնշող շարժումներ՝ շարժվելով ներքին մակերեսից դեպի կողմնային մակերեսները: Ներքին և կողմնային մակերեսները մշակելուց հետո, նոր անցնում

ենք նախաթաթի դրսային մակերեսի մերսմանը: Յուրաքանչյուր կողմը մերսում ենք 7-10 անգամ:

Ոտնաթաթի մերսում

Տարբերում ենք ոտնաթաթի մերսման մի քանի ձևեր՝ */տե՛ս հավելված 8/*

1. Ոտնաթաթի ստորին ներքին մակերեսի մերսում

Երկու ձեռքով վերցնում ենք ոտնաթաթի վերին հատվածը, բութ մատի և ցուցամատի օգնությամբ կատարում ենք հանգուցածև, շրջանածև և ճնշող շարժումներ, ոտնաթաթի կողմնային մակերեսների ուղղությամբ: Շարժումները կրկնում ենք 6 անգամ:

2. Ոտնաթաթի վերին ներքին մակերեսի մերսում

Չախ ձեռքով ֆիքսում ենք սրունք-թաթային հողը, աջ ձեռքով կատարում ենք շրջանածև, հանգուցածև, ձգող, ճնող շարժումներ, որոնք ստորին ներքին մակերեսից ուղղվում են դեպի վերին արտաքին մակերես: Շարժումները կատարում ենք 10 անգամ:

3. Ոտնաթաթի կողմնային մակերեսի մերսում

Երկու ձեռքերի ափերը տեղադրում ենք ոտնաթաթի աջ և ձախ մակերեսներին: Չղաղարելով կատարում ենք տատանող, ուղիղ, ձգող, ճնշող և կիսաշրջանածև շարժումներ՝ ներքևից վերև ուղղությամբ: Մերսումը տևում է 20 րոպե:

4. Ոտնաթաթի արտաքին մակերեսի մերսում

Երկու ձեռքերի ափերը տեղադրում ենք ոտնաթաթի ներքին մակերեսին, իսկ բութ մատները՝ արտաքին մակերեսին, և կատարում ենք տատանող, մակերեսային, ուղիղ, ձգող, ճնշող և կիսաշրջանածև շարժումներ սկզբից վերևից ներքև ուղղությամբ, այնուհետև՝ հակառակը: Մերսումը տևում է 20-25 րոպե:

5. Ոտնաթաթի թեքում

Երկու ձեռքերի մատները, բացառությամբ բութ մատների, տեղադրում ենք ոտնաթաթի արտաքին և կոմնային մակերեսներին: Բութ մատներով ֆիքսում ենք ներքին մակերեսը, իսկ դաստակներով և մնացած մատներով ոտնաթաթը ձգող և ճնշող ընդհանուր շարժումներով տեղաշարժում ենք՝ թեքում սկզբից աջ, այնուհետև ձախ ուղղությամբ: Թեքումները յուրաքանչյուր կողմի ուղղությամբ կատարում ենք 6-10 անգամ:

Ոսոնաթաթի կամարի մերսում

Չախ ձեռքը տեղադրում ենք ոսոնաթաթի դրսային մակերեսին, իսկ աջ ձեռքը բռունցքով տեղադրում ոսոնաթաթի ներքին մակերեսի վրա՝ կամարի շրջանում: Բռունցքով կատարում ենք տատանող, հանգուցած, ճնշող և ձգող շարժումներ, կամարի ամբողջ մակերեսով: Մերսումը կատարում ենք առնվազն 10-15 րոպե:

Մատների մերսում

Երկու ձեռքերի ասիերով պահում ենք ոսոնաթաթի արտաքին մակերեսը, իսկ բութ մատները տեղադրում ենք ներքին մակերեսի վրա և կատարում ուղիղ, ձգող, ճնշող, շրջանած և մակերեսային շարժումներ, որոնք կատարում ենք մատների հիմքից ֆալանգների ուղղությամբ: Ներքին կողմի մերսումից հետո անցնում ենք մատների արտաքին կողմի մերսումանը: Ափերը տեղադրում ենք ներքին մակերեսին, իսկ բութ մատները արտաքին մակերեսին և նույն շարժումները կրկնում ենք ներքևից վերև ուղղությամբ: Ամեն մատի յուրաքանչյուր կողմը մերսում ենք ամենաքիչը 5 անգամ: /տես հավելված 7/

Կետային մերսում

Կետային մերսման էությունն այն է, որ մեխանիկական շարժումների միջոցով ճնշումն ուղղվում է հատուկ կենսաբանական ակտիվ կետերին՝ նպաստելով կետի հետ համակցված օրգան-համակարգերի գործունեության լավացմանը և բուժմանը: Սրանով է պայմանավորված «կետային» մերսում անվանումը, որն արտասահմանում անվանվում է՝ «ակու-պունկտուրալ» կամ «ակու-պրեսուրալ» մերսում: Կետային մերսումը սկիզբ է առնել Հին Չինաստանից, որտեղ մինչ օրս մերսումը համարում են հիվանդությունների կանխարգելման և բոլոր օրգան-համակարգային ախտահարումների և հիվանդությունների թերապևտիկ բուժման լավագույն արդյունավետ միջոց: Այդ նպատակով ոտքերի վրա նկարել են հատուկ «քարտեզ» բոլոր օրգան-համակարգերին բնորոշ տեղակայումով: Մերսման ժամանակ յուրաքանչյուր կետը ճնշելիս ուժեղանում է տվյալ կետի հետ կապված օրգանի արյան և ավշի

շրջանառությունը, հետևաբար՝ լավանում է օրգանի սնուցումը, և բարձրանում է աշխատատունակությունը:

Այսպես, յուրաքանչյուր կետ համապատասխանում է առանձին օրգան-համակարգին: Կետային մերսումը իրականացվում է հատուկ մասնագետների կողմից: Մենք կուսումնասիրենք ոտքերի տարբեր մերումների ժամանակ հաճախ ներառվող կետերը: Այդ կետերն են՝

- Գլխուղեղի կետը
- Ողնաշարի կետը
- Տետղության կետը
- Լսողության կետը

Գլխուղեղն ակտիվացնող կետը

Տեղակայվում է ոտքի արտաքին կողմում, բութ մատի 1-ին ֆալանգի հիմքում ու բութ մատի և 2-րդ մատի արանքում: Ակտիվանում է ճնշող, տատանող և ուժեղ ձգող շարժումներից:

Ողնաշարն ակտիվացնող կետը

Տեղակայվում է ատնաթաթի ներքին մակերեսին, կամարի ստորին եզրից մինչև մեծ մատի գագաթը: Ակտիվանում է ճնշող, տատանող, հանգուցածև, շրջանաձև և ուժեղ ձգող և մակերեսային շարժումներից:

Տետղությունն ակտիվացնող կետը

Գտնվում է ոտքի ներքին մակերեսի 2-րդ մատի 1-ին և 2-րդ ֆալանգի միջև: Ակտիվանում է ճնշող, տատանող, ուղիղ, շրջանաձև և ուժեղ ձգող շարժումներից:

Լսողությունն ակտիվացնող կետը

Գտնվում է ոտքի ներքին մակերեսի 3-րդ մատի 1-ին և 2-րդ ֆալանգի միջև: Ակտիվանում է ճնշող, տատանող, ուղիղ, շրջանաձև և ուժեղ ձգող և մակերեսային շարժումներից:

Քարերով մերսում

Քարերով մերսում կամ Սթուն մերսում /«stone» բառը ունի լատինական արմատներ և նշանակում է քար/: Սկիզբ է առել Տիրեթից և լայն զարգացում գտել Հնդկաստանում, Մալազիայում, Սինգապուրում, Հին Չինաստանում, Ճապոնիայում և այլ երկրներում: Այս մերսումն իրականացվում է տաք և սառը քարերի միջոցով: Օգտագործում են բնական քարեր՝ մարմարյա, ծովային և բազալտե, որոնք բնականից ունեն հարթ տեսք: Մասնագետները կարծում են, որ այն բնական քարերը, որոնք իրենց բնական ձևը ստացել են ջրի, ավազի, քանու, քարերի կամ բնության այլ գործոնի հետ անմիջապես շփումից, ավելի լավ են կլանում, պահպանում և փոխանցում ստացած ջերմությունը և էներգիան: Սրանով է բացատրվում, որ մերսման համար կիրառում են բնականից հարթ տեսք ունեցող քարեր, որոնք ոչ մի մշակում չեն անցնում, քանի որ մշակման արդյունքում քարերը վնասվում և կոտրվում են, կամ ձեռք են բերում միկրոճաքեր, որոնց պատճառով կորցնում են իրենց հատկությունները:

Սթուն մերսման ազդեցությունն իրականանում է ճնշման և տատանման հաշվին՝ ակտիվացնելով ռեֆլեկտոր կենտրոնները: Քարերը տաքացվում են կրակի միջոցով, այս գործողության համար հատուկ նախատեսված սարքերում: Մաշկի ծածկույթը մշակում են հատուկ յուղերով:

Տաք և սառը քարերի հերթափոխումը ցուցաբերում է օրգանիզմի վրա ընդհանուր հանգստացնող և առողջարար ազդեցություն: Դրական ազդեցություն է թողնում մարդու օրգանիզմի՝ սիրտ-անոթային, շնչառական և նյարդային համակարգերի վրա, նաև նպաստում է զարկերակային ճնշման կարգավորմանը:

Այսպիսով՝ քարերով մերսումն ունի հետևյալ ազդեցությունները.

- Արագացանում է արյան և ավշի շրջանառությունը:
- Արագացնում է բոլոր փոխանակման ռեակցիաները:
- Թուլացնում է մկանային լարվածությունը:
- Իջեցնում է մկանային ցավերը:
- Կարգավորում է վեգետատիվ նյարդային համակարգը:
- Բարձրացնում է իմունիտետը:

- Իջեցնում է օրգանզիմի ընդհանուր ընկճվածությունը:
- Թուլացնում է օրգանիզմի ֆիզիկական հոգնածությունը:

Քարերով մերսման ցուցում են հանդիսանում՝

- ✓ Սկանային բարձր լարվածությունը
- ✓ Խրոնիկական հոգնածության համախտանիշը **ՔՀՀ**
- ✓ Ֆիզիկական և մտավոր երկարատև գերլարվածությունը
- ✓ Երկարատև ընկճվածությունը /սթրես/ և ընկճախտը /դեպրեսիա/
- ✓ Խրոնիկ անքնությունը
- ✓ Մարսողության խանգարումները
- ✓ Սկանների թերզարգացվածությունը՝ ատրոֆիա
- ✓ Օստեոխոնդրոզը
- ✓ Հենաշարժական համակարգի տարբեր ախտահարումները

Քարերով մերսումը նաև վերը նշված հիվանդությունների և ախտահարումների կանխարգելիչ միջոց է:

Քարերով մերսումը հակացուցված է՝

- Մաշկային հիվանդությունների ժամանակ
- Երկար չլավացող կամ նոր առաջացած վերքերի դեպքում
- Վարիկոզի՝ երակների լայնացման ժամանակ
- Ավշային հանգույցների բորբոքման ժամանակ
- Նորագոյացությունների ժամանակ /և՛ չարորակ, և՛ բարորակ/
- Բժշկական բուժման հետ անհամատեղելիության պատճառով

Ուրթերի մարզանք

Ցանկացած տեսակի մերսման արդյունքը պահպանելու համար ամենավաղ միջոցն է համարվում մարզանքը՝ համակցված խնամքի նյութերով: Տարբերում ենք տնային մարզանքի մի քանի հիմնական վարժություններ:

- ✓ Քայլել՝ ոտնաթաթը հենելով գետնին, իսկ մատները ձգել և ուղղել վերև:
- ✓ Քայլել՝ ոտնաթաթը հենելով գետնին, իսկ մատները պահել ծալած վիճակում:

✓ Քայլել՝ գետնին հենելով ոտնաթափի ստորին հատվածը, վեր ուղղելով ոտնաթափի վերին հատվածը և մատները:

✓ Քայլել՝ գետնին հենելով ոտնաթափի ստորին հատվածը, վեր ուղղելով ոտնաթափի վերին հատվածը, իսկ մատները պահել ծալած վիճակում:

✓ Քայլել մատների վրա, տեղափոխելով մարմնի ամբողջ ուժը մատուկների վրա:

✓ Քայլել ծնկները ծալած, ոտնաթափը ամբողջությամբ հենել գետնին, իսկ մատները ձգել ուղղել վեր:

✓ Քայլել ծնկները ծալած, ոտնաթափը ամբողջությամբ հենել գետնին, իսկ մատները պահել ծալած վիճակում:

✓ Ոտնաթափի ներքին, արտաքին և կողմնային մակերեսներով, հերթականությամբ 5 անգամ շարժում ենք գլանակ առաջ և հետ ուղղությամբ:

Յուրաքանչյուր վարժություն տևում է 30-60 վայրկյան: Գլանակները հատուկ հարմարանքներ են նախատեսված ոտքերի մարզանքի համար, որոնք նպաստում են՝ արյան և ավշի շրջանառության արագացմանը, ծայրամասային նյարդաթելերի ակտիվացմանը և մկանային տոնուսի բարձրացմանը: Գլանակները լինում են՝ փայտյա, մետաղական, պլիեթիլենային /պլաստմասից/:

Տնային խնամքի համար կան հատուկ սարքեր, որոնք ազդում են մաշկի ծածկույթի վրա տատանման հաշվին: Այս սարքերը նույնպես նպաստում են արյան և ավշի շրջանառության արագացմանը, ծայրամասային նյարդաթելերի ակտիվացմանը, մկանային տոնուսի բարձրացմանը, նաև ունեն հակաայտուցային հատկություն, քանի որ նպաստում են հեղուկների և աղերի կուտակումների դուրսբերմանը:

Արյան և ավշի շրջանառության արագացմանը նպաստում են նաև կոնտրաստային բաղնիքները, այսինքն՝ տաք և սառը ջրերի արագ հերթափոխումը:

Պետք է մոռանալ խնամքի միջոցների մասին, որոնք լավացնում են ոտքերի մաշկը և կանխում խնդիրների առաջացումը:

**ԳԼՈՒԽ 5. ՄԱՇԿԻ ԵՎ ԵՂՈՒՆԳԻ
ՀԻՎԱՆԴՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ**

**«Ձեռքերի եւ ոտքերի մաշկի ու եղունգների
հիվանդություններ» մոդուլ**

Մաշկային հիվանդությունների բնութագիրը

Գեղեցկությունը առողջ լինելն է:

Գեղեցկությունը ո՛չ միայն մարդու արտաքին տեսքն է, այլև նրա առողջու-
թյունը: Այսպես՝ գեղեցկությունը ուղիղ ձևով կապված է մարդու առողջության
հետ: Մաշկը մեր առողջության հայելին է, հետևաբար և գեղեցկության: Ժա-
մանակին բուժված և անընդհատ ճիշտ խնամված մաշկը երիտասարդացնում
է կնոջը, նրբացնում՝ դեմքի դիմագծերը և նրան հաղորդում առողջ և թարմ
տեսք: Բոլորը հասկանում են, որ խնամված լինելը, առանց առողջ լինելու, գե-
ղեցիկ չէ:

Այսօր մարդիկ, ցավոք, հաճախ են անտեսում իրենց առողջությունը: Մար-
դու առողջությունը բաղկացած է 2 հիմնական գործոնից՝ ֆիզիկական և հոգե-
բանական: Այս 2 գործոններն փոխկապակցված են, այսինքն՝ մեկի խան-
գարման ժամանակ պարտադիր կերպով խանգարվում է մյուս գործոնը: Օրի-
նակ՝ երկարատև կամ ծանր հիվանդությունների դեպքում մարդը հոգեպես
գտնվում է ուժեղ ընկճվածության մեջ, և հակառակը՝ ֆիզիկապես առողջ լինե-
լով, երկար գտնվելով ուժեղ ապրումների և ընկճախտի մեջ, մարդու մոտ
սկսում են զարգանալ տարբեր ֆիզիկական հիվանդություններ:

Այս աշխարհում մարդու համար առողջությունը ամենաթանկ և փխրուն
բանն է: Դրա համար պետք է խնայողաբար վերաբերվել սեփական անձին և
ցանկացած դեպքում մանր շեղումների ժամանակ, անհապաղ դիմել բժշկի օգ-
նությանը:

Այսօր մաշկային հիվանդությունները շատ են տարածված: Բժիշկները դա
կապում են՝

- Մարդու իմունիտետի ընկճման հետ
- Հիգիենայի կանոնները չպահպանելու հետ

-
-
- Ալերգիկ գործոնների շատացման հետ
 - Վատ սնման հետևանքով
 - Ստամոքս-աղիքային և այլ հիվանդությունների պատճառով
 - Խրոնիկական ընկճախտից
 - Էկոլոգիայի վատացման հետ

Ցանկացած հիվանդություն կառուցվածքի կամ գործունեության նորմայից շեղումն է, որն առաջանում է տարբեր պատճառներից: Տարբերում ենք հիվանդությունների առաջացման 3 հիմնական պատճառներ՝ գենետիկական, ներքին և արտաքին գործոններ:

Գենետիկական կոչվում են այն գործոնները, որոնք ժառանգաբար փոխանցվում են սերնդից սերունդ, և անբարենպաստ պայմաններում ակտիվանում են՝ նպաստելով տվյալ հիվանդությունների զարգացմանը:

Ներքին են համարվում այն գործոնները, որոնք առաջանում են տարբեր օրգան-համակարգերի ախտահարման պատճառով:

Արտաքին համարվում են այն գործոնները, որոնք արտաքին միջավայրից ներթափանցում են օրգանիզմ և նպաստում տարբեր հիվանդությունների և ախտահարումների զարգացմանը: Տարբերում են մաշկային հիվանդությունների առաջացման արտաքին գործոնների՝ առաջնային և երկրորդային տեսակները:

Առաջնային համարվում են այն գործոնները, որոնք օրգանիզմ ներթափանցելուց հետո առաջնային ձևով ախտահարում են մաշկային ծածկույթը և նպաստում մաշկային հիվանդությունների զարգացմանը:

Երկրորդային կոչվում են այն գործոնները, որոնք ներմուծումից հետո օրգանիզմում ախտահարում են տարբեր օրգան-համակարգեր և որպես դրա հետևանք սկսում են զարգանալ մաշկային տարբեր ախտահարումներ և հիվանդություններ:

Վնասակար գործոն ասելով հասկանում ենք վտանգավոր պայմաններ, նյութեր կամ մանրէներ:

Մանրէները կամ միկրօօրգանիզմները /«micro»` փոքր, «organ»` գործիք/, շատ փոքր են. դրանց տրամագիծը առավելագույնը կազմում է 0,1մմ: Այստեղից հետևում է, որ անտեսանելի են անզեն աչքի համար:

Մանրէները լինում են միաբջջիչ և բազմաբջջիչ, ինչպես նաև վնասակար /պաթոգեն/ և ոչ վնասակար /ոչ պաթոգեն/: Վնասակարներն իրենց հերթին բաժանվում են պասիվ և ակտիվ տեսակների: Մարմնի բնականոն գործունեության համար օրգանիզմում անհրաժեշտ է ոչ վնասակար և վնասակար պասիվ մանրէների ճիշտ հավասարակշռությունը: Հավասարակշռությունը խախտվելու դեպքում կամ ակտիվ վնասակար մանրէների ազդեցության դեպքում սկսում են զարգանալ այդ մանրէներին բնորոշ տարբեր հիվանդություններ:

Տարբերում ենք մանրէների հետևյալ հիմնական տեսակները.

- ❖ Բակտերիաներ
- ❖ Սնկներ
- ❖ Վիրուսներ

Բակտերիաներ

Բոլոր մանրէները բաժանվում են պաթոգեն և ոչ պաթոգեն: Պաթոգեն, վնասակարն մանրէներն իրենց հերթին բաժանվում են ակտիվ և պասիվ տեսակների: Ակտիվ տեսակի շարքին են դասվում `ստրեպտոկոկեր, ստաֆիլոկոկեր, դիպլոկոկեր և այլն, որոնք կազմում են ընդհանուր բակտերիաների 30%-ը: Գրանք առաջացնում են տարբեր տեսակի հիվանդություններ, հիմնականում բորբոքային բնույթի:

Ոչ պաթոգեն բակտերիաները հիմնականում տեղակայվում են մարդու բերանի խոռոչի լորձաթաղանթում և ստամոքս-աղիքային ուղում և կազմում են օրգանիզմի միկրոֆլորան: Միկրոֆլորան պատասխանատու է մարտոդության կատարմանը և բակտերիաների միջև ճիշտ հավասարակշռության պահպանմանը:

Բակտերիաները շատ արագ են բազմանում` 12 ժամվա ընթացում 1 բակտերիայից առաջանում են 16 միլիոն բակտերիաներ: Բակտերիաների բազմացման համար բարենպաստ միջավայր են մթությունը, խոնավությունը և կեղտը:

Սնկներ

Տարբերում ենք ոչ պաթոգեն և պաթոգեն սնկներ, որոնք ի տարբերություն բակտերիաների, բնության մեջ շատ քիչ են հանդիպում պասիվ տեսակի պաթոգեններ: Սնկային բջիջների միջին տրամագիծը տատանվում է 10-100 մկմ: Հիմնականում հանդիպում են պաթոգեն խմորանման սնկները, որոնք օվալաձև են և ունեն 2-10 մկմ տրամագիծ: Պաթոգեն սնկերն առաջացնում են սնկային հիվանդություններ, որոնք կոչվում են միկոզներ:

Վիրուսներ

Վիրուս /«virus»/ բառը լատիներենից թարգմանաբար նշանակում է թույն: Վիրուսները, ի տարբերություն մնացած միկոօրգանիզմների, օժտված են իրենց գենետիկական կոդով, այսինքն՝ պարունակում են նուկլեինաթթուներ՝ ԳՆԹ-ը կամ ՌՆԹ-ը: Նուկլեինաթթուների միջոցով ամեն մի վիրուսն ունի իրեն բնորոշ յուրահատուկ կառուցվածք և գործունեություն: Բնության մեջ հիմնականում հանդիպում են ակտիվ պաթոգեն վիրուսների տեսակներ, որոնք առաջացնում են վիրուսային և ինֆեկցիոն հիվանդություններ: Վիրուսն իր գործունեությունը ցուցաբերում է կենդանի օրգանզիզմում, որը վիրուսի համար համարվում է կենսունակության բարենպաստ պայման: Կենդանի օրգանիզմից դուրս վիրուսի համար հանդիսանում են անբարենպաստ պայմաններ, որոնց ժամանակ նա անցնում է պասիվ վիճակի՝ նվազացնելով բոլոր պահանջները և գործունեությունը: Վիրուսը անհրաժեշտության դեպքում կարող է շատ երկար, անգամ տարիներ շարունակ մնալ պասիվ վիճակում:

Այսպես, տարբեր մաշկային հիվանդություններն առաջանում են տարբեր մանրէներից, որոնք տարբեր խորությամբ և ձևով ախտահարում են մաշկային ծածկույթը: Որպեսզի ճիշտ ընկալել ախտահարման գործընթացը, պետք է նախ և առաջ մանրակրկիտ իմանալ մաշկի կառուցվածքը /անատոմիան/ և բնականոն գործունեությունը /ֆիզիոլոգիան/:

Մաշկի կառուցվածքը և գործունեությունը

Մարդու մարմինն ամբողջությամբ պատված է մաշկային ծածկույթով: Մաշկը /դերմա/ հանդիսանում է մարդու օրգանիզմի արտաքին ծածկույթը, այսինքն՝ հանդիսանում է մեր արտաքին թաղանթը, պատյանը, որը մեզ պաշտպանում է արտաքին վնասակար գործոններից: Մաշկը կազմում է մարմնի զանգվածի 5 %-ը և միջինում զբաղեցնում է 1, 5-2 մ² տարածք: Մաշկը ունի բարդ կառուցվածք և բաղկացած է 4 շերտից.

1. Էպիդերմիս /վերնամաշկ/
2. Դերմա /բուն մաշկ/
3. Մալպիգյան թաղանթ
4. Հիպոդերմա /ենթամաշկային ճարպային բջջանք/

1. Էպիդերմիս, վերնամաշկ

Էպիդերմիսը կազմված է տարբեր տարածական ձևերով էպիթելային բջիջներից, որոնք միասին կազմում են տարբեր շերտեր: Այսպիսով, էպիդերմիսը ունի շերտավոր կառուցվածք և բաժանվում է հետևյալ շերտերի.

- Հիմնային /բազալ/ շերտ
- Փշածև շերտ
- Հատիկավոր շերտ
- Փայլուն շերտ
- Եղջրային շերտ

Հիմնային /բազալ/ շերտ

Այս շերտը էպիդերմիսի ամենաստորադիր շերտն է, որը սահմանակցվում է բուն մաշկի բազալ թաղանթի հետ, որտեղից էլ ստացել է իր անվանումը: Կազմված է քառանկյուն միաշարք դասավորված բջիջներից, որոնք պատասխանատու են մաշկի բջիջների բազմացման համար: Բջիջների բազմացումն իրականանում է կիսման միջոցով: Նոր գոյացած բջիջները հրում են «հին» բջիջներին, և այս ձևով տեղի է ունենում մաշկի փոխարինումը: Մարդն իր մաշկն ամբողջովին փոխում է 30 օրվա ընթացքում: 70 տարեկան մարդը մի-

ջինում «թափում է» մոտ 50-60 կգ մաշկ: Այս գործողության շնորհիվ իրականանում է մարդու նորագոյացման՝ ռեգեներատիվ ֆունկցիան:

Հիմնային շերտում մաս տեղակայվում են մելանոցիտները, որոնք պատասխանատու են մելանինի սինթեզի համար: Մելանինը պիգմենտ է, որը պայմանավորում է մարդու մաշկի գույնը: Մաշկի գույնի մգությունը կամ բացությունը պայմանավորվում է ո՛չ թե մելանոցիտների քանակով, այլ մելանինի արտադրման քանակով: Որքան շատ է արտադրվում մելանինը, այնքան մուգ է մաշկի գույնը: Լինում են դեպքեր, երբ մելանինը շատ չնչին է արտադրվում և ընդհանրապես բացակայում է, այդ մարդիկ ունենում են թափանցիկ մաշկ և կոչվում են ալբինոսներ:

Մելանոցիտները մաս պաշտպանում են արևի ուլտրամանուշակագույն ճառագայթներից, որոնց ազդեցությունից շատանում է մելանոցիտների արտադրությունը, և մաշկը մգանում է:

Փշածև շերտ

Կազմված է անկանոն բազմանկյուն բջիջների շարքից: Տարբերում ենք 2 տեսակի հիմնական բջիջներ, որոնք կոչվում են Լանգերհասի և Օլանդի բջիջներ: Դրանք կատարում են պաշտպանական դեր: Ափերի և ներբանների շրջանում այս շերտ ամենահաստն է. բջիջներն այստեղ դասավորվում են 4 շարքով:

Հատիկավոր շերտ

Կազմված է ձգված տեսք ունեցող բջիջներից, որոնք դասավորվում են 1-4 շարքով և մաշկի շերտերի նկատմամբ ուղղված են ուղղահայաց: Շերտում տեղակայվում են կերատոսոմ կոչվող բջիջները, որոնք հանդիսանում են յուղի հիմնական աղբյուր և արտազատում են դեպի մաշկի վերադիր տեղակայված շերտեր: Յուղը հանդիսանում է էներգիայի աղբյուր, այսինքն բջիջների համար սնունդ է հանդիսանում: Յուղը մաս ուժեղ հիդրոֆոբ նյութն է, այսինքն՝ ջրի հետ չի փոխազդում և կանխում է նրա ներթափանցումը դեպի մաշկի ստորադիր շերտերը:

Փայլուն շերտ

Կազմված է բարակ և փոքր թափանցիկ ու անգույն բջիջներից, որոնք միանում են ընդհանուր բարակ թաղանթի մեջ: Փայլուն տեսքի համար որոշ մաս-

նագետներ անվանում են ապակենման շերտ: Փայլուն տեսքն ապահովում է էլեյդին նյութը, որը հատկապես մեծ քանակությամբ տեղակայվում է ավերի և ներբանների շրջաններում: Այս բջիջները պարունակում են կեռատին նյութը, որը կատարում է կառուցվածքային դեր: Կեռատինը, վերջացնելով իր գործունեությունը, անցնում է դեպի եղջրային շերտ:

Եղջրային կամ մակերեսային շերտ

Մաշկի ամենավերին շերտն է, որը կազմված է միմյանց վրա սերտորեն տեղակայված անկորիզ բջիջներից, որոնք դասավորվում են 15-20 շարքով: Իր անունը ստացել է եղջրացման ֆունկցիայի շնորհիվ: Եղջրացումը ֆիզիոլոգիական /բնական/ «թեփոտումն» է, որի շնորհիվ մաշկը մեռուկացած բջիջները փոխարինում է նոր բջիջներով: Մեռուկացած կամ «մահացած» համարվում են այն բջիջները, որոնք ավարտել են իրենց գործունեությունը և օրգանիզմի համար արդյունավետ չեն. դրա համար էլ տեղակայվում են մաշկի ամենավերին շերտին և հանդիսանում են որպես օժանդակ պատնեշ արտաքին միջավայրից: Եղջրային շերտը տարբերվում է հաստությամբ և առաձգականությամբ: Հաստությունը մարմնի տարբեր մասերում տարբեր է, ամենահաստ մասը հանդիսանում է ավերի և ներբանների շրջանը, իսկ ամենաբարակը՝ այտերի և աչքերի ստորին կոպերի շրջանը:

Լինելով մաշկի ամենավերին շերտ, նրա գլխավոր ֆունկցիան է մաշկի պաշտպանությունը արտաքին միջավայրի բացասական և վտանգավոր գործոններից: Հանդիսանալով արտաքին միջավայրից յուրովի պատնեշ, կանխում է ջերմության, ջրի և խոնավության, ալրվածքների, էլեկտրականության և քիմիական նյութերի ներթափոնցումը:

Մեր համար եղջրային շերտն ունի մասնագիտական մեծ նշանակություն, քանի որ մեր կատարած գրեթե բոլոր գործողությունների ժամանակ, դիտվում է եղջրային շերտի մեռուկացած բջիջների հեռացում, որի արդյունքում մաշկը դառնում է ավելի նուրբ, փափուկ և «թարմ»:

Որոշ մասնագետների կարծիքով՝ հիմնային, փշաձև և հատիկավոր շերտերը միասին կազմում են Մալպիգյան թաղանթը, մյուս մասնագետների կարծիքով՝ այս շերտերը թաղանթ չեն կազմում և ունեն առանձին կառուցվածք:

2.Բուն մաշկ, դերմա

Կազմված է շարակցական հյուսվածքից, որի կառուցվածքային միավորը թելերն են: Դերման իրականացնում է ամբողջ մաշկի սնուցումը: Բաժանվում է 2 հիմնական մասի՝ պտկիկային և ցանցային թաղանթների:

Պտկիկային թաղանթն իր մեջ ներառում է՝ ճարպագեղձեր, քրտնագեղձեր, տարբեր նյարդային վերջավորություններ՝ ռեցեպտորները, մազապարկը և մազարմատը, արյունատար անոթների ցանցը և մկանային տարրեր: Ծարպագեղձերը և քրտնագեղձերը բարձր գործունեություն են ցուցաբերում 16-30 տարեկանում, իսկ 40 տարեկանից հետո խիստ ընկճվում է նրանց ակտիվությունը:

Ցանցային թաղանթը կազմում է 1,5-2 մմ, որտեղ գտնվում են էլաստիկ և կոլագենային թելերի խրճերը: Էլաստիկ թելերի խուրճը պատասխանատու է մաշկի առածոկանության համար, իսկ կոլագենային թելերը՝ ամրության համար: Մկանային խրճերը նպաստում են «սագաթաթ»՝ մաշկի ձևավորմանը, որն առաջանում է ֆիզիկական և հոգեկան լարվածության ժամանակ:

Այսպիսով՝ դերման պատասխանատու է սնուցման, ռեֆլեկտոր պատասխանի իրագործման համար, խոնավեցման և վերականգնողական /ռեգեներատիվ/ ֆունկցիաների համար:

3.Մալպիգյան թաղանթ

Մալպիգյան թաղանթի շուրջ մասնագետները գալիս են մեծ տարաձայնությունների: Որոշ մասնագետներ պնդում են նրա առանձին գոյության մասին, այլոց կարծիքով՝ այն կազմված է էպիդերմիսի մի քանի շերտից, իսկ ոմանք էլ պնդում են դրա բացակայության մասին: Մենք կուսումնասիրենք այն տեսությունը, ըստ որի՝ այն ներկա է որպես առանձին թաղանթ:

Մալպիգյան թաղանթը գտնվում է էպիդերմիսի հիմնային թաղանթի և դերմայի միջև. սահմանազատում է այս 2 թաղանթները և անհրաժեշտության դեպքում ապահովում իր և նյութերի փոխանցումը: Շերտի հաստությունը տարբեր է՝ ամենահաստը լինում է ափերի և ներբանցների շրջանում:

4.Հիպոդերմա, ենթամաշկային ճարպային բջջանք

Ենթամաշկային շերտը կամ ենթամաշկային ճարպային բջջանքը կազմված է շարակցական հյուսվածքից և ճարպային բջիջներից՝ լիպոտոցիտներ:

րից: Լիպոտոցիտներն իրենցից ներկայացնում են ավելորդ ճարպի պահեստարաններ, որոնց քանակը և չափսերը կախված են տվյալ ժամանակ մարմնում ավելորդ ճարպի քանակից: Քանակը գերազանցելու դեպքում լիպոտոցիտների թաղանթները պատռվում են և ճարպային զանգվածները միանում ու կազմում են մեկ ընդհանուր լիպոիդ գոտի: Ճարպերն ունեն մեծ կենսական նշանակություն. հանդիսանում են էներգիայի, սնուցման և ջերմության մեծ աղբյուր: Օրգանիզմի թերսնուցման ժամանակ կամ երկարատև լարվածության դեպքում օրգանիզմը սկսում է կիրառել այդ աղբյուրները:

Ենթամաշկայնի շերտի պարունակության մեջ մաս մտնում են հարուստ անոթային և ավշային ցանցերը, բազմաթիվ նյարդային վերջավորություններն ու քրտնագեղձերի գնդիկները, ածանցյալները, որոնցում ձևավորվում է որոշ քանակությամբ քրտինք:

Հիպոդերմայի հաստությունը տարբեր է, որը գերակշռում է որովայնի և նստատեղի շրջաններում:

Մաշկի ածանցյալներ

Մաշկային ծածկույթը, բացի իր հիմնական շերտերից, բաղկացած է մի քանի ածանցյալներից, որոնք նույնպես օժտված են կարևոր ֆունկցիաներով: Տարբերում ենք մաշկի հետևյալ ածանցյալները.

- ❖ Ճարպագեղձեր
- ❖ Քրտնագեղձեր
- ❖ Մազեր
- ❖ Եղունգներ

Ճարպագեղձեր

Տեղակայվում են ամբողջ մարմնի մակերեսով՝ առավելապես մազածածկ տեղերում: Դրանց ընդհանուր քանակը հասնում է 250 000 - 300 000 -ի: Իրենցից ներկայացնում են փոքր պարկեր, որոնք պարունակում են՝ ճարպ, ճարպաթթուներ, խոլեստերին, որոնք դուրս են գալիս գեղձից ծորանների միջոցով, օժում են մազերը և մաշկը՝ կանխելով դրանց չորացումը:

Մեկ մագապարկում տեղակայվում են մի քանի ճարպագեղձեր, որոնց ծորանները բացվում են մագարմատի երկարությամբ՝ օձելով մագերը, իսկ մյուսները բացվում են մաշկի արտաքին ծածկույթի վրա: Ափերի և ներբանների շրջանում ճարպագեղձերը բացակայում են, իսկ ամենաշատը դեմքի վրա տեղակայվում են՝ ճակատի, քթի թևերի և կզակի շրջաններում:

Ճարպագեղձերը ցուցաբերում են բարձր գործունեություն մարդու հասունացման շրջանում, այնուհետև կարգավորվում են. 35-40 տարեկանից հետո դրանց գործունեությունը նվազում է: Ճարպը մաշկի և մագերի օժուճը կանխում է չորացումից և ճաքերի առաջացումից: Ճարպագեղձերի գերարտադրությունը վկայում է գանազան խանգարումների մասին, որոնք նպաստում են տարբեր հիվանդությունների առաջացմանը:

Քրտնագեղձեր

Իրենցից ներկայացնում են փոքր չափերով պարկեր, որոնց մեջ առաջանում է օրգանզիմի համար մեծ կենսաբանական նշանակություն ունեցող հեղուկ՝ քրտինք: Քրտնագեղձերի միջոցով տեղի է ունենում օրգանզիմի ջերմակարգավորումը, աղաջրային հավասարակշռության պահպանումը և թույների դուրս բերումը: Մարդու օրգանզիմում քրտնագեղձերի քանակը հասնում է 2 000 000-ի և ավել, որոնք սկսում են իրենց գործունեությունը ծնվելուց հետո 3-4 ամսականից:

Քրտնագեղձերը մաշկի հաստության մեջ տեղակայվում են տարբեր քանակությամբ, գերակշռում են՝ դեմքի, ափերի, ներբանների, թևատակերի, մեջքի, որովայնի ստորին հատվածում և սեռական օրգանների շրջաններում:

Քրտնագեղձերը փոքր միկրոտրամագծի պարկեր են, որոնց ծորանները բացվում են մաշկի տարբեր հաստություններում: Տարբերում ենք քրտնագեղձերի 2 տեսակներ՝ ապոկրին և էկրին:

Էկրին քրտնագեղձերն ունեն պտուտակի տեսք և տեղակայվում են մաշկի ամբողջ տարածքով: Այս քրտնագեղձերի արտազատած քրտինքը դուրս է գալիս մաշկի ամբողջ մակերեսին և կուտակվում է ափերի և ներբանների շրջանում:

Ապոկրիին գեղձերը տեղակայվում են մաշկի՝ թևատակերի և սեռական օրգանների շրջաններում: Այս գեղձերի արտադրումով է բնորոշվում քրտինքի սպեցիֆիկ հոտը, որը յուրաքանչյուր մարդու համար անհատական է:

Քրտնագեղձերի միջոցով տեղի է ունենում օրգանիզմի ջերմակարգավորումը: Ջերմակարգավորումն իրականանում է քրտինքի և խոնավության արտազատման շնորհիվ: Մարդու մոտ քրտնարտադրության և խոնավության արտազատման գործընթացները չեն դադարում ամբողջ օրվա ընթացքում: Կախված ջերմաստիճանից կարող են ակտիվանալ կամ նվազել, բայց երբեք չեն դադարում: Նորմալ պայմաններում մարդը օրական արտազատում է 4-6 լիտր քրտինք: Եթե ջերմաստիճանը նորմայից բարձր է կամ ֆիզիկական աշխատանքից հետո այն հասնում է՝ 8-10 լիտրի: Քրտնարտադրության գործընթացի վրա նաև մեծ ազդեցություն է թողնում օդի խոնավությունը: Յածր լինելու դեպքում քրտնարտադրությունը նույնպես բարձրանում է: Քրտնարտադրության ժամանակ, քրտինքից բացի, արտազատվում են օրգանիզմի աղերը և թույները, այսպիսով՝ պայմանավորվում է աղաջրային հավասարակշռության պահպանումը և դեզհիմտոքսիկացիան:

Մազերը

Մազերը նույնպես համարվում են մաշկի ածանցյալներ: Մազերը սկսում են զարգանալ ներարգանդային կյանքի ընթացքում: Տարբերում ենք 2 տեսակի մազեր՝ հիմնական և աղվամազեր: Հիմնական մազերը տեղակայվում են գլխի վրա և դեմքի ունքերի և կոպերի շրջանում: Աղվամազերը բարակ մազեր են, որոնք տեղակայվում են ձեռքերի, ոտքերի և որովայնի որոշ տեղերում: Աղվամազերի հաստությունը կախված է սեռից. իգական սեռի մոտ ավելի նուրբ և բարակ են: Մազերի գույնը պայմանավորվում է մելանոցիտների՝ մելանյութի արտադրությունից:

Գլխամաշկի մազերն արագ աճում են 15-35 տարեկանում, այնուհետև դրանց աճը նվազում է:

Մազերի վիճակը պայմանավորված է օրգանիզմի սնուցմամբ, հիվանդությունների առկայությամբ, հղիության, սեռահասունացման շրջանի և ֆիզիկական կամ հոգեկան լարվածության հետ:

Մաշկի հաստության մեջ տեղակայվում է մազային տխուկը, որի մեջ գտնվում է մազարմատը կամ մազապարկը, որից դուրս է գալիս մազի ցողունը, որը իր մեջ տեղակայում է մազը: Յոդունի մոտ տեղակայվում է մազը բարձրացնող մկանը:

Մազերը կատարում են պաշտպանական ֆունկցիա՝ գլխամաշկի մազերը պաշտպանում են գլուխը գերսառեցումից կամ գերտաքացումից, իսկ աղվամազերն ապահովում են զգայունության ռեկացիան:

Եղունգներ

Մաշկի եղջրային ածանցյալներ, որոնք ձևավորվում են ներարգանդային կյանքի 3-րդ ամսում: Սկզբում առաջանում են որպես մատների ֆալանգների ծայրի տափակ հաստացումներ, որոնք հետագայում կողմնային և հետին հատվածներում ձևավորվում են եղունգի գլանակները /վալիկները/, որպես մաշկի բարձրություն, որից հետո նոր ձևավորվում է եղունգի սկավառակը:

Եղունգներն իրենց մեջ պարունակում են՝ կեռատին, լիպիդներ, ծծումբ, կալցիումական աղեր, ֆոսֆոր, կարբոնատներ և 14 % ջուր:

Եղունգները հանդիսանում են մեր առողջության հայելին. նրանց վատ տեսքը վկայում է որևէ խանգարումների մասին: Առողջ եղունգները պետք է լինեն՝ փայլուն, հարթ, խիտ, վարդագույն:

Եղունգն ունի բարդ անատոմիական կառուցվածք.

1. Եղունգի մարմինը կամ սկավառակը /պլաստինա/ տեսանելի մասն է:
2. Եղունգի մատրիքսը եղունգի արմատն է, որը արտազատում է կեռատին, ինչը եղունգի հիմնական բաղադրիչն է:
3. Կողմնային գլանակներ
4. Հետին գլանակ
5. Կուտիկուլա /Էպոնիխ/. կողմնային գլանակի հատվածն է՝ միացած եղունգին:
6. Եղունգի հատակ /լոժա, հիպոնիխ/: Գտնվում է սկավառակի ստորին հատվածում, իսկ մյուս կողմում միանում է ֆալանգի վերոսկրին: Եղունգի հատակը կամ արմատային հատվածն ունի անհարթ տեսք և գտնվում է մաշկի հաստության մեջ:

Եղունգի սկավառակը կազմված է կենտրոնական մասից՝ եղունգի մարմնից, ազատ եզրից և եղունգի հետին մասից: Եղունգի սկավառակի հետին մասը հատականման է, որը լավ արտահայտված է բութ մատի մոտ: Եղունգի սկավառակի ազատ եզրի տակ գտնվում է ենթաեղունգային ճեղքը:

Աջ ձեռքի եղունգների սկավառակներն ավելի լայն են, քան ձախ ձեռքինը: Եղունգի միջին երկարությունը կազմում է 10-15 մմ, լայնությունը՝ 10-17 մմ, իսկ հաստությունը՝ 0,3-0,4մմ: Կախված մատրիքսի հաստությունից՝ տարբերում ենք՝ բարակ, նորմալ և հաստ եղունգներ:

Եղունգի աճը ապահովում են մատրիքսի և եղունգի հատակի բջիջները: Օրվա ընթացքում սկավառակը մեծերի մոտ երկարում է 0,11մմ, իսկ երեխաների մոտ՝ 00,4-00,6մմ: Ամբողջ սկավառակի փոխարինումը տեղի է ունենում 105 օրվա ընթացքում: Ոտքերի եղունգներն ավելի դանդաղ են աճում: Տարբերվում է նաև ցանկացած մատի եղունգի աճման արագությունը: Բարձր ջերմաստիճանի ժամանակ եղունգներն ավելի արագ են աճում:

Եղունգը շրջապատված է 2 կողմնային և մեկ հետին գլանակով, որոնք պաշտպանում են եղունգի սկավառակը ցանկացած տեսակի մեխանիկական վնասումից, կանխում ինֆեկցիայի ներթափանցումը: Դրա համար որևէ գլանակի վնասումը կամ ինֆեկցիայի ներթափանցումը, բերում է եղունգի սկավառակի ախտահարմանը: Եղունգը սնուցվում է հարուստ անոթային ցանցի շնորհիվ. այն անցնում է մատրիքսի և հատակի միջով: Հատակում և գլանակներում տեղակայվում են ավշային անոթները և բազմաթիվ նյարդային վերջավորությունները:

Մաշկի գործունեությունը

Մաշկն իր յուրահատուկ կառուցվածքի շնորհիվ կատարում է տարբեր տեսակի գործունեություններ: Առաջնային կարևոր ֆունկցիան է արտաքին վնասակար գործոնների նկատմամբ պաշտպանական ռեակցիայի ձևավորումը: Մաշկի ածանցյալները նույնպես ունեն էական նշանակություն: Դրանց ձևափոխումը կամ խախտումը զանազան հիվանդությունների առաջնային նշան է: Մաշկի վրա տեղակայված նյարդային վերջավորությունները , ըստ գործու-

նեության, բաժանվում են հետևյալ խմբերի՝ զգայական /սենսոր/, արտագա-
տիչ /սեկրետոր/ և շարժիչ: Շարժիչ նյարդային վերջավորություններն ազդում
են մազերի վրա. լարվածության ժամանակ առաջացնում են «սագաթաթ»
մաշկ: Զգայական /սենսոր/ վերջավորություններն օրգանզիմին տեղեկացնում
են տարբեր տեսակի ճնշման, տատանման և շոշափելիքի մասին: Արտագա-
տիչ /սեկրետոր/ վերջավորությունները կարգավորում են ճարպագեղձերի և
քրտնագեղձերի աշխատանքը:

Այսպիսով՝ մաշկը բարդ օրգան է, որն ունի իր առանձնահատուկ գործու-
նեությունը՝ ֆիզիոլոգիան, և կատարում է հետևյալ ֆունկցիաները.

- Պաշտպանական
- Ջերմակարկավորիչ
- Իմունոլոգիական
- Ալերգիկ
- Ռեցեպտորային
- Արտագատական
- Նյութափոխանակության
- Շնչառական
- Վերականգնողական

Պաշտպանական ֆունկցիա

Մաշկը ծածկում է ամբողջ մարմինը՝ պաշտպանելով մանրէների և արտաքին
վնասակար գործոններից՝ ջերմություն, ճառագայթներ, հոսանք և այլ գործոննե-
րի ներմուծումից՝ հանդիսանալով օրգանզիմի յուրահատուկ պատնեշ: Պաշտ-
պանական ռեակցիան իրականացվում է մաշկի խիտ և առածգական կառուց-
վածքի շնորհիվ, որն ապահովում են կոլագենային և էլաստիկ թելերը:

Մեծ նշանակություն ունի մաշկի թթվային միջավայրը, որը պաշտպանում է
քիմիական վնասակար նյութերից, չեզոքացնում է մանրէների արտադրությու-
նը և կանխում է դրանց բազմացումը և ներթափանցումը:

Մելանինը պաշտպանում է մաշկը արևի վնասակար ուլտարաֆիոլետային
ճառագայթներից, այս հատկությունն անվանում են լուսապաշտպանական
ֆունկցիա:

Ջերմակարգավորիչ ֆունկցիա

Ջերմակարգավորումն օրգանիզմի համար ունի մեծ կենսաբանական նշանակություն, այն կայուն է պահպանում մարմնի ջերմաստիճանը $36,6^{\circ}\text{C}$, որի ժամանակ բնականոն են ընթանում օրգանիզմի բոլոր ռեակցիաները: Ջերմակարգավորումն իրականանում է արյունատար անոթների միջոցով: Միջավայրում ջերմաստիճանի բարձրացման ժամանակ, բարձրանում է մարմնի ջերմաստիճանի, այնուհետև մաշկի ջերմաստիճանը, ինչի հետևանքով լայնանում են տեղային արյունատար անոթները և, հետևաբար, շատանում է տվյալ հատվածի արյան հոսքը: Այս ամենը նպաստում է քրտանագեղձերի առատ գործունեությանը, որի արդյունքում շատանում է արտադրվող քրտինքի քանակը, և դրա միջոցով դուրս է գալիս մաշկի ավելորդ ջերմությունը, այսինքն՝ տեղի է ունենում մարմնի ջերմաստիճանի բարձրացում: Այս բոլոր գործընթացները նպաստում են մարմնի ընդհանուր ջերմության կարգավորմանը:

Տարբերում ենք ֆիզիոլոգիական /այսինքն՝ բնականոն/ և Ախտաբանական քրտնարտադրություն: Ֆիզիոլոգիական քրտնարտադրության ժամանակ քրտնագեղձերի բարձր աշխատանքը պայմանավորված է միջավայրի ջերմության բարձրացման, ֆիզիկական ծանրաբեռնվածության և հոգեկան լարվածության հետ: Ֆիզիոլոգիական քրտնարտադրությունը ժամանակավոր բնույթ է կրում և պատճառը վերացնելուց հետո աստիճանաբար նվազում է: Ախտաբանական քրտնարտադրության ժամանակ քրտնագեղձերի աշխատանքն ակտիվանում է կամ պակասում է առանց որևէ գործոնի, այսինքն՝ անկանոն բնույթ են կրում: Աշխատանքի խանգարումը պայմանավորված է լինում տարբեր հիվանդություններով:

Իմունոլոգիական ֆունկցիա

Իմունոլոգիական ֆունկցիայի շնորհիվ մաշկը օրգանիզմին հայտնում է օտար, այսինքն՝ վնասակար մարմինների մասին: Իրականանում է մաշկում գտնվող Լանգերհանսի և Գրինսթեյի բջիջների շնորհիվ, որոնք առաջինն են ընկալում օտար մարմիններին և, օրգանիզմին համապատասխան ազդակներ հաղորդելով, ակտիվացնում են իմուն համակարգը:

Ալերգիկ ֆունկցիա

Ալերգիկ ռեակցիան իրենից ներկայացնում է օրգանիզմին նախազգուշացում վտանգավոր գործոնի մասին: Ալերգիկ ռեակցիան դիտվում է վնասակար նյութերի կամ գործոնների ժամանակ, որոնք անմիջապես են շփվում մաշկի հետ: Ալերգիկ ռեակցիան դիտվում է տեղային և ընդհանուր: Տեղային ռեակցիան արտահայտվում է միայն տեղային մաշկային ծածկույթի գրգռվածությամբ և այտուցով, որոնց պատճառը վերացնելուց որոշ ժամանակ հետո անհետանում են: Ընդհանուր ալերգիկ ռեակցիայի ժամանակ գործոնի պատասխան ռեակցիան ձևավորվում է ամբողջ օրգանիզմի կողմից, տեղային նշաններից բացի, առաջանում են ընդհանուր թուլություն, զարկերակային ճնշման անկում, զիտակցության վատթարացում և շնչառության խանգարումներ՝ ասֆիկսիա: Պատճառը վերացնելուց հետո պահպանվում է երկարատև և որոշ դեպքերում, սխալ կամ ուշացած բուժման ժամանակ, բերում է լուրջ բարդություններ /շատ հաճախ շնչահեղձություն/:

Ռեգեպտորային ֆունկցիա

Մաշկը օժտված է բազմաթիվ նյարդային վերջավորություններով, որոնք ազդակներ են փոխանցում կենտրոնական նյարդային համակարգին և մաշկին են վերադարձնում ստացած պատասխանը: Մաշկի 1 սմ² պարունակում է 200-300 նյարդային ռեգեպտորներ:

Մաշկի ծածկույթը պարունակում է 3 հիմնական տեսակի ընկալիչներ, ռեգեպտորներ.

❖ Շոշափելիքի, որոնք արձագանքում են ճնշման ազդակների վրա և առավելապես տեղակայված են մատների վրա:

❖ Ցավային, որոնք արձագանքում են տարբեր տեսակի ցավ առաջացնող ազդակների վրա, տեղակայվում են դերմայի հաստության մեջ, մաշկի ամբողջ տարածքով:

❖ Ջերմային, որոնք արձագանքում են ջերմության փոփոխության վրա, առավելապես տեղակայվում են մատների ծայրերին, դեմքի մասում և սեռական օրգանների շրջանում:

Նյարդային վերջավորությունները ապահովում են նյարդային ազդակի տեղափոխումը և պատասխան ռեակցիայի ձևավորումը: Այս բոլորը պաշտպանում է մաշկային ծածկույթը՝ կանխարգելելով զանազան վնասվածքների ստացումը:

Արտազատական ֆունկցիա

Արտազատական կամ սեկրետոր ֆունկցիան իրականանում է ճարպագեղձերի և քրտնագեղձերի շնորհիվ: Որոշ մասնագետներ դիտում են որպես պաշտպանական կամ նյութափոխանակության ռեակցիաների տեսակ, սակայն ճիշտ է դիտարկել որպես առանձին ֆունկցիա: Արտազատման ֆունկցիան տեղի է ունենում ճարպի և քրտինքի արտադրման միջոցով, որոնք օժում են մաշկը որպես պաշտպանիչ շերտ և դուրս են բերում օրգանիզմից թունավոր ու վնասակար նյութերը: Վնասակար նյութերի շարքին են պատկանում՝ երկաթի, ալյումինի, պղնձի և այլ մետաղական նյութերի կուտակումները: Արտազատման ժամանակ օրգանիզմից դուրս են գալիս նաև միզաթթվի, աղերի և ջրի կուտակումները:

Շնչառական ֆունկցիա

Մաշկը մասնակցում է օրգանզիմի ընդհանուր շնչառության գործընթացում, որի չափաբաժինը կազմում է 2%: Մաշկն իր ծակոտիների միջոցով արտազատում է ածխաթթու գազը և ներշնչում թթվածին՝ ապահովելով հյուսվածքների սնուցումը: Այս ֆունկցիայի շնորհիվ մաշկն անվանում են «երկրորդ թոքեր», որոնք, բնականաբար, թոքերի հետ համեմատած օժտված են ավելի փոքր ծավալով:

Վերականգնողական ֆունկցիա

Օրգանիզմում մաշկն օժտված է ամենաբարձր ռեգեներատիվ, վերականգնողական հատկությամբ: Վերականգնումը իրականանում է դերմայի և էպիդերմիսի հիմնային թաղանթի բջիջների կիսման միջոցով: Նոր բջիջները փոխարինում են հներին կամ «մահացած» բջիջներին, այսպիսով՝ տեղի է ունենում մաշկի վերափոխումը հինը նորով: Տարիքի հետ վերականգնողական ֆունկցիան նվազում է:

Նյութափոխանակության ֆունկցիա

Այս ֆունկցիան դիտարկվում է որպես շնչառական և արտազատական ռեակցիաների երկրորդային ֆունկցիա: Շնչառական ֆունկցիայի միջոցով հյուսվածքները ստանում են բավարար սնուցում և ցուցաբերում են բարձր գործունեություն, որի ժամանակ դիտվում է կարգավորված նյութափոխանակություն: Արտազատական ֆունկցիայի միջոցով կարգավորվում է աղաջրային հավասարակշռությունը, հետևաբար և՛ սպիտակուցների, և՛ ածխաջրերի փոխանակությունը, որն ապահովում է ընդհանուր նյութափոխանակության հավասարակշռությունը: Նյութափոխանակությանը մաս մասնակցում է ենթամաշկային ճարպային բջջանքի ճարպային հյուսվածքը, որը հանդիսանում է սնուցման պահուստ օրգանիզմի համար, որն օրգանիզմը սկսում է կիրառել քերսնուցման, գերհոգնածության և լարվածության ժամանակ:

Մաշկային հիվանդությունների նշանները

Հիվանդությունը կառուցվածքի և գործունեության շեղումն է: Մաշկային հիվանդությունների յուրահատկությունը առաջնային և երկրորդային նշանների առկայությունն է:

Առաջնային նշաններ

Առաջնային նշանները զարգանում են հիվանդության սկզբնական շրջանում: Ըստ կառուցվածքի տարբերում ենք՝ կարծր, պարկաճ կամ խոռոչավոր: Խոռոչավոր կամ պարկաճ նշաններն իրենցից ներկայացնում են տարբեր չափերի և տրամագծի պարկեր, որոնք պարունակում են տարբեր տեսակի հեղուկներ՝ շճային, թարախային, ճարպային, արյուն և այլն: Խոռոչավոր նշանների շարքին են պատկանում՝

- ❖ Թմբիկը
- ❖ Բուշտը
- ❖ Բշտիկը
- ❖ Թարախաբուշտը
- ❖ Կիստան

Թմբիկ

Թմբիկ կամ պապուլա /papula- բարձրություն/. մաշկի մակերեսի բարձրություններն առաջնում են էպիդերմիսում, կարծր հյուսվածքի կուտակման պատճառով, որտեղ կուտակվում են թունավոր և վտանգավոր նյութեր և մանրէներ: Թմբիկին բնորոշ է այտուցի, քորի, գրգռվածության զգացողությունը: Հիմնականում ունենում են հանգուցաձև, կլորաձև կամ օվալաձև տեսք և 0,1-1 մմ տրամագծով: Բշտիկը շրջապատող մաշկը պահպանում է իր էլաստիկությունը և առաձգականությունը:

Բուշտ

Բուշտերն իրենցից ներկայացնում են բարձրություններ, որոնք պարունակում են շճային կամ շճաթարախային հեղուկ: Տվյալ հատվածում դիտվում է այտուցի, քորի և ձգման զգացողությունը: Հիմնականում ունեն օվալաձև կամ օղակաձև տեսք և, կախված հեղուկի քանակից, լինում են տարբեր չափսերի: Տվյալ հատվածի մաշկը գտնվում է լարվածության մեջ: Բուշտն ունի համեմատաբար հստակ սահմաններ:

Բշտիկ

Բարձրություններ են, որոնք հիմնականում կլորաձև են և, համեմատած բուշտերի՝ չափսերով ավելի փոքր են: Բշտիկները նույնպես պարունակում են շճային, շճաթարախային նաև արյունային հեղուկ: Բշտիկների շուրջ մաշկը գտնվում է ավելի փոքր լարվածության մեջ, քան բշտերի ժամանակ: Բշտիկն ունի հստակ սահմաններ:

Թարախաբուշտ

Բուշտ է, որի պարունակության մեջ մտնում է միայն թարախային հեղուկ: Թարախաբուշտը զարգանում է միայն բորբոքային հիվանդությունների ժամանակ: Թարախաբուշտը, որը ներառում է մազապարկը, անվանում են ***ֆուրունկուլ***, իրենից ներկայացնում է հստակ սահմաններով պարկ և, կապված բորբոքման աստիճանից, ֆուրունկուլի չափսերը տարբեր են լինում: Հստակ սահմաններ չունեցող ֆուրունկուլը կամ թարախապարկը, որը տարածվում է ավելի մեծ մակերեսի վրա, անվանում են կարբունկուլ:

Կիստա

Կիստան պարկ է, որի պարունակությունը տարբեր է՝ կախված առաջացնող հիվանդությունից: Կիստա բառը գալիս է հունական «kystis» բառից, որը քարզմանաբար փուչիկ է նշանակում: Կարող են լինել մաշկի մակերեսից բարձր կամ տեղակայվել մաշկի հաստության մեջ: Ի տարբերություն մնացածների, այն բացի հեղուկ զանգվածից, շատ հաճախ պարունակում է կարծր հյուսվածք: Տարբերում են իսկական և կեղծ կիստաներ, որոնք տարբերվում են կառուցվածքով: Իսկական կիստաների պատիճը կազմված է էպիթելային հյուսվածքից: Կիստաներն ունեն հստակ սահմաններ և հիմնականում լինում են օղակաձև կամ օվալաձև: Շատ հաճախ մաշկի ծածկույթի կիստաները լցված են լինում ճարպային հյուսվածքով և կոչվում են ճարպային կիստաներ կամ լիպոմաներ:

Երկրորդային նշաններ

Մաշկային հիվանդության երկրորդային նշաններն առաջանում են առաջնային նշաններից հետո, հիվանդության զարգացման ընթացքում, իսկ որոշ մասը զարգանում է հիվանդությունից հետո, որպես հետևանք: Տարբերում ենք մի քանի երկրորդային նշաններ՝

- ❖ Թեփուկ
- ❖ Կեղև
- ❖ Խոց
- ❖ Էռոզիա
- ❖ Կոշտուկ
- ❖ Սպի

Թեփուկ

Թեփուկներն իրենցից ներկայացնում են էպիդերմիսի եղջրային սկավանակների կուտակում, որոնք առաջանում են մաշկի եղջրացման գործընթացի խանգարման ժամանակ, ինչը դիտվում է տարբեր հիվանդությունների ժամանակ: Թեփուկները լինում են տարբեր գույնի և չափսերի: Կախված չափերից՝ տարբերում ենք.

-
-
- Տերևանման՝ 5 մմ
 - Սկավառակաձև՝ 1-5 մմ
 - Հատիկավոր կամ փոշենման՝ 1 մմ-ից փոքր

Թեփուկներ առաջանում են տարբեր հիվանդություններից՝ սկառլատինա, խոզուկ, պտորիազ, սեբորեա, դերմատիտներ: Սկառլատինան և խոզուկն ընդհանուր ինֆեկցիոն հիվանդություններն են, որոնց ախտորոշումը /դիագնոստիկա/ դժվարություն չի ներկայացնում, քանի որ ուղեկցվում են ընդհանուր ախտանիշների համալիրով: Սեբորեան, սերմատիտը և պտորիազը պատկանում են մաշկային հիվանդությունների շարքին: Սեբորեայի թեփուկները մաշկի ծածկույթի վրա տեղակայվում են հավասարաչափ և գուգահեռ: Պտորիազի ժամանակ առավելապես տեղակայվում են դեմքի և պարանոցի շրջանում, ախտահարումը հիմնականում սկսվում է գլխամաշկի «թագ»-ի շրջանից: Կարող են դիտվել բարդացված դեպքեր, երբ առաջանում է «սողուն»-ի մաշկի պատկերը:

Կոշտուկ

Կոշտուկներ առաջանում են մաշկի վրա երկարատև մեխանիկական ազդեցությունից՝ ճնշում, շփում: Դրանք առաջանում են արտաքին միջավայրից կամ հիվանդությունից: Հաճախ հանդիպում են ոտքերի, ձեռքերի, ծնկների և արմուկների շրջանում: Տարբերում ենք չոր և թաց կոշտուկներ:

Չոր կոշտուկները մաշկի ուժեղ կոշտացումն է, որ առաջանում է խիտ եղջրազած բջիջների կուտակումից: Ներհրված է և արտաքինից հիշեցնում է փոսեր: Կոշտուկներն ունեն իրենց ցողունը, որը տեղակայված է մաշկի խորքում: Չոր կոշտուկները հաճախ դիտվում են ոտքերի վրա և առաջանում են գերմարդկանց մոտ կամ երկարատև բարձրակրունկ և անհարմար կոշիկ կրելուց:

Թաց կոշտուկներն առաջանում են մաշկի կոշտացման ժամանակ, որը համակցվում է խոնավ պայմանների հետ: Դրա պատճառով կոշտուկն իր մեջ պարունակում է կիսաթափանցիկ հեղուկ, իսկ արյան անոթին մոտիկ լինելու դեպքում լցված է լինում արյունով: Եթե թաց կոշտուկը չափերով փոքր է, ապա այն ժամանակի ընթացքում շատ հեշտ վերածվում է չոր կոշտուկի: Հաճախ հանդիպում է ձեռքերի և ոտքերի շրջանում: Բուժումը խոնավ միջավայրի և

հատկապես արյունատար անոթի առկայության դեպքում, կարող է առաջացնել զանազան բարդություններ:

Էրոզիա

Էրոզիա՝ լատիներենից «erosio» բառից է, որը թարգմանաբար նշանակում է շերտազատում, քայքայում: Էրոզիայի ժամանակ տեղի է ունենում մաշկի արտաքին շերտի՝ էպիդերմիսի քայքայում, որի ժամանակ չի ընդգրկվում էպիդերմիսի հիմնային շերտը և ստորադիր տեղակայված հյուսվածքները: Էրոզիաներն իրենցից ներկայացնում են մաշկի ծածկույթի ներհրվածություններ, որոնք, կախված առաջացման գործոնից, լինում են տարբեր չափերի, գույների և ձևերի: Ըստ առաջացման պատճառի՝ տարբերում են մի քանի տեսակի էրոզիաներ.

- Տրավմատիկ
- Ինֆեկցիոն
- Բշտիկավոր
- Անոթային

Տրավմատիկ էրոզիաներն առաջանում են մաշկի մեխանիկական կամ քիմիական վնասման արդյունքում:

Ինֆեկցիոն էրոզիաներն առաջանում են ինֆեկցիոն և բորբոքային հիվանդություններից:

Բշտիկավոր էրոզիաներն առաջանում են բշտերից, բշտիկներից և թարախաբշտերից հետո՝ հատակի վրա հեղուկների ազդեցության արդյունքում:

Անոթային էրոզիաներն առաջանում են անոթային հիվանդությունների ժամանակ, երբ խանգարվում է տվյալ հատվածի սնուցումը:

Էրոզիաների առաջացումը կարող է ուղեկցվել ցավի, այրոցի և գրգռվածության զգացումով: Եթե էրոզիաները չեն ուղեկցվում բարդություններով, ապա հետագայում տվյալ հատվածում սպիներ չեն առաջանում:

Խոց

Խոց կամ նեկրոզ. մաշկի խոր քայքայումն է, որի ժամանակ ընդգրկվում են էպիդերմիսի հիմնային շերտը և ստորադիր տեղակայված հյուսվածքները, անգամ ոսկրերը: Նեկրոզ բառն ունի հունական արմատներ, «nekros»- մահա-

ցած: Նեկրոզը, ի տարբերություն էրոզիայի, հյուսվածքների անվերադարձ քայքայումն է, որի լավացումից հետո մնում են հետքեր՝ սպիեր: Կախված առաջացման բնույթից՝ լինում են տարբեր չափսերի, խորության և ձևի:

Տարբերում ենք առաջացման հետևյալ պատճառները.

- Ինֆեկցիոն
- Տոքսիկ /թույն/
- Մեխանիկական
- Քիմիական
- Անոթային
- Նյարդային

Խոցերը կարող են առաջանալ անոթային և նյարդային խանգարումներից, և հակառակը՝ խոցերից զարգանում են անոթային և նյարդային խանգարումներ: Այսինքն, եթե խոցերն առաջացել են ուրիշ պատճառներից, ապա պարտադիր զարգանում են տեղային, անոթային և նյարդային խանգարումներ, այսպես ստեղծվում է արատավոր օղակ, որի վերացումը շատ բարդ է տեղի ունենում:

Մասնագետներն առանձնացնում են նեկրոզի 2 հիմնական տեսակ՝ թաց և չոր:

Թաց խոցերի հատակը և պատերն անընդհատ մնում են խոնավ վիճակում, որը շատ մեծ բարդություն է ներկայացնում հետագա բուժման համար:

Չոր խոցերի հատակը և պատերը գտնվում են չոր վիճակում, առանց արտահայտված խոնավության և, հետևաբար, բուժումն ավելի հեշտ է իրականացվում: Նեկրոզի քայքայման աստիճանը և հետագա բուժման պատկերը կախված է առաջացնող գործոնի ուժգնությունից, օրգանիզմի իմուն պատասխանից և ժամանակին ճիշտ կազմակերպված բուժումից:

Կեղև

Կեղևն առաջանում է վնասված կամ քայքայված մաշկի տեղամասում և կազմվում է բշտերի հեղուկներից կամ վնասված հյուսվածքի մնացորդներից: Կեղևի չափերը տարբեր են և միշտ համապատասխանում են առաջնային նշանների չափերին: Կեղևն առաջանում է այն մաշկային հիվանդություններից, որոնք ուղեկցվել են տարբեր տեսակի բուշտերի առաջացմամբ:

Կախված, թե որ հեղուկից է առաջացել կեղևը, տարբերում ենք հետևյալ տեսակները՝ շճային, թարախային, արյունային: Շճային կեղևը դեղին գույնի է, որը պարունակում է ֆիբրին նյութը: Թարախային կեղևը կանաչ կամ մոխրագույն է, պարունակում է մեծ քանակությամբ լեյկոցիտներ:

Արյունային կամ հեմոռագիկ կեղևը մուգ կարմիր կամ դարչնագույն է, պարունակության մեջ մտնում են լեյկոցիտներ և էրիթրոցիտներ:

Ըստ որոշ մասնագետների՝ կեղևը պաշտպանում է մաշկը վարակի կրկնակի ներթափանցումից:

Սպի

Իրենից ներկայացնում է խոր վնասվածքից կամ հիվանդությունից հետո առաջացած շարակցական հյուսվածքի կոշտացած թելերի խրճեր, որոնք կորցրել են իրենց բնականոն գործունեությունը: Սպիները չեն խանգարում մաշկի բնականոն գործունեությանը, այլ ներկայացնում են արտաքին /էսթետիկ/ խանգարումներ: Սպիերը լինում են տարբեր չափերի, և կախված է նրանից, թե ինչ բարձրության են տեղակայվում մաշկի ծածկույթի վրա տարբերում ենք՝

- Հիպերտրոֆիկ՝ բարձր են գտնվում մաշկի մակարդակից:
- Նորմատրոֆիկ՝ գտնվում են մաշկի ծածկույթի հետ նույն մակարդակի վրա:
- Հիպոտրոֆիկ՝ մաշկի մակարդակից ավելի ցածր են տեղակայվում և ունեն ներհրված տեսք:

Սպիի առաջացման ժամանակից կախված՝ տարբերում ենք նոր և հին սպիներ: Նոր սպիներն ունեն վարդագույն կամ կարմիր տեսք, որոնց հեռացումն ունի բարձր արդյունավետություն: Հին սպիները գունատ տեսք ունեն և համեմատած նորերի հետ, դրանց հեռացումը քիչ արդյունավետ է:

Սպիներն ունեն առաջացման զանազան պատճառներ՝ մեխանիկական վնասվածքներ, այրվածքներ, ցրտահարություններ, քիմիական նյութեր և հիվանդության պատճառով առաջացած խոցեր: Սպիների հեռացումն իրականանում է տարբեր միջոցներով՝ ճառագայթների, խոր շերտազատման /դերմաբրազիա/, վիրահատական միջոցով /կտրվածների միջոցով/, քայքայում՝ սառեցման միջոցով /կրիոթերապիա/ և ստերոիդային հորմոնների ներարկում:

Մաշկային հիվանդությունների փեսակները

Մաշկի կառուցվածքային առանձնահատկությունները և պատճառային գործոնների մեծ քանակությունը նպաստում են մաշկային հիվանդությունների լայն բազմազանությանը: Այդ պատճառով այսօր մաշկային հիվանդությունները կազմում են բժշկության առանձին ճյուղ, որը կոչվում է դերմատոլոգիա /«derma»՝ մաշկ, «logos»՝ գիտություն/: Մաշկային հիվանդությունների առանձնահատկությունն այն է, որ ցանկացած առաջնային փոփոխություն ակնառու են, և ժամանակին ու ճիշտ կատարած բուժման դեպքում հիվանդությունները վերանում են առանց հետքերի և բարդությունների:

Այսօր մաշկային հիվանդությունները շատ տարածված են, և տարբերում են դրանց առաջացման հետևյալ հիմնական պատճառները.

- Մանրէների առկայություն
- Իմունիտետի ընկճում
- Թերսնուցում, հիպովիտամինոզ
- Օրգան-համակարգերի ախտահարումներ, հատկապես ստամոքս-աղիքային հիվանդություններ /շատ հաճախ միկրոֆլորայի խախտում՝ դիսբակտերիոզը/

- Երկարատև լարվածություն՝ սթրես
- Խրոնիկական ընկճախտ՝ դեպրեսիա
- Ալերգիկ գործոնների առկայություն
- Հիգիենայի կանոնների խախտում
- Էկոլոգիայի վատացում

Ցանկացած հիվանդություն կառուցվածքի կամ գործունեության նորմայից շեղումն է, որն առաջանում է տարբեր պատճառներից: Տարբերում ենք հիվանդությունների առաջացման 3 հիմնական պատճառներ՝ գենետիակական, ներքին և արտաքին գործոններ:

Գենետիկական կոչվում են այն գործոնները, որոնք ժառանգաբար փոխանցվում են սերնդից սերունդ, և անբարենպաստ պայմաններում ակտիվանում են՝ նպաստելով տվյալ հիվանդությունների զարգացմանը:

Ներքին համարվում են այն գործոնները, որոնք առաջանում են տարբեր օրգան - համակարգերի ախտահարման պատճառով:

Արտաքին համարվում են այն գործոնները, որոնք արտաքին միջավայրից ներթափանցում են օրգանիզմ և նպաստում տարբեր հիվանդությունների և ախտահարումների զարգացմանը: Տարբերվում են մաշկային հիվանդությունների առաջացման արտաքին գործոնների՝ առաջնային և երկրորդային տեսակները:

Վնասակար գործոն ասելով հասկանում ենք վտանգավոր պայմաններ, նյութեր կամ մանրէներ:

Մանրէները կամ միկրօրգանիզմները /«micro»՝ փոքր, «organ»՝ գործիք/, շատ փոքր են՝ տրամագիծը առավելագույնը կազմում է 0,1 մմ-ոց, այստեղից հետևում է, որ անտեսանելի են անզեն աչքի համար:

Մանրէները լինում են վնասակար /պաթոգեն/ և ոչ վնասակար /ոչ պաթոգեն/: Վնասակարներն իրենց հերթին բաժանվում են պասիվ և ակտիվ տեսակների: Մարմնի բնականոն գործունեության համար օրգանիզմում անհրաժեշտ է ոչ վնասակար և վնասակար պասիվ մանրէների ճիշտ հավասարակշռությունը: Հավասարակշռությունը խախտվելու դեպքում կամ ակտիվ վնասակար մանրէների ազդեցության դեպքում սկսում են զարգանալ այդ մանրէներին բնորոշ տարբեր հիվանդություններ: Տարբերում ենք մանրէների հետևյալ հիմնական տեսակները՝ բակտերիաներ, սնկներ, վիրուսներ, պարազիտներ:

Մաշկային հիվանդությունները բաժանվում են հիմնական մի քանի խմբերի.

- ❖ Ինֆեկցիոն հիվանդություններ
- ❖ Սնկային հիվանդություններ
- ❖ Դերմատիտներ
- ❖ Դերմատոզներ
- ❖ Սպեցիֆիկ հիվանդություններ

Մաշկային ինֆեկցիոն հիվանդություններ

Ինֆեկցիոն կամ ինֆեկցիոն-բորբոքային հիվանդությունների 95 %-ի դեպքերում աղբյուրն են հանդիսանում ոսկեգույն ստաֆիլոկոկերը և սպիտակ ստրեպտոկոկերը /Staphylococcus aureus, Streptococcus white/:

Հաճախ հանդիպող ինֆեկցիոն հիվանդությունների շարքին են պատկանում.

- Ֆոլիկուլիտ
- Ֆուրունկուլ
- Կարբունկուլ
- Պանարիցիա
- Իմպետիգո
- Կարմիր քամի /ռոժա/

Ֆոլիկուլիտ

Ֆոլիկուլիտը մաշկի բորբոքումն է, որը տեղակայված է մաշկի մազածածկ շրջանում, մազերի շուրջը, բայց ընթանում է մակերեսային շերտում և պրոցեսի մեջ չի ընդգրկում մազապարկը: Մաշկի վրա առաջանում են բազմաթիվ բշտիկներ, որոնք լցված են թարախային կամ շճաթարախային հեղուկով: Բշտիկները կտրածն կամ օվալաձև են, ունեն բաց մոխրագույն, դեղին, դեղնականաչավուն կամ կարմիր գունավորում՝ կախված պարունակվող հեղուկից: Ախտահարված հատվածի մաշկը թեթև կարմրած է: Նորմալում բշտիկը, առաջացումից մի քանի օր անց, բացվում է և չորանում: Օրգանիզմի ընդհանուր վիճակը չի տուժում: Բարդությունների առաջացման դեպքում վեր են անցնում ֆուրունկուլի:

Ֆոլիկուլիտը հիմնականում զարգանում է՝ հիգիենայի կանոնների չպահպանելու դեպքում, մաշկի և շորերի երակարատն շփումից և վնասված մաշկային ծածկույթի միջոցով: Ֆոլիկուլիտը հաճախ տեղակայվում է ոտքերի, ձեռքերի, նախաբազկի, անոթային շրջաններում, նաև դեմքի և պարանոցի շրջանում:

Ֆոլիկուլի բուժումն իրականանում է տեղային դեղերի՝ քսուքների, մածուկների, հելերի կիրառման մեջ և հիգիենայի կանոնների պահպանմամբ: Դեղերը պարտադիր նշանակվում են բժիշկի կողմից:

Ֆուրունկուլ

Ֆուրունկուլը ճարպագեղձերի, մազարմատների և շրջակա մաշկի բորբոքումն է: Մանրէների հիմնական անցման ուղի է վնասված մաշկային ծածկույթը՝ քերծվածքներ և վերքեր: Բորբոքման պրոցեսի մեջ կարող են միաժամանակ ընդգրկվել մի քանի հատ մազարմատներ */տե՛ս հավելված 11/*:

Առաջին օրերում տվյալ հատվածի մաշկի վրա զարգանում է ամուր, անցավ, կլորավուն թարախաբուշտ, որի կենտրոնում արտահայտված է նեկրոզ գոտի: Այն կազմված է բորբոքված մազային ցողունից: Թարախաբուշտը շրջապատող մաշկը կարմիր է կամ կապտավուն: Կարող է դիտվել օրգանիզմի ընդհանուր վիճակի վատթարացում՝ ընդհանուր թուլություն, հոգնածություն, ջերմաստիճանի բարձրացում մինչև 37,5-38⁰C: 3-4 օր անց թարախաբուշտը մեծանում և այտուցվում է, առաջանում են ցավային և այրոցի զգացումներ, նաև ավելի է վատանում օրգանիզմի ընդհանուր վիճակը: Առաջացումից 5-7 օր հետո թարախաբուշտը պատռվում է և լիովին դադարկվում, դրանից ելնելով կարգավորվում է օրգանիզմի ընդհանուր վիճակը: Ֆուրունկուլը հաճախ զարգանում է ոտքերի, ձեռքերի, նախաբազկի և անոթային շրջաններում, նաև դեմքի և պարանոցի շրջանում: Ֆուրունկուլի բուժումն իրականացվում է տեղային և ընդհանուր դեղերով, նաև կարող է իրականացվել ախտահարված մաշկի վիրահատական մշակմամբ: Այս ամենն իրականացվում է միայն բժշկի կողմից:

Կարբունկուլ

Կարբունկուլի դեպքում միաժամանակ ախտահարվում են 3-ից ավել մազարմատներ կամ ճարպագեղձեր: Երբեմն պրոցեսի մեջ ներգրավվում են ենթամաշկային ճարպային բջջանքը, շարակցական հյուսավծքի անոթները և երակները: Կարբունկուլը կարող է նաև զարգանալ որպես ֆուրունկուլի բարդություն, այսինքն՝ ֆուրունկուլի սխալ կամ ոչ ժամանակին բուժման դեպքում: Կարբունկուլին բնորոշ են սուր աճող ցավեր ախտահարման տեղում: Կարբունկուլի ժամանակ ձևավորվում է առանց սահմանների խոր տեղակայված բորբոքային զանգվածի կուտակում, որը ցավոտ է և ուժեղ այտուցված: Շրջապատող մաշկը նեկրետիկ է, կապտավուն, այտուցված, ցավոտ, և առկա

է այրոցի զգացողությունը: Մարմնի ընդհանուր վիճակը ծանր է, մարմնի ջերմաստիճանը բարձրանում է մինչև 39-39,5⁰C-ի: Համեմատած ֆուրունկուլին, կարբունկուլը ավելի բարդ բորբոքային պրոցես է և կարող է վերածվել կյանքին լուրջ սպառնացող վտանգի: Կարբունկուլը հաճախ զարգանում է ոտքերի, ձեռքերի, նախաբազկի և անութային շրջաններում, դեմքի և պարանոցի շրջանում: Կարբունկուլի բուժումն իրականանում է տեղային և ընդհանուր դեղերի կիրառմամբ և իրականացվում է ախտահարված մաշկի վիրահատական մշակում: Այս ամենը իրականացվում է միայն բժիշկի կողմից:

Պանարիցիա

Սուր բորբոքային պրոցես է, որն ախտահարում է մատների շուրջը, հատկապես հարեղունգային հատվածում տեղակայված մաշկը: Ավելի հաճախ ախտահարվում են ձեռքերի մաշկը, քան ոտքերինը: Մանրէները ներթափանցում են մաշկի հաստության մեջ, անգամ փոքր քերծվածքների, ճաքերի, վերքերի, շերտավորված հարեղունգային մասից: Հիմնականում առաջանում են սխալ կատարած եղունգների մշակման ժամանակ, երբ վնասում են եղունգի կողմնային մաշկի ամբողջականությունը և դրանով ապահովում են հետագայում մանրէների համար անցման ուղիներ: Պանարիցիայի ընթացքը հիմնականում զարգանում է եղունգի ազատ եզրի շրջանում: Դիտվում է տվյալ հատվածի բորբոքում և, պայմանավորված բորբոքման զանգվածի կուտակումով, մաշկը դառնում է՝ կարմիր, այտուցված և ցավոտ: Օրգանիզմի ընդհանուր վիճակը տուժած չի լինում: Պանարիցիայի սխալ կամ ուշացած բուժման ժամանակ բորբոքային ընթացքն ընդլայնվում է՝ ներառելով մաշկի ստորադիր շերտերը: Բուժումն իրականացվում է տեղային դեղերի միջոցով և կարող է վիրահատական մշակման անհրաժեշտություն լինի: Այս բոլորն իրականացվում է միայն բժիշկի կողմից:

Իմպետիզո

Մաշկի մակերեսային շերտի սուր բորբոքային հիվանդություն է, որը շատ հեշտ է տարածվում և հաճախ զարգանում է 1 տարեկան երեխաների մոտ: Հիվանդությունը բնորոշվում է մակերեսային բշտերի և թարախաբշտերի առկայությամբ, որոնք պատված են մեղրագույն կեղևով: Հիվանդության սկզբնական

շրջանում առաջանում են կարմիր հետքեր /լաքաներ/, որոնք ժամանակ անց վերածվում են շճային պարունակության բշտերի, այնուհետև թարախաբշտերի: Լաքաները միանում են մեկ ընդհանուր ցանցի, իսկ բշտերի պատռվելուց հետո հեղուկը տարածվում է կողմնային մաշկի հատվածները՝ նպաստելով նոր բշտերի առաջացմանը, իսկ հին բշտերի տեղերում առաջանում են խոցեր:

Հաճախ տեղակայվում են դաստակների, նախաբազկի, արմունկների և սրունքի հատվածներում: Բուժումն ընթանում է տեղային, ընդհանուր դեղերի կիրառումով և վիրահատական մշակումով, որոնք իրականացվում են միայն բժշկի կողմից:

Կարմիր քամի

Կարմիր քամի կամ ռոժա /ֆրանսերեն «rouge» բառն է, որը թարգմանաբար կարմիր է նշանակում/ մաշկի սուր բորբոքային հիվանդություն է, որի հարուցիչն է հենոլիտիկ ստրեպտոկոկը: Հարուցիչն անցնում է վնասված մաշկի՝ ճանկավածքների, քերվածքների, հարուկների և այլ վերքերի միջոցով: Կարմիր քամին նաև կարող է զարգանալ, որպես առկա թարախաբշտերի, ֆուրունկուլի կամ կարբունկուլի բարդություն: Հիվանդությունը սովորաբար սկսվում է հանկարծակի՝ դող, սարսուռ, գլխացավ, հաճախակի փսխումներ, ջերմաստիճանի բարձրացում մինչև 38-40⁰C-ի, երբեմն նաև զառանցանք: Տեղային դիտվում է՝ կարմրություն, ուժեղ այտուցվածություն, ցավոտ բշտերի առկայություն, որոնք լցված են կիսաթափանցիկ հեղուկով: Բշտերը 2-3 շաբաթ անց պատռվում են և փոխարինվում կեղևով, թեփով, մաշկը ստանում է գունափոխված /պիզմենտավորված/, չոր և շերտավորված պատկեր: Համալիր բուժումն իրականացվում է մասնագիտացված տեղերում՝ բժշկի կողմից:

Մնկային հիվանդություններ

Մաշկի և եղունգի սնակային հիվանդությունները՝ միկոզները /«mycosis» սունկ/ կամ դերմատամիկոզները /«derma»՝ մաշկ, «mycosis»՝ սունկ/, առաջանում են բուսական ծագում ունեցող հարուցիչ մանրէներից՝ սնկներից, որոնք բաժանվում են 2 հիմնական մեծ խբերի՝ թելանման և խմորանման: Վարակումը տեղի է ունենում հիվանդ մարդկանց կամ կենդանիների հետ շփումից, նաև

ախտահարված բույսերի, մրգերի և բանջարեղենի կիրառումից: Դերմատամիկոզներին բնորոշ է ընդհանուր մաշկի պատկերը՝ այտուցվածություն, բշտեր, թեփ, կեղև, քոր, այրոց և եղունգի ու մազերի ձևափոխումներ: Հարուցիչները սնվում են կեռատինով, որն առավելապես գտնվում է եղունգների և մազերի մեջ, դրանով է պայմանավորված դերմատամիկոզների ժամանակ իրենց ուժեղ ախտահարումը: Մնկների բազմացման և գոյատևման համար բարենպաստ միջավայր են խոնավ և տաք պայմանները: Միկոզները շատ հաճախ կարող են նպաստել բորբոքային հիվանդությունների զարգացմանը:

Կախված մաշկային ծածկույթի ախտահարման աստիճանից, դերմատամիկոզները բաժանվում են 4 խմբի:

Առաջին խումբ

1-ին խմբի շարքին են դասվում այն դերմատամիկոզները, որոնք ախտահարում են մաշկի մակերեսային շերտերը: Այս միկոզները չեն նպաստում ինֆեկցիոն հիվանդությունների առաջացմանը, օրգանիզմի ընդհանուր վիճակը չի տուժում և զարգանում են միայն տեղային խանգարումներ: Այսինքն 1-ին խմբի միկոզները հիմնականում առաջացնում միայն էսթետիկ խանգարումներ և շատ հաճախ հանդիպում են առատ քրտնարտադրություն ունեցող մաշկի դեպքում: Ունեն վարակման ցածր վտանգ:

Երկրորդ խումբ

2-րդ խմբի շարքին են պատկանում այն միկոզները, որոնք ախտահարում են մաշկի եղջրային շերտը, նպաստում են ստորադիր տեղակայված շերտերում բորբոքային պրոցեսների զարգացմանը և բերում են եղունգների ախտահարմանը: 2-րդ խմբի շարքին են դասվում հետևյալ միկոզները՝ ռուբրոմիկոզ, էպիդերմաֆիտիա և կանդիդոզը: Ռուբրոմիկոզը և էպիդերմաֆիտիան օժտված են վարակման բաժր հավանականությամբ:

Երրորդ խումբ

3-րդ խմբի շարքին են դասվում այն միկոզները, որոնք ախտահարում են մաշկի ստորադիր շերտերը, վնասում են և՛ եղունգները, և՛ մազերը: Այս միկոզների շարքին են պատկանում՝ տրիխոֆիտիան և միկրոսպորիան, որոնք նույնպես օժտված են վարակման բարձր հավանականությամբ: Այդ պատճառով

ռով բուժումն իրականացվում է հատուկ մասնագիտացված բժշկական մեկուսարաններում:

Չորորդ խումբ

4-րդ խմբին են պատկանում այն միկոզները, որոնք, բացի մաշկի խորանիստ /ենթամաշկային ճարպաբջջանք/ շերտերի ախտահարումից, նաև ախտահարում են մկանները, ոսկորները և ներքին օրգանները: Այս միկոզներն են՝ սպորոտրիխոզ, խրոնոմիկոզ և այլն, որոնք այսօր շատ հազվադեպ են հանդիպում:

Առանձնացնում են միկոզների խումբ, որոնք ախտահարում են եղունգները և կոշվում են օնիխոմիկոզներ /«onycho»՝ եղունգ, «mycosis»՝ սունկ/: Դրանք և՛

- ❖ Տրիխոֆիտիա
- ❖ Ռուբրոմիկոզ
- ❖ Միկրոսպորիա
- ❖ Էպիդերմոֆիտիա

Տրիխոֆիտիա

Տրիխոֆիտիայի սնկային հիվանդության հարուցիչներն են Trichopticon տեսակի սնկները: Ախտահարումը սկսվում է եղունգի ազատ եզրից, այնուհետև տարածվում է եղունգի սկավառակի վրա: Սկզբնական շրջանում դիտվում է եղունգի գունափոխություն և բազմաթիվ անհարթություններ, որոնք անգամ ճիշտ խնամքից հետո, պահպանվում են: Այնուհետև եղունգի սկավառակը գունատվում է՝ ստանալով դեղնավուն երանգ և առաջանում են սպիտակամոխրագույն հետքեր: Սկավառակի հաստությունը գերակշռում է նորմայից, սակայն եղունգը հեշտությամբ շերտազատվում է և կոտրվում, սկավառակն ամբողջովին դառնում է անհարթ: Եղունգը շրջապատող մաշկը նույնպես գունատվում է, առաջանում են կլորածև հստակ սահմաններով հետքեր, որոնք միանում են և կազմում ընդհանուր ցանց: Հաճախ հանդիպում են ձեռքերի եղունգների վրա: Սնկային հիվանդության բուժումը կրում է երկարատև և խրոնիկական ընթացք, քանի որ ցանկացած անբարենպաստ գործոնից կարող է նորից գլուխ բարձրացնել: Համալիր բուժումն իրականացվում է միայն հատուկ մասնագիտացված բժշկի կողմից՝ դերմատոլոգներից */տե՛ս հավելված 12/*:

Ռուբրոմիկոզ

Ռուբրոմիկոզը սնակային հիվանդության հարուցիչներն են Trichophyton rubrum սնկները: Հիվանդության սկզբնական շրջանում մատների մաշկը հաստանում է և պատվում բազմաթիվ հաստ թեփուկներով, իսկ եղունգի սկավառակները բարակում են, դառնում փխրուն, բայց չեն գունափոխվում: Հիվանդության մյուս փուլում մաշկն ավելի է կոպտանում, եղունգների սկավառակը շերտավորվում է, և շերտավորված մասերն ունենում են սպիտակամոխրագույն երանգ, սակայն սկավառակը չի ենթարկվում լուրջ ձևափոխումների և պահպանում է իր բնականոն փայլը: Պահանջում է համալիր բուժում, որն իրականացվում է դերմատոլոգի կողմից ***/տե՛ս հավելված 13/***:

Միկրոսպորիա

Միկրոսպորիայով վարակումը տեղի է ունենում ախտահարված մարդկանց կամ կենդանիների հետ անմիջական շփումից: Եղունգի ախտահարումը շատ նման է տրիխոֆիտիային, սակայն այս դեպքում առաջնային ախտահարվում է մաշկը, հատկապես մազածածկ տարածքները, այնուհետև նոր եղունգները: Պահանջում է համալիր բուժում, որն իրականացվում է դերմատոլոգի կողմից ***/տե՛ս հավելված 14/***:

Էպիդերմոֆիտիա

Ամենհաճախ հանդիպող սնկային հիվանդություն է, որի հարուցիչներն են Epidermophyton floccosum սնկները: Տարածված են և՛ ոտքերի, և՛ ձեռքերի վրա, հիմնականում ախտահարում են մաշկի եղջրային շերտը: Ոտքերի վրա ախտահարումը սկսվում է միջմատային տարածություններից, որտեղ կատարվում է եղջրային շերտի խոր ախտահարում և հետագա շերտազատում, մաշկն անընդհատ գտնվում է խոնավ վիճակում: Ձեռքերի վրա ախտահարումը սկսվում է մաշկի հարեղունգային հատվածներում և միջմատային տարածություններում, արտահայտվում է նույն ձևով: Երկու դեպքերում հաճախ ախտահարվում են մեծ մատի և ցուցամատի եղունգները: Եղունգի սկավառակները՝ հաստանում են, անհարթանում, շերտազատվում, նաև առաջանում են հետքեր և դեղնագույն գծեր: Պահանջվում է համալիր բուժում, որն իրականացվում է դերմատոլոգի կողմից:

➤ Ցանկացած սնկային հիվանդություն, անկախ հարուցիչի տեսակից, շատ մեծ արագությամբ և հեշտությամբ է տարածվում և ունի վարակման բարձր գործակից: Այդ պատճառով բուժումը երկարատև է և պահանջում է հիգիենիկ կանոնների խիստ պահպանում: Համալիր բուժումն իր մեջ ներառում է տեղային միջոցների և ընդհանուր դեղերի համատեղ կիրառում: Հիվանդության ժամանակ հիգիենիկ կանոնների պահպանում ասելով հասկանում ենք անհատական կենցաղային իրերի օգտագործում, ինչը, ցանկալի է՝ հնարավորության դեպքում լինեն մեկանգամյա օգտագործման:

Դերմատիտներ

Դերմատիտները /«derma»՝ մաշկ, «it is»՝ բորբոքում/ մաշկի բորբոքումն է, որը հիմնականում առաջանում է քիմիական, կենսաբանական, ֆիզիկական գործոններից: Այս բորբոքման տեսակը բնորոշվում է մաշկի կարմրությամբ, գրգռվածությամբ, այտուցով, այրոցի զգացողությամբ, բշտիկների առաջացումով, խոցերի առկայությամբ և որոշ դեպքերում ջերմության բարձրացումով: Դերմատիտները բնության մեջ շատ տարածված են և հանդիպում են բազմաթիվ դերմատիտների տեսակներ: Կլինիկորեն ամենահաճախ հանդիպում են դերմատիտների հետևյալ տեսակները.

- ❖ Չոր
- ❖ Ալերգիկ
- ❖ Կոնտակտային
- ❖ Ատիպիկ
- ❖ Սեբորեային

Չոր դերմատիտ

Չոր դերմատիտն առաջանում է միայն ցուրտ եղանակի ժամանակ. երկարատև սառը և չոր պայմաններում գտնվելու դեպքում զարգանում է մեծահասակների մոտ: Հիմնականում տեղակայվում է ներբանների շրջանում, որտեղ մաշկը դառնում է չոր, կարմիր, շերտազատված, առաջանում են՝ ճաքեր և հետքեր, առկա են այրոցի և քորի զգացողություններ: Չոր դերմատիտներին

բնորոշ է երկարատև ընթացքը և հաճախակի կրկնությունները, որոնք կապված են եղանակի փոփոխման հետ:

Ալերգիկ դերմատիտ

Ալերգիկ դերմատիտը զարգանում է ալերգիկ գործոնների /ծաղկեփոշի, կենդանիների մազերը, սնունդը, փոշին, արևը և այլն/ հետ անմիջական շփման արդյունքում: Մաշկի վրա առաջանում է՝ կարմրություն, այտուցվածություն, քոր, գրգռվածություն: Ալերգիկ դերմատիտին հատկանշական է՝ միայն ալերգիկ գործոնի առկայությամբ առաջացումը և զարգացումը: Ալերգիկ գործոնի հեռացումից անմիջապես հետո վերանում է դերմատիտին բնորոշ կլինիկական պատկերը: ավելի շատ հանդիպում են ձեռքերի վրա: Հաճախ լինում են դեպքեր, երբ ալերգեն գործոնի հայտնաբերումը դժվարանում է, որի հետևանքով բարդանում է հետագա բուժումը: Բուժումը կատարվում է հակահիստամինային /հակաալերգիկ/ տեղային և ընդհանուր դեղամիջոցների կիրառմամբ ***/տե՛ս հավելված 15/:***

Կոնտակտային դերմատիտ

Առաջանում է վնասակար կամ ալերգիկ գործոնի անընդհատ շփման արդյունքում: Մաշկի վրա դիտվում է՝ գրգռվածություն, թեթև այտուցվածություն, քոր, սահմանափակ կարմրություն, որն առաջանում է միայն շփման տեղամասում: Կոնտակտային դերմատիտի առաջացման հիմնական գործոն են հանդիսանում անորակ հագուստը, գերզգայունություն որոշ կտորների նկատմամբ՝ լատեքս, սինթետիկա: Առաջացման գործոն կարող են հանդիսանալ նաև արևի ճառագայթները, այս դեպքում դերմատիտն անվանում ենք **ֆոտոդերմատիտ**՝ «photo»՝ լույս, «derma»՝ մաշկ, «itis»՝ բորբոքում/: Չարգանում է հիմնականում այն տեղերում, որտեղ մաշկը ամենասերտ ձևով է շփվում շորերի հետ՝ արմունկների, ծնկների, ուսերի, նախադաստակների շրջաններում: Կլինիկական արտահայտումը շատ մնան է ալերգիկ դերմատիտին, սակայն ի տարբերություն նրան՝ գործոնը վերացնելուց հետո հիվանդության նշանները մնում են անփոփոխ: Ուշացած կամ սխալ բուժման դեպքում սկսում են զարգանալ մեծ չափերի բշտեր:

Ատիպիկ դերմատիտ

Ատիպիկ դերմատիտի ժամանակ մաշկի վրա սկզբնական շրջանում առաջանում են վառ կարմիր բծեր, հետքեր, որոնք ուղեկցվում են քորով և այրոցի զգացողությամբ, այնուհետև բծերը պատվում են կեղևով: Տարբերում են առաջացման 2 հիմնական պատճառներ՝ սխալ կամ ոչ ժամանակին բուժած ալերգիկ դերմատիտը և գենետիկական գործոնը: Գենետիկական գործոնը կարող է տարիներ շարունակ մնալ «քնած» վիճակում և օրգանիզմի համար արտակարգ վիճակների՝ ընկճվածության, ընկճախտի, թերսնուցման, իմունիտետի իջեցման և լարվածության ժամանակ, սկսում է գլուխ բարձրացնել: Իրականացվում է համալիր բուժում:

Սերորեային դերմատիտ

Այս դերմատիտը բնորոշվում է երկարատև «թաքնված» ընթացքով, որն ի հայտ է գալիս օրգանիզմի ընկճված վիճակի ժամանակ: Տարբերում ենք սերորեային դերմատիտի չոր և ճարպային տեսակները:

Չոր տեսակի դեպքում մաշկը խիստ շերտազատվում է և պատվում է սպիտակամոխրագույն թեփուկներով, որոնք շատ ամուր են միացած մաշկին:

Ճարպային տեսակի դեպքում մաշկը պատվում է հաստ ճարպային շերտով և առաջանում են բազմաթիվ թարախաբշտեր: Սերորեային դերմատիտը չունի տարիքի սահմանափակում, բայց ունի կրկնվելու մեծ հավանականություն:

Գերմապոզներ

Գերմատոզների խմբին պատկանում են այն մաշկային հիվանդությունները, որոնց բնորոշ է հիվանդության յուրահատուկ ընթացքը: Գերմատոզները մաս բնորոշվում են առաջացման պատճառների մեծ քանակությամբ:

Տարբերում ենք հետևյալ առաջացման պատճառները.

- Մանրէներ՝ բակտերիաներ, վիրուսներ
- Թույլներ՝ կենդանական և բուսական կազմության
- Բարձր ջերմություն
- Ֆիզիկական գործոնների ազդեցությունը՝ բարձր ջերմությունը, ճառագայթումը, էլեկտրական հոսանքը

-
-
- Մեխանիկական գործոնների հետ շփումից
 - Նյարդային համակարգի ախտահարումներ
 - Ստամոքս-աղիքային ուղու խանգարումներ
 - Սիրտ-անոթային խնդիրներ
 - Օրգանիզմում խրոնիկական և երկարատև հիվանդությունների առկայություն
 - Ընկճվածության կամ ընկճախտի ժամանակ
 - Հղիության շրջանում

Կլինիկորեն տարբերում ենք դերմատոզների 2 խումբ՝ ընդհանուր և յուրահատուկ նշաններով:

Ընդհանուր տեսակին բնորոշ են օրգանիզմի ընդհանուր թուլությունը, թունավորման պատկերը, հոգնածությունը, իսկ մաշկային ծածկույթը շատ թույլ է ախտահարված:

Յուրահատուկ դերմատոզներին բնորոշ են մաշկային ծածկույթի՝ գրգռվածություն, կարմրություն, այտուցվածություն, քորի ու այրոցի զգացողություն:

Այսօր ընդունված է դերմատոզների հետևյալ դասակարգումը.

- ❖ Բշտիկավոր
- ❖ Ալերգիկ
- ❖ Էկզեմա
- ❖ Նյարդապաթոզեն

Բշտիկավոր դերմատոզ

Բշտիկավոր կամ բուլեզ դերմատոզի ժամանակ մաշկի ծածկույթի վրա սկզբից առաջանում են մանր չափերի բշտիկներ, որոնք մեծանում են և աստիճանաբար վերածվում մեծ բշտերի: Բշտերը պարոնակում են տարբեր տեսակի հեղուկ՝ շճային, շճաթարախային կամ թարախային: Բշտիկներն արագ տարածվում են մաշկի ծածկույթով: Բշտիկները պատվում են կեղևով, իսկ պատռվելուց հետո մաշկի տվյալ հատվածում խոց է առաջանում:

Ալերգիկ դերմատոզ

Ալերգիկ դերմատոզը զարգանում է ալերգիկ գործոնի ազդեցությամբ. մաշկի ամբողջ մակերեսով առաջանում են ցան, կարմրություն, այտուցվածու-

թյուն և ուժեղ գրգռվածություն: Բուժումը կատարում են հակալեդգենների և հանգստացնող դեղերի միջոցով, բայց նախ և առաջ անհրաժեշտ է պարզել ու վերացնել ալերգիկ գործոնը */տե՛ս հավելված 16/*:

Էկզեմա

Մաշկի յուրահատուկ բշտիկային ախտահարում է, որն առաջանում է սուր կերպով, բայց հետագայում ընդունում է խրոնիկական ընթացք՝ հաճախակի գրգռումների հակումով, և ուղեկցվում է քորով: Էկզեմային զարգացումը պայմանավորված է շճային բորբոքումով, գերազանցապես բուն մաշկի պտկիկային շերտում և վերնամաշկի փշածև շերտում: Էկզեման ամենալայն տարածում ունեցող մաշկային հիվանդություններից է, որը չունի տարիքային սահմանափակում և գնալով երիտասարդանում է, այսինքն՝ ներառում է ավելի ցածր տարիքային խմբեր: Այդ պատճառով այժմ մանրամասն կուսումնասիրենք էկզեմաների տեսակները և դրանց բնորոշ ընթացքը:

Տարբերում ենք էկզեմայի հետևյալ տեսակները՝

- Իսկական
- Մանրէային
- Պրոֆեսիոնալ

Իսկական էկզեմա

Սուր շրջանում բնորոշվում է կարմրությամբ, թեթև այտուցային ֆոնի վրա մանր բշտիկների ցանավորումով: Արագորեն բացվելով, բշտիկները վեր են ածվում մանր, կետային էրոզիաների, որոնք կաթիլներով, ցողի նման, արտադրում են շճային էքսուդատ */սուր թաց էկզեմա/*: Պրոցեսի հանդարտմանը զուգընթաց գոյացող բշտերի քանակը պակասում է, և ախտահարված տեղամասի մակերեսի վրա, բշտերի կողքին ի հայտ է գալիս մանր, ալրանման թեփոտում */տե՛ս հավելված 17/*: Բշտիկների մի մասն առանց բացվելու չորանում է՝ գոյացնելով կեղևիկներ: Քանի որ էկզեման զարգանում է հրոցայնորեն, նշված բոլոր տարրերը՝ բշտիկները, կաթիլային թացությամբ քերծվածքները, կեղևիկներն ու թեփուկները մաշկի ախտահարված տեղամասի վրա սովորաբար երևան են գալիս միաժամանակ, ստեղծելով էկզեմային ամենից ավելի բնորոշ նշաններից մեկը՝ էվոլյուցիոն բազմաձևություն պոլիմորֆիզմ */«poly»՝ շատ, «morph»՝ ձև/*: Այնուհանդերձ,

ոչ հազվադեպ արտահայտված բազմաձևության առկայության դեպքում դիտվում է մեկ ձևաբանական տարրի գերակշռություն մյուսների նկատմամբ, որը հիմք է տալիս շատ դերմատոլոգների առանձնացնելու էկզեմայի տարբեր ձևեր՝ քաց, թեփոտվող, կեղևիկային և այլն:

Էկզեմայի անցումը խրոնիկական ձևին կատարվում է աստիճանաբար և արտահայտվում է աճող ինֆիլտրացիայով, մաշկի ախտահարված տեղամասի պնդացումով ու մաշկային գծագրության ուժեղացումով՝ որքինացումով: Ակտիվ գերարյունությունը փոխարինվում է պասիվով, և մաշկի գունավորումն ընդունում է ավելի ու ավելի արտահայտված կանգային նրբերանգ: Ախտահարված տեղամասի մակերեսի վրա գերակշռում է թեփոտումը, բայց դրա հետ մեկտեղ դիտվում է թեկուզ և զգալիորեն ավելի պակաս քանակով, քան սուր և ենթասուր ձևերի ժամանակ՝ բշտիկների ցանավորում, մանր, կետային քերծվածքների ու կեղևիկների գոյացում: Էկզեմայի խրոնիկական շրջանում /դա խիստ բնորոշ է տվյալ հիվանդությանը/ կարող է երևան գալ պրոցեսի սրացման շրջան, որն արտահայտվում է նորից ակտիվ գերարյունության, միկրովեզիկուլների ու դրանց բացվելու հետևանքով՝ առատ կաթիլային խոնավության առաջացումով: Էկզեման միշտ ուղեկցվում է քորի զգացումով, որն առանձնապես ուժեղանում է պրոցեսի սրացման ժամանակ:

Էկզեմայի օջախներն ունենում են տարբեր մեծություններ: Նրանց եզրագծերը մերթ առանց ցայտուն սահմանների են, մերթ խիստ գծագրված: Համեմատաբար հազվադեպ էկզեմային ախտահարումը սահմանափակվում է մեկ օջախով: Ծագելով մաշկային ծածկույթի մեկ տեղամասում, էկզեմային պրոցեսը սովորաբար արագորեն՝ տարածվում է ուրիշ, ամենից առաջ սիմետրիկ տեղամասերի վրա: Առանձին դեպքերում էկզեման կարող է ընդունել գրեթե համապարփակ տարածում: Նրա զարգացումն սկսվում է մեծամասամբ ձեռնաթաթերի, մեջքային մակերեսից ու դեմքից: Էկզեմայի ընթացքը, ինչպես նշվել է վերը, աչքի է ընկնում երկարատևությամբ ու սուր սկսված ախտահարման հակումով դեպի անցումը խրոնիկական վիճակի, որը կարող է ձգվել տարիներ: Բայց էկզեմային ախտահարման համար բնորոշ են հաճախակի կրկնումները՝ նոր օջախների գոյացումով, որոնք դիտվում են նույնիսկ հիվան-

դին բուժելու պրոցեսում: Էկզեմայի այդքան յուրօրինակ, «քմահաճ» ընթացքը կարևոր նշանակություն ունի այդ հիվանդությունն ախտորոշելու և մաշկային այլ ձևաբանորեն նրան մոտ, ախտահարումներից տարբերակելու համար:

Էկզեմայի տեղակայումը չի անդրադառնում հիվանդության կլինիկական պատկերի վրա: Բացառություն է կազմում միայն ափերի ու ներբանների շրջանը, որտեղ մաշկի կառուցվածքի առանձնահատկություններից /մասնավորապես վերնամաշկի և հատկապես եղջերային շերտի հաստությունից/ կախված՝ էկզեման արտահայտվում է փոքր-ինչ այլ ձևով, որն առանձնացվում է դիսհիդրոտիկ /քրտնախանգարումային/ էկզեմա անվան տակ: Դիսհիդրոտիկ էկզեմային բնորոշ է ափերի ու ներբանների մաշկի վրա ամուր, մանր սիսեռի մեծության, շատ եփելուց բրբրված սագոյի հատիկներ հիշեցնող բշտերի գոյացումը: Վերնամաշկի հաստության պատճառով մաշկի բորբոքային գունավորումն այստեղ արտահայտվում է շատ թույլ: Բշտիկները կամ բացվում են՝ վերածվելով քերծվածքների, կամ չորանում են՝ վերածվելով տափակ, դեղնավուն գույնի կեղևների, երբեմն միաձուլվում են՝ գոյացնելով խոշոր, բազմախցիկային բշտեր: Բշտիկների հետագա ցանավորումը կարող է հանգեցնել խիստ սահմանափակ, ցայտուն արտահայտված բորբոքային գունավորում ունեցող ախտահարման օջախների առաջացման, որի ֆոնի վրա ծագում են նոր բշտիկներ՝ սովորաբար արդեն ավելի փոքր չափերի ոչ մեծ երծվածքներ, կեղևիկներ ու թեփոտում:

Դիսհիդրոտիկ էկզեմայի օջախը ցայտուն սահմանագծվում է առողջ մաշկից, շատ անգամ շրջապատված է լինում շերտազատվող եղջերաշերտի օձիքով, որի սահմաններից դուրս պրոցեսի սրացման շրջաններում կարելի է տեսնել նոր բշտիկների առաջացում, որոնք հիշեցնում են սագոյի հատիկները: Աստիճանաբար մեծանալով, ախտահարման օջախը կարող է անցնել ձեռնաթափ կամ ոտնաթափ մեջքի վրա, որտեղ բորբոքային պրոցեսն արդեն ընդունում է սովորական էկզեմային բնորոշ կլինիկական պատկեր՝ մանրաբշտիկների ցանավորումով հանդերձ: Շատ հաճախ քորելու հետևանքով էկզեման կարող է բարդանալ թարախածին ինֆեկցիայով: Այդ ժամանակ էկզեմային օջախի մակերեսին գոյանում են փխրուն, թմբիկավոր, պղնձադեղին կամ կանաչավուն գույնի կեղևներ, որոնց հեռացումից հետո է միայն հայտնաբեր-

վում է կզեմային բնորոշ պատկերը: Այդպիսի, այսպես կոչված, իմպետիզինոզ է կզեման, առանձնապես հաճախ է դիտվում երեխաների մոտ:

Մանրէային էկզեման:

Սովորաբար առաջանում է մաշկի մակերեսային թարախակոկային ախտահարումների /օրինակ՝ իմպետիզոզի ժամանակ/ ախտահարումների հետևանքով, այդ պատճառով ախտահարման օջախները կրում են ինչպես էկզեմայի, այնպես էլ հիմնական թարախային պրոցեսի բնորոշ գծերը: Կլինիկորեն նրանք բնութագրվում են խիստ սահմանափակությամբ և կլոր կամ խոշոր ժաներիզավոր գծագրությամբ: Շատ անգամ, օջախների ծայրամասում նշվում է շերտազատվող եղջերային օձիք: Մաշկի ախտահարված տեղամասը ոչ հազվադեպ ծածկված է թերթիկավոր կեղևներով, որոնց հեռացումից հետո երևում է կապտավուն նրբերանգով վարդագույն, թաց մակերես: Այդ ֆոնի վրա ցայտուն արտահայտվում են էկզեմային ջրհորները, որոնք կաթիլներով անջատում են շճային էքսուդատ: Ամենից հաճախ տեղակայվում է սրունքների, ձեռնաթաթերի մեջքի, գլխի մազածածկ մասի մաշկի վրա: Էկզեմայի առաջնային օջախի ի հայտ գալուց հետո շատ անգամ տեղի է ունենում նրա տարածումը, որը բնութագրվում է սիմետրիկորեն տեղադրված նոր օջախների հանդես գալով: Ըստ երևույթին, մանրէային էկզեմայի տարատեսակն է հանդիսանում, այսպես կոչված, դրամանման էկզեման, որը բնութագրվում է խիստ սահմանափակ, կանոնավոր կլոր ձևի, 1,5-3 մմ և ավելի տրամագծով, նորմալ մաշկի մակերեսից քիչ բարձրացող օջախների գոյացումով: Նրանց կապտակարմիր գույնով ներկված մակերեսին նշմարվում է առատ, կաթիլային թացություն: Դրամանման էկզեման ամենից հաճախ տեղակայվում է ձեռնաթաթերի մեջքի վրա, բայց առանձին դեպքերում պրոցեսը կարող է ունենալ տարածված բնույթ: Էկզեմայի այս տարատեսակը դժվարությամբ է բուժվում և հակում ունի դեպի կրկնումները:

Էկզեմատիդ՝ ներկայացնում է միկրոբային /դրամանման/ էկզեմայի ինքնատիպ, ոչ կատարյալ ձևը: Բնութագրվում է տարբեր մեծության, անկանոն կլոր կամ ձվաձև, վարդագույն բծերի ցանավորումով, որոնց մակերեսը ամբողջապես, մինչև առողջ մաշկի հետ բուն սահմանը, ծածկված է կամ ալրա-

նման, կամ մանր թերթիկավոր թեփուկներով: Երբեմն նրանց ծայրամասում նշմարվում է անջատվող եղջերաշերտի նեղ երիզ: Սի շարք դեպքերում թեփուկների մեջ հայտնաբերվում են կետավոր շճային կեղևիկներ, բծերի մակերեսը սկալպելով կամ եղունգով քերելիս հայտնաբերվում են առանձին կետային քերծվածքներ, որոնք անջատում են շճային էքսուդատի կաթիլներ այնպես, ինչպես դիտվում է էկզեմայի ժամանակ: Զգալիորեն ավելի պակաս էկզեմատիդի բծերը ծածկված են լինում թերթիկավոր կեղևիկ-թեփուկներով, որոնց հեռացումից հետո հայտնաբերվում է թեթևակի խոնավ, էրոզիվ մակերես: Սովորաբար առաջանում են բազմաթիվ բծեր: Տեղակայվելով գերազանցապես իրանի ու վերջույթների մաշկի, ավելի պակաս՝ պարանոցի, դեմքի և գլխի մազածածկ մասի մաշկի վրա, նրանք շատ անգամ միաձուլվում են և ծածկում մաշկային ծածկույթի զգալի մակերեսներ/սփռուն ձևը/: Էկզեմատիդի ցանավորումը սովորաբար ուղեկցվում է քորով: Հիվանդությունը սկսվում է, որպես կանոն, սուր կերպով, սակայն հետագայում ընդունում է ձգձգված ընթացք և կարող է տևել շատ շաբաթներ, նույնիսկ ամիսներ: Ոչ հազվադեպ նշվում է հակում դեպի կրկնումները: Առանձին դեպքերում դիտվում է էկզեմատիդի օջախի աստիճանական փոխակերպում կանոնավոր դրամանման էկզեմայի՝ մանրաբշտիկների, մանր էրոզիաների ու կետային թացության առաջացումով: Էկզեմատիդի օջախներից վերցրած թեփուկների ցանքսի ժամանակ վերջիններիս մեջ, որպես կանոն, հայտնաբերվում են ստրեպտոկոկեր:

Պրոֆեսիոնալ էկզեմա:

Չարգանում է պրոֆեսիոնալ ալերգիկ մաշկաբորբից: Ախտահարման օջախները սովորաբար մաշկաբորբի մի շարք կրկնումներից հետո սկսում են առաջանալ ոչ միայն գրգռիչների հետ մաշկի շփման տեղում, այլև մաշկային ծածկույթի՝ ամենից առաջ սիմետրիկ տեղամասերում: Դրա հետ մեկտեղ նկատվում է հիվանդության ավելի «քմահաճ» ընթացք: Պրոֆեսիոնալ էկզեման չի ենթարկվում արագ ապաքինման, մաշկի շփումը քիմիական այն նյութերի հետ դադարեցնելուց հետո, որոնց նկատմամբ հիվանդը գերզգայնացված է: Մեծամասամբ մաշկային փորձերն այդպիսի հիվանդների մոտ ցույց են տալիս, որ մինչ այդ եղած միարժեք ռեակցիան դառնում է բազմարժեք, այ-

սինքն հիվանդները դրական ռեակցիա են տալիս այնպիսի քիմիական նյութերի նկատմամբ, որոնց հետ նրանք նախկինում չեն շփվել:

Որոշ բժիշկներ էկզեմայի տարատեսակներին են դասում նեյրոդերմիտները /առաջանում են նյարային լարվածության պատճառով/, հղիների դերմատոզները, որոնց բոլորին բնորոշ են ուժեղ քորի առկայությունը:

Նյարդապաթոզեն դերմատոզ

Ջարգանում են այն մարդկանց մոտ, ովքեր ունեն լուրջ հոգեկան, նյարդային շեղումներ՝ պսիխոզներ, որոնց հետևանքով առաջանում են մաշկային ախտահարումներ: Սկզբնական շրջանում մաշկի վրա կլինիկորեն ոչ մի արտահայտում չի դիտվում, հիվանդներին նյարդային հիվանդության պատճառով թվում են մաշկային տարբեր ախտահարումներ, որոնք իրականում բացակայում են: Այնուհետև երկարատև ներշնչման հետևանքով կամ հիվանդն ինքն իրեն վնասման պատճառով, սկսում են առաջանալ մաշկային տարբեր ախտահարումներ: Տեղակայում է կախված հիվանդին “անհանգստացնող” մասից:

Կլինիկական արտահայտումը տարբեր է լինում, կախված հիվանդի պատկերացումից՝ կարմրություն, այտուցվածություն, ցան, քոր, գրգռվածություն: Պարտադիր իրականացվում է համակցված բուժում հոգեբույժ և թերապևտիկ բժիշկների կողմից:

Մաշկի պարապիրար հիվանդություններ

Մաշկի պարապիրար հիվանդություններն այսօր մեծ խնդիր են ներկայացնում, քանի որ ունեն տարածման ամենամեծ գործակիցը: Հարուցիչները պարապիրարներն են, որոնք սննվում և գոյատևում են հիվանդի օրգանիզմի հաշվին, որի պատճառով իջնում է օրգանիզմի ընդհանուր դիմադրությունը: Ըստ ախտահարման տեղամասի տարբերում ենք արտաքին և ներքին պարապիրարներ, իսկ կապված ախտահարման ժամանակահատվածից տարբերում ենք՝ ժամանակավոր և մշտական: Մշտական պարապիրարները զարգացման և ախտահարման բոլոր փուլերում «բնակվում» են մարդու օրգանիզմում և ի սկզբան է առաջացնում են ախտահարման պրոցեսներ: Ժամանակավոր պարապիրարները, ի տարբերություն մշտականների, սկզբնական շրջանում միայն սնվում են

մարդու օրգանիզմի հաշվին և դեռևս չեն սկսում ախտահարման պրոցեսը: Ժամանակավոր պարազիտները կարող են երկարատև ժամանակ թաքնված կերպով մնալ օրգանիզմում: Տարբերում ենք նաև պարազիտների «կեղծ» տարատեսակը, որոնք երկարտև մնում են օրգանիզմում, սննվում են նրա հաշվին, սակայն ոչ մի սուր ախտահարումներ չեն առաջացնում:

Կլինիկորեն առանձնացնում են 2 ամենատարածված պարազիտների՝

❖ Պեդիկուլյոզ /ոջլոտություն/

❖ Սկաբիես /քու/

Պեդիկուլյոզ

Պեդիկուլյոզ («pediculus») ոջիլ/ կամ ոջլոտություն առաջանում է սանիտարական և հիգիենիկ կանոնները չպահպանելու արդյունքում: Ըստ ախտահարման տեղամասերի տարբերում ենք՝ գլխի, մարմնի և սեռական օրգանների ոջիլներ:

Գլխի ոջիլները տեղակայվում են գլխի մազածածկ հատվածում, մոխրագույն են և ունենում են 1,5-4 մմ չափեր: Շատ արագ են բազմանում և արդյունքում առաջացնում են փոքր չափերի սպիտակավուն ձվիկներ, որոնք ամուր միացած են լինում մազի ցողունին: Չվիկները մի քանի շաբաթվա ընթացքում վեր են ածվում ոջիլների, որոնք սկսում են տարածվել և բազմանալ:

Մարմնի ոջիլներ տեղակայվում են մարմնի տարբեր մասերում, հիմնական անցման ուղիներն են հանդիսանում՝ սրունքների, դաստակների, թիակների և պարանոցի շրջանները:

Ոջիլները հաճախ ուղեկցվում են քորով և քորելու հետևանքով առաջանում են քերծվածքներ, որոնց միջոցով անցնում են բակտերիաներ և զարգանում են բորբոքային պրոցեսներ:

Այս ոջիլները անցնում են հագուստի, գլխիկի և սպիտակեղենի վրա և շփման դեպքում անցնում են առողջ մարդկանց վրա: Բուժումը կայանում է մաշկի մշակման մեջ՝ մալթ և մալթի ածանցյալներ պարունակող հատուկ պատրաստված նյութերի մեջ, հագուստի և սպիտակեղենի վերացում և հիգիենայի կանոնների խիստ պահպանում:

Սկաբիես

Սկաբիես /«scabies»՝ քոր/ կամ քու առաջացնող, այս պարազիտներին բնորոշ է ուժեղ քորի առկայությունը: Հարուցիչը քուսի տիզն է /Sarcoptes hominis/, որը ձվաձև է և ունի 0,2-0,5 մմ երկարություն: Տիզի կծելու տեղերում առաջանում է ուժեղ քոր, գրգռվածություն, կարմրություն, այտուց և սկսում են զարգանալ բշտեր: Կծելուց հետո անցնում են մաշկի հաստության մեջ և եղջրային շերտում առաջացնում են յուրահատուկ «քուսի» ուղիներ՝ խողովակներ կամ «թունելներ», որտեղ տեղակայում են 10-20 հատ ձվիկներ: Մաշկի վրա այս գծերը լինում են մոխրագույն, սպիտակ կամ բաց վարդագույն և ունենում են 0,5-1 սմ երկարություն, որոնց վերջում առկա է բուշտ՝ տիզի պարունակությամբ: Հիմնականում տեղակայվում են՝ դաստակների, միջմատային տարածքում, արմունկների, նախաբազկի ներքին հատվածում, սրունքի, ոտնաթափի և որովայնի շրջաններում: 95 % դեպքերում, քորելու արդյունքում, ուղեկցվում են տվյալ հատվածի բորբոքային ախտահարումներով: Բուժումը նույնպես կայանում է նավթի և նավթային ածանցյալներ պարունակող նյութերի կիրառմամբ, և սանիտարա-հիգիենիկ կանոնների խիստ պահպանմամբ:

Մաշկի վիրուսային հիվանդություններ

Ամենահաճախ հանդիպող մաշկային վիրուսային հիվանդություններից են գորտնուկները, որոնք պատկանում են վարակիչ հիվանդությունների շարքին: Բժիշկները առանձնացնում են առաջացման հետրյալ պատճառները՝

- Վարակված մարդու կամ տեղամասի հետ անմիջական շփումը
- Իմունիտետի իջեցում
- Միկրովնասավածքներ և միկրոճաքեր
- Ձեռքերի և ոտքերի ուժեղ քրտնարտադրություն
- Հիգիենային կանոնների խախտում
- Անհարմար կոշիկներ

Գորտնուկների առանձին տեսակներ առաջանում են մարդու մարմնի որոշակի շրջաններում:

Լինում են՝

- Սովորական
- Տափակ /պատանեկան/
- Սրածայր
- Թելանման
- Ծերունական

Մասնագետները նշում են, որ գորտնուկների խմբին են պատկանում նաև որոշ բնածին նորագոյացություններ, որոնք ոչ մի ընդհանուր բան չունեն գորտնուկների հետ, բացի արտաքին նմանությունից:

Սովորական գորտնուկներ

Սովորական գորտնուկները հանդիպում են առավել հաճախ: Դրանք առաջանում են ցանկացած տարիքում, հաճախ երեխաների, երիտասարդ մարդկանց մոտ: Տարածված են սովորաբար դաստակի հետևի կողմում, ձեռքերի մատների, հազվադեպ ոտնաթափի վրա, որոնք ներկայացնում են կլորավուն, ամուր, դեղնագորշավուն գույնի, չոր եղջերային հանգույցներ, կորեկի հատիկից մինչև եգիպտացորենի հատիկի մեծության, անհարթ մակերեսով: Սովորաբար դրանք ցավոտ չեն, տարածված են միայնակ, բայց երբեմն մի քանի հատով: Գորտնուկները հեռացվում են դժվարությամբ, բայց գոյություն ունեն դրանց հեռացման շատ եղանակներ և միջոցներ: Հաճախ դրանք անհետանում են իրենք իրենց: Որոշ մարդկանց մոտ դրանք կարող են անհետանալ նույնիսկ ներշնչմամբ, բավական է, որպեսզի գորտնուկներ կրողը խորապես համոզված լինի այդպիսի ներգործության արդյունավետության մեջ:

Տափակ գորտնուկներ

Տափակ գորտնուկները նկատվում են ամենից հաճախ դեմքի, ներբանների, պարանոցի, մեջքի վրա, դաստակների հետևի կողմում: Դրանց մակերեսը հարթ է, դեղնադարչնագույն և դրանք հազիվ են բարձրանում մաշկի մակերեսի մակարդակին՝ հիշեցնելով ոսպի հատիկի մեծության մանր բծեր ***/տե՛ս հավելված 18/***: Այդպիսի գորտնուկների հայտնվելը դեմքի վրա ստեղծում է տհաճ տպավորություն: Բուժում են նաև պողոֆիլիինի 30% սպիրտային լու-

ծույթով, ածխածնի երկօքսիդի և ագետոնի խառնուրդ քսելով, բայց միայն բժշկի միջոցով, քանի որ վտանգավոր է:

Մրածայր գորտնուկներ

Մրածայր գորտնուկները գտնվում են շփվող կամ լորձային, քրտնքոտ տեղերում՝ անութայքի շրջանում, ներբանների, միջմատային տարածություններում, բերանի անկյուններում, քթանցքների մոտ, արտաքին սեռական օրգանների վրա և այլն */տես հավելված 19/*:

Ծերունական գորտնուկներ

Տարիքային գորտնուկները կոչվում են նաև ճարպահոտող: Դրանք առաջանում են 40-50 տարեկանում և առավել ճիշտ կլիներ դրանք անվանել տարիքային գորտնուկներ: Առավել հաճախ լինում են մեջքի վրա, բայց հնարավոր է առաջանան նաև մարմնի մյուս մասերում, հատկապես կրծքի և ուսերի վրա:

Տարբերում ենք գորտնուկների բուժման մի քանի եղանակակներ՝

- ❖ Քիմիական նյութերի կիրառությամբ
- ❖ Վիրաբուժական մեթոդով
- ❖ Ճառագայթների միջոցով /լազեր/
- ❖ Էլեկտրական հոսանքի միջոցով՝ էլեկտրոկոագուլացիա
- ❖ Հեղուկ ազոտի միջոցով

Եղունգի հիվանդություններ և ախտահարումներ

Ախտահարումը կամ դիստրոֆիա /հունական «dystrophe» բառից՝ «dys»՝ շեղում, «trophe»՝ սնուցում/ կառուցվածքի և գործունեության նորմայի շեղումն է, որը, ի տարբերություն հիվանդության՝ չի առաջացնում ընդհանուր օրգանիզմի համար լուրջ փոփոխություններ: Եղունգի ախտահարումները կարող են լինել առաջնային կամ երկրորդային: Առաջնային ախտահարում ասելով, հասկանում ենք եղունգի հիվանդությունները, որոնք առաջանում են տեղային գործոնների ազդեցության հետևանքով: Երկրորդային ախտահարումները առաջանում են որպես հիվանդության նախանշան կամ հետևանք: Այդ պատճառով եղունգի ախտահարումները դիտարկում են կողմնային մաշկային ծածկույթի և ընդհանուր օրգանիզմի վիճակի հետ միասին:

Եղունգի հիվանդությունները բաժանվում են հետևյալ տեսակների՝

- ❖ Ընդհանուր եղունգի ինֆեկցիոն հիվանդություններ

- ❖ Օնիխիաներ /եղունգի սկավառակի ախտահարումներ/ և պարաօնի-
խիաներ /եղունգի կողմնային գլանակների ախտահարումներ/

- ❖ Ընդհանուր եղունգի հիվանդություններ՝ կապված օրգանիզմում առկա
ինֆեկցիոն, նյարդային, էնդոկրին /հորմոնալ/, ստամոքս-աղիքային և այլ օր-
գան-համակարգերի հիվանդությունների ժամանակ

- ❖ Տրավմատիկ ախտահարումներ /մեխանիկական գործոնից առաջացած/

- ❖ Աշխատանքային բնույթի հիվանդություններ

- ❖ Եղունգի նորագոյացություններ

- ❖ Բնածին և ժառանգական հիվանդություններ

Ախտահարումներ, դիստրոֆիաներ

Եղունգի ախտահարումները հաճախ արտահայտվում են եղունգի՝ սկավա-
ռակի, հատակի և կողմնային գլանակների փոփոխությամբ: Դիստրոֆիանե-
րը ունեն առաջացման բազմաթիվ պատճառներ՝ մեխանիկական կամ քիմիա-
կան վնասում, թրի հետ երկարատև շփում, թերսնուցում, ավիտամինոզներ
/վիտամինների պակասություն/, ընդհանուր օրգանզիմի հիվանդություններ և
հատկապես մաշկի սնկային հիվանդություններ:

Տարբերում են եղունգի դիստրոֆիաների բազմաթիվ տեսակներ:

- ***Եղունգի սկավառակի ատրոֆիա*** /հունական «atrophe» բառից՝ «a»՝ բա-
ցակայություն, «trophe»՝ սնուցում/- սնուցման խանգարում, որի պատճառով
փոխվում է եղունգի ձևը, գույնը, առաձգականությունը, փոխվում է եղունգի
մակերեսի և ազատ եզրի կառուցվածքը: Սկավառակի վրա առաջանում են՝
ճաքեր, ակոսներ, փոսություններ մասնա ղիտվում է մաշվածություն և ի վերջո
քայքայում:

- ***Եղունգի լայնական ակոսներ*** - տեղակայվում են եղունգի սկավառակի
վրա, իրենցից ներկայացնում են կամարաձև լայնական ակոսներ, որոնք կար-
ծես թե միացնում են եղունգի կողմնային գլանակները: Առաջանում են եղուն-
գի մշակման ժամանակ հետին գլանակի կամ կուտիկուլայի վնասումից զար-
գացում գտած բորբոքային պրոցեսի ընթացքում: Ակոսներն առաջանում են

բորբոքումից 1-2 շաբաթ անց և կարող են տեղակայվել միաժամանակ մի քանի մասոնների եղուզներում: Ակոսները լինում են մակերեսային և խորը /ամբողջ եղունգի հաստությամբ/ տեղակայման: Եղունգի աճման հետ միասին ակոսները առաջ են տեղաշարժվում:

- **Եղունգի մակերեսային ուղղահայաց ակոսներ /գծեր/** - նորմայում ուղղահայաց գծերը առակա են առողջ եղունգների վրա, սակայն տարիքի հետ զուգընթաց կամ տրավմաների հետևանքով, գծերը խորանում են և շատանում:

- **Եղունգի սկավառակի բաժանում հատակից** - առաջացման պատճառ են հանդիսանում երկարատև խրոնիկ վնասումները կամ տարբեր հիվանդությունները՝ էնդոկրին, սիրտ-անոթային, սնկային և մաշկային տարբեր հիվանդությունները: Տարբերում ենք մասնակի և լրիվ բաժանում, հեռացում:

- **Ներհրված եղունգներ** - առաջանում են սակավարյունության /անեմիայի/, ժառանգական և սնկային հիվանդությունների արդյունքում:

- **Եղունգի կետային ներհրվածություններ** - եղունգը ունենում է մանր, բազմաթիվ փոսություններ, որոնք դասավորվում են ուղղահայաց կամ կանոնավոր: Հանդիպում է օրգանիզմի ընդհանուր և մաշկային հիվանդությունների ժամանակ:

- **Եղունգի շերտազատում ուղղահայց ուղղությամբ** - առաջանում է խրոնիկական վնասումների կամ մաշկային հիվանդությունների ժամանակ: Շերտավորվում է ուղղահայաց ուղղությամբ՝ ազատ եզրից դեպի հիմք, խորությունը կախված է առաջացնող պատճառի ուժգնությունից:

- **Եղունգի շերտազատում լայնական ուղղությամբ** - ախտահարումը սկսվում է ազատ եզրից: Եղունգի աճը բնականոն է ընթանում, սակայն ազատ եզրը շերտազատվում է 2-5 շերտերի: Առաջանում է խրոնիկական մեխանիկական, քիմիական վնասումից և ջրի հետ երկարատև շփման արդյունքում:

- **Եղունգի ազատ եզրի փխրություն** - առաջանում է քիմիական նյութերի հետ երկարատև շփման արդյունքում՝ ացետոն, լաքեր, սպիրտ և հիմքերի ու թթուների բարձր տոկոսայնություն պարունակող միջոցներ: Հետագայում բացառվում են քիմիական նյութերի կիրառումը:

- **Թեքված /կոր/ եղունգներ** - հաճախ հանդիպում են ոտքերի մեծ մատներին: Եղունգը կարող է թեքվել տարբեր ուղղություններով, շատ հաճախ ընդունում է պարուրաձև տեսք: Եղունգը հաստանում է, կոշտանում է և անգամ դժվարություն է ներկայացնում, եղունգի մշակումը .կտրվածքայինն մեթոդով: Առաջանում են վնասումների, անհարմար կոշիկների կամ հարթաթաթոթյան պատճառով:

- **Եղունգի գունափոխություն** - գունափոխության կամ պիգմենտացիայի խանգարումը առաջանում է տարբեր հիվանդությունների հետևանքով: Բնական վիճակում եղունգը լինում է վարդագույն: Սակավարյունության ժամանակ եղունգը գունազրկվում է, էրիթրեմայի ժամանակ կարմրում է, արյան շրջանառության խանգարման ժամանակ կապտում է, իսկ ավշային շրջանառության խանգարման դեպքում դեղնում է:

- **Լեյկոնոխիանիա** - բնորոշվում է սկավառակի վրա սպիտակ բծերի կամ գծերի առկայությամբ, որոնք առաջանում են թեթև վնասվածքների կամ թրսնուցման դեպքում:

- **«Մեծահասակ» եղունգներ** - տարիքի մեծացման հետ զուգընթաց փոխվում է նաև եղունգների կառուցվածքը և որակը: Եղունգները դառնում են դեղնագույն կամ մոխրագույն, կորցնում են թափանցելիությունը, իրենց բնորոշ՝ փայլը և առաձգականությունը, իսկ սկավառակը խորը ուղղահայաց գծերի և ակոսների հաշվին՝ անհարթ տեսք է ստանում:

Տարբերում ենք եղունգների վնասվածքների առանձին խմբեր՝

- **Հեմատոմա** /«hematoma» բառից՝ «haima»՝ արյուն, «oma»՝ ուռուցք/- արյունալեցունություն եղունգի սկավառակի տակ, որն առաջանում է ուժեղ հարվածի արդյունքում: Փոքր արյունազեղումը աստիճանաբար տեղաշարժվում է դեպի եղունգի ազատ եզրը և որոշ ժամանակ անց անցնում է: Մատրիքսի շրջանում մեծ արյունազեղման դեպքում, սկավառակը մերժվում է եղունգի հաստակից:

- **Եղունգի մեխանիկական վնասում** - շատ հաճախ եղունգների մեխանիկական մշակման ժամանակ մասնագետը վնաս է հասցնում եղունգի գլանակներին, կուտիկուլային և սկավառակին:

Կողմնային գլանակների տրավման, ամենահաճախ հանդիպող վնասումն է, որն առաջանում է կտրող գործիքների սխալ կիրառման ժամանակ: Մեծ դեպքերում գլանակների վնասումը նպաստում է միկրոբների ներթափանցմանը և նպաստում է բորբոքման զարգացմանը:

Կուտիկուլայի վնասումն առաջանում է «կտրվածքային» մշակումը սխալ կամ անփույթ կատարելու դեպքում, որպես հետևանք առաջանում է լայնական խորը ակոսը, որը եղունգը բաժանում է երկու մասերի:

Եղունգի սկավառակը սխալ կամ անփույթ մշակելիս կարող է զարգանալ լեյկոնոխինիա կամ առաջանում են լայնական ակոսներ, որոնք եղունգին տալիս են անհարթ տեսք:

- **Եղունգի քիմիական վնասում** - սխալ տոկոսայնությամբ քիմիական նյութերի կիրառման ժամանակ, նրանց սխալ համակցման դեպքում կամ հաճախորդի մոտ պերդիկ ռեակցիայի առկայության դեպքում, վնասվում է եղունգի սկավառակը: Սկավառակը շերտավորվում է, ազատ եզրը կոտրվում է, առաջանում են ճաքեր ու լայնական ակոսներ: Այս դեպքում քիմիական նյութերի հետ շփումը պետք է վերացնել և կիրառել հիպոալերգիկ վերականգնողական միջոցներ:

Եղունգի շերտավորված մաշկ

Եղունգի շերտավորված մաշկ /заусеницы/ ասելով հասկանում ենք կողմնային գլանակների հատվածի մաշկի եղջրային շերտի մեկ հատ մեծ կամ բազմաթիվ մանր եռանկյունաձև շերտեր: Մեծամասամբ առաջանում են ձեռքերի մատներին ***/տե՛ս հավելված 20/***:

Շերտերը առաջանում են մեխանիկական վնասման ժամանակ, այսինքն մշակելիս կտրող գործիքների սխալ կիրառման դեպքում: Կարող են նաև զարգանալ քիմիական նյութերի երկարատև շփման արդյունքում:

Շերտերը հիմնականում ուղեկցվում են կողմնային գլանակի բորբոքումով, այս դեպքում խիստ հակացուցված է տվյալ հատվածի որևէ մեխանիկական մշակումը, քանի որ դա կնպաստի բորբոքման տարածմանը դեպի մաշկի խորանիստ շերտեր: Սուր բորբոքման փուլում շերտերը մշակում և վիրակապում

են տետրացիկլին կամ սինտոմիցին պարունակող դեղերով /լամիկոլ, սինտոմիցին, իխտիոլ, Վիշնևսկիի քսուկ/: Սուր փուլից հետո նոր թույլատրվում է տվյալ հատվածի մեխանիկական մշակումը, որը կատարվում է միայն որակավորված մասնագետի կողմից:

Նարեդունգային գորտնուկներ

Գորտնուկները վիրուսային ծագման բարորակ գոյացություններ են, որոնք հիմնականում տեղակայվում են ձեռքերի և ոտքերի դրսային մակերեսների վրա՝ մատների և միջմատային տարածության շուրջ: Հաճախ կարող է տեղակայվել եղունգի սկավառակի տակ կամ կողմնային հատվածներում՝ գլանակներում */տես հավելված 21/*: Վարակման համար բարենպաստ պայմաններ են հանդիսանում խոնավ միջավայրը և վնասվածքի առկայությունը:

Արտաքինից եղունգի մոտ տեղակայված գորտնուկները նման են մոխրագույն հանգույցի՝ անհարթ մակերեսով: Հաճախ մակերեսի վրա գոյանում են ճաքեր, որոնց միջոցով անցնում են բակտերիաները և զարգանում է բորբոքումը:

Լինում են դեպքեր, երբ գորտնուկը տեղակայվում է եղունգի սկավառակի վրա, որի արդյանքում սկավառակը ստանում է անհարթ տեսք, բարակում է և առաջանում են լայնական ու ուղղահայաց խորը գծեր:

Գորտնուկը կարող է տեղակայվել եղունգի սկավառակի տակ՝ հատակում: Այս դեպքում, ցանկացած կպման ժամանակ, դիտվում են ուժեղ ցավեր, իսկ սկավառակը գունազրկվում և առանձնանում է հատակից: Հատակի շրջանի գարտնուկները հաճախ լինում են բազմաքանակ, մինչդեռ մատների մակերեսի վրա բացակայում են:

Տարբերում ենք գորտնուկների բուժման մի քանի եղանակներ՝

- ❖ Քիմիական նյութերի կիրառությամբ
- ❖ Վիրաբուժական մեթոդով
- ❖ Ճառագայթների միջոցով /լազեր/
- ❖ Էլեկտրական հոսանքի միջոցով՝ էլեկտրակոագուլացիա
- ❖ Հեղուկ ազտի միջոցով

Հատակում տեղակայված գորտնուկների բուժումը ամենաբարդն է և պահանջում է երկարատև բուժման ընթացք:

Ներաճած եղունգներ /Օնիխոկրիպտոյ/

Ներաճած եղունգների կամ օնիխոկրիպտոզի /«onycho»՝ եղունգ, «cripto»՝ ներհրել, ներհրվածություն/ ժամանակ, ազատ եզրը ամբողջովին կամ կողմնային անկյունները ներաճում են /մխրճվում են/ կողմնային գլանակների մեջ՝ նպաստելով այդ հատվածի բորբոքմանային ռեակցիայի զարգացմանը՝ պանարիցիայի, որն ուղեկցվում է ցավով, կարմրությամբ, այտուցվածությամբ */տես հավելված 22/*:

Ոչ ժամանակին կամ սխալ բուժման դեպքում զարգանում են բարդություններ՝ ճաքերի, խոցերի և թարախաբշտերի տեսքով: Գլանակների մեջ կարող են ներաճել ազատ եզրը ամբողջությամբ, կամ մի կողմի անկյունը, կամ երկու անկյունները միասին: Եղունգի սկավառակը հաստանում է, ծռվում և անհարթ տեսք է ընդունում: Այս հիվանդությունը մեծամասամբ առաջանում է ոտքերի մեծ մատների վրա:

Օնիխոկրիպտոզը զարգանում է 3 փուլով:

1-ին փուլի ժամանակ նկատվում է դիսկոմֆորտ՝ տհաճ զգացում և քայլելիս ցավ:

2-րդ փուլի ժամանակ առաջանում է կարմրություն և այտուցվածություն:

3-րդ փուլի ժամանակ զարգանում է բորբոքման ռեակցիա:

Օնիխոկրիպտոզի առաջացման պատճառները:

Տարբերում ենք օնիխոկրիպտոզի զարգացման մի քանի խումբ պատճառներ՝

- Կառուցվածքային առանձնահատկություն
- Գենետիկական /ժառանգական/ գործոն
- Մաշկային հիվանդությունների հետևանք
- Սխալ կատարած մեխանիկական մշակման արդյունք

Կառուցվածքային առանձնահատկությունը կայանում է նրանում, որ գլանակները լինում են փխրուն, նուրբ և բարակ կազմության, իսկ եղունգի սկավառակը՝ հաստ և ամուր: Այս կառուցվածքի ժամանակ եղունգները մշակելիս

անգամ թեթև վնասվածքը պատճառ է հանդիսանում եղունգի հետագա ներաճման համար:

Գենետիկական գործոնով պայմանավորվում է ոսկրային հենարանի բնականոն զարգացումը կամ շեղումը: Շեղումների շարքին են պատկանում՝ հարթաթաթոթյունը, երկար մատները, հողային դիստրոֆիաները, որոնք նպաստում են եղունգների ներաճմանը:

Մաշկային հիվանդությունների պատճառով շատ հաճախ եղունգի սկավառակը փոխում է իր ստրուկտուրալ /կառուցվածքային/ ձևը և որակագրկվում է, որի պատճառով շատ հեշտությամբ ներաճում է գլանակների մեջ: Մեծամասնությամբ դիտվում է սնկային ախտահարումների դեպքում:

Մխալ կատարած մեխանիկական մշակման արդյունքում շատ հեշտությամբ զարգանում է_օնիխոկրիպտոզը: Մեխանիկական մշակման ժամանակ մասնագետը կարող է թույլ տալ մի շարք սխալներ՝ ազատ եզրի սխալ մշակումը, անկյունների սխալ ձևավորումը, գլանակների սխալ մշակումը կամ վնասումը և գլանակներում եղունգի մնացորդի առկայությունը:

Օնիխոկրիպտոզի բուժումը և շտկումը:

Շատ երկար ժամանակ օնիխոկրիպտոզի միակ բուժման միջոց էր հանդիսանում վիրաբուժական միջամտությունը, որի ժամանակ հեռացվում էր ամբողջ սկավառակը, մատրիքսը և բարդացած դեպքերում անգամ՝ ֆալանգի որոշ հատվածը: Այսօր վիրաբուժական միջամտություն կիրառում են ամենաբարդացած դեպքերում և կատարում են ավելի խնայողաբար՝ սեպաձև կտրվածքով հեռացվում է միայն եղունգի սկավառակի ախտահարված մասը, մատրիքսի որոշ հատվածը և այդ հատվածին կից մաշկը: Վիրաբուժական մեթոդը ցուցաբերում է առաջնային բարձր արդյունավետություն, սակայն վերականգնողական պրոցեսի երկարատևության պատճառով /8 շաբաթ/ ընկնում է ընդհանուր արդյունավետության գործակիցը: Վիրաբուժական միջամտությունից հետո 70-75 % դեպքերում, օնիխոկրիպտոզը հետ է գալիս առաջնային վիճակին, դա պայմանավորված է հետվիրահատական փուլում սխալ հետևելու և խնամքի պատճառով:

Այս ամենից ելնելով, առաջարկվել են մինչև վիրաբուժական միջոցների անցնելը կատարել մասնագիտացված մշակում՝ խարտում, վիրաբուժական ամրակների /սկոբերի/ տեղադրում /առանց վիրաբուժական միջամտության/ և սկավառակների կամ հատուկ ակրիլային նյութերի կիրառում:

Օնիխոկրիպտոզի բուժման համար առաջին վիրաբուժական-շտկող ամրակը կիրառվել է 1873 թ.: Այն իրենից ներկայացնում էր երկկողմանի տեղակայված կեռերով գործիք, որը տեղադրվում էր ազատ եզրի անկյունների տակ: Կեռերի միջև հեռավորությունը հարմարեցվում է պտուտակի միջոցով: Ոտքերի թրջոցներից հետո մաշկը փափկում է, ինչը հնարավորություն է տալիս ձգել կեռերը՝ նպաստելով գլանակների տեղաշարժմանը և եղունգի «դուրսբերմանը»: Այս ամրակների թրությունն է երկարատև բուժման ընթացքը և եղունգի կարճաժամկետ «դուրսբերումը» */տե՛ս հավելված 23/:*

Ներկա ժամանակում ներկայացված է շտկող ամրակների և սկավառակների լայն տեսականի: Բոլորն ունեն աշխատանքային մեկ բնույթ՝ եղունգի լայնական կամարի փոփոխման մեջ, որի արդյունքում փոքրանում է գլանակի վրա ընկած ճնշումը: Այս բոլոր միջոցները կատարվում են հատուկ մասնագիտացում անցած մասնագետների մոտ:

Ակրիլայն նյութերի կիրառում

Այսօր նաև լայն կիրառում գտավ շտկումը ակրիլային նյութերի միջոցով, որոնց աշխատանքային մեխանիզմը նույնն է. եղունգի լայնական կամարի փոփոխության շնորհիվ փոքրանում է գլանակի վրա ընկած ճնշումը:

Կոշիկ կրելիս եղունգի սկավառակի վրա անընդհատ ճնշում է գործադրվում: Որքան հաստ է և կոպիտ եղունգի սկավառակը, այնքան մեծ և բարձր է լայնական կամարը, հետևաբար մեծանում է եղունգի վրա գործադրված ճնշումը և շատանում է գլանակներում եղած գրգռվածությունը: Հետևում է, որ կամարի հարթեցմանը /տափակացմանը/ զուգընթաց իջնում է ճնշումը և գրգռվածությունը:

Լայնական կամարի հարթեցումն իրականացվում 2 գործոնների շնորհիվ: 1-ին գործոն՝ մեխանիկական ձևափոխում, իսկ 2-րդ գործոնը, կապված է ակրիլային նյութի ծավալային նստեցման հետ: Այս 2 գործոնն ապահովում են բարձր արդյունավետություն և լավ էսթետիկա:

Գործընթացը սկսում են մասնագետի ձեռքերի և հաճախորդի ոտքերի ախտահանումից, այնուհետև տեղաշարժում ենք կուտիկուլան հետ և վեր ուղղությամբ: Ամենամեծ ուշադրություն է պահանջում եղունգի ազատ եզրի անկյունների խարտումը. անհրաժեշտ է մաքսիմալ չափով դրանք 'ազատել ծածկող մաշկից: Եղունգի սկավառակը մշակում են ախտահանող և ճարպագրկող նյութերով: Այնուհետև անհրաժեշտ է կայունացնել եղունգի ազատված անկյունները, դրա համար օգտագործում են հատուկ արհեստական եղունգներ՝ տիպսեր: Տիպսերը միաժամանակ կատարում են 2 ֆունկցիա՝ առաջինը անկյունների կայունացումն է, իսկ երկրորդը՝ եղունգի ձևի շտկումը և մեզ անհրաժեշտ չափով լայնական կամարի ձևափոխությունը: Տիպսերն ամրացնում են հատուկ սոսինձներով, որոնք ունեն դոնդողանման կազմություն: Մոսնձով մշակելուց հետո տիպսը հավասարաչափ միացնում ենք եղունգի անկյուններին: Այս մեթոդի յուրահատկությունն այն է, որ հեռացվում է տիպսի միջնային հատվածը՝ դրանով իսկ նպաստելով ճնշման գործադրմանը միայն եղունգի անկյունների վրա: Տիպսի երկարությունը չպետք է գերազանցի մատի բարձրի երկարությանը:

Այսպիսով՝ մենք կայունացրեցինք եղունգի անկյունները, նպաստելով միջային մասում տարածության առաջացմանը, որի լայնությունը չպետք է գերազանցի եղունգի 1/2 –րդ մասը: Միայն այս պահանջները ճիշտ կատարելիս տեղի է ունենում լայնական կամարի ձևափոխում: Տիպսի մինչային փոքր տարածության դեպքում եղունգը պահպանում է եղած կամարի ձևը, այսինքն՝ մնում է անփոփոխ: Տիպսերի մասերի անցումը պետք է լինի սահուն, հակառակ դեպքում տեղի է ունենում կամարի բարձրացում, ինչի պատճառով գործընթացը դառնում է անարդյունավետ:

Մեծ նշանակություն է ներկայացնում տիպսի ճիշտ ձևի ընտրումը, այն չպետք է համապատասխանի եղունգի բնական զոգավորությանը: Տիպսը պետք է կամարի վրա չափավոր ճնշում գործադրի:

Ակրիլային նյութերը, ինչպես ցանկացած նյութ, ենթարկվում են ծավալային նստեցման /ծավալի, չափի կրճատման/, որը կազմում է 9-12 %: Այս հատկության շնորհիվ եղունգի կողմնային հատվածները դուրս են գալիս գլանակ-

ներից՝ դրանով նպաստելով կոոմնային մաշկի վրա գործադրվող ճնշման նվազմանը: Ներաճած եղունգների շտկման համար միայն ակրիլ են կիրառում, քանի որ այն մնացած նյութերի հետ համեմատած, օժտված է անհրաժեշտ չափի կարծրությամբ և առաձգականությամբ:

Կանխարգելման միջոցներ

Հիվանդության կանխարգելման նպատակով անհրաժեշտ է հետևել կոշիկների հարմարավետությանը, որպեսզի դրանք չճնշեն և կրկնակի չվնասեն մեծ մատը ու շրջակա բորբոքված հյուսվածքները:

Հարթաթաթոթյան առկայության դեպքում պարտադիր է օրթոպեդիկ կոշիկների կրումը, որպեսզի կանխենք մատի ոսկորի թեքումը /ծռումը/ և հետագա ոսկրային դեֆորմացիաների առաջացումը:

Անհրաժեշտ է խիստ հետևել հիգիենիկ կանոններին և ժամանակին ու ճիշտ մշակել եղունգը /ինչը ցանկալի է կատարել հատուկ մասնագետների մոտ/: Բուժման համար բարդություն է ներկայացնում խոնավ մաշկի առկայությունը, քանի որ նպաստում է բորբոքման տարածմանը:

Կոյլոխիս

Կոյլոխիսի ժամանակ ախտահարվում է եղունգի սկավառակը, և դրա արդյունքում այն ստանում է ներհրված գդալի տեսք: Գդալանման եղունգները բարակում են և փխրուն դառնում ***/տես հավելված 24/***: Ավելի հաճախ ախտահարվում են ձեռքերի եղունգները, հատկապես 2-րդ, 3-րդ մատները, իսկ երեխաների մոտ բուք մատները:

Այս հիվանդության զարգացման պատճառներն են՝

- Երկաթալակասորդային անեմիան
- Էնդոկրին համակարգի հիվանդությունները
- Մեխանիկական գործոնները
- Ֆիզիոլոգիական ֆակտորները
- Վատ սովորությունները
- Տարբեր դերմատոզները
- Բնածին դիսպլազիան

-
-
- Ժառանգական գործունը

Սկզբնական շրջանում ախտորոշելու համար կատարում են ջրային փորձը: Փորձի ժամանակ եղունգի վրա մեկ կաթիլ ջուր են կաթեցնում և եթե ջուրը չի ծորում, այլ պահպանվում է սկավառակի մակերեսին, դա վկայում է կոյլոնիխայի առկայության մասին:

Բուժումը

Պահանջվում է երկարատև բուժում և համբերություն: Բուժման ժամանակ նշանակում են 1% ֆտորուրացիլի լուծույթ, որի չափաբաժինը /դոզիրովկան/ նշանակվում է միայն բժշկի կողմից: Խորհուրդ է տրվում սննդակարգի մեջ ներառել՝ երկաթ, կալցիում, սիլիցիում, ցինկ և վիտամինների համալիր:

Օնիխոզրիֆոս

Այս հիվանդության ժամանակ եղունգի սկավառակը գունափոխվում է, հաստանում և թեքվում է իր սեփական առանցքի շուրջ՝ ծռվում, իսկ վերջում եղունգը նմանվում է կենդանիների ճանկին ***/տես հավելված 25/***: Ավելի հաճախ դիտվում է ոտքերի մատների, հատկապես մեծ մատի եղունգին: Հիվանդության զարգացումը բաժանում ենք 2՝ առաջնային և ուշացած փուլերի:

Առաջնային փուլի ժամանակ եղունգը գունափոխվում է՝ դառնալով մոխրագույն կամ դեղնագույն: Գունափոխվելուց հետո եղունգը սկսում է հաստանալ և բարձրանում է հատակի մակարդակից: Եղունգի մեխանիկական մշակումը մեծ բարդություն է ներկայացնում:

Ուշացած փուլի ժամանակ եղունգը գունափոխվում է և դառնում շագանակագույն: Այս փուլում եղունգի հաստացումը լավ արտահայտված է և խոր ընդգծվում են եղունգի լայնական և ուղղահայաց ակոսները: Եղունգը ուժեղ ծռվում է և նմանվում մեծ թռչունների ճանկին: Եղունգի երկարությունը կարող է հասնել մինչև 8 սմ-ի: Բնականաբար, մեծ անհարմարություն է պատճառում և ուղեկցվում է ուժեղ ցավերով: Այս փուլում անհնար է եղունգի մեխանիկական մշակումը:

Օնիխոզրիֆոզը լինում է ժառանգական և ձեռքբերովի: Տարբերում են առաջացման հետևյալ պատճառները.

- Ուտքերի փղախտ
- Էնդոկրին համակարգի հիվանդություններ
- Մեխանիկական գործոնները, օրինակ՝ երկարատև կրած անհարմար կոշիկներ

- Ֆիզիոլոգիական ֆակտորները, հատկապես ցրտահարվելը
- Սնկային հիվանդությունները
- Մաշկի կերատինիզացիայի խանգարում
- Եղունգի պտրիազը
- Բարդացված շաքարային դիաբետը
- Ժառանգական գործոնը

Բուժումը

Բժիշկ-պոդոլոգը կատարում է մանրակրկիտ հետազոտում /դիագնոստիկա/, որպեսզի պարզի հիվանդության զարգացման աստիճանը և բացառի բարդությունների առկայությունը: Բժիշկը նշանակում է համալիր բուժումը, որն իր մեջ ներառում է՝ օնիխոլիզին փոշին, իխտիոլի և ռետինոլի պարունակությամբ քսուքները, կերատոլիտիկ վիրակապերը, վիտամինային կոմպլեքսը և բորբոքային ռեակցիաների առաջացման դեպքում՝ հակաբիոտիկները:

Միկրոնիխիա

Միկրոնիխիա /micronycchia՝ «micro»՝ փոքր և «onycho»՝ եղունգ/ բնածին հիվանդություն է, որի ժամանակ եղունգներն ունենում են նորմայից փոքր չափեր */տե՛ս հավելված 26/*: Հիմնականում առաջանում է ոտքերի ճկույթների վրա: Այս հիվանդությունը առողջությանը վտանգ չի սպառնում, հիմնական գանգատը էսթետիկայի հարցն է:

Օնիխոլիզիս

Օնիխոլիզիսը /«onycho»՝ եղունգ և «lysis»՝ քայքայում/ սպեցիֆիկ /ոչ բորբոքային/ հիվանդություն է, որի ժամանակ եղունգի սկավառակն առանձնանում է հատակի շրջանից: Առաջին հայացքից շատ նման է օնիխոնիկոզի /եղունգի սնկային հիվանդություն/: Հիմնական ախտանիշներն են սկավառակի գունավոր-

խությունը դեպի մոխրագույն, դեղին, փխրունություն, շերտազատում, տհաճ հոտի առկայություն, և ի վերջո սկավառակը դուրս է գալիս հատակից, սկզբից կողմնային հատվածներից, որի ժամանակ ցավեր են դիտվում: Հիվանդությունը կարող է միաժամանակ զարգանալ մի քանի մատների վրա:

Տարբերում են առաջացման զանազան պատճառներ.

- Էնդոկրին համակարգի խանգարում
- Սիրտ-անոթային հիվանդություններ
- Նյարդային համակարգի հիվանդություններ
- Ստամոքս-աղիքային համակարգի խանգարումներ
- Պսորիազ
- Դերմատիտներ
- Բշտիկավոր դերմատոզ
- Էկզեմա
- Սնկային հիվանդության հետևանք
- Մեխանիկական կամ քիմիական վնասումներ
- Հակաբիոտիկների պատճառով, հատկապես ֆտորիսինոլային և տետրացիկլինային շարքի անտիբիոտիկներից
- Ալերգիկ ուժեղ գործոնի առկայության դեպքում

Բուժումը

Բուժման մեթոդը կախված է առաջացման պատճառից, դրա համար նախ և առաջ բժիշկը մանրակրկիտ ախտորոշում է հիվանդության պատճառը: Բուժումը կարող է բարդանալ բակտերիաների ներթափանցման դեպքում, որի հետևանքով զարգանում է բորբոքումը: Բուժումն ունի երկարատև ընթացք:

Պսերիզիում

Պսերիզիումի /հունական «pterygium» բառից, որը թարգմանաբար թև է նշանակում/ ժամանակ տեղի է ունենում եղունգի էպոնիխիումի /կուտիկուլայի/ թևանման կամ V-անման ներաճ՝ եղունգի երկայնական հարթությամբ */տես հավելված 27/*: Եղունգի հետին զլանակը ոչ միայն ծածկում է եղունգի

սկավառակի տվյալ հատվածը, այլ ամուր սերտաճում է նրա մեջ: Հաճախ հանդիպում է ձեռքերի մատների վրա:

Տարբերում ենք առաջացման մի քանի պատճառներ.

- Էնդոկրին համակարգի հիվանդությունները
- Մեխանիկական գործոնները
- Վատ սովորությունները
- Պսորիազը
- Եղունգի տրոֆիկ խանգարումները
- Բնածին, ժառանգական գործոնը

Բուժումը

Կատարվում է վիրահատական միջամտություն՝ զգույշությամբ, առանց սկավառակը վնասելու հեռացվում է կուտիկուլայի ներաճած զանգվածը: Վիրահատական միջամտությունից հետո կատարվում է համալիր բուժում, որը պահանջում է երկար ժամանակ և բարձր խնամքի ցուցաբերում:

Լեյկոնիխիա

Լեյկոնիխիա /«leuconychia», «leukos»՝ սպիտակ և «onychos»՝ եղունգ/ հիվանդության ժամանակ եղունգի սկավառակի վրա դիտվում են տարբեր չափերի և խորության սպիտակ բծեր, կետեր և գծեր, որոնք իրենցից ներկայացնում են եղունգի շերտերում կուտակված օդի պղպջակներ: Առաջացման բնույթը մինչև վերջ պարզված չէ: Տարբերում են հաճախ հանդիպող մի քանի պայմաններ՝ խրոնիկական, մեխանիկական վնասում, եղունգի ոչ լիարժեք կերատիզացիան, տարբեր ինֆեկցիոն հիվանդություններ, լյարդի խանգարումներ:

Միայլ է տարածված կարծիքը, թե սպիտակ գծերն առաջանեն են միկրո-էլեմենտների՝ ցինկի, կալցիումի պակասից: Հանդիպում են բարդեցված դեպքեր, երբ եղունգն ամբողջովին ստանում է սպիտակ պատկեր: *Բուժումն* իրականացվում է բժշկի կողմից մանրամասն ախտորոշելուց հետո:

Մաշկի եւ եղունգների հիվանդությունների ու ախտահարումների կանխարգելումը

Ձեռքերը և ոտքերը հանդիսանում են մարմնի ամենակեղտոտ մասերից, որտեղ ամենամեծ քանակով կուտակվում են բազմաթիվ մանրէներ: Մենք ուսումնասիրեցինք, որ վնասակար մանրէներն առաջացնում են տարբեր հիվանդություններ, որոնք կլինիկորեն տարբեր ձևով են արտահայտվում, սակայն բոլորը արագորեն տարածվում են շրջակա միջավայրում:

Հիվանդության վարակման կանխարգելման առաջնային պայմաններից է՝ հիգիենայի կանոնների պահպանումը և ախտահանումը:

Մանրէների դեմ պայքարի համար անհրաժեշտ է ճիշտ պատկերացնել տարածման ուղիները:

Տարբերում ենք մանրէների տարածման հետևյալ հիմնական ուղիները.

❖ Օդակաթիլային ուղի. մանրէները տարածվում են օդի կամ հեղուկների միջոցով:

❖ Հեմատոգեն ուղի՝ արյան միջոցով:

❖ Անմիջական շփման ուղի. մանրէները տարածվում են հիվանդին կամ վարակված իրերի /հագուստ, կենցաղային իրեր, կահույք և այլն/ կաշումից:

Այսպես մեր աշխատանքի ժամանակ մանրէները տարածվում են 2 ուղիներով, դրա համար մեծ կարևորություն է ներկայացնում և՛ մասնագետի, և՛ հաճախորդի անվտանգության համար ախտահանման գործընթացը: Տարբերում ենք նախնական և բուն ախտահանում:

Ախտահանումը կատարում ենք պրակտիկորեն առանձնացված 3 խմբերի վրա:

1-ին խմբի մեջ են մտնում աշխատանքային տարածքը, աշխատատեղը

2-րդ խմբին են պատկանում կիրառվող գործիքները և սարքավորումները

3-րդ խմբին է պատկանում մասնագետի ձեռքերը և հաճախորդի ձեռքերը կամ ոտքերը:

Սանիտարական կանոններին համապատասխան սրահներում կատարում են 2 ձևի ախտահանում՝ ստերիլիզացիա և դեզինֆեկցիա: Ստերիլիզացիայի

ժամանակ ոչնչանում են բոլոր կենդանի միկրոօրգանիզմները, իսկ դեզինֆեկցիայի ժամանակ՝ ինֆեկցիոն հարուցիչները:

Ստերիլիզացիան հիմնված է բարձր ջերմության շնորհիվ ստացած օդի տաքացած, չոր գոլորշիների կիրառման մեջ: Կատարվում է հատուկ սարքերի միջոցով՝ ավտոկլավ, ստերեիլզատոր, սուլխոժար: Սրահներում ամենամեծ վտանգ են ներկայացնում հեպատիտի և ՄԻԱՎ-ի հարուցիչները, որոնք տարածվում են հեմատոզեն ուղիով: Անգամ ամենափորձագետ, վարժառու և որակավորված մասնագետներն ապահովագրված չեն մշակման ժամանակ արյան առաջացումից, հատկապես «կտրվածքային» մշակման ժամանակ: Այստեղից հետևում է, որ գործիքների վրա արյան առկայության դեպքում, անհապաղ պետք է կատարել գործիքների ստերեիլզացիա, որպեսզի չբարձրանա վարակների տարածման հավանակությունը: Հակառակ դեպքում, հաջորդ գործընթացի ժամանակ, մենք ունենում ենք վարակման մեծ վտանգ՝ մյուս հաճախորդի և մասնագետի համար:

Դեզինֆեկցիան կատարում են բազմաթիվ մեթոդներով:

❖ Ֆիզիկական. իրականացվում է ճառագայթների կամ ջերմության միջոցով:

❖ Բիմիական. կատարում են հատուկ ախտահանող և դեզինֆեկցող նյութերով:

❖ Կենսաբանական. կիրառվում են հատուկ վարակների դեմ պայքարող միկրոօրգանիզմներ:

❖ Կոմբինացված /համակցված/ մի քանի դեզինֆեկցիոն մեթոդի կամ դեզինֆեկցիոն և ստերեիլզացիոն մեթոդների համակցում

Սրահներում հաճախ կիրառում են ֆիզիկական, քիմիական և կոմբինացված մեթոդները:

Ֆիզիկական մեթոդի ժամանակ կիրառում են հատուկ սարքեր, որոնք ախտահանում են իոնիզացնող՝ ուլտրաֆիոլետային ճառագայթներ: Սարքերը ներսից կարող են պատված լինել հայելիներով, որոնք նպաստում են ճառագայթների բեկմանը, ինչի շնորհիվ գործիքն ախտահանվում է բոլոր կողմերից: Ճառագայթների միջոցով ախտահանում են այն գործիքները կամ սարքերը, որոնց թույլատրված չեն լուծույթով կամ ջերմային ախտահանման տեսակները:

Քիմիական մեքորի ժամանակ կիրառում են հատուկ պատրաստված ախտահանող կամ դեզինֆեկցիոն լուծույթներ՝ ալամինոլ, անոլիտ, քլորամին, քլորհեքսիդին, սեպտոդոր, պրեսեպտ /նատրիումի հիպոքլորիդ/: Այս լուծույթները լինում են մեզ անհրաժեշտ տարբեր տոկոսայնությամբ /0,003-5%/, բոլորը բացում են ջրով: Ախտահանող լուծույթները կիրառում են աշխատատեղի, կահույքի, սարքերի, ձեռքերի ախտահանման և գործիքների նախնական ախտահանման համար: Դրանց մշակման համար նախատեսված են տարբեր տոկոսայնություններ: Ձեռքերի ախտահանման համար կիրառում են քլորամինի 1 %-ոց լուծույթ՝ 60 վայրկյանով: Ամեն հաճախորդից հետո կահույքն ախտահանում են քլորամինի 1,5 %-ոց լուծույթով՝ 15 րոպե:

Ջերմային և ճառագայթներով ախտահանումներից առաջ պարտադիր է կատարել գործիքների նախնական ախտահանում: Նախնական ախտահանումը սկսում են անմիջապես աշխատանքից հետո. գործիքները մշակում ենք 10 րոպե ախտահանող նյութերով, այնուհետև խոզանակով հոսող ջրի տակ մաքրում ենք գործիքի վրա աշխատանքից հետո մնացած նյութերը և այլ մնացորդները: Մաքրելուց հետո ընկղմում ենք պրեսեպտի լուծույթի մեջ՝ 30-45 րոպե, դրանից հետո նոր կարող ենք անցնել ջերմային կամ ճառագայթային ախտահանմանը:

Կանխարգելման նպատակով սրահներում այսօր անհրաժեշտ են առաջին օգնության հասարակ տուփեր /ապտեչկա/ և հատուկ հակա-ՄԻԱՎ-ի տուփեր, որտեղ պետք է ներառվեն՝

- 70 %-ոց բժշկական սպիրտ
- Յոդ /բրիլիանտի կանաչ լուծույթ/
- Կալիումի պերմանգանատի լուծույթ /մարգանցովկա/
- Քլորհեքսիդին

Դրանք կիրառվում են այն դեպքերում, եթե արյունն անցել է դեմքի կամ վնասված ձեռքի վրա: Դեմքին անցնելու դեպքում նախ և առաջ լվանում ենք հոսող ջրի տակ, այնուհետև մշակում ենք քլորհեքսիդինի 0,01-0,03 %-ոց լուծույթով: Գործիքով կամ ասեղով մաշկը վնասելու դեպքում կամ վերքերի մեջ

ներթափանցելու դեպքում, անհրաժեշտ է սեղմելով հանել արյան որոշ քանակ, այնուհետև մշակել 70 %-ոց սպիրտով, այնուհետև յոդով:

Ձեռքերի ախտահանող լուծույթները պետք է համապատասխանեն հետևյալ պահանջներին.

✓ Կիրառման մեջ լինեն հասարակ:

✓ Ախտահանող լուծույթի տարրերը պետք է արդյունավետ լինեն բոլոր տեսակի մանրէների /բակտերիաներ, վիրուսներ, սնկներ/ պայքարի դեմ:

✓ Ախտահանող լուծույթները չպետք է առաջացնեն գրգռվածություն, չորություն, շերտազատում, այսինքն՝ մաշկի համար պետք է լինեն հակատրոսպիկ և հիպոալերգիկ:

Ախտահանող նյութերի մեջ մտնող հիմնական բաղադրամասերը մի քանիսն են՝

➤ Քլորամին

➤ Տրիկլորան

➤ Քլորհեքսաիդին- սպիրտային հենքով լուծույթ է, որը պայքարում է միկրոբների և սնկների դեմ:

Այս ամենից հետևում է, որ մանրէների դեմ պայքարի համար կատարվում են մի շարք միջոցառումներ.

❖ Յուրաքանչյուր սրահ պետք է պարունակի ախտահանման համար նախատեսված սարքեր /ջերմային, ուլտրամանուշակագույն/:

❖ Ցանկացած մասնագետ, պետք է ունենա և ճիշտ կիրառի ախտահանող լուծույթները:

❖ Յուրաքանչյուր հաճախորդի համար անհրաժեշտ է կիրառել նոր զույգ ձեռնոց:

❖ Ցանկացած հաճախորդից առաջ և հետո պետք է լվանալ ձեռքերը հոսող ջրի տակ՝ օճառով, այնուհետև ախտահանել, հագնել ձեռնոց և նոր միայն անցնել բուն գործողությանը:

❖ Պարտադիր է յուրաքանչյուր հաճախորդից հետո կատարել աշխատատեղի և գործիքների ախտահանում:

❖ Գործիքների ախտահանումն անհրաժեշտ է կատարել անմիջապես աշխատանքն ավարտելուց հետո:

❖ Ախտահանված գործիքները պահում ենք հատուկ վակուումային պարկերում:

❖ Ընտրությունը հանգեցնել այն գործիքների և սարքերի վրա, որոնց թույլատրվում է մաքսիմալ ձևով ախտահանում:

❖ Պարտադիր է ճիշտ օդափոխանակության առկայությունը:

Այսպիսով, ախտահանումը ունի էական նշանակություն, և անհրաժեշտության դեպքում այն պետք է մանրամասն ներկայացվի հաճախորդին: Միակատարած կամ չկատարված ախտահանման դեպքում բարձրանում է տարբեր մանրէներով վարակման հավանականությունը և հետևաբար տարբեր հիվանդությունների զարգացումը: Իսկ դրա պատասխանատուն մասնագետն է:

**ԳԼՈՒԽ 6. ԵՂՈՒՆԳՆԵՐԻ ԱՐՎԵՍՏԱԿԱՆ
ԵՐԿԱՐԱՅՈՒՄ**

**«Եղունգների արհեստական երկարացման ձևեր
և փարափեասակներ /ձեռքերի և ոտքերի/» մոդուլ**

**Եղունգների արհեստական երկարացման
ընդհանուր բնութագիրը**

Եղունգների արհեստական երկարացումը կամ մոդելավորումն իրենից ներկայացնում է բարձրորակ, երկարատև և թանկարժեք գործընթաց, որը կատարվում է հատուկ պատրաստված արհեստական եղունգների՝ տիպսաների միջոցով: Դրանք ունեն իրենց սեփական պատմությունը: 1957 թ. «Nail System International» ընկերության կողմից առաջին անգամ արտադրվեցին արհեստական եղունգներ /տիպսաներ/: Արհեստական երկարացման համար օգտագործում էին ակրիլ /ատամնաբույժների կողմից օգտագործվող/, իսկ ձևավորման համար՝ փայլաթիթեղ /ֆոլգա/: 1976 թ. Հոլիվուդի դերասանուհիների շնորհիվ լայն տարածում գտավ արհեստական ակրիլ-ֆրենչ մատնահարդարումը, որը բնական տեսք ուներ և շատ պրակտիկ էր: Այս ժամանակաշրջանը հեղափոխական է համարվում մատնահարդարման զարգացման մեջ, քանի որ այն դարձավ արվեստ, և դրանով նոր շրջան վերապրեց; Այն զարգանում է մինչ օրս: Այսօր, եղունգների արհեստական երկարացումը լայն տարածում է ստացել և՛ ձեռքերի, և՛ ոտքերի մեխանիկական մշակման ոլորտում, մեծ ճյուղ է զբաղեցնում: Տարբերում ենք եղունգների արհեստական երկարացման զանազան ժամանակակից մեթոդներ և տեխնոլոգիաներ, որոնք մինչև օրս մոդերնիզացվում են՝ փոփոխվում և որակավորվում:

Գրագետ և որակյալ կատարած եղունգների երկարացումը ձևափոխում է ցանկացած տեսակի մատները: Երկար եղունգները մատներին տալիս են գեղեցիկ, խնամված և կոկիկ տեսք, սակայն, ինչպես ամեն գործում, պետք չէ չարաշահել, և անհրաժեշտ է իմանալ թույլատրված չափն ու սահմանը:

Նախ և առաջ մի՛ մոռացեք, որ յուրաքանչյուր մարդ անհատ է, և ինչը գեղեցիկ ու հմայիչ է համապատասխանում մեկին, շատ մեծ հավանականու-

թյամբ կարող է տհաճ լինել մյուսին: Դրա համար պետք է հաշվի առնել եղունգի կառուցվածքային առանձնահատկությունները՝ ձևը, հաստությունը, հարթությունը և որակը: Անգամ որակյալ և փորձառու մասնագետի համար նախնական, առանց եղունգի կառուցվածքի մանրակրկիտ ուսումնասիրության, արհեստական երկարացման մեթոդի ճիշտ ընտրությունը մեծ դժվարություն է ներկայացնում:

Արհեստական եղունգների ժամանակ լաքը հեռացնելու համար կիրառում ենք ցածր տոկոսայնությամբ նյութեր /հիմնականում ացետոն/, որպեսզի տիպսերը չքայքայվեն քիմիական ազդեցությունից: Տիպսերի երկարատև ազդեցությունը բացասաբար է անդրադառնում բնական եղունգների վրա:

Տարբերում ենք եղունգների ժամանակակից մոդելավորման մի քանի եղանակներ.

- ❖ Ակրիլային երկարացման մեթոդ
- ❖ Հելային երկարացման մեթոդ
- ❖ Երկարացում՝ բնական թելերով

Բոլոր մեթոդներն ունեն իրենց առավելությունները և թերությունները, դրա համար մասնագետը պետք է ստույգ տիրապետի բոլոր եղանակներին:

Ակրիլային մեթոդ. համարվում է ամենաանհարմարավետը, քանի որ կիրառվող ակրիլն օժտված է ուժեղ տհաճ հոտով: Մասնագետներն աշխատում են այդ թերությունը վերացնելու համար, և այսօր արդեն արտադրվում են ակրիլներ, որոնք համեմատաբար օժտված են ավելի քիչ տհաճ հոտով: Բացի հոտից, ակրիլը ուժեղ թունավոր /տոքսիկ/ նյութ է, որը լուրջ առողջական վնաս է հասցնում և՛ մասնագետներին, և՛ հաճախորդներին: Այդ պատճառով արտերկրում այն խստիվ արգելված է:

Հելային մեթոդ. ունի շատ մեծ առավելություններ, հետևաբար նաև բարձր արդյունավետություն: Բացասական կողմն այն է, որ երկարատև է և ծախսարար:

Բնական թելերով մեթոդ. համարվում է ամենահարվարավետ և կարճաժամկետ երկարացումը, որը հիմնականում կիրառում են տարբեր վերականգնողական պրոցեսների ժամանակ:

Նախքան մեթոդների մանրակրկիտ ուսումնասիրության անցնելը անհրաժեշտ է իմանալ արհեստական երկարացման դրական ու բացասական կողմերը և տիպերի տեսակներն ու ազդեցության մեխանիզմները:

Արհեստական երկարացման առավելությունները և թերությունները

Առաջնային առավելությունների շարքին է պատկանում ձեռքերի կամ ոտքերի մատների էսթետիկան: Տիպերի հարմարավետությունը և առավելությունն այն է, որ անգամ բնական եղունգների չխնամված լինելու դեպքում, դրանք մատներին արագ հաղորդում են գեղեցիկ և շքեղ տեսք: Մեծ դրական հատկություն է նաև լաքի «երկարակեցությունը», ինչպես նաև կողմնային գլանակների հարթ պատկերը:

Բացասական կողմերից գլխավորը՝ եղունգների վրա թողած վնասակար ազդեցությունն է: Անկախ երկարացման մեթոդից, բնական եղունգները ենթարկվում են վնասման, ինչի աստիճանը կախված է կիրառվող նյութերի որակից: Այսպես, անգամ բարձրորակ նյութերը, մեթոդի ճիշտ կատարումն ու տիպերի կարճաժամկետ պահպանումը որոշակի չափով վնասում են բնական եղունգները՝ ենթարկելով տարբեր աստիճանի դեֆորմացիաների: Իսկ ցածրորակ նյութերի կիրառումը, կարող է բնական եղունգներին մեծ առողջական վնաս հասցնել:

Չոհաբերել առողջությունը հանուն գեղեցկության՝ առնվազն անխելքություն է: Դրա համար, նախկան սկսելը պետք է մեծ ուշադրություն դարձնել բնական եղունգների առողջական վիճակին, այնուհետև ընտրել որակյալ նյութեր և ճիշտ կատարել գործընթացը:

Ի՞նչ փոփոխությունների է ենթարկվում բնական եղունգը արհեստական երկարացման ժամանակ:

Տիպերը կասեցնում են բնական եղունգների աճը, սնուցումը, արյան մատակարարումը: Բնական եղունգն անընդհատ գտնվում է ճնշման տակ, և դրա հետևանքով եղունգներն այտուցվում են, կորցնում զգայնությունը: Երկարատև ազդեցության դեպքում ենթարկվում են լուրջ փոփոխությունների՝ ատրոֆիաների, դիստրոֆիաների, սկավառակի կառուցվածքային խախտման,

եղունգի բորբոքման, եղունգի քայքայման, կարող են զարգանալ նաև սնկային հիվանդություններ: Եղունգի սկավառակը շերտազատվում է, փշրվում, գունափոխվում է /դեղնում և մգանում է/ և հաստանում: Եթե ախտահարումն ընդգրկում է աճման գոտին, ապա ընկճվում է եղունգի աճն ու զարգացումը, և արդյունքում եղունգը սկսում է քայքայվել: Առաջներում, երբ դեռ մանրամասն ուսումնասիրված չէին տիպսերը, շատ տարածված էին սնկային հիվանդությունները, հատկապես ոտքերի մատների:

Ախտահարված եղունգները պահանջում են երկարատև համալիր բուժում /ընդհանուր և տեղային դեղամիջոցների համակցում/, իսկ բարդացված դեպքերում ցուցված է ախտահարված բնական եղունգի հեռացում:

Այս ամենից խուսափելու համար անհրաժեշտ է նախապատրաստել բնական եղունգները, որպեսզի հնարավորինս քչացվի վնասակար ազդեցությունների զարգացումը:

Բնական եղունգների նախապատրաստում

Նախքան երկարացման մեթոդներին անցնելը պետք է ուսումնասիրել բնական եղունգների առողջական վիճակը, այսինքն՝ կատարել դիագնոստիկա: *Բնական եղունգների զանկազած տեսակի շեղումների կամ հիվանդությունների առկայության դեպքում, խիստ հակազուգված է եղունգների արհեստական երկարացման զանկազած մեթոդի կատարումը:*

Հիվանդությունների կամ ախտահարումների բացակայության դեպքում միայն կարող են անցնել եղունգի նախապատրաստմանը: Բնական եղունգները խարտում են և կտրում ըստ նախընտրած տիպսերի, այս ամենը կատարում են ամենայն զգուշությամբ: Հակառակ դեպքում մշակելիս առաջանում են միկրոտրավմաներ կամ միկրոճաքեր, որոնք նպաստում են, եղունգի մոդելավորումից հետո, բնական եղունգի բորբոքային կամ սնկային հիվանդությունների զարգացմանը:

Խորհուրդ է տրվում կուտիկուլան մշակել առանց կտրող գործիքների, քանի որ վնասման դեպքում երկարացման համար կիրառվող նյութերը գրգռում են այն՝ նպաստելով բորբոքմանը:

Բնական եղունգների վերականգնումը

Արհեստական երկարացումից հետո անհրաժեշտ է հանգիստ տալ բնական եղունգներին և կիրառել վերականգնողական միջոցներ: Վերականգնողական միջոցների համալիրն իր մեջ ներառում է՝ բաղնիքներ, դիմակներ, մերսում: Հատկապես բարձր արդյունք է տալիս պարաֆինոթերապիան:

Երկարատև մոդուլավորումից հետո բուժիչ համալիրի մեջ պետք է ներառել նյութեր՝ կալցիումի /Ca/ պարունակությամբ, իսկ օրգանիզմում՝ Ca-ի լավ ընկալման համար անհրաժեշտ է ընդունել D վիտամին, նաև խորհուրդ է տրվում կիրառելի A և E վիտամիններ: Խորհուրդ է տրվում օգտագործել այս վիտամինների յուղային տեսակը, որը մերսման շարժումներով տրորում ենք եղունգի սկավառակի վրա: Որոշ մասնագետներ կիրառում են նաև ձիթապտղի, չիչխանի, գերչակի, մասուրի, դեղձի և ծիրանի յուղերը: Բուժման ժամանակ մեծ նշանակություն ունի օրգանիզմի ընդհանուր սնուցումը, որի հետ ուղիղ փոխկապակցված է եղունգների վիճակը:

Բժիշկները խորհուրդ են տալիս կիրառել այն նյութերը, որոնք պարունակում են՝

➤ Վիտամին A. անհրաժեշտ է եղունգների աճի և ամրության համար: Վիտամին A-ն մտնում է հետևյալ սննդամթերքների կազմության մեջ՝ խոտաբույսեր, լոլիկ, գազար և լյարդ:

➤ Վիտամին B. նպաստում է օրգանիզմում սպիտակուցի ընդունման և սինթեզմանը, որն էլ եղունգի աճն ապահովող գլխավոր էլեմենտն է: Պարունակվում է՝ հացազգիների բույսերում /ցորեն, գարի/, այսինքն՝ հացաբուլկեղենում, կաղամբում, ձվի դեղնուցում, ընկույզում, բրինձի և ձկների մեջ:

➤ Կալցիումն ապահովում է եղունգների ամրությունը և նպաստում աճի պրոցեսի արագացմանը: Կալցին մտնում է կաթնամթերքների կազմության մեջ:

➤ Յոդ J-ը նպաստում է եղունգի աճին, պարունակվում է՝ ծովա կաղամբում և այլ ծովային մթերքներում:

➤ Երկաթն/Fe/ անհրաժեշտ է եղունգների սկավառակի ճիշտ կառուցվածքի կազմակերպման և ձևավորման համար: Մեծ քանակով առկա է խնձորի և տավարի մսի մեջ:

➤ Սիլիցիում Si- ն սիլիցիումը կամ կրեմնիյի, ապահովում է եղունգների էլաստիկությունը և ամրությունը: Մեծ քանակով պարունակվում է թարմ բանջարեղենում:

➤ Ծծումբ S- ն կանխարգելում է բորբոքուման ռեակցիաները և մեծ դեր է խաղում եղունգի կառուցվածքի գործընթացում: Մտնում է կաղամբի, վարունգի և սոխի կազմության մեջ:

Վերականգնողական միջոցներն առնվազն պետք է կատարել 2 շաբաթ տևողությամբ, իսկ ընդմիջումը մինչև հաջորդ արհեստական երակարեցումը պետք է կազմի 10-15 օր:

Արհեստական եղունգներ /տիպեր/

Տիպերը պատրաստվում են բարձրորակ սինթետիկ նյութերից, որոնք տեղադրվում են բնական եղունգների վրա՝ հատուկ սոսնձի միջոցով: Տիպերը պետք է համապատասխանեն հետևյալ պահանջներին.

- Դիմացկունություն
- Առածգականություն
- Ճշգրտություն

Տիպերի մակերեսները լինում են գոգավոր, տափակ և այլ ձևերի: Այս բազմազանությունը թույլ է տալիս ստանալ ամեն հաճախորդի համար անհատական կպում և նստեցում:

Տիպերի ընտրումը երկարացման գործում ամենաէական նշանակություններկայացնող փուլն է: Փոքր չափի դեպքում տիպը ճնշում է բնական եղունգի սկավառակը: Երկարատև մնալու արդյունքում այն եղունգը ենթարկում է զանազան դեֆորմացիաների: Եթե բնական եղունգմների չափով չկան համապատասխան տիպեր, ապա նախընտրելի են մեծ համարի տիպսաները, որոնք հետագայում խարտվում են համաձայն անհրաժեշտ չափի:

Տիպերի ներքին մակերեսը բաղկացած է 2 մասերից՝ մակերեսային շերտից և հատուկ գծերից /խազերից/: Մակերեսային շերտը բարակ է, այն ապահովում է կպումը /ադգեզիան/ բնական եղունգի հետ: Անհրաժեշտության դեպքում, օրինակ՝ փոքր, կարճ եղունգի հատակի ժամանակ, կարճացնում են նաև մակերեսային շերտի հատվածը կամ կիրառում են տիպեր փոքր մակերեսով:

Գծերը կամ խազերը պետք է հստակ համապատասխանեն բնական եղունգի գծերին, միայն այս դեպքում մենք կստանանք մեզ անհրաժեշտ չափի ու ձևի ճշգրտությունը և դրանով պայմանավորված՝ դիմադրությունը:

Տիպսերը ձևավորելիս, խարտելու ժամանակ, պետք է հաշվի առնել բնական եղունգին հնարավոր ամենատեղիար չափը, որից նույնպես կախված է դիմադրության ուժգնությունը: Տիպսերը կտրում են հատուկ նախատեսված աքցաններով, բնական եղունգների համար մկրատների կամ աքցանների կիրառումը կրերի տիպսի կտորմանը: Տիպսերի հաստությունը չի ապահովում բարձր որակը և երկարատևությունը:

Արհեստական եղունգները, անկախ երկարացման եղանակից, պետք է լինեն բնական, գեղեցիկ:

Խորհրդատվություններ

- Տիպսի սխալ տեղադրելու կամ հատվածի կտորման դեպքում չի թույլատրվում այն հեռացնել, անհրաժեշտ է խարտելու միջոցով ձևավորիսել:

- Անգամ մեկ հաճախորդի ժամանակ խորհուրդ է տրվում հիմնականում օգտագործել տարբեր չափերի տիպսեր՝ պայմանավորված եղունգների սկավառակների տարբեր չափսերով և ձևերով:

- Եթե տիպսը տեղադրելիս բշտիկ /փուչիկ/ է առաջացել, ապա անհրաժեշտ է հեռացնել այն, մաքրել բնական եղունգի մակերեսը և տեղադրել նորը:

- Խորհուրդ է տրվում տեղադրելուց առաջ մաշկը լավ չորացնել, իսկ եղունգները մանրակրկիտ դեհիդրատացնել և ճարպագրկել:

Տիպսերի երկարությունը

Տիպսերի երկարությունը մեծ դեր է խաղում դիմադրության գործում և հետևաբար էական նշանակություն ունի տիպսերի երկարատևության մեջ: Տիպսերի երկարությունը չպետք է գերազանցի բնական եղունգի սկավառակի չափը: Հակառակ դեպքում խախտվում է էսթետիկան, և առաջանում է լծակի էֆեկտը: Լծակի էֆեկտի առաջացումը պայմանավորվում է նրանով, որ տիպսի առավել երկար լինելու դեպքում ստեղծվում է ավելի մեծ ճնշում, քան եղունգի սկավառակի վրա, որը սկզբից բերում է տիպսի ազատ եզրի, իսկ հետագայում ընդհանուր կտորմանը:

Շատ կարևոր է եղունգների երկարացման մեջ սկսնակ հաճախորդի համար կիրառել առնվազն թույլատրված համարի տիպսեր, որպեսզի բնական եղունգներն աստիճանաբար հարմարվեն առաջացած ճնշմանը: Հարմարումը /աղապատացիան/ նվազեցնում է բնական եղունգի վրա առաջացած ճնշումը և բացասական ազդեցությունները, ինչպես նաև կանխարգելում լծակի էֆեկտի առաջացումը:

Տիպսերի շտկումը

Արհեստական երկարացումը չի ավարտվում տիպսերի տեղադրումով, այն անընդհատ պահանջում է ուշադրություն և խնամք: Տիպսերն անգամ ճիշտ տեղադրելու դեպքում, հաճախորդի անզգույշ վարվելու դեպքում կարող են հեշտությամբ ճաքել, կոտրվել և պոկվել: Այդ ամենից խուսափելու համար խորհուրդ է տրվում՝ արհեստական երկարացումից հետո ժամանակ առ ժամանակ այցելել մասնագետին, որպեսզի կատարվի տիպսերի գնահատում /դիագնոստիկան/:

Շտկումն իր մեջ ներառում է սուր եզրերի վերացում, ճաքերի և փոքր կոտրվածքների վերականգնում, մեծ կոտրվածքների հեռացում և տիպսի ձևավորում, իսկ պոկվելու դեպքում՝ փոխարինվում է նորով: Միկրոճաքերի առաջացումը վտանգավոր է, քանի որ նրանք անտեսանելի են անզեն աչքի համար, սակայն խախտվում է հերմետիկությունը տիպսի և բնական եղունգի միջև, ինչը նպաստում է բորբոքման և սնկային հիվանդությունների առաջացմանը: Այսպես ճիշտ և ժամանակին կատարած շտկումը բարելավում է եղունգի առողջական վիճակը:

Ակրիլային կամ հելային մեթոդների դեպքում խորհուրդ է տրվում 1-2 շաբաթ մեկ կատարել եղունգների դիագնոստիկան և, խնդիրների առկայության դեպքում, արագ շտկել այն: Ժամանակին չկատարված կամ սխալ կատարված շտկումը եղունգին հաղորդում է տհաճ տեսք և հանգեցնում է բորբոքային ու սնկային հիվանդությունների զարգացմանը: Եթե ակրիլը կամ հելը տեղադրվել է բնական եղունգի վրա, ապա պետք է շտկել եղունգի և նյութի միջև եղած սահմանը. հեռացնում ենք նյութի կեսը և ավելացնում նյութի մեջ ան-

հրաժեշտ քանակը, իսկ տիպսի երկարությունը խարտվում է՝ համապատասխան բնական եղունգի սկավառակի չափի:

Ակրիլային մեթոդով տեղադրված տիպսերը հեռացվում են հատուկ լուծիչների շնորհիվ: Ակրիլային զանգվածը հեշտությամբ է հեռացվում, և բնական եղունգին մեծ վնաս չի հասցնում: Հելը լուծիչներով չի հեռացվում, հեռացնելու համար կիրառում են մեծ ուժգնությամբ խարտոցներ կամ սարքերի հատուկ նախատեսված ծայրակալներ:

Եթե հաճախորդը ցանկանում է փոխել տիպսերի դիզայնը, խորհուրդ չի տրվում այն փոխարինել հին տիպսերի վրա, քանի որ այս դեպքում մենք չենք ստանա մեզ անհրաժեշտ բարձր էսթետիկա: Դրա համար տիպսերի ոճը փոխելու դեպքում պետք է այն փոխարինել մեզ անհրաժեշտ դիզայնի նոր տիպսերով:

Ձեռքերի եղունգների արհեստական երկարացում

Տարբերում ենք ձեռքերի եղունգների արհեստական երկարացման մի քանի տեսակներ.

- Ակրիլային մեթոդը համարվում է անհարմարավետ, քանի որ կիրառվող ակրիլը, օժտված է ուժեղ տհաճ հոտով: Մասնագետներն աշխատում են այդ թերությունը վերացնելու համար և այսօր արդեն արտադրվում են ակրիլներ, որոնք օժտված են համեմատաբար քիչ տհաճ հոտով, սակայն տոքսիկության պատճառով այն քիչ է կիրառվում և նախընտրություն է տրվում մյուս մեթոդներին:

- Հելային մեթոդ. ունի շատ մեծ առավելություններ, հետևաբար նաև բարձր արդյունավետություն: Բացասական կողմերից է այն, որ երկարատև է և ծախսարար:

- Բնական թելերով մեթոդը համարվում է ամենահարվարավետ և կարճաժամկետ երկարացումը, որը հիմնականում կիրառում են տարբեր վերականգնողական պրոցեսների ժամանակ:

- Երկարացում խեժի միջոցով: Կիրառվող խեժը ծառի խեժ չէ, այն ստանում են արհեստական ճանապարհով և քիմիական կառուցվածքով նման է հելի:

Հելալին երկարացման մեթոդ

Եղունգների հելալին երկարացման մեթոդը կատարում են տիպսաների վրա, շաբլոնների վրա և բնական եղունգների վրա: Հելն իրենից ներկայացնում է ձգվող սոսնձանման զանգված, որի կարծրացման համար անհրաժեշտ է ուլտրամանուշակագույն լույսի կիրառումը: Տարբերում ենք հելի մեկ ֆազանի, երկու ֆազանի և եռաֆազանի տեսակները, որոնցից պայմանավորվում է տեղադրվող հելի շերտերի քանակությունը /1-3/: Հելի յուրաքանչյուր շերտ կարծրացնում ենք ուլտրամանուշակագույն լամպով՝ 2-3 րոպե տևողությամբ:

Հելերը լինում են տարբեր գույների: Թափանցիկ հելը եղունգին հաղորդում է բնական երանգ, իսկ սպիտակ հելի հետ համակցումը հնարավորություն է տալիս կատարել ֆռենչ մանիկյուր: Մոդելավորումը հելի հետ պահանջում է մանրակրկիտ ճշգրտություն և նուրբ կատարում: Եղունգի շրջակա մաշկի վրա հելի ավելցուկի անցման դեպքում այն անհասպաղ պետք է հեռացնել նարնջային փայտիկի միջոցով, հակառակ դեպքում առաջանում է գրգռվածություն: Չի թույլատրվում թողնել ավելցուկ նաև եղունգի սկավառակի վրա, քանի որ հետագայում այն շերտազատվում է, խախտում է հերմետիկությունը և նպաստում բորբոքային և սնկային հիվանդությունների զարգացմանը:

Մոդելավորումը շաբլոնների միջոցով կատարում են կարճ, փոքր, փափուկ և անհարթ սկավառակների դեպքում, որոնց ժամանակ հակացուցված է տիպսաների կիրառումը: Շաբլոնները պետք է ուղիղ կաշեն եղունգներին: Այնուհետև շաբլոնի առաջնային եզրը հարմարեցնում են բնական եղունգի ծայրին և ֆիքսում կողմնային հատվածները, որպեսզի իդեալական ապահովեն արհեստական եղունգի S-աձև ակոսը: Չևաչափը պետք է համապատասխանի բնական եղունգի ուղղությամբ, որի շնորհիվ ստացվում է հարթ և հավասար չափ: Դրանից հետո միայն վրձինով վերցնում են հելի փոքր կաթիլ, որը տեղադրում ենք ձևաչափի ազատ եզրին: Կաթիլը տարածում ենք ամբողջ շաբլոնի մակերեսով հավասարաչափ, իսկ ծայրային մասում՝ գլանակների և շաբլոնի տարածություններում պետք է մնա ազատ, բարակ մի տարածություն: Հելի մոդելավորումը վերջնականորեն ավարտելուց հետո /եթե կատարվել է միաֆազ՝ մեկ

շերտով/, անհրաժեշտ է չորացնել ուլտրամանուշակագույն լույսի տակ: Ապա շաբլոնները վերջնական խարտում են և հարթեցնում:

Հելալին երկարացում տիպսերի կիրառությամբ

Նախնական փուլի ժամանակ անհրաժեշտ է պատրաստել բնական եղունգները. կտրում են, թողնելով եղունգի մառնվազն չափը, այնուհետև խարտում են, հարթեցնում՝ ապահովելով սկավառակի և տիպսի մեխանիկական կպումը, իսկ կողմնային մաշկը և սկավառակը մաքրում ենք փոշուց՝ հատուկ վրձնի միջոցով: Այնուհետև ընտրում ենք ամեն ձեռքի յուրաքանչյուր մատին համապատասխանող առանձին տիպսեր: Տիպսերի ներքին մակերեսի այն հատվածը, որտեղ քսելու ենք սոսինձը, խարտում ենք հատուկ նախատեսված խարտոցներով: Սոսինձը տեղադրում ենք տիպսերի ներքին մակերեսին, հատուկ նախատեսված տեղերում, սկզբից տեղադրում ենք մեկ կաթիլ, որը վրձնի օգնությամբ հավասարաչափ տարածում ենք ներքին մակերեսով: Չի թույլատրվում թողնել ավելորդ սոսինձ, քանի որ դա կխանգարի լավ կպմանը: Տիպսն ուղիղ տեղադրում ենք եղունգի վրա և մի քանի վայրկյան սեղմում ենք մեծ մատով, այնպես, որ չառաջանան օդի պղպջակներ: Այնուհետև ձևավորում ենք տիպսը՝ տալով մեզ անհրաժեշտ երկարությունը: Տիպսի ազատ եզրը խարտելու համար կիրառում ենք 180 աստիճանի շափի խարտոցներ: Հելը վրձնի օգնությամբ տեղադրում ենք տիպսի վրա և հավասարաչափ տարածում ամբողջ մակերեսով: Հելը վերջնական մոդելավորելուց հետո տիպսերը կարծրացնում ենք ուլտրամանուշակագույն լույսով: Կարծրացումից հետո տիպսերին տալիս են վերջնական տեսք ու մանրակրկիտ հարթեցնում են:

Հելով երկարացման մեթոդը տևում է 2-3 ժամ: Շտկումը անհրաժեշտ է կատարել 2-3 շաբաթը մեկ:

Խեժով երկարացում

Մեր ոլորտում օգտագործվող խեժը չունի բնական ծագում և չունի ոչ մի ընդհանուր պատկեր ծառի բնական խեժի հետ: Այն ստանում են սինթետիկ, քիմիական ճանապարհով և կազմությամբ շատ մոտ է հելերին: Ինչպես և հելերը, խեժերը նույնպես բաժանվում են մեկ, երկու կամ երեք ֆազային տեսակների, և կարծրացման համար նույնպես անհրաժեշտ է ուլտրամանուշա-

կագույն լույսի առկայությունը: Կատարում են տիպսերի օգնությամբ՝ նույն հերթականությամբ: Շտկումն անհրաժեշտ է կատարել 2-3 շաբաթը մեկ:

Խեժի առավելությունն այն է, որ տիպսի ազատ եզրի կոտրման դեպքում քույլ է տալիս վերականգնել այն՝ առանց բարդությունների և հետագա խնդիրների առաջացման: Լինում են դեպքեր, երբ վերականգնման համար համակցում են արհեստական ծայրակալներ կամ բնական թելեր:

Արհեստական ծայրակալները լինում են տարբեր չափերի, որոնք կիրառվում են ըստ առաջացած դեֆեկտի տարածքի: Ծայրակալները ամրացնում են սոսնձի միջոցով: Կարծրանալուց հետո մանրակրկիտ հարթեցվում են՝ հատկապես միացման սահմանը:

Փոքր դեֆեկտների առկայության դեպքում համակցում են բնական թելերը /մետաքս, ապակեթել/, որոնց համապատասխան հատվածը տեղադրում են դեֆեկտի վրա՝ ացետոնով ներծծված նարնջային փայտիկի միջոցով: Թելի ավելցուկները հեռացվում են, վրայից տեղադրում նախնաներկի /գրունտով-կայի/ պաշտպանիչ շերտ, հետո տեղադրվում է էմալը /վերին պաշտպանիչ շերտ/ և այդ ամենը ամրացնում են ֆիքսող լուծույթով:

Ծայրակալների հետ համեմատած թելերն ավելի արագ և հեշտ են տեղադրվում, սակայն նուրբ են և ցանկացած տեսակի ուժ գործադրելիս հեշտությամբ պոկվում են:

Երկարացում բնական թելերի միջոցով

Բնական թելերով երկարացում բառակապակցությունը, ըստ որոշ մասնագետների, սխալ է, քանի որ թելերը 95 % դեպքերում կիրառվում են միայն եղունգների վերականգնման համար: Թելերը պատրաստվում են բնական հումքից, այդ պատճառով կոշվում են բնական, սակայն ըստ պատրաստման եղանակի լինում են՝ բնական և արհեստական: 2 դեպքում էլ պարտադիր պատրաստվում են միայն բնական նյութերից:

Տարբերում ենք թելերի մի քանի տեսակներ.

- ❖ Մետաքս
- ❖ Վուշ /կտավատ/
- ❖ Ապակեթելեր

❖ Ապակեիոնոմերային թելեր

❖ Ֆայբերգլաս

Թելերից ամենաամուրը և երկարակյացը վուշն է: Թելերը լինում են տարբեր գույների: Գրանք եղունգի դիզայնին համապատասխանեցնելու համար կիրառում են առանց հելի, խեժի կամ ակրիլի ավելորդ ծախսի: Թելերը կիրառում են, երբ կոտրվել են բնական եղունգները կամ տիպսերը, որոնց դեպքում հնարավոր չէ, կամ էսթետիկորեն հարմար չէ կատարել մեխանիկական մշակում:

Տեղադրում են դեֆեկտի վրա ացետոնով ներծծված նարնջային փայտիկի միջոցով: Թելի ավելցուկները հեռացվում են, վրայից տեղադրում նախնաներկի /գրունտովկայի/ պաշտպանիչ շերտ, այնուհետև տեղադրվում է էմալը /վերին պաշտպանիչ շերտ/ և այդ ամենը ամրացնում են ֆիքսող լուծույթով:

Թելերը հեշտ և արագ են տեղադրվում, սակայն կարճաժամկետ են և մնալուն չեն:

Ուրքերի եղունգների արհեստական երկարացում

Ուրքերի եղունգների արհեստական երկարացումը կրում է բուժիչ-էսթետիկ նպատակ: Այսինքն՝ ի տարբերություն ձեռքերի եղունգների, ուրքերի եղունգների մոդելավորումը կատարում են էսթետիկ լուրջ շեղումների դեպքում: Էսթետիկ շեղումները լինում են բնածին և ձեռքբերովի: Ձեռքբերովի շեղումներն առաջանում են տարբեր հիվանդությունների հետևանքով՝ սնկային, բորբոքային, եղունգի դիստրոֆիկ ախտահարումներ և այլն: Մոդելավորումը սկսելու համար առաջնային պայման է պատճառային հիվանդությունների ելքը՝ վերջնական բուժումը:

Եղունգների մոդելավորում

Ուրքերի եղունգների մոդելավորումն ավելի քիչ ժամանակ է պահանջում, քան ձեռքերի եղունգների մոդելավորումը: Դա պայմանավորվում է նրանով, որ հաճախ մոդելավորումն ուղղված է եղունգի հարթեցմանը, կամ պաշտպանիչ շերտի ապահովմանը: Ուրքերի եղունգները մոդելավորելիս պետք է ընտրել առնվազն թույլատրելի երկարությունը, հակառակ դեպքում կոշիկի հետ անընդհատ շփման հետևանքով, կիանգեցնի բարդությունների զարգացմանը:

Այսպիսով, ուտքերի եղունգների մոդելավորման կարճաժամկետությունը մեծ առավելություն է:

Եղունգի ազատ եզրի ձևը և երկարությունը

Եղունգների արհեստական երկարացման մասին խոսելիս շատերը պատկերացնում են անհավանական երկար եղունգներ, սակայն դա այդպես չէ: Եղունգները պետք է ունենան այն երկարությունը, որը չի խանգարում կրել ցանկացած տեսակի կոշիկներ: Երկարությունը չպետք է գերազանցի մատի բարձրիկին:

Ազատ եզրի ձևը հիմնականում պետք է ունենա քառանկյունաձև, որը պայմանավորված է նրանով, որ ուտքերի կուտիկուլան հիմնականում լինում է քառակուսի: Այս պայմանից է կախված ուտքերի եղունգների մոդելավորման բարձր էսթետիկությունը:

Եղունգի սկավառակի երկարացում

Հաճախ լինում են դեպքեր, երբ ոտքի եղունգի սկավառակը վնասվածքի կամ հիվանդության հետևանքով ենթարկվում է կրճատման, այսինքն չափերով փոքրանում է, և եղունգի բնականոն գործունեությունը վերականգնելու համար անհրաժեշտ է վերականգնել բնական երկարության չափը: Ուտքերի եղունգների «ժպտման գիծը» չեն ձևավորում օվալաձև կամ կլոր, այլ ձևավորում են մատի և կուտիկուլայի տեսքով, որը հաճախ քառակուսի է լինում: Այդ պատճառով անհրաժեշտ է տիպսերը ամրացնելիս ճիշտ միացնել և ձևավորել անկյան հատվածները: Իդեալական վիճակում տիպսի այդ գիծն ամբողջովին զուգահեռ է եղունգի «ժպտման գծին»:

Գույնի ընտրություն

Արհեստական նյութի գույնի ընտրությունը համապատասխանեցվում է մաշկի գույնին և բնական եղունգի երանգին: Ծածկող նյութը չպետք է տարածվի ամբողջ եղունգի մակերեսով, այն ամենաշատը պետք է տեղակայվի եղունգի 1/3-րդ հատվածում: Տվյալ պահանջը հիմնավորվում է նրանով, որ ծածկող նյութերի քիչ քանակն ապահովում է եղունգի կեռատիմի հետ ավելի բարձր կպում: Ֆանկալի է, որ ծածկող նյութերը լինեն բաց երանգների, որպեսզի չխանգարեն եղունգի հետագա գեղարվեստական մշակմանը /դիզայ-

նին/։ Դրա համար նախընտրություն է տրվում ծածկող նյութերի բաց երանգների՝ մարմնագույն, երկնագույն, բաց վարդագույն։ Բացառություն են կազմում թափանցիկ և սպիտակ գույները, որոնք պարունակում են տիտանի երկօքսիդ, որն ուժեղ ներկող նյութ։

Բնական եղունգների մշակում

Ոտքերի եղունգների մոդելավորման ժամանակ նույնպես անհրաժեշտ է կատարել բնական եղունգների նախնական պատրաստում, սակայն մինչև եղունգներին անցնելը պարտադիր պետք է կատարել ոտքերի հիգիենիկ մեխանիկական մշակում։

Բնական եղունգները խարտում և կտրում են ըստ նախընտրած տիպսաների և այս ամենը կատարում են ամենայն զգուշությամբ։ Հիմնականում կիրառում են 240 աբրազիվության խարտոցներ, այնուհետև եղունգները մանրակրկիտ հարթեցվում են, և հեռացվում են խոնավության, ճարպի և այլ մնացորդները։

Միսալ կամ անզգույշ մշակելու դեպքում առաջանում են միկրոտրավմաներ կամ միկրոճաքեր, որոնք նպաստում են, եղունգի մոդելավորումից հետո, բնական եղունգի բորբոքային կամ սնկային հիվանդությունների զարգացմանը։ Խորհուրդ է տրվում կուտիկուլան մշակել առանց կտրող գործիքների կիրառման, քանի որ վնասման դեպքում երկարացման համար կիրառվող նյութերը գրգռում են այն՝ նպաստելով բորբոքմանը։

Ոտքերի եղունգների արհեստական երկարացման հեխային մեթոդը

Ոտքերի եղունգների մոդելավորման համար մասնագետները խորհուրդ են տալիս կիրառել հեխային երկարացման տեխնիկան։ Հելն իրենից ներկայացնում է փուփուկ և ճկուն նյութ, որով պայմանավորվում է ձևավորման բարձր արդյունավետությունը։ Կիրառում են ավանդական սպիտակ-վարդագույն ֆռենչի դիզայնի ժամանակ, և բնական եղունգների երկարատև լաքապատման կամ ամրացման համար։

Բնական եղունգների վերածածկում

Բնական եղունգների վերածածկի համար հելն ամենալավ միջոցն է, քանի որ մեզ անհրաժեշտ բարակ շերտը լրիվ ապահովում է էսթետիկ և գեղեցիկ տեսքը, պահպանում բնական եղունգները կոտրվելուց և ճաքելուց: Ապահովելով բարձր հերմետիկություն՝ կանխարգելում է եղունգի տարբեր հիվանդություններով վարակվելու հավանականությունը:

Բնական եղունգները ձևավորում են, խարտում, այնուհետև մշակում են դե-հիդրատացնող և ճարպագրկող նյութերով:

Նշվել է, որ տարբերում ենք միաֆազ, երկֆազ և եռֆազ հելերը: Ուրբերի եղունգների համար մասնագետները խորհուրդ են տալիս կիրառել եռֆազանի մեթոդը:

Եռֆազանի մեթոդ

Կուսումնասիրենք ավանդական ֆռենչ գեղարվեստական ձևավորման վրա: Բնական եղունգները մշակելուց հետո եղունգները վերածածկում են ադ-գեզիվ նյութի բարակ շերտով, որը մեծացնում է եղունգի և հելի կալումը: Սոսն-ձող նյութերը շուկայում հանդիսանում են տարբեր անվանումներով՝ ադգեզիվ, բոնդ, բոնդինգ համակարգեր, որոնց տեսականին շատ լայն է և դրանք ան-ընդհատ վերափոխվում են: Սոսինձների կարծրացման /չորացման/ ժամանա-կատվածը, ազդեցությունը, ուժգունությունը և ժամկետը տարբերվում են մեկը մյուսից՝ կախված արտադրող ընկերությունից: Այդ առումով պետք է մանրա-մասն ուսումնասիրել յուրաքանչյուրի օգտագործման կանոնները և հատկու-թյունները:

Սոսինձը տեղադրելուց հետո եղունգները ծածկում ենք բարակ, թափան-ցիկ վարդագույն հելի շերտով, որը հավասարաչափ տարածում ենք եղունգի ամբողջ մակերեսով: Այնուհետև եղունգի ազատ եզրը ձևավորում ենք հաճա-խորդի նախընտրած սպիտակ գույնի տարբեր երանգներից մեկով:

Հելի հաստությունը պետք է հավասար լինի եղունգի ամբողջ մակերեսով՝ թե՛ կենտրոնում, թե՛ ազատ եզրի շրջանում: Բոլոր եղունգները ձևավորելուց և հավասարաչափությունն ապահովելուց հետո տեղադրում ենք ուլտրամանու-շակագույն լամպի մեջ՝ կարծրանալու համար:

Հիմնական շերտի կարծրացումից հետո եղունգը ծածկում ենք պաշտպանիչ, քափանցիկ հելով, իսկ թերությունների առկայության դեպքում ծածկում ենք շտկող /կամլիզացնող/ նյութով: Անհրաժեշտության դեպքում նոր ստեղծած մակերեսը կարելի է խարտել, միայն առանձնահատուկ ուշադրություն պետք է դարձնել տիպսի և բնական եղունգի կպման սահմանին: Կուտիկուլայի հատվածը պետք է զգուշությամբ խարտել, որպեսզի չվնասենք այն և չնպաստենք բորբոքման զարգացմանը:

Վերջնական ձևավորելուց և հարթեցնելուց հետո եղունգը պատում ենք հերմետիկ հելի շերտով, որը պետք է ծածկի եղունգի ամբողջ մակերեսը հավասարաչափ և առանց բացթողումների: Այս պահանջների կատարումը շատ կարևոր է, քանի որ դրանցով է պայմանավորվում երկարացման գործընթացի արդյունավետությունը և երկարատևությունը:

Եղունգի սկավառակի շտկում

Հանդիպում են դեպքեր, երբ հաճախորդը կարիք չունի արհեստական երկարացման, այլ պարզապես առկա են փոքր չափերի դեֆեկտներ, որոնք անհրաժեշտ է շտկել: Ոտքերի վրա հիմնականում հանդիպում են մեծ մատի եղունգի կողմնային /լատերալ/ հատվածների շերտազատում:

Մշակում ենք բնական եղունգը, այնուհետև վերածածկում հիմնային նյութով և կարծրացնելուց հետո, կախված դեֆեկտի չափից, ծածկում ենք սկավառակի 1/3-րդը կամ 2/3-րդը շտկող /կամլիզացնող/ նյութով: Շտկող նյութի կարծրացումից հետո հեռացնում ենք եղունգի վրա առաջացած կպչուն մակերեսը, ձևավորում ենք «ժպտման գիծը», մոդելավորում սկավառակը սպիտակ հելով, կարծրացնում ենք և վերածածկում ենք հերմետիկով:

Սկավառակի երկարացում

Ոտքերի եղունգների սկավառակի հելային երկարացման համար կիրառում ենք և՛ տիպսեր, և՛ ստանդարտ ձևաչափեր՝ շաբլոններ: Տիպսերի և շաբլոնների ընտրությունը և ձևավորումը հիմնվում են նույն կանոններով, որոնք կիրառում են ձեռքերի եղունգների արհեստական երկարացման ժամանակ: Միակ առանձնահատկությունն այն է, որ անհրաժեշտ է կիրառել քափանցիկ

տիպսեր և շաբլոններ, որպեսզի ապահովենք լավ կարծրացումը /պոլիմերի-
զացիա / և բարձր էսթետիկությունը:

Բնական եղունգը մշակելուց հետո տեղադրում ենք թափանցիկ բաց վար-
դագույն հիմնային հել, կարծրացում ենք այն, այնուհետև վերածածկում ենք
շտկող հելով: Շտկող հելը պարտադիր հավասարաչափ ենք տեղադրում, իսկ
ձևավորումն ավարտում ենք կուտիկուլայի հատվածում, հատկապես կողմնա-
յին շրջաններում, որոնք համապատասխանում են «ժպտման գծին»: Այնուհե-
տև ձևավորում ենք եղունգի ազատ եզրը:

Յուրաքանչյուր եղունգի վերջնական ձևավորումն ավարտելուց հետո կա-
տարում ենք ամեն եղունգի համար առանձին նախնական կարծրացում՝ 10-15
վայրկյան տևողությամբ: Բոլոր եղունգների նախնական կարծրացումից հե-
տո կատարում ենք վերջնական կարծրացում /պոլիմերիզացիա/ տեղադրելով
բոլոր եղունգները ուլտրամանուշակագույն լամպի մեջ 2-5 րոպե տևողու-
թյամբ: Այնուհետև եղունգը վերածածկում ենք հերմետիկ նյութով:

Հելային վերածածկը բավականին բարակ է, դրա համար խորհուրդ չի
տրվում տեղադրել երկար եղունգներ, այլ անհաժեշտ է կատարել առնվազն
ներկայացվող պահանջները.

- «ժպտման գծի» ճիշտ ձևավորում
- Ազատ եզրի համապատասխան մոդելավորում
- Կողմնային հատվածների մանրակրկիտ վերածածկ
- Ընդհանուր սկավառակի հավասարաչափ և բարակ վերածածկում

Միսլ ձևավորման դեպքում, եթե դեռ չի կիրառվել հերմետիկ նյութը, հեշ-
տությամբ կարելի է ձևը ուղղել, սակայն եթե արդեն կիրառվել էր հերմետիկը,
անհրաժեշտ է նորից սկսել ամբողջ գործընթացը:

Հելային լաքապատում

Բացի եղունգի մոդելավորմանը, հելերը կիրառում են նաև բնական եղունգ-
ների լաքապատման համար: Լաքապատման համար կիրառում ենք ոչ թե հե-
լեր, այլ հելային հիմք ունեցող լաքեր: Այսօր ներկայացվում է հելային լաքերի
բազմազան տեսակներ, որոնք ի տարբերություն հասարակ լաքերիի ավելի դի-
մացկուն են, արդյունավետ, երկարակյաց և օժտված են բարձր էսթետիկայով:

Մշակում ենք եղունգը, այնուհետև հավասարաչափ ծածկում այն աղգեզիվ նյութով, հետո տեղադրում ենք հիմնային, թափանցիկ, բաց-վարդագույն նյութի շերտ: Հիմնական նյութի պոլիմերիզացիայից հետո անցնում ենք «ժպտման գծի» ձևավորմանը՝ եղունգի եզրի վրա տեղադրում ենք հելալյին լաքը, որը ձևավորում ենք տարբեր չափերի վրձիններով:

Եթե կարիք կա բնական եղունգի գույնը շտկելու, ապա նախ և առաջ եղունգը վերածածկում ենք շտկող՝ կոմլիզացնող նյութով: Շտկող նյութի պոլիմերիզացիայից հետո տեղադրում ենք հիմնային նյութը, որից հետո նոր տեղադրում ենք հելալյին լաք և կատարում վերջնական գեղարվեստական ձևավորում:

Հելալյին լաքի հաստ շերտով տեղադրման կամ սխալ ձևավորման դեպքում հնարավոր է կատարել ուղղումներ, քանի դեռ եղունգը հերմետիկով չեն մշակել:

Ախրահարված եղունգների արհեստական երկարացում

Ոտքերի եղունգների արհեստական երկարացումը, բացի էսթետիկ նշանակությունից, կրում է նաև բուժիչ-վերականգնողական հատկություն: Բուժիչ-վերականգնողական հատկություն ասելով, հասկանում ենք հիվանդությունների վերջնական բուժումից հետո մնացած հետքերի կամ այլ պատճառներով մեխանիկական՝ վնասվածքային, քիմիական և այլ/ զարգացած դեֆեկտների վերականգնում՝ արհեստական երկարացման ճանապարհով: Այսօր, չնայած բժշկության մեծ զարգացմանը, ոտքերի եղունգների դեֆեկտները շատ տարածված են: *Եթե դեֆեկտի առաջացման պատճառը հանդիսացել է ցանկացած տեսակի հիվանդությունը, նախքան վերականգնումը սկսելը, անհրաժեշտ է համոզվել հիվանդության վերջնական բուժման մեջ:* Բնական դիսպլազիաների ժամանակ, այսինքն՝ եղունգի բնածին փոքր չափերի կամ բացակայության դեպքում, միակ բուժում-վերականգնում է համարվում եղունգների արհեստական երկարացումը:

Վերականգնումը կատարում ենք տիպսերի և շաբլոնների միջոցով, որոնք տեղադրվում են եղունգի կամ անհրաժեշտության դեպքում տվյալ հատվածի

մաշկի վրա: Հաճախ հանդիպում են դեպքեր, երբ համակցում ենք մի քանի մեթոդներ և միաժամանակ կիրառում մի քանի տեսակի տիպսներ կամ շարքեր: Անկախ մեթոդի ընտրությունից, եղունգի առկայության դեպքում, այն մշակում ենք՝ համաձայն վերևում քննարկված կանոնների:

Այսպիսով, մասնագետը դեֆեկտների առկայության դեպքում, կատարում է եղունգի վերականգնում, ինչն իր մեջ ներառում է հիմնական մի քանի պահանջներ.

- ✓ Բարձր էսթետիկայի ապահովում
- ✓ Դեֆեկտի զարգացման կանխարգելում
- ✓ Դեֆեկտի լավացում

Հաճախ մեր պրակտիկայում հանդիպում են եղունգների մեխանիկական վնասվածքներ և տարբեր պատճառով ու աստիճանի եղունգների սկավառակի մասնակի բացակայություններ:

Եղունգի երկարացում վնասվածքների ժամանակ

Բնական եղունգի մեխանիկակն վնասվածքի դեպքում այն ձևավորում են, խարտում, տեղաշարժում կուտիկուլան և վերջում մշակում դեհիդրատացնող կամ դեզինֆեկցիոն նյութերով */տե՛ս հավելված 10/*:

Այս ամենը կատարելուց հետո անցնում ենք տիպսերի ընտրությանը, որոնց լայնությունը պետք է համապատասխանի եղունգի այն լայնությանը, որն եղել է ախտահարումից առաջ: Եղունգի և մաշկի հետ լավ կպում ապահովելու նպատակով, խորհուրդ է տրվում կիրառել տիպսեր՝ փոքր լայնական կամարով և կոնտակտային /շփման/ հատվածի բացակայությամբ: Տիպսի և եղունգի միացման, տեղադրման հատվածն անհատական է՝ պայմանավորված դեֆեկտի տեղադրությամբ:

Նախընտրությունը տրվում է կիրառել մեծ խտությամբ սուսինձներ, քանի որ դրանք լավ են ներթափանցում դեֆեկտի ամբողջ խորությամբ և հավասարաչի տարածվում են մակերեսով: Սուսինձը քսում են միայն բնական եղունգի վրա: Տիպսը տեղադրելուց հետո անցնում ենք դրա ձևավորմանը և հարթեցմանը, այնուհետև տեղադրում ենք հելը: Հելը պետք է տեղադրել ամենայն զգուշությամբ՝

ջանցնելով շրջապատող մաշկի կողմնային հատվածներից կամ եղունգի հատակին, հակառակ դեպքում զարգանում են ուժեղ ալերգիկ ռեակցիաներ:

Հելը տեղադրում ենք ստանդարտ եղանակի համապատասխան հերթակալանությամբ.

- Աղգեզիվ հելով վերածածկ
- Հիմնային թափանցիկ, բաց վարդագույն հելով վերածածկ
- Շտկող հելի կիրառում
- Գեղարվեստական /դիզայնային/ հելով վերածածկ
- Հերմետիկ հելով վերածածկ

Եղունգի երկարացում մասնակի բացակայության ժամանակ

Մյուս հաճախ հանդիպող ախտահարման ձևն է եղունգի սկավառակի մասնակի բացակայությունը, որը հիմնականում պահպանվում է կուտիկուլայի շրջանում: Առաջներում այս դեֆեկտի վերականգնումը կատարում էին տիպսերի միջոցով, սակայն դժվարություն էր ներկայացնում տիպսի և եղունգի լայնության համապատասխանեցումը: Այսօր մասնագետները խորհուրդ են տալիս կիրառել համակցված վերականգնման միջոցը: Համակցված կամ կոմբինացված վերականգնումը կատարում են հատուկ վերականգնող տիպսերի / տեղադրվում են եղունգի միայն 1/3-րդ հատվածում/, շաբլոնների և հելերի միջոցով ***/տե՛ս հավելված 9/***:

Մշակում ենք բնական եղունգները՝ խարտում, հարթեցնում, դեհիդրատացնում և ճարպագրկում; Այնուհետև ընտրում ենք անհրաժեշտ ձևի տիպս: Տիպսը պետք է վերածածկի եղունգի միջային հատվածը: Տիպսը ֆիքսում ենք աղգեզիվի օգնությամբ, այնուհետև կտրում ենք ավելորդ հատվածները՝ հիմնականում անկյունները, այնուհետև հարթեցնում ենք տիպսը և հեռացնում փայլը:

Անկյունները ձևավորելու համար անհրաժեշտ է կիրառել հարմար չափի շաբլոններ: Շաբլոնները տեղադրում ենք անկյուններին համապատասխան, ինչը հնարավորություն է տալիս ստույգ կառուցել եղունգի անկյունները և ճիշտ կատարել հետագա մոդելավորումը:

Տիպսը և շաբլոնը տեղադրելուց հետո բնական եղունգը վերածածկում ենք շտկող հելով՝ վերականգնելով եղունգի բնականոն ձևը: Թափանցիկ բաց

վարդագույն հելով վերականգնում ենք եղունգի անկյունները, իսկ սպիտակ հելով վերականգնում ենք ազատ եզրը: Անկյունները և ազատ եզրը վերջնականապես ձևավորելուց հետո եղունգի ամբողջ մակերեսը ծածկում ենք եղունգի ամբողջ մակերեսը շտկող նյութի հավասարաչափ բարակ շերտով: Կարծրացումից հետո հղկում ենք եղունգի սահմանները և անհարթությունները:

Կողմնային մաշկի մշակում

Եղունգը ձևավորելուց հետո անցնում ենք կողմնային մաշկի մշակմանը: Մաշկը մաքրում ենք, մշակում ախտահանող, այնուհետև դեհիդրատացնող և ճարպագրկող նյութերով: Ցանկալի է կիրառել երեքը մեկում մշակման միջոցներ: Այնուհետև բացակայող եղունգի հատվածը վերականգնում ենք մաշկի վրա, հատուկ հիպոալերգիկ /ցածր ալերգիկ/ շտկող հելերով:

Վերականգնումը սկսում ենք եղունգի մնացորդային հատվածի վրա՝ ամուր տեղադրելով հելի փոքր հատված, որը վրձինների օգնությամբ տարածում ենք դեպի վեր, ապահովելով եղունգի անհրաժեշտ երկարությունը: Կարևոր պայման է հելի և եղունգի ամուր և ամբողջական միացումը: 3-5 բուպե անց, երբ կատարվել է հելի առաջնային պոլիմերիզացիան /կարծրացումը/, հելն ամբողջությամբ սեղմում ենք մատի բարձիկին: Ճիշտ կպման դեպքում հրումը շատ հեշտ է իրականացվում:

Ստացված հելային եղունգը վերջնական պոլիմերիզացիա կատարելուց հետո սկսում են խարտել, ձևավորել և հարթեցնել բնական եղունգի հետ եղած սահմանը: Բնական եղունգը պետք է ավելի հաստ լինի, քան հելային եղունգը: Հաստության տարբերության չափսը քիչ է, չափվում է միլիմետրերով, և ակնհայտ է անզեն աչքի համար, ինչի շնորհիվ չի խանգարվում վերականգնման գեղագիտությունը: Մակայն այս պահանջն առաջնայինի ապահովումն է՝ վերականգնման դիմացկունությունը և երկարատևությունը: Քանի որ մատի վրա ընկած ճնշումն այս դեպքում տարածվում է բնական եղունգի վրա, ավելի բարակ լինելու դեպքում ճնշումը տարածվում է հելային հատվածի վրա, ինչն էլ իր հերթին հանգեցնում է հելային հատվածի կոտրմանը: Ճիշտ հաստությունը ստանում ենք տարբեր չափերի խարտոցների միջոցով:

Լինում են դեպքեր, երբ բնական եղունգի յուրահատուկ գունավորության պատճառով, վերականգման գույնի ընտրությունը մեծ խնդիր է ներկայացնում: Մոդելավորման ժամանակ գունային անհամապատասխանությունը կարելի է շտկել՝ եղունգի ամբողջ մակերեսը ծածկելով թափանցիկ, վարդագույն հիմնային հելի շերտով: Հիմնային շերտի կարծրացումից հետո վերածածկում ենք հերմետիկ հելով:

Ճկույթի եղունգի ախտահարումը, մասնագետների համար շատ տարածված երևույթ է: Այն կատարում ենք նույն քննարկված հաջորդականությամբ, միայն առանձնահատուկ ուշադրություն պետք է դարձնել եղունգի «ժպտման գիծը» ձևավորելիս:

Արհեստական նյութերի հեռացումը

Ձեռքերի և ոտքերի եղունգների արհեստական երկարացման կիրառման ժամկետներն ավարտելուց հետո, անհրաժեշտ է հեռացնել այն: Հեռացումը պետք է կատարել պահպանելով «Մի՛ վնասիր» սկզբունքը: Արհեստական նյութերը սխալ անգույշ կամ անփույթ հեռացնելու դեպքում հանգեցնում ենք եղունգի մեծ վնասվածքների, խնդիրների, ախտահարումների և հիվանդությունների առաջացմանը:

Հեռացումը կատարվում է 2 եղանակով.

- Բիմիական մեթոդ. կատարվում է հատուկ հեռացնող նյութերի միջոցով, կիրառում ենք եղունգների ակրիլային երկարացման ժամանակ: Պետք է ուշադիր ընտրել հեռացնող լուծույթի տոկոսայնությունը:

- Մեխանիկական մեթոդ. կատարվում է տարբեր չափերի խարտոցների միջոցով, կիրառում են եղունգների հելային երկարացման ժամանակ: Պետք է կատարել ամենայն զգուշությամբ՝ չվնասելով բնական եղունգը:

Հեռացման գործընթացն արագացնելու, ապահովությունը և անվտանգությունը բարձրացնելու նպատակով կիրառում ենք տարբեր տեսակի հավելումներ: Օրինակ՝ պրակտիկայում մասնագետների մոտ շատ են տարածված հավելումները, որոնք ապահովում են բարձր ջերմային հատկությունը: Ջերմության բարձրացումը և պահպանումն իրականացվում են վակուումի հատկու-

թյան շնորհիվ, ինչն էլ իր հերթին բարձրացնում է կիրառվող քիմիական նյութերի արդյունավետությունը:

Արհեստական նյութերի հեռացումից հետո անհրաժեշտ է եղունգի մակերեսից մանրակրկիտ մաքրել նյութերի մնացորդները և վերացնել առաջացած անհարթությունները:

Ակրիլի և հելի հեռացումից հետո անհրաժեշտ է կատարել բնական եղունգների ճիշտ մշակումը: Եղունգները մշակում ենք հատուկ յուղերով, կրեմներով, որոնք վերականգնում են եղունգների չորությունը, թեփոտությունը և ճաքերը: Վերջում անհրաժեշտ է տալ խորհրդատվություններ տնային խնամքի միջոցների վերաբերյալ:

Օգտագործված գրականություն

1. Подковенко И.С. «Справочник мастера маникюра и педикюра».
2. Лана Бриз «Маникюр и педикюр практические советы».

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

Նախաբան.....	3
Ներածություն.....	4
Աշխատանքի բնութագիրը: Անվտանգության կանոններ.....	6
ԳԼՈՒԽ 1. ՉԵՌՔԵՐԻ ԵՂՈՒՆԳՆԵՐԻ ՄԵԽԱՆԻԿԱԿԱՆ ՄՇԱԿՄԱՆ ՏԵՍԱԿՆԵՐԸ.....	14
Եղունգի ազատ եզրի և երկարության ձևավորում.....	15
Մատնահարդարման փուլերը.....	20
Մատնահարդարման ժամանակ օգտագործվող նյութերը և գործիքները.....	22
«Թաց կտրվածքային» մատնահարդարում.....	24
«Եվրոպական» հիգիենիկ մատնահարդարում.....	28
«Տաք» մատնահարդարում.....	30
Մատնահարդարում պեմզայի կիրառությամբ.....	32
«ՍՊԱ» մատնահարդարում.....	34
«Սարքավորումային» /Ապարատային/ մատնահարդարում.....	36
Մանկական մատնահարդարում.....	37
Տղամարդկանց մատնահարդարում.....	40
ԳԼՈՒԽ 2. ՈՏՔԵՐԻ ՄԵԽԱՆԻԿԱԿԱՆ ՄՇԱԿՄԱՆ ՏԵՍԱԿՆԵՐԸ.....	44
Եղունգի կառուցվածքը.....	44
Եղունգի ազատ եզրի և երկարության ձևավորում.....	45
Ոտքերի մեխանիկական մշակման համար սենյակի կահավորում.....	47
Գործիքները և նյութերը.....	51
Ոտքերի մեխանիկական մշակման փուլերը.....	54
Ոտքերի մեխանիկական մշակման առանձնահատկությունները.....	56
Ներածած եղունգներ.....	59
Ոտքերի մեխանիկական «կտրվածքային» մշակում.....	60
Ոտքերի մեխանիկական «ՍՊԱ» մշակում.....	63
Ոտքերի մեխանիկական «Եվրոպական» մշակում.....	67
Ոտքերի «Սարքավորումային» մշակում.....	68

Ուտքերի մեխանիկական մշակում հատուկ հաճախորդների համար.....	70
ԳԼՈՒԽ 3. ՁԵՌՔԵՐԻ ՄԵՐՍՈՒՄ ԵՎ ԽՆԱՄՔ.....	71
Մաշկի մերսում և խնամք.....	71
Վերին վերջույթների կառուցվածքը.....	72
Ձեռքերի խնամքի միջոցները.....	78
Մասնագիտացված խնամք.....	80
Ձեռքերի տնային խնամքի միջոցներ.....	86
Եղունգների խնամքը.....	91
Ձեռքերի պարաֆինաթերապիա.....	92
Ձեռքերի մերսում.....	96
Ձեռքերի մարզանք.....	102
ԳԼՈՒԽ 4. ՈՏՔԵՐԻ ՄԵՐՍՈՒՄ ԵՎ ԽՆԱՄՔ.....	104
Ստորին վերջույթների կառուցվածքը.....	104
Ոտքերի խնամքի միջոցները.....	107
Ոտքերի տնային խնամքի միջոցները.....	114
Ոտքերի պարաֆինաթերապիա.....	116
Ոտքերի մերսում.....	119
Կետային մերսում.....	124
Քարերով մերսում.....	126
Ոտքերի մարզանք.....	127
ԳԼՈՒԽ 5. ՍԱՇԿԻ ԵՎ ԵՂՈՒՆԳԻ ՀԻՎԱՆԳՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ.....	129
Մաշկային հիվանդությունների բնութագիրը.....	129
Մաշկի կառուցվածքը և գործունեությունը.....	133
Մաշկի ածանցյալներ.....	137
Մաշկի գործունեությունը.....	141
Մաշկային հիվանդությունների նշանները.....	146
Մաշկային հիվանդությունների տեսակները.....	153
Մաշկային ինֆեկցիոն հիվանդություններ.....	155
Սնկային հիվանդություններ.....	158
Դերմատիտներ.....	162

Գերմատոզներ.....	164
Մաշկի պարազիտար հիվանդություններ.....	171
Մաշկի վիրուսային հիվանդություններ.....	173
Եղունգի հիվանդություններ և ախտահարումներ.....	175
Եղունգի շերտավորված մաշկ.....	179
Հարեղունգային գորտնուկներ.....	180
Ներաճած եղունգներ /Օնիխոկրիպտոզ/.....	181
Կոյլոխինիա.....	185
Օնիխոգրիֆոզ.....	186
Միկրոնիխիա.....	187
Օնիխոլիզիս.....	187
Պտերիզիում.....	188
Լեյկոնիխիա.....	189
Մաշկի և եղունգների հիվանդությունների ու ախտահարումների կանխարգելումը.....	190
Գ.ԼՈՒԽ 6. ԵՂՈՆԳՆԵՐԻ ԱՐՀԵՍՏԱԿԱՆ ԵՐԿԱՐԱՑՈՒՄ.....	195
Եղունգների արհեստական երկարացման ընդհանուր բնութագիրը.....	195
Ձեռքերի եղունգների արհեստական երկարացում.....	203
Ոտքերի եղունգների արհեստական երկարացում.....	207
Ոտքերի եղունգների արհեստական երկարացման հեղափոխական մեթոդը.....	209
Ախտահարված եղունգների արհեստական երկարացում.....	213
Արհեստական նյութերի հեռացումը.....	217

ՄԱՏՆԱՀԱՐԴԱՐ

ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ՁԵՌՆԱՐԿ

Հրատարակչական աշխատանքները՝

Աշխեն Այվազյանի

Սրբագրիչ

Գոհար Ամիրբեկյան

Ստորագրված է տպագրության 10. 12. 2017 թ.:

Ծավալը՝ 14 մամուլ:

Ֆորմատ՝ 70X100^{1/16}:

Տպագրությունը՝ օֆսեթ:

Տպագրությունը՝ 90 օրինակ:

«Կրթության ազգային ինստիտուտ», Երևան, Տիգրան Մեծի 67, հեռ.՝ 57 48 20: