



## مستحضرات التجميل والتزيين

إشراف/ الإدارة العامة للمناهج

سلوى عمر العلاوي

١٤٤١هـ



١٠ دقائق





- تهدف هذه الحقيبة إلى إكساب المتدرب المعارف والمهارات التأسيسية في استخدام مستحضرات التجميل والتزين للعناية بالبشرة والشعر.





- تقدم هذه الحقبة مهارات تخصصية في معرفة وفهم المكونات الأساسية لمستحضرات التجميل للعناية بالبشرة والشعر، وكيفية عملها واستخدامها وفوائدها لتنظيف أو تحسين أو تغيير البشرة أو الشعر أو الأظافر أو الأسنان، وهي تشمل مستحضرات التجميل والعطور وكريمات البشرة، وطلاء الأظافر، بالإضافة لأدوات التبرج المساعدة كالصابون والشامبو وكريم الحلاقة ومزيل العرق.



| الوحدة  | عنوان الوحدة                        | زمن الوحدة<br>(ساعة) |
|---------|-------------------------------------|----------------------|
| الأولى  | المكونات الأساسية لمستحضرات التجميل | ٢٠                   |
| الثانية | مستحضرات العناية بالبشرة            | ٣٠                   |
| الثالثة | مستحضرات العناية بالشعر             | ٣٠                   |



- يتعرف على المركبات العضوية والغير عضوية وأهم أنواعها.
- يتعرف على أهم الاملاح في مستحضرات التجميل.
- يتعرف على أهم المكونات الأساسية لمستحضرات التجميل.
- يتعرف على المواد المعدلة للحموضة .
- يتعرف على العناصر الماصة للرطوبة للرطوبة والزيوت.
- يتعرف على المواد التي تحافظ على قوام المزيج.
- يتعرف المواد المثبتة التي تزيد من عمر المنتج.



- يتعرف على المواد التي تحفز على الاختلاط.
- يتقن مهارات استخدام مختلف المستحضرات.
- يتعرف على أهم الزيوت المكونة لمستحضرات التجميل.
- يتعرف على مكون كل مستحضر تجميلي طبيعي او كيميائي.
- يتعرف على دور جميع المكونات في صنع المستحضر التجميلي بشكله النهائي.
- يتقن إعداد مستحضرات طبيعية منزلية للعناية بالشعر والبشرة.
- يتعرف على أهم المستحضرات التجميلية العلاجية للبشرة والشعر.

## الأهداف التفصيلية للحقيبة



- يتعرف على أضرار مستحضرات التجميل للبشرة والشعر.
- يتعرف على مخاطر مستحضرات التجميل على الصحة.
- يفهم معايير شراء مستحضرات التجميل.
- يفهم مواصفات الجودة لمستحضرات التجميل.





## المكونات الأساسية لمستحضرات التجميل



- وصف مستحضرات التجميل الأكثر شيوعاً من حيث المكونات والفائدة.
- فهم دور جودة مكونات مستحضرات التجميل في الحفاظ على نضارة البشرة وحيويتها.
- فهم أهمية المكونات الأساسية لتركيبه المستحضرات التجميلية.
- فهم دور العديد من المكونات الطبيعية وأثرها على البشرة.
- فهم معايير شراء مستحضرات التجميل.
- يعدد مواصفات الجودة لمستحضرات التجميل.



الوقت المتوقع للتدريب على هذه الوحدة ٢٠ ساعة تدريبية

الوسائل التدريبية المساعدة:

- عرض بوربوينت مرتبط بمواضيع الوحدة.
- صور ونماذج توضيحية مرتبطة بمواضيع الوحدة.
- مقاطع فيديو مصورة ذات صلة بموضوعات الوحدة.
- عرض عينات من المواد الأساسية المكونة لمستحضرات التجميل.
- عرض عينات لمستحضرات التجميل للعناية بالبشرة والشعر.



إحدى أهم تطبيقات الكيمياء في حياتنا اليومية، والتي نتعرض لها بصفة مستمرة هي مستحضرات التجميل. مستحضرات التجميل ليست اختراعاً حديثاً، فالبشرية تستخدم العديد من المواد المختلفة لتغيير من مظهرها، ولتبرز جمالها منذ أكثر من ١٠٠٠٠ سنة أو أكثر، وقد كانت هذه المستحضرات تحضر بشكل أساسي من الأعشاب والمواد الطبيعية التي تشكل مصدراً رئيسياً لمرطبات البشرة، بالإضافة للحناء التي تشكل ركناً هاماً من اركان مستحضرات التجميل.

شهدت صناعة مستحضرات التجميل تطوراً كبيراً وملحوظاً في الاونه الأخيرة، حيث أنها لم تقتصر على المواد الطبيعية فحسب بل أصبحت أكثر اتساعاً لتصل للمكونات و المواد الكيميائية



تستخدم مستحضرات التجميل لتعزيز او حماية مظهر، أو رائحة الجسم البشري.

تشمل مستحضرات التجميل :

مراهم العناية بالجلد، والغسولات ، والمساحيق والعطور، ومحمرات الشفاه ، وطلاء الاظافر، ومكياج العيون والوجه، اصبغة الشعر، مثبتات الشعر، المواد الهلامية، مزيلات الروائح الكريهة ، منتجات زيوت الحمام، مواد توليد الفقاعات في الحمامات، املاح الحمام. وأنواع أخرى كثيرة من المنتجات تستخدم مستحضرات التجميل على نطاق واسع.



- يوجد آلاف المنتجات من مستحضرات التجميل في الأسواق، وكلها تحتوي على مجموعات مختلفة من المكونات، ففي الولايات المتحدة فقط هناك ما يقرب من ١٢٥٠٠ مكون كيميائي مميز ليستخدم في تصنيع منتجات العناية هذه.
- المنتج النموذجي يحتوي على ١٥-٢٠ مكون.
- باعتبار أن متوسط استخدام المرأة اليومي لمنتجات العناية الشخصية حوالي ٩-١٥ منتج.
- قدّر الباحثون أن المرأة تضع حوالي ٥١٥ مادة كيميائية على جلدتها في كل يوم باستخدامها لمستحضرات التجميل، وذلك بوضع العطور في الاعتبار.



- ولنتعرف على المكونات التي تجعل من مستحضر التجميل مستحضرًا مثاليًا لنتمكن من اختيار مستحضر تجميل غني بالمكونات التي تحتاجها بشرتك.
- و تبقى التساؤلات كثيرة حول هذه المادة السحرية، فالسؤال الأهم هنا مما تكون مستحضرات التجميل؟
- ما الذي نضعه على جلدنا بالضبط؟
- ما هو مدى فعالية كل مكون أساسي ومما يتركب؟
- ما الصيغة الكيميائية له؟



- تشترك معظم مستحضرات التجميل في خليط من المكونات الأساسية: (الماء، المُستحلب، المواد الحافظة، المثخنات، المُلطِّفات، الألوان، العطر، ومثبتات درجة الحموضة).
- **المركبات الغير عضوية (Inorganic compounds) :**
- هي مركبات كيميائية تخلو تركيبها من وجود ذرات الكربون والهيدروجين. تُعدّ المركبات غير العضوية من المركبات التي لا يعود مصدرها للكائنات الحية.
- **المركبات العضوية (organic compounds) :**
- هي مركبات بترولية أساسها الكربون والهيدروجين ويطلق عليها اسم الهيدروكربونات.







## ١. الماء Water

- يشكل الماء الجزء الأكبر من الجلد والأكثر استخداماً في مكونات مستحضرات التجميل، لذا فإن العنصر الأول في قائمة المكونات هو الماء ، الماء المستخدم في مستحضرات التجميل ليس الماء اليومي الذي تستخدمه أنت ماء الصنبور العادي، بل هو ماء فائق النقاء، وخالي من السموم والجراثيم والبكتيريا أو أي ملوثات أخرى .



## ٢. المُستحلب Surfactants

- يعتبر من اكبر فئات المكونات التجميلية لمستحضرات التجميل ، كلمة مستحلب تعني أي مُكون يستخدم لتجانس أي مكونين لا يختلطان معًا كالزيت والماء، فيتم إضافة المستحلب لتقليل التوتر السطحي بين الزيت والماء مكوناً خليط متجانس، المستحلبات هي جزيئات أحد أطرافها محب للماء والطرف الآخر محب للزيت (كاره للماء)، وتستخدم المستحلبات في الكريمات وغسول الجسم لكي تعطيم طبيعة ملساء.



## ٣. المواد الحافظة Preservatives

- المواد الحافظة من المكونات الهامة، فهي تطيل من مدة صلاحية المنتج، وتمنع نمو الكائنات الدقيقة التي تفسد المنتج وتضر المستخدم، ولأن معظم البكتيريا تعيش في الماء، فإن المواد الحافظة يجب أن تكون قابلة للذوبان في الماء ، المواد الحافظة إما طبيعية أو صناعية، ويختلف أداؤها على حسب صياغة المنتج ، من أشهر المواد الحافظة هي البارابين، الكحول البنزيلي، حامض الساليسيليك والفورمالديهايد.



## ٤. المثخن

- عوامل التثخين تستخدم لتعطي المنتج تماسك جذاب، هذه المثخنات تأتي من أربعة عائلات :
- العائلة الأولى: هي المثخنات الدهنية، وعادة ما تكون صلبة في درجة حرارة الغرفة
- العائلة الثانية: هي المثخنات الطبيعية، وهي عبارة عن بوليمرات تمتص الماء فتتضخم وتزيد من لزوجة المنتج.
- العائلة الثالثة: هي المثخنات المعدنية، تمتص الماء والزيت لكي تزيد من اللزوجة.
- العائلة الأخيرة: هي المثخنات الصناعية .



## ٥. المرطب Hydrators and Moisturizers

- يتم ترطيب البشرة عبر منع ما يدخلها من ماء من التبخر. وتترتب هذه العملية المدعوة بتقليص (فقدان الماء عبر البشرة) (TEWL) على إيصال الماء الى الخلايا السطحية وإبقائه فيها. وتقوم وسائل الترطيب ( كعوامل الترطيب الطبيعية ) بجذب الماء إلى سطح البشرة ، وتتنوع مستحضرات الترطيب، ليس بمركباتها فحسب بل بنسبة الماء والزيت التي تحتويها. وهي تتوافر بتركيبتين أساسيتين: مستحضرات مرتكزة على الماء (ماء يدخله زيت ) وأخرى مرتكزة على الزيت (زيت يدخله ماء).



## ٦. الزيوت Oils :

- ويستخدم العديد من الزيوت في العناية بالبشرة تختلف في الكثافة ومحتوى الدهون والثقيل.
- زيوت معدنية: زيوت معدنية وبتروولية ، وكلاهما تم اختبارهما بمرور الوقت لتوفير حماية ممتازة ضد الجفاف ولمنع تحسس البشرة ، يمكن استخدامها بدون أي مواد حافظة لأنها لا تحتوي على مواد بكتيريا او كائنات عضوية أخرى.
- زيوت نباتية: تستخدم العشرات من الزيوت النباتية ، في منتجات العناية بالبشرة معظمها لخصائصها المطرية. وروائحها العطرية



## ٧. التلوين Color Agents

- الألوان المستخدمة في مستحضرات التجميل تعزز من الجاذبية البصرية للمنتج . ويمكن أن تأتي الألوان الطبيعية من النباتات مثل مسحوق البنجر، أو من الحيوانات مثل حشرة القوقعة، وغالبًا ما يستخدم هذا الأخير في أحمر الشفاه الأحمر.
- وهناك نوعين من الصبغات الملونة، صبغات عضوية وصبغات غير عضوية.





## ٨. المواد المطهرة Detergents

- من المكونات الرئيسية المستخدمة في منتجات العناية بالبشرة وليس من المنظفات المستخدمة في غسل الملابس لكن من نفس العائلة الكيميائية. يستخدم في المقام الأول لتطهير المنتجات ويعمل على تقليل التوتر السطحي من الاوساخ والزيوت على سطح الجلد مما يساعد على رفعه عن الجلد.

## ٩. التقشير Exfoliating ingredients

- إزالة الخلايا الميتة للجلد لتحسن من مظهر معظم أنواع البشرة ، تضاف مكونات التقشير الميكانيكي الى المنتجات التجميلية لتنظيف البشرة وإخراج الخلايا الميتة عن سطح البشرة



## ١.٠ العطور

- من المعروف أن المستهلك ينجذب لرائحة المنتج قبل أن ينتبه لتأثيره، خاصة في المنتجات الخاصة بالاسترخاء مثل زيوت الاستحمام والتدليك واملاح الاستحمام. فرائحة المنتج هي مؤشر فعال للمستهلك لكي يحدد إذا كان سيشتريه أم لا. تأتي العطور من مصادر نباتية او حيوانية او صناعية، لكن الزيوت النباتية كثيراً ما تستخدم وتسمى أيضاً SPA Aromatherapy زيوت عطرية.



## ١١. المكونات التي تحسن إستقلاب الخلية والاكسجين

- الهدف الرئيسي في علاجات العناية بالبشرة المتقدمة هو مساعدة البشرة على العمل بأقصى طاقتها في أي عمر لتجديد الخلايا بشكل مستمر لتبدو شابة المظهر، بالإضافة للتغذية الصحية وبرنامج عناية بالبشرة يعمل على إبطاء وتقليل ظهور علامات شيخوخة البشرة. حيث تعمل عدد من المكونات عالية التقنية كمضادات للأكسدة وتحفز في الواقع تنظيم عمليات التمثيل الغذائي.



## ٢١. واقي من اشعة الشمس (Sunscreen)

- كريم واقي الشمس منتج دوائي يوفر وقاية ضد حروق الشمس والشيخوخة المبكرة وسرطان الجلد. التعرض لاشعة الشمس من اهم أسباب هرم البشرة. كمت ان مركباتها تنقسم الى ٣ اقسام:
  - (١) قسم فيزيائي يحجب الاشعة مافوق البنفسجية بكاملها.
  - (٢) قسم كيميائي يمتص موجات معينة من الاشعة مافوق البنفسجية
  - (٣) مستحضرات ضد الماء ومقاومة للماء، ولا تزول بسبب السباحة او التعرق حيث ان البشرة تمتص قدرأ اكبر من الاشعة ما فوق البنفسجية عندما تكون مبللة لان طبقتها الخارجية تصبح اكثر



- بعض المكونات المستخدمة في بعض مستحضرات التجميل بشكل خاص ودور كل مكون:
- مكونات كريمات الأساس
- تضم كريمات الأساس جميعها ثلاث مجموعات رئيسية من المكونات، وهي: المرطبات، والملونات، ومواد الحشو، ولا يحتوي الأساس البودري على الماء، حيث تُصنع الأساسات المرطبة من الماء والزيت أو الشمع بالإضافة إلى مادة حشو، بالإضافة إلى بعض المواد الملونة ليطابق لون الأساس لون الجلد، وقد تضم الأساسات مكونات أخرى لتلبي احتياجات البشرة المختلفة



• تختلف المستحضرات المستعملة للعناية بالبشرة في تركيبها وطريقة عملها لذا يجب مراعاة الأمور الآتية عند استعمال أي منها:

١. مراعاة درجة حموضة البشرة وطبيعتها.
٢. اتباع تعليمات الشركة الصانعة بدقة فيما يتعلق بطريقة الاستعمال ومدته والأماكن التي يجب الابتعاد عنها.
٣. الابتعاد عن المستحضرات التي تسبب زيادة فتح مسام البشرة لأنها تسبب الجفاف.



٤. التوقف عن استعمال أي مركب يؤدي الى تهيج الجلد في الساعات الأولى من استعماله.
٥. اغلاق العبوة جيداً بعد الانتهاء من استعمالها.
٦. عدم تركها في أماكن مرتفعة الحرارة.
٧. ملائمة المستحضر لنوع البشرة.
٨. تنظيف البشرة قبل وضع المستحضر.
٩. عدم وضع هذه المستحضرات حول العينين.
١٠. ضرورة وضع المستحضر على الرقبة.



- أضرار مُستحضرات التجميل
- إنّ مُستحضرات التجميل قد تُساعد البشرة لتبدو أجمل، ولكن هُنالك أضرار وأعراض جانبية لاستخدامها بكثرة،
  ١. تعرض البشرة للإصابة بحب الشباب، وتحسسه وتهيجه.
  ٢. احمرار الوجه، وظهور الطفح الجلدي.
  ٣. الإصابة بالتهاب الجلد أو ظهور الأكزيما بسبب التفاعل بين البشرة وبعض مركبات مستحضرات التجميل.





## • أضرار مُستحضرات التجميل

٤. تغير لون البشرة واسمرارها، بسبب مواد تفتيح البشرة وتغميقها.
٥. انسداد المسام الجلدية مما يؤدي إلى ظهور حبوب في الوجه.
٦. إصابة الجلد بالتهيج والحكة بسبب تحسسه من بعض المركبات.
٧. زيادة لمعان الوجه بسبب ارتفاع الزيوت في الكريمات والمستحضرات.
٨. حدوث عجز في تجديد خلايا البشرة، بسبب تراكم مواد التجميل على المسامات.



## • أضرار مُستحضرات التجميل

٩. التعرض للعدوى بسبب تبادل أدوات ومستحضرات التجميل، كالكحل، وفرش التجميل.
١٠. تلف الرئة الناتج عن استنشاق مستحضرات التجميل، مثل مثبت المكياج ومثبت الشعر.
١١. إلحاق الضرر بالعينين، بسبب استخدام الرموش الصناعية، والمواد اللاصقة للصبغ الرموش.
٢١. تجنب تعريض مستحضرات التجميل لأشعة الشمس؛ لأن ذلك يؤدي إلى فقدان المواد الحافظة منها، وهذا يضعف ضررها على البشرة.
٣١. ظهور التجاعيد على البشرة في مرحلة عمرية صغيرة.



- إرشادات لاستخدام مستحضرات التجميل
- بعض هذه الإرشادات:

١. تجنب استخدام مستحضرات التجميل رديئة الصنع والرخيصة والتي يكثر فيها استخدام المواد الكيميائية، مثل: الأمونيا، لما تسببه من ضررٍ كبيرٍ للجسم، وخصوصاً للبشرة، وتأتي بنتائج عكسية مدمرة، خصوصاً مع طول الاستخدام.
٢. الحرص على استخدام مستحضرات التجميل الطبيعية قدر الإمكان؛ لأنها أخف ضرراً.



## • إرشادات لاستخدام مستحضرات التجميل

٣. تجنب النوم قبل إزالة جميع آثار مستحضرات التجميل عن الجسم، سواءً تلك التي تستخدم للجلد والبشرة، أو المستخدمة للشعر والعين.
٤. استخدام مستحضرات التجميل التي تكون من نوعياتٍ ممتازة ومعروفة بجودتها.
٥. انتقاء أنواع مناسبة تماماً لنوع الجلد والبشرة، وطبيعة الشعر.
٦. عدم المبالغة والإكثار من استخدام مستحضرات التجميل، فليست العبرة في الكم، وإنما في كيفية استخدامها.



- مواصفات الجودة لمستحضرات التجميل
- كل منتج تجميلي يحمل مواصفات جودة خاصة، فمثلاً مواصفات الجودة لكريم اليدين هي:
  ١. يتراوح رقمه الهيدروجيني بين الخمسة والتسعة ونصف. لا تزيد نسبة الدهون في محتوياته الكليّة عن ١٥%. لا يتجاوز العدد البكتيري المئة غرام.
  ٢. لا يتجاوز محتوى الماء فيه الخمسة والثمانين بالمئة من الكتلة.
  ٣. لا يضر العينين في حالة ملامستهما.
  ٤. لا تتجاوز مدّة صلاحيته الثلاث سنوات.



## • معايير جودة المنتج

١. اسم المنتج مطبوع على العبوة، مع وجود علامته التجارية عليها.
٢. اسم البلد الذي تمت صناعة المنتج فيه مطبوع على العبوة.
٣. رقم التشغيل مطبوع على العبوة.
٤. وجود تاريخ إنتاج وانتهاء على العبوة.
٥. كتابة وزن العبوة عليها.
٦. طباعة المكونات الأساسية للمنتج على العبوة.



## • معايير شراء مستحضرات التجميل

١. سعر المنتج.
٢. تصميم الغلاف الخارجي للمنتج.
٣. فوائد المنتج على بشرة غيرك.
٤. الإعلانات.
٥. حجم الاستاند المعروض.



١. دور العديد من المكونات الطبيعية و أثرها على البشرة؟

٢. مواصفات الجودة لمستحضرات التجميل؟

٣. أصف مستحضرات التجميل الأكثر شيوعاً من حيث المكونات والفائدة؟

٤. ماهي معايير شراء مستحضرات التجميل؟

٥. دور جودة مكونات مستحضرات التجميل في الحفاظ

على نضارة البشرة وحيويتها؟







## مستحضرات العناية بالبشرة



- وصف مستحضرات العناية بالبشرة الأكثر شيوعاً من حيث المكونات والفائدة.
- وصف الفئات الرئيسية لمنتجات العناية بالبشرة.
- يعدد فوائد الكولاجين في منتجات العناية بالبشرة.
- يفهم فوائد الفيتامينات في مستحضرات العناية بالبشرة.
- يصف الفرق بين مزيل العرق ومضاد التعرق.
- يذكر فوائد الزيوت العطرية للبشرة والشعر.



الوقت المتوقع للتدريب على هذه الوحدة: ٣٠ ساعة تدريبية

الوسائل التدريبية المساعدة:

- عرض بوربوينت مرتبط بمواضيع الوحدة.
- صور ونماذج توضيحية مرتبطة بمواضيع الوحدة.
- مقاطع فيديو مصورة ذات صلة بموضوعات الوحدة.
- عرض عينات من المستحضرات التجميلية للعناية بالبشرة.



- البشرة آلة مدهشة ومعقدة وكأي آلة جيدة تحتاج البشرة الى العناية والصيانة المستمريتين لتؤمن لنا خدمة جيدة ونحصل على المظهر الأفضل، وكي تبدو البشرة رائعة وشابة باستمرار.
- قبل البدء بعمل نظام عناية بالبشرة لابد من معرفة دور المستحضرات الرئيسية للعناية بالبشرة فمن تنظيف روتيني بالماء والصابون تحولت العناية بالبشرة الى مجموعه مختارة متطورة.

• يمكن تصنيف منتجات العناية ببشرة الوجه في فئات رئيسية:

- ١- منظفات
- ٢- قابض للبشرة
- ٣- مقشر
- ٤- اقنعة
- ٥- كريمات ترطيب



## ١. منظف البشرة (Cleansers)

- المنظفات تأتي في عدة اشكال، واستخدامها مرتين يومياً. هذه المنظفات مصممة كي تعطي رغوة مع الماء لإزالة الاوساخ وما علق من اترية وغبار ومساحيق قديمة عن سطح البشرة. وهي افضل الخيارات، الصابون العادي لاينصح به عادةً لانه يمكن ان يترك طيقة على الجلد ويعتبر قلوي جداً ويسبب الجفاف يعتبر لمعظم البشرات.



## ٢. قابض البشرة (Toners)

- Astringents - يحتوي على نسبة كحول ٣٥% تناسب البشرات الدهينة .
- Toners - يحتوي على نسبة كحول من ٤ إلى ١٥ % ويستخدم للبشرة العادية والمختلطة ويعمل على تضيق مسامات البشرة
- Fresheners - يحتوي على أقل نسبة كحول من ٠ إلى ٤ % و يعمل على المساعدة في إستعادة توازن درجة الحموضة في الجلد بعد التنظيف او العلاج مناسب للبشرة الجافة والحساسة.



## • فوائد القابض للبشرة:

١. إزالة المتبقي من بقايا اوساخ على البشرة بعد إستخدام المنظف.
٢. يعمل على إعادة توازن البشرة ودرجة الحموضة بعد التنظيف.
٣. يعمل على شد البشرة مؤقتاً وتضييق المسامات.
٤. يعمل على معالجة حالات البشرة بناءً على المحتويات المكونة له.



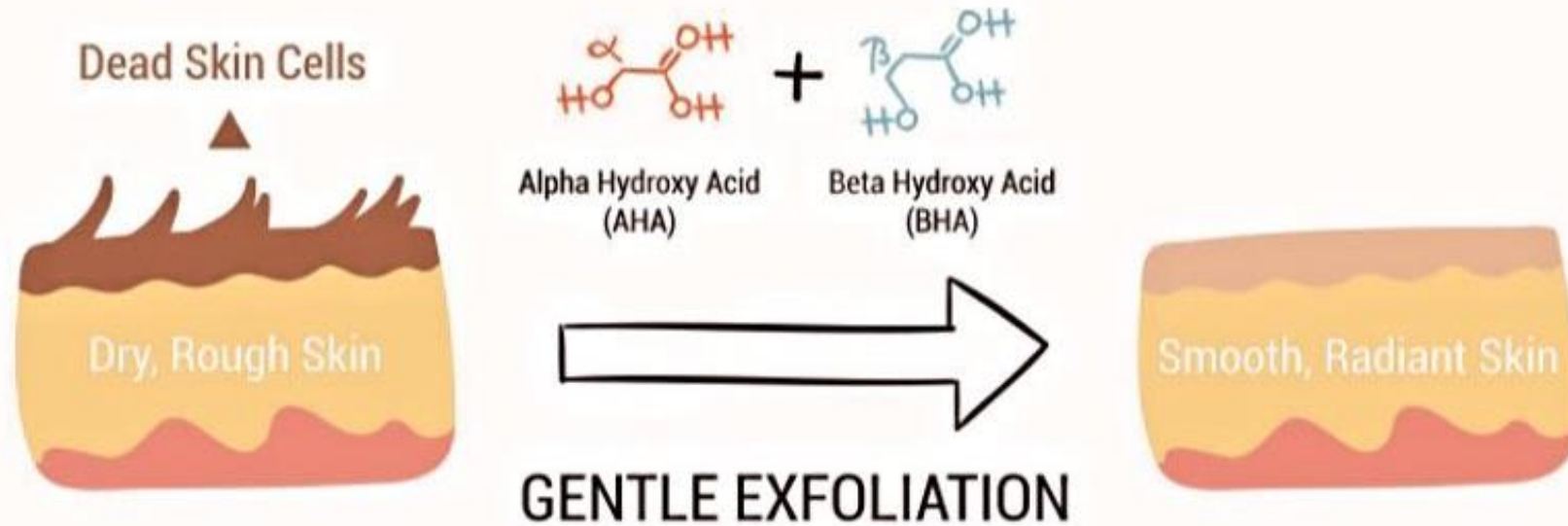
## ٣ - التقشير (Exfoliants)

- تقشير الطبقة السطحية الخارجية للبشرة وله منفعة خاصة في مجال العناية بالبشرة فمن شأن إزالة الخلايا السطحية الميتة أن تحمي البشرة من مشاكل لا تحصى، وتأتي أهمية التقشير في تنعيم التجاعيد والمناطق الخشنة وفي منع تكون البثور، لأنه يخلص المسام من الخلايا الميتة التي تسدها ، يتم التقشير إما كيميائياً او الياً (يدوياً).





## Diagram of the Skin Exfoliation by AHA and BHA





## • فوائد التقشير اليدوي او الكيميائي (Mechanical or Chemical) Exfoliation Benefits:

١. إزالة الخلايا الميتة عن سطح البشرة
٢. يعمل على تنعيم البشرة.
٣. يسهل إستخراج المادة الدهنية التي تسد المسامات.
٤. يسرع عملية تجديد الخلايا الى السطح.
٥. يسحن قدرة البشرة على الاحتفاظ بالرطوبة.
٦. يساعد على وصول المستحضر ويسهل إيصال المكونات للبشرة بفعالية اكبر.



## • فوائد التقشير اليدوي او الكيميائي (Mechanical or Chemical) Exfoliation Benefits:

٧. يجهز البشرة لوضع مستحضرات تجميلية أخرى.
٨. يساعد على تدفق الدورة الدموية في البشرة.
٩. مناسب للبشرة الدهنية والتي تعاني من الرؤوس السوداء او الرؤوس البيضاء والتي تعاني من حب شباب طفيف.
١٠. مناسب للبشرة الجافة وتعاني من قشور.
١١. بشرة باهتة وتعاني من خلايا ميتة وتفتقد للحياة..



## ٤ - قناع الوجه (Masks)

- تم تصميم الاقنعه كعلاج مكثف لمشاكل الجلد المختلفة. وتنقسم الأقنعة الى فئتين: أقنعه يتم إعدادها وأقنعه معدة مسبقاً
- أقنعة يتم اعدادها عادة تكون صلبة وتجف بعد دقائق قليلة من تعرضها للهواء، وتستخدم عادةً للتنظيف وإزالة الخلايا الميتة عن سطح البشرة.
- أقنعة معدة مسبقاً، هي اقنعة مرطبة ومهدئة وغير صلبة او جافة وتمتصها البشرة بشكل سريع وغالباً مناسبة للبشرة الجافة والحساسة.



• الأقمعة تزود البشرة بفوائد متنوعة وذلك يعتمد على المحتويات الموجودة في المستحضر،

من هذه الفوائد :

- شد البشرة وإعطائها حيوية
- تصفية البشرة من الشوائب
- ترطيب وتغذية البشرة
- تهدئة وتنعيم البشرة
- تجديد خلايا البشرة



## ٥-كريمات معالجة (Treatment Creams)

تتعرض البشرة لكثيرٍ من الظروف على مدار اليوم كالتّعرض لأشعة الشمس والأشعة فوق البنفسجيّة، أو التّعرض للغبار وتلوّث الهواء أو المواد الكيميائية الحارقة، وظروفٍ محيطيّةٍ أخرى يمكن أن تسبب ضرراً للبشرة مع مرور الوقت، أو ظهور علامات تقدّم السن السابقة لأوانها كالتجاعيد والخطوط الدقيقة، وتعد فترة المساء أي ما قبل النوم هي أفضل فترةٍ للعناية بالبشرة؛ حيث إنّ البشرة تُصلح نفسها أثناء النوم، ومع العناية المستمرة لها في اللّيل تصبح أكثر صحّةً، وتوهّجاً، وشباباً بالإضافة إلى تلاشي العيوب تدريجياً.



## ٦- الكريمات الأساسية (creams Foundation)

تضاف الكريمات الأساسية للبشرة لإكسابها ليونة وطلاوة قبل استعمال مساحيق الوجه ومستحضرات الـ Make-up، وتساعد هذه الكريمات المسحوق على الإلتصاق بالبشرة، وتكسب البشرة قدرة على مقاومة عوامل البيئة مثل الهواء والشمس، ويمكن أن تصمم بحيث تعطي طبقة رقيقة تبقى منطبقة على البشرة، وتكون غير دهنية وغير جافة. وتجرى تعديلات مناسبة للحصول على كريمات خاصة بالبشرة الجافة أو الدهنية،



## ٧- المرطبات (Moisturizers)

يعد الكريم المرطب من المواد الضرورية والمهمة في الحفاظ على بشرة نضرة. حيث ان خلايا البشرة تتعرض للجفاف تحت ظروف الطقس الجاف والحر وهذا يؤدي الى تسريع في حدوث خطوط الجلد الدقيقة والتجاعيد. ومن ثم يفقد الجلد نضارته شيئاً فشيئاً، ومما لا شك فيه أن المطريات تكسب البشرة صحة ونضارة. ويمكن استعمل الكريم المرطب على حبس الماء داخل الطبقات السطحية للبشرة، ويمنع تبخرها، فتستعيد رطوبتها ومرونتها، وبالتالي حيويتها.





- أهم العناصر المرطبة الفعالة في تركيبة الكريم المرطب :
- الجلسرين Glycerine: وهو المركب المرطب الأكثر استخداماً في المساحيق او المستحضرات المرطبة لانه يمتاز بقدرته على الاحتفاظ بالماء داخل البشرة ويشكل مادة هلامية صمغية تساهم في تماسك خلايا البشرة.
- اليوريا (L'uree) : التي لها خصائص مرطبة .
- حمض الهيالورونيك (Hyaluronic Acid): الذي يحافظ على رطوبة وشباب البشرة.
- السوربيتول (Sorbitol): الذي يحفظ الماء جيداً في طبقات الجلد السطحية



## • علامات جفاف البشرة:

• يستطيع الشخص أن يعرف بأن بشرته تعاني من الجفاف من خلال عدد من العلامات الظاهرة عليها مثل:

١. أن يكون جلده مشدوداً جداً وغير مرن خاصة بعد الإستحمام.

٢. أن يكون ملمس الجلد قاسياً خشناً بدلاً من ان يكون ناعماً رطباً.

٣. شعوره بحكة مستمرة في الجلد.

٤. ظهور تجاعيد وخطوط واحمرار على سطح البشرة.

٥. وجود تشققات واضحة على سطحه الجلد قد تنزف أحياناً.



- غسل الوجه: يُفضل اختيار غسول لا يترك البشرة مشدودةً بعد استخدامه، ويُنصح بتجنّب غسل البشرة لدرجة الشعور بالجفاف؛ لأن هذا يعني أن البشرة تم تجريدتها من الزيوت الطبيعية.
- استخدام سيروم: إذ يُنصح باستخدام سيروم يحتوي على فيتامين C، ويُفضّل وضعه في الصباح حيث تتعرض البشرة للشمس، أما في الليل يمكن استخدام سيروم يحوي مادة الريتينول.
- الترطيب: فجميع أنواع البشرة تحتاج إلى الترطيب حتى البشرة الدهنية، لكن يُفضل استخدام مرطب خفيف يتكون بالأساس من جل لا يُسبب إغلاق مسام البشرة.
- الحماية من الشمس: يُنصح باستخدام واقي شمس، وأن يوضع قبل التوجّه إلى الخارج بربع ساعة.



- العناية بالبشرة أكثر من مجرد تنظيفها واستخدام المرطبات، إذ تشتمل على ضرورة اتباع نظام غذائي صحيّ، وأخذ ما يكفي من النوم، وممارسة الرياضة، و السيطرة على مستويات التوتر الذي يسبب حبّ الشباب، ويؤثر على الصّحة بشكلٍ عام، بالإضافة إلى التّوقف عن التدخين الذي يضرّ بالقلب والرّئة، ويؤثر على البشرة إذ يخفّض من إنتاج الكولاجين والإيلاستين ، وقد تحتاج البشرة إلى علاجات إضافية وفقاً لنوعها، مثل :



## ١. مصل وكريم العناية بالعينين (Serums and Eye Creams)

- Serums يصنع من الفيتامينات، الدهون أو مضادات الاكسدة، لهذه المنتجات صيغة تركيبية خفيفة للغاية وعادةً يكون سائل رقيق، وبنية غير دهنية وتركيز مكثف ومكونات فعالة.

### • فوائد مصل وسيروم الوجه:

١. يغلف السيروم خلايا الجلد ويحميها من أضرار البيئة، ويبطئ عملية الشيخوخة، ويرممها لدخوله عميقاً فيها.
٢. يرطب البشرة، إذ يساعد السيروم على تخزين الماء فيها وتسريع حركته



## • فوائد مصبل وسيروم الوجه:

٣. يعوّض البشرة عما تحتاجه من مكوّنات ضرورية لها.
٤. يحمي البشرة من التعب والإرهاق.
٥. يعالج رخاوة الجلد.
٦. يحمي البشرة من الحساسية التي قد تسببها بعض المنتجات.
٧. يحمي البشرة من أضرار أشعة الشمس.



## ٢. مستحضرات شد البشرة

- بالرغم من أنّ التقدم في السن هو المسبب الرئيس للترهل في العادة، إلا أنّ هناك أسباباً أخرى تؤدي إلى فقدان البشرة لمحتواها من المكونات التي ترطبها وتشدّها مثل الكولاجين (Collagen) ، والإيلاستين (Elastin) وعادةً ما يترافق الترهل بظهور التجاعيد أو الخطوط الدقيقة خصوصاً على منطقة الوجه، هذه الكريمات مصممة لشد البشرة وتنعيمها. وهي تقوم بتشكيل غشاء في منتهى الرقة على الجلد، يشد البشرة ويخفف من التغيرات (الخطوط). يدوم مفعولها بضع ساعات ويسهل وضع الماكياج فوقها.



## • طرق شد البشرة:

• هناك العديد من الطرق التي تشد البشرة، وفيما يأتي نذكر بعضاً منها:

١. المداومة على تقشير البشرة بشكلٍ منتظم.

٢. استخدام الكريمات المخصصة لشد البشرة بفضل قدرتها على تحفيز إنتاج الكولاجين، والإيلاستين.

٣. وضع مُرطّب بشكل يومي على البشرة، بحيث يحتوي هذا المرطب على الكثير من العناصر الضرورية لشد البشرة، وتخليصها من التجاعيد، مثل فيتامين E، وفيتامين C، وفيتامين A.





## ٣. منشطات البشرة

هي عبارة عن مستحضر للعناية على شكل سائل يتم استخدامه لتطهير البشرة وتنقيتها بعمق بعد التخلص من بقايا المكياج ومختلف الشوائب وقبل وضع المرطب . تسرع عملية الإصلاح و الإنتاج .

الطبيعي لخلايا البشرة ، وتجلب إليها العديد من الفوائد من بينها أنها:

- تساعد على تضيق المسام .

- تمنح البشرة إشراقاً مفعمة.

- تجعل البشرة صحية أكثر .



٤. فيتامينات لجمال البشرة:

١. الفيتامين الطبيعي (د) D

٢. الفيتامين الطبيعي (ج) C

٣. الفيتامين الطبيعي (أ) A

٤. الفيتامين الطبيعي (هـ) E



## ٥. كريمات التدليك (Massage Creams) :

- يعتبر المساج من الأمور الهامة التي يجب عملها لمساعدة الجسم على الاسترخاء بعد نهار شاق ومتعب، كما يساعد على التخلص من الآلام المختلفة مثل الصداع، وآلام العمود الفقري، وآلام العضلات، وتتعدد الأدوات المستخدمة في عمل المساج ولعل أهمها الزيوت الطبيعية التي تساعد على تنشيط الدورة الدموية في الجسم، بالإضافة إلى الحفاظ على مرونة الجسم، كريمات التدليك تحتوي على مجموعة متنوعة من القواعد والمكونات، وهي مصممة لتوفير الانزلاق للتدليك والتغذية وأيضاً علاج لحالات البشرة المتنوعة.



## ٦. أمبولات مركزة (Ampules)

تلعب امبولات البشرة كما في الشكل (١٩)، دوراً مهماً في الحصول على وجه شاب، رطب ونضير. هذا المنتج ليس بجديد فقد ظهر في السنوات السابقة، ليشكل حينها هوس السيّدات، تحتوي على مستحضرات خاصة سائلة أو كريمية ذات مقومات شديدة التركيز والفعالية قاعدته إما مائية او زيتية .



- نلخص فوائد أمبولات البشرة:
- محاربة التجاعيد: تحتوي الامبولات على مواد مضادة للأكسدة التي تحارب التجاعيد، وتعزز خلايا البشرة من جديد .
- التخلص من الجفاف: تساعد الامبولات على ترطيب البشرة من العمق .
- إزالة البقع الداكنة.
- الحد من إفرازات الزيوت: تساعد الامبولات في الحد من إفرازات الزيوت الزائدة في البشرة، ما يحد من ظهور البثور. هذا المنتج مناسب للبشرة الدهنية بشكل خاص.



## ٧. كريم واقي الشمس (Sunscreens)

وتقوم كريمات الوقاية من الشمس بحماية البشرة من الأشعة فوق البنفسجية الخطرة بطريقتين؛ فبعضها يمتص الأشعة فوق البنفسجية قبل أن تصل إلى الجلد، ويعمل البعض الآخر عن طريق تشتيت الضوء مما يعكسه بعيداً عن الجسم. تتألف واقيات الشمس من واقيات كيميائية، وهي لا تترك لونها لدى استعمالها ( غير مرئية )، وتمتص الأشعة فوق بنفسجية، اما الواقيات الفيزيائية وهي التي تترك لونها عند استعمالها، وتعمل من خلال حجب دخول الأشعة الضوئية الى الجلد عن طريق انعكاس للأشعة عن سطح الجلد.



- بعض النصائح لاختيار وافي الشمس:
- اختيار وافي شمس يحتوي على عامل حماية SPF٣٠ ، أو أعلى، أو يكون واسع الطيف .
- اختيار وافي شمس مقاوم للماء أو مانع لتسرب الماء ليحمي البشرة من الشمس أثناء السباحة أو التعرق.
- تجديد وضع كريم وافي الشمس على الأقل كل ساعتين وأكثر من ذلك عند السباحة أو التعرق.
- يُفضل تجنُّب استخدام كريم واق من الشمس يحتوي ضمن مكوناته على كحول، أو مواد حافظة، أو عطر؛ لحماية البشرة الحساسة أو المتهيجة من الشمس .



## كيمياء الواقي الشمسي



### أنواع الأشعة فوق البنفسجية

طول الموجة  
**UVA 320-400nm**

وفقاً لحسابات فإن 95% من الأشعة فوق البنفسجية التي تصل إلى سطح الأرض وتخترق الجلد بعمق وتساهم في الإصابة بسرطان الجلد عن طريق تضرر الحمض النووي بشكل غير مباشر.

طول الموجة  
**UVB 290-320nm**

وفقاً لحسابات 5% من الأشعة فوق البنفسجية الشمسية تصل لسطح الأرض، مسببة ضرر مباشر للحمض النووي، وهي واحدة من الإسهامات الرئيسية لسرطان الجلد.

طول الموجة  
**UVC 290-100nm**

تخرج من الأوزون في الغلاف الجوي للأرض ونتيجة لذلك لا تصل إلى سطح الأرض، ولتسبب ضرر الجلد.

17

المكونات الفعالة في  
الواقي الشمسي المعتمدة  
في الولايات المتحدة

28

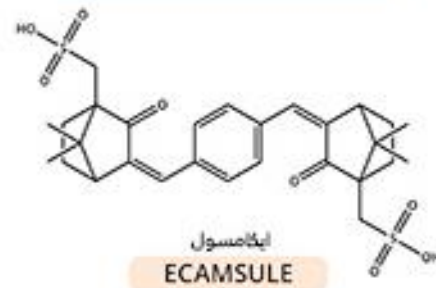
المكونات الفعالة في  
الواقي الشمسي المعتمدة  
في أوروبا

المواد الكيميائية غير العضوية في الواقي الشمسي مثل **ثنائي أكسيد التيتانيوم** و**أكسيد الزنك** تقوم بعكس أو بعثرة الأشعة. وتستخدم أيضاً **المواد الكيميائية العضوية**، فالروابط الكيميائية الموجودة بها **تمتص الأشعة فوق البنفسجية** قبل إمكانية تفاعلها مع الجلد. فإن العديد من المواد الكيميائية المختلفة تستخدم أيضاً لضمان الحماية الكاملة.

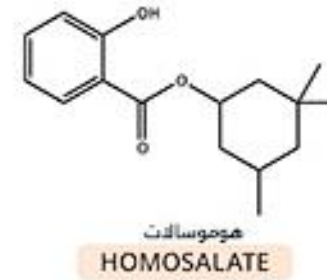




## حاصرات الأشعة UVA



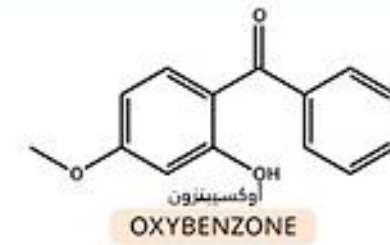
## حاصرات الأشعة UVB



حاصرات UVB أخرى  
\* المكونات غير المصرح بها في الولايات المتحدة الأمريكية

|                      |                 |
|----------------------|-----------------|
| PABA                 | Octylacrylene   |
| Padimate O           | Ensulizole      |
| Cinoxate             | Octyl triazone* |
| Octyl salicylate     | Enzacamene*     |
| Trolamine salicylate | Amiloxate*      |

## حاصرات الأشعة UVA &amp; UVB



حاصرات UVA & UVB أخرى  
\* المكونات غير المصرح بها في الولايات المتحدة الأمريكية

|              |                  |
|--------------|------------------|
| Dioxybenzone | Neo Heliopan AP* |
| Mexoryl XL*  | Uvinul A Plus*   |
| Tinosorb S*  | UVAsorb HEB*     |
| Tinosorb M*  |                  |

كلها ممتنحة حالياً في أوروبا وكندا وأستراليا



- لا تقتصرُ العناية بالنفس على المظهر الخارجيِّ فحسب بل تشتملُ أيضاً على النظافة الشخصية والتي من شأنها تقوية الجسم وجعله أكثر قدرة على التصدي للأضرار المختلفة التي تسببها الجراثيم مثل البكتيريا والفطريات وغيرها، ومن أهمّ النشاطات التي تحافظُ على النظافة الشخصية هي الاستحمام .
- هناك العديد من الفوائد للاستحمام اليومي، ومنها: تحسين الحالة النفسية والمزاجية للإنسان، والتقليل من المشاعر السلبية التي تتمثلُ بالقلق، والتوتر، والاكتئاب، والخوف وغيرها



• أهم مستحضرات الاستحمام والعناية بالبشرة والشعر:

١. جل الاستحمام

• يعتبر جل الاستحمام من الوسائل المميّزة للحفاظ على البشرة، حيث يحسّن من نعومتها ونظافتها، كما يحدّ من جفافها، بالإضافة إلى ذلك فإنّه يترك رائحة مميّزة ومنعشة للجسم وخاصة في فصل الصيف



• أهم مستحضرات الاستحمام والعناية بالبشرة والشعر:

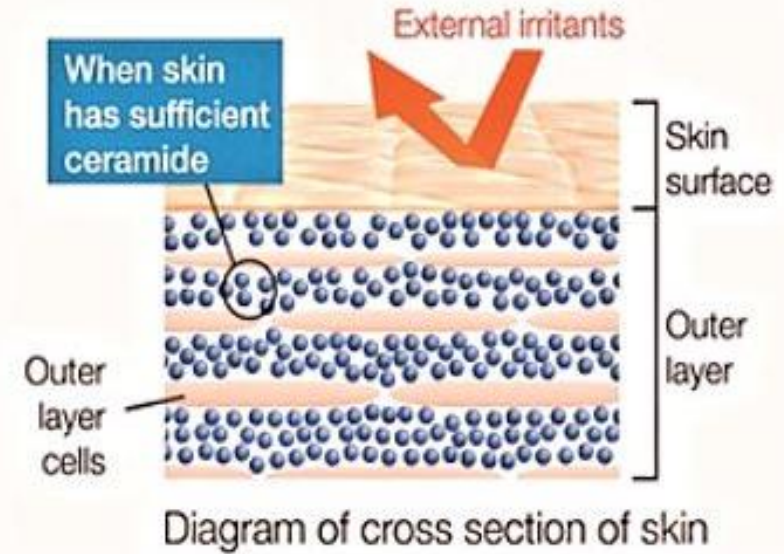
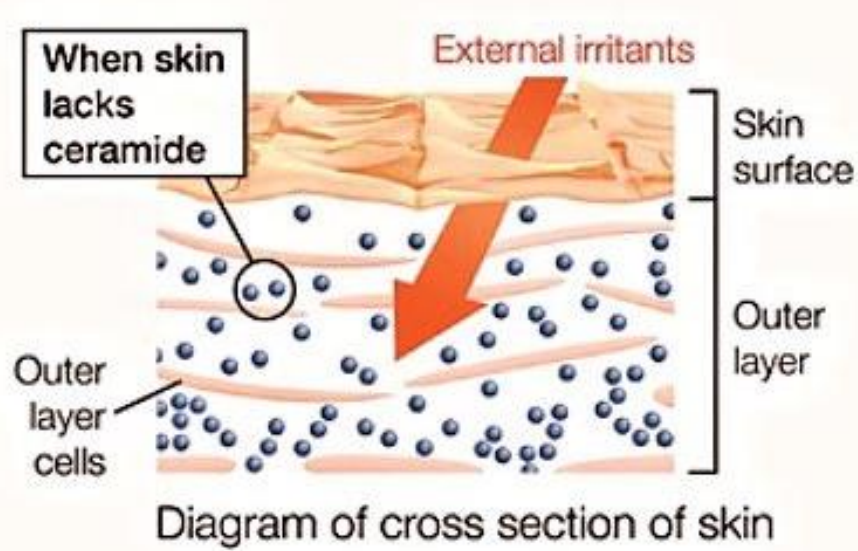
## ٢. الزيوت العطرية

وهي زيوتٌ عطرية لها الكثير من الفوائد الصحية والجمالية والعديد من الاستخدامات. زيوت تستخدم بشكل رئيسي في العلاجات الطبيعية. تُستخرج من النباتات وتأخذ نكهتها ورائحتها منها .

الاستحمام العطري طريقة رائعة يعالج فيها المرء نفسه ويحملها على الشعور بالارتياح في الوقت نفسه.



- اللوشن المناسب للبشرة:
- هناك عدة نصائح يجب اتباعها لمعرفة اللوشن المناسب لكلّ بشرة، وفيما يأتي بعض هذه النصائح:
- ١. تجنب المنتجات ذات الجودة المنخفضة، أو العلامات التجارية غير المعروفة.
- ٢. يمكن تجربة المنتجات التي تحتوي على الكاكاو، أو زبدة الشيا للبشرة التي تعاني من السيلوليت أو التمدد.
- ٣. يجب الحذر من استخدام المرطبات أو الكريمات التي تحتوي على أصباغ.





## ٤ - أملاح الاستحمام

- يعتبر ملح الاستحمام من الصناعات غير العضوية، تفيد بشكل خاص لجعل المياه أكثر عذوبة ومنع بشرتك من أن تصبح شديدة الجفاف. وهي باتحادها مع الماء الدافئ تكون طريقة ميسرة لتلطيف الالام والاورجاع. كما تتم إضافة بعض أنواع الروائح والألوان الطبيعية، لجعل رائحته طيبة.



## • فوائد ملح الاستحمام

• ومن فوائد الملح للبشرة، ما يأتي:

١. امتلاك خصائص لالتئام الجروح: يساهم الملح في علاج المشاكل الجلدية، مثل: الصدفية، والإكزيما، والحكة، والجفاف من البشرة، من خلال فتح المسام، وترطيب الجلد، وتحسين تدفق الدورة الدموية للحصول على بشرة حيوية، ومشرقة، وخالية من علامات الشيخوخة.
٢. مرطب طبيعي: يساعد الملح على ترطيب البشرة الجافة، والمحافظة على التحكم والتوازن للبشرة الدهنية.





## ٤. البودرة

عبارة عن مركب معدني طبيعي يدخل في تكوينه المغنيسيوم و السيليكون والأكسجين. وتتواجد البودرة في عدد كبير من المستحضرات التجميلية ، ومستحضرات النظافة الشخصية ، تساعد على امتصاص الرطوبة ، ومن أهم استخدامات بودرة التلك الشائعة:

- مكافحة طفح الحفاض لدى الرضع.
- التخلص من روائح الجسم الكريهة.
- منع تضرر البشرة بسبب الاحتكاك.



## ٥. سيروم الشعر

- هو مصّل يغذي الشعر لعلاج تقصفه، جفافه، حمايته وجعله أكثر حيويّة ونضارة وتتلخص فوائد سيروم الشعر فيما يلي:
- تغذية وتقوية الشعر: فوضع السيروم على الشعر يضيف لمعان ويقوي بصيالات الشعر.
- حماية الشعر من التقصف: يعمل كطبقة وقائية تحمي الشعر من الآثار الجانبية.
- ترطيب الشعر: فهو عبارة عن زيت يعمل على ترطيب الشعر وجعله صحيّ، وناعم، ولامع.
- المحافظة على مظهر الشعر العام دون الحاجة إلى استخدام السشوار.



## ٦. مميزات التعرق

يعدّ التعرق من العمليّات الطبيعيّة الي تقوم بها الغدد العرقيّة بشكلٍ يوميٍّ للتخلّص من الماء والأملاح الزائدة في الجسم، وهذه العمليّة ضروريّة للمحافظة على درجة حرارة الجسم ، وبالرغم من أنّ هذه العملية ضروريّة للجسم، وتعدّ مؤشراً جيّداً على صحّة الجسم إلا أنّها تسبّب العديد من الإحراج والضيق للكثيرين، نظراً للرائحة الكريهة المنبعثة عن العرق. نتيجة تراكم البكتيريا في مناطق معينة من الجسم وهناك منتجات تعمل على إزالة العرق، ومنتجاتٍ أخرى تقاوم التعرق وتشكّل مضاداً له ، وسنبيّن الفرق بين كلّ منهما.



- الفرق بين مزيل العرق ومضاد التعرق:
- يعملُ مزيل العرق على تغطية رائحة العرق ببعض أنواع العطور، حيث يتفاعلُ العرق مع العطر الموجود في مزيل العرق فتخرج رائحته كرائحة العرق، وبالتالي فإنّ مزيلَ العرق لا يحدّ ولا يقلّل من خروج العرق وإنما يخفي رائحته، أما مضادُّ التعرق فهو يقضي على العرق تماماً، حيث يعملُ على تضيق مخارج ومسامات الجلد التي يخرج منها العرق، وذلك بفعل مادة الألومونيوم المستخدمة داخله، حيث إنّ مضاد التعرق لا يسمحُ بخروج العرق إلا بكمياتٍ قليلةٍ، وبالتالي يقضي على الرائحة تماماً.



١. صف الفرق بين مزيل العرق ومضاد التعرق؟
٢. ماهي فوائد الفيتامينات في مستحضرات العناية بالبشرة؟
٣. عدد فوائد الكولاجين في منتجات العناية بالبشرة؟
٤. أذكر فوائد الزيوت العطرية للبشرة والشعر؟
٥. صف مستحضرات العناية بالبشرة الاكثريوعاً  
من حيث المكونات والفائدة؟



## مستحضرات العناية بالشعر



- يعدد مستحضرات العناية بالشعر الأكثر شيوعاً من حيث المكونات والفائدة.
- فهم كيفية إختيار منتجات العناية بالشعر.
- فهم أثر المكونات الكيميائية على الشعر وفروة الرأس.
- كيفية العناية بالشعر بالمستحضرات المناسبة



الوقت المتوقع للتدريب على هذه الوحدة: ٣٠ ساعة تدريبية

الوسائل التدريبية المساعدة:

- عرض بوربوينت ذات صلة بمحتوى الوحدة.
- صور ونماذج توضيحية مرتبطة بمحتوى الوحدة.
- مقاطع فيديو مصورة ذات صلة بمحتوى الوحدة.
- عرض عينات من المستحضرات التجميلية للعناية بالشعر وتزيينه.





- عندما تبحث عن مستحضر يناسب شعرك، كثيرا ماتجد اختلافات شاسعه بين تجارب الآخرين لنفس المنتج. كل شخص يتميز بنوعية شعر فريده وتجارب الآخرين مفيده جدا عند الشراء ولكنها ليست مقياس بذاتها على جودة المنتج. هناك عوامل كثيره تدخل في تحديد نوع شعرك غير كونه جافا أو دهنيا. معرفة معلومات أكثر عن طبيعة شعرك وخصائصه مثل كثافته، سُمكه، ومساميته، يساعدك على معرفة المكونات التي تناسب شعرك لتحافظ على صحته وجماله. حيث تستطيع إختيار أفضل المنتجات التي تحتوي على مايناسبك بناء على الملف الشخصي لشعرك.



هيكل الشعر: روابط قوية وروابط ضعيفة تحدد شكل الشعرة



- التصنيف الأول: شكل الشعرة (Hair Texture)
- التصنيف الثاني: سُمك الشعرة (Hair Width)
- التصنيف الثالث: مسامية الشعر (Hair Porosity)
- التصنيف الرابع: كثافة الشعر (Hair Density)



## • الشامبو (Shampoo)

- هو منتج كيميائي يستخدم للعناية بالشعر، ويستعمل في إزالة الزيوت التي تفرزها قشرة الرأس ولا يصلح الصابون لإزالة هذه الزيوت وما يتعلق بها من غبار وذلك لأن الصابون نفسه يترك راسباً خفيفاً على سطح الشعر



## • مستويات الأس الهيدروجيني والشعر الصحي:

- يتكون شعرك من مسامات صغيرة تتكون من قشور تسمى البشرة. تتسبب المياه ومنتجات الشعر ذات الأساس القلوي في فتح هذه القشور ، مما يعرض الجزء الداخلي لأعمدة الشعر للجفاف والتلف. من الناحية المثالية، تريد إغلاق هذه البشرة لحمايتها من العناصر الضارة لذلك، ستحتاج إلى اختيار شامبو حمضي قليلاً لإغلاق البشرة ومساعدة عمود الشعر على الاحتفاظ بالرطوبة وإعادة إغلاق المسامات.



## • البلسم (Conditioner)

- البلسم مستحضر تجميلي يستخدم للعناية بالشعر، يتكون من مواد كثيفة تغطي الطبقة الخارجية للشعره وتنعمها فيسهل تسريحها. يحتاج الشعر للترطيب كما تحتاج البشرة تماما ، كما ويعتبر بلسم الشعر من أفضل الخيارات لعلاج الشعر الهش أو الجاف .



- كيمياء مستحضرات تجعيد الشعر الدائم

- The chemistry of Permanent Waving

- هو حل دائم لتنعيم الشعر ويؤدي إلى تغير شكل الشعرة بحيث يجعل الشعر المفروود (المستقيم) مجدداً. ويستخدم للتجعيد سائل كيميائي خاص يكسر الروابط الكيميائية داخل الشعر المفروود ليجعله مجدداً.



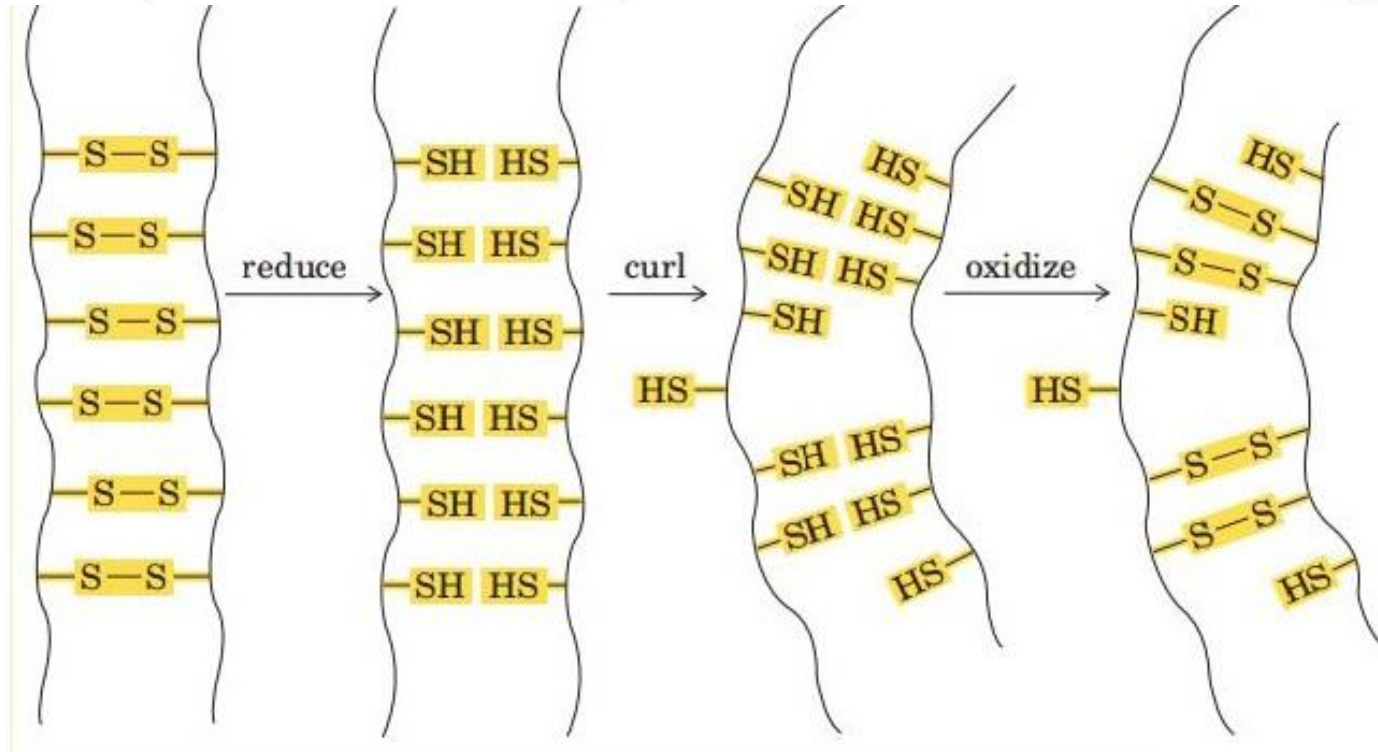
- كيمياء مستحضرات تلميس الشعر الدائم **Chemistry of permanent hair straightening**
- وهناك طريقتين لتلميس الشعر: التلميس المؤقت والتلميس الدائم. في طريقة التلميس المؤقت تستخدم الكريمات أو مجفف الشعر أو كاوي الشعر، وهذه كلها لا تضرّ بالصحة وإنما تؤدي إلى تقصّف الشعر مع الاستخدام الكثير، ولكن مفعول التلميس بهذه الطريقة يذهب بمجرد غسل الشعر. لذلك ظهرت الحاجة لإيجاد طرق لتلميس الشعر بشكل دائم والذي يعتمد على المواد الكيميائية لتلميس الشعر ، ولكن لا يعرفو ما تؤدي له هذه المواد إلى أضرار حقيقية على الشعر نفسه وعلى الجسم كذلك



- **كيمياء صبغات الشعر Chemistry of hair coloring**
- يمثل صبغ الشعر أحد السلوكيات التجميلية الشائعة في عالم اليوم، للنساء والرجال والمراهقين.
- عملية صبغ الشعر هي نتيجة لسلسلة من التفاعلات الكيميائية بين الجزيئات في الشعر والأصبغ ، وكذلك نتيجة لتفاعلات فوق الأكسيد والأمونيا. وتهدف إلى تغيير لون الشعر.



# مستحضرات العناية بالشعر



الشعر قبل استخدام المسرح

عند استخدام المسرح  
تتكسر اواصر الكبريت

توجيه الشعر بالطريقة  
المرغوبة

استخدام الاوكسجين  
لارجاع روابط الكبريت  
(شعر سرح)



١. أثر المكونات الكيميائية على الشعر وفروة الرأس؟
٢. كيفية اختيار منتج العناية بالشعر المناسب؟
٣. أذكر فوائد العديد من مكونات مستحضرات العناية بالشعر؟
٤. صف مستحضرات العناية بالشعر الأكثر شيوعاً من حيث المكونات والفائدة؟



- كيمياء التجميل، ميس ابراهيم درس، عمان مركز الكتاب الاكاديمي، الطبعة الأولى ٢٠١٨.
- دليلك إلى العناية بالبشرة، أكاديمية إنترناشيونال، ٢٠٠٤.
- بشرة شابة مدى الحياة، د.كارين بيرك، الدار العربية للعلوم، الطبعة الأولى، ١٩٩٧.
- كيمياء البشرة العناية بالبشرة وفن المكياج والتجميل، المؤلف اخصائية التجميل باسمة خليل واخر، الناشر دارالأسرة للإعلام و دار عالم الثقافة للنشر ، ٢٠١٨
- كيمياء التجميل، المؤلف الشوابكة، جمانه  
Yazouri Group for Publication and Distribution , 2011



- Milady's Standard Fundamentals for Estheticians, Joel Gerson, Janet D'Angelo, Shelley Lotz, Elizabeth Tinsley, Thomson/Delmar Learning, 2003
- "How to Take Care of Color Treated Hair", wikihow, Retrieved 22-4-2020. Edited.
- "How Hair Coloring Works", science.howstuffworks, Retrieved 5-5-2020. Edited.
- Retrieved "5 Best Vitamins For Beautiful Skin", www.prevention.com, 11-12-2013 5-7-2018. Edited.



Milady's Standard Cosmetology, Arlene Alpert, Margrit Altenburg, Diane Bailey, Thomson/Delmar Learning, 2004

، Lisa Fayed (22-5-2018), " How to Choose the Best SPF Sunscreen"

www.verywellhealth.com, Retrieved 1-9-2018. Edited.

www.webmd.com, ، Neha Pathak (19-10-2017), "Dos and Don'ts of Essential Oils"

Retrieved 02-03-2019. Edited.



Ravi Teja Tadimalla (19-9-2017) "34 Amazing Benefits Of Salt For Skin, Hair, And Health", [www.stylecraze.com](http://www.stylecraze.com), Retrieved 11-11-2018. Edited.

[www.webmd.com](http://www.webmd.com), Retrieved 29-5- ،Gina Shaw, "Good & Bad Picks for Dry Hair"

2019. Edited. Meenal Rajapet (February 20, 2019), "Best Shampoos

[www.stylecraze.com](http://www.stylecraze.com), ،For Oily Hair (And Oily Scalp) In India – Our Top 10"

Retrieved 29-5-2019. Edited.



Bhakti Paun Sharma (26-8-2015), "Think about these side effects before you  
www.thehealthsite.com, Retrieved 5-7-2018. Edited. ،choose hair straightening"  
"Deodorant vs. Antiperspirant: Do You Know The Difference?", thompsontee.com,  
Retrieved 1/9/2018. Edited.  
،MOLLY EDMONDS, "5 Natural Deodorant Ingredients"  
health.howstuffworks.com, Retrieved 19-09-2018. Edited.



تم بحمد الله