



# Spa & Salon

№1  
2009

## Anti-age- программы

с учетом типов  
фотостарения  
по Глогау

В том арсенале методик, которыми сейчас располагает косметолог, необходимо выбрать и правильно скомбинировать те, которые максимально физиологично наряду с высокой эффективностью и безопасностью дадут хорошие и отличные эстетические результаты, отвечая ожиданиям пациента.

Релакс-массаж

Коррекция  
ПОСТПИЛИНГОВЫХ  
осложнений

SPA-БАНЯ

Праздник  
в интерьере  
[конкурс]

Внутренний  
ритм организма

# Natura Bissē

ТОЛЬКО ДЛЯ ИЗБРАННЫХ



Oscars®

## КТО ГОТОВИТ «ЗВЕЗД» К ОСКАРУ?

Многие ли косметические бренды могут похвастаться тем, что вошли в святая святых - в шикарный Soho House (Лос-Анджелес), где проходит подготовка "звезд" к церемонии Оскар. Все мы знаем, что билет на церемонию вручения премии Оскар является одним из наиболее популярных приглашений в мире и участникам церемонии, конечно, важно выглядеть безукоризненно. Поэтому только лучшие представители fashion-индустрии участвуют в подготовке "звезд" к этому торжественному вечеру. Специально для церемонии Оскар испанский дом по уходу за кожей NATURA BISSE разработал омолаживающую процедуру Diamond Facial ("Процедура на миллион"). Достаточно взглянуть на лица номинантов, проходящих по красной ковровой дорожке, и становится ясно, насколько эта процедура эффективна.

Компания NATURA BISSE занимает ведущее место среди лучших профессиональных мировых косметических брендов. Косметика NATURA BISSE представлена в салонах красоты VIP-класса, в элитных магазинах и SPA-салонах лучших отелей мира. Профессионалы всего мира доверяют NATURA BISSE красоту и молодость своих клиентов.

- HARRODS London
- SPA NATURAL Hyatt Regency Kiev
- AMRITA SPA & WELLNESS Swissotel Красные Холмы Moscow
- BEAUTY SALON Ararat Park Hyatt Moscow
- BERGDORF GOODMAN New York

Эксклюзивный представитель компании Natura Bisse (Испания) в России, на территории стран Балтии и СНГ - ГК «СпортМедИмпорт»

Москва (495) 734 99 77 Санкт-Петербург (812) 320 99 09 Киев (044) 428 22 50

www.nbisse.ru www.sportmedimport.com

# Spa & Salon

Анкета для бесплатной подписки на издание

Фамилия \_\_\_\_\_

Имя \_\_\_\_\_

Отчество \_\_\_\_\_

## СПЕЦИАЛЬНОСТЬ/ОБРАЗОВАНИЕ

\_\_\_\_\_

## МЕСТО РАБОТЫ

\_\_\_\_\_

Индекс \_\_\_\_\_

Город \_\_\_\_\_

Улица \_\_\_\_\_

Дом \_\_\_\_\_

Корпус \_\_\_\_\_

Телефон \_\_\_\_\_

## ДОМАШНИЙ АДРЕС

Индекс \_\_\_\_\_

Город \_\_\_\_\_

Улица \_\_\_\_\_

Дом \_\_\_\_\_

Корпус \_\_\_\_\_

Квартира \_\_\_\_\_

Телефон \_\_\_\_\_

Укажите, пожалуйста, в каких областях  
индустрии красоты Вы работаете:

### МЕНЕДЖМЕНТ

- владелец  
 директор  
 администратор  
 менеджер

### ЭСТЕТИЧЕСКАЯ МЕДИЦИНА

- врач-дерматокосметолог  
 врач-трихолог  
 пластический хирург  
 мануальный терапевт  
 физиотерапевт  
 врач ЛФК  
 рефлексотерапевт  
 диетолог

### ДРУГОЕ

\_\_\_\_\_

### SPA-ТЕХНОЛОГИИ

- косметолог по телу  
 косметолог по лицу  
 массажист  
 SPA-технолог

### BEAUTY-СЕРВИС

- мастер по маникюру  
 мастер по педикюру  
 парикмахер  
 эстетист  
 стилист  
 визажист

### BEAUTY-БИЗНЕС

- менеджер по продажам  
 менеджер по маркетингу

Заполните анкету и пришлите нам по адресу: 127055, г. Москва, а/я 37

«Spa&Salon»  
№ 1 2009

Издатель  
ООО Издательский холдинг  
«Медиа Медика»

Главный редактор номера  
Сырченко А.И.

Зам. главного редактора  
Юрченко А.И.

Редакционная коллегия  
Кочишвили М.И.  
Ерёмушкин М.А.  
Майорова А.В.  
Черненко Г.А.  
Барашков Г.Н.  
Сырченко А.И.

Адрес для корреспонденции  
127055, Москва, а/я 37  
Телефон: (495) 926-29-83  
e-mail: media@con-med.ru  
www.spaweb.ru

\* Полное или частичное воспроизведение  
материалов, опубликованных в издании  
или на сайтах  
www.consilium-medicum.com, spaweb.ru,  
допускается только по согласованию  
с редакцией в письменном виде.

Редакция не несет ответственности  
за содержание рекламных материалов.  
Зарегистрирован Федеральной службой  
по надзору за соблюдением законодательства  
в сфере массовых коммуникаций  
и охране культурного наследия.  
Рег. номер ПИ № ФС77-27012 от 19.01.2007 г.

Тираж 10 000 экз.

Каждый массажист,  
чтобы не сидеть без дела,  
должен выписывать и читать  
журнал «Массаж. Эстетика тела»

Индекс по каталогу Роспечати:  
**18225**





# От зимней разрухи к весеннему цветению

Александра Пушкина

С появлением весенних лучей солнца все больше людей, разглядывая последствия «зимней разрухи», спешат в салоны красоты и SPA, чтобы срочно заняться восстановительными работами, так как после долгой зимы зеркало не слишком спешит порадовать «цветущим» видом. В иссушенной морозами и центральным отоплением коже ослабилась деятельность сальных желез, она стала суше, потеряла естественные краски и истончилась, уменьшилось количество коллагена, появляется все больше мелких или глубоких морщин. На лице в полной мере отразился длительный дефицит витаминов, белков, микроэлементов, к тому же, обозначились новые пигментные пятна. Дефицит ультрафиолета приводит к апатии и повышенной утомляемости – длительное снижение выработки витамина Д является причиной нарушения фосфорно-кальциевого обмена, повышенной чувствительности к колебаниям погоды и ослабления сопротивляемости организма. Ослабленные волосы также не хотят походить на роскошную гриву. И все эти проблемы предстоит решать нам – профессионалам красоты.

## Уход за кожей лица

### ОЧИЩЕНИЕ

Очищение – очень важная часть ухода, оно должно быть комфортным и щадящим. Профессиональные средства для демакияжа составляют целый список: это обезжиренный крем, гидрофильный очиститель, масляная эмульсия для демакияжа, очищающее молочко, сливки, бактерицидная эмульсия, очищающий крем, мыльный (пенящийся) крем, гель для очищения кожи, пенка для умывания и др. Словом, есть из чего выбрать. А между тем мы – то ли по незнанию, то ли в силу привычки, как правило, постоянно пользуемся одним и тем же средством.

#### Более глубокое очищение кожи:

1. Очищение средством для демакияжа, индивидуально подобранным согласно конкретному типу кожи.
2. Паровая ванна, вапоризация. Вапоризация хорошо действует в комплексе с ароматерапией, когда с паром смешиваются натуральные эфирные масла растений.
3. Чистка кожи.
4. Пилинг.

**Рекомендации по домашнему уходу:**

- 1) умывание теплой минеральной или очищенной кипяченой водой,
- 2) применение специальных мягких очищающих средств (pH 5,5).
- 3) Остатки воды снимать мягкой салфеткой!

**Не рекомендуется:**

- 1) Умываться мылом и водопроводной водой,
- 2) использовать скрабы,
- 3) использовать спиртовые растворы,
- 4) тереть лицо полотенцем.

**УВЛАЖНЕНИЕ**

Даже на фоне незначительного обезвоживания эпидермиса и дермы появляется сеточка мелких морщин, становятся более выраженными глубокие морщины, поэтому коррекция проявлений ксероза в свою очередь является профилактикой возрастных изменений.

Для того, чтобы увлажнить кожу в условиях салона существует множество профессиональных средств. Хорошо, когда кожа предварительно глубоко очищена. Косметический массаж по гелю с гиалуроновой кислотой и активными комплексами поможет не только увлажнить кожу, но и сократить морщины. Моделирующая альгинатная маска даст эффект немедленного лифтинга. С целью интенсивного увлажнения и усиления обменных процессов хорошо провести микротоковую терапию по гелю, содержащему растительные экстракты, медицинский коллаген. Не забудьте помочь подобрать увлажняющий крем для домашнего ухода в профессиональной линии, с которой Вы работаете.

**Рекомендации по домашнему уходу:**

1. наносить увлажняющий крем массажными движениями,
  2. применять увлажняющий крем после умывания, принятия душа, других водных процедур.
- Хорошо, когда в составе увлажняющих средств присутствуют:

гиалуроновая кислота, натуральные масла (авокадо, жожоба, ши, тыквы и др.), силиконы, глицерин, сорбит, минералы и другие вещества уменьшающие трансэпидермальную потерю воды и оказывающие смягчающее действие. В течение дня удобно применять термальную воду в виде спреев.

**ПИТАНИЕ**

Недостаток витаминов и общая усталость приводят к тому, что наша кожа становится более чувствительной, менее упругой, лишенной внутреннего сияния и здорового цвета. Весной в первую очередь необходимы косметические средства с содержанием витаминов. Хорошо провести курс мезотерапии.

**Рекомендации по домашнему уходу:**

- 1) за 15–30 мин. до сна рекомендуется наложить толстым слоем жирный питательный крем, перед сном снять излишки мягкой салфеткой,
- 2) рекомендуется применять витаминизированные регенерирующие кремы,
- 3) показаны жирорастворимые витамины А, Е, Д как в составе кремов, так и прием внутрь.

**ЗАЩИТА**

Для того, чтобы не растерять результаты трудов, направленных на восстановление гидро-липидной мантии, необходимо помочь каждому покрову противостоять негативным явлениям природы и цивилизации. Сейчас практически в каждой линии косметических средств имеются защитные средства, которыми не стоит пренебрегать.

**Рекомендации по домашнему уходу:**

- 1) наносить защитный крем, содержащий антиоксиданты, перед выходом на улицу.
- 2) рекомендуется наносить за 30 мин. до выхода на улицу.

**Наиболее частые проблемы и пути их решения****СУХАЯ КОЖА (КСЕРОЗ)**

Сухость кожи, возникшая под длительным воздействием ветра и холодных температур, является показателем нарушения процесса кератинизации; увеличивается толщина рогового слоя эпидермиса, снижается активность потовых и сальных желез, уменьшается образование липидов, продуцируемых кератиноцитами, повышается уровень трансэпидермальной потери воды. В результате таких изменений кожи снижается ряд ее функции, нарушается нормальная жизнедеятельность клеток. Для восстановления кожного барьера путем восполнения липидов поверхности кожи и воды в настоящее время применяются разнообразные кремы, мази, масла, эмульсии, жиры-эмоленты для смягчения и увлажнения кожи. С целью глубокого очищения кожи, удаления мертвых клеток эпидермиса, выравнивания рельефа кожи, а также стимуляции регенеративных процессов рекомендуется провести пилинг (например, ультразвуковой).

**Рекомендации по домашнему уходу:**

- 1) мягкое очищение с применением специальных средств (pH 5,5), содержащих в т.ч. экстракты растений. Из последних больше всего для сухой кожи подойдут ромашка, петрушка, биостимулированный сок алоэ, тысячелистник и полевой хвощ. Такие средства тщательно очищают кожу и одновременно деликатно ухаживают за ней.
- 2) применение средств с гиалуроновой кислотой, натуральными маслами и активными веществами,
- 3) витаминизированные регенерирующие кремы,
- 4) наносить крем, содержащий антиоксиданты, за 30 мин. до выхода на улицу.

**РАЗДРАЖЕНИЕ И ВОСПАЛЕНИЕ**

Выраженной гиперчувствительностью кожи весной связана с повышением проницаемости рогового слоя на фоне его повреждения и проникновением в кожу микроорганизмов, токсинов, аллергенов на фоне ксероза. Кроме того, при незначительном нарушении эпидермального барьера и повышении его проницаемости клетки эпидермиса начинают вырабатывать цитокины, которые регулируют процесс восстановления рогового слоя. При обширном или слишком частом повреждении рогового слоя эти цитокины запускают воспалительную реакцию.

Включите в процедуру витаминизированные коктейли для мезотерапии, кремы с содержанием витаминов (особенно витамина А). Учитывая, что повышенная чувствительность и раздражительность кожи возникают на фоне нарушенного трансэпидермального барьера, необходимо как можно быстрее его восстановить.

Разнообразные кремы, мази, масла, эмульсии, жиры-эмоленты для смягчения и увлажнения кожи с успехом применяются в дерматокосметологии для ухода за чувствительной и раздраженной кожей.

**Рекомендации по домашнему уходу:**

- 1) щадящее очищение кожи,
- 2) восстановление гидро-липидной мантии с помощью специальных жиров-эмолентов,
- 3) витаминизированные кремы.

4) для снятия симптомов раздражения можно использовать настой для компрессов и примочек из ромашки, зеленого чая.

**Не рекомендовано:** наносить косметику, содержащую вещества «стимулирующего» действия перед выходом на улицу.

**ПОКРАСНЕНИЕ КОЖИ, КУПЕРОЗ**

Покраснение кожи связано с резким усилением кровоснабжения в ней. Кроме нервно-рефлекторного механизма в данном случае наблюдается и медиаторный механизм: цитокины, которые выделяются из клеток кожи, приводят к расширению кровеносных сосудов и усиленному кровотоку.

Стойкое патологическое расширение капилляров – это телеангиэктазии, купероз.

**Рекомендации по домашнему уходу:**

- 1) Очень капризную или сильно пострадавшую кожу очищайте в два этапа: сначала косметическим молочком или жидким кремом, затем – безалкогольным лосьоном или тоником. Для снятия декоративной косметики, особенно макияжа глаз, применяйте только специальные средства,
- 2) при низкой температуре на улице наносить дневной крем не менее чем за 20-30 минут до выхода на улицу,
- 3) перед выходом на улицу наносить крем, содержащий вещества, обладающие способностью фиксироваться в роговом слое (силиконы, синтетические эмоленты, некоторые натуральные масла, хитозан, различные полимеры).
- 4) если у клиента уже имеются стойко расширенные сосуды, не рекомендуется посещение бань, саун, прием очень горячих, острых блюд, так как все это способствует дополнительному их расширению.

**СФИГНОЛИПИДЫ** стимулируют выработку липидов, нормализуют гидролипидный баланс;  
**ТОКОФЕРОЛ** (витамин Е) -- природный солнцезащитный фильтр препятствует образованию в глубинах кожи свободных радикалов, играющих важную роль в процессе старения кожи;  
**ГЛИКОКЕРАМИДЫ** повышают эластичность кожи;  
**РЕТИНОЛ** (витамин А) активизирует процесс обновления клеток кожи;  
**ВИТАМИН С** укрепляет стенки кровеносных сосудов, улучшает кровообращение;  
**ФРУКТОВЫЕ КИСЛОТЫ** (АНА) отшелушивают старую кожу, стимулируют регенерацию.

**ГИПЕРПИГМЕНТАЦИЯ**

Весной, когда солнечная активность значительно повышается, требуется использование солнцезащитных кремов.

Проведение отбеливающих процедур увеличивает чувствительность кожи к солнцу, поэтому в большинстве случаев нужно отказаться от их проведения. Для тех, кто настаивает на проведении таких процедур, существует ряд специализированных линий. При этом рекомендуется предупредить клиента о возможных последствиях, подобрать правильный домашний уход, включающий средства, блокирующие выработку пигмента, а также солнцезащитные средства с SPF не менее 30.

Таким образом, в весенний период времени основными направлениями ухода за кожей являются коррекция нарушений трансэпидермального барьера кожи, снятие симптомов раздражения и воспаления, витаминизация кожи. В связи с этим необходимо тщательно следить, чтобы косметика не содержала раздражающих или аллергических компонентов.

# Day-Spa Пробуждение



**В**есной многие процессы в организме оживляются, все живое тянется к солнцу в надежде получить новые силы, организм человека, испытывая витаминное голодание, нуждается в поддержке. Общий принцип борьбы с весенней усталостью прост: прогулки на свежем воздухе, умеренное питание (не перегружайте себя тяжелой белковой пищей), своевременный и достаточный отдых и дополнительный прием витаминов. И кожа, конечно, требует тщательного ухода, чтобы свести к минимуму проявления авитаминоза.

Сегодня в SPA-салонах предлагается широчайший спектр оздоровительных манипуляций, особенное значение принимают гидромассажные ванны, души, купания с термальной и морской водой, сауны, бани. Параллельно с неизменными водными процедурами используются массажи, лимфодренаж, маски для лица и тела, пилинги, обертывания, ароматизированные ванны, стоунтерапия, грязелечение и многое другое.

Если посетители приходят для того, чтобы провести Day-SPA в вашем заведении, вы можете предложить не только прекрасный релакс, но и комплекс процедур, направленных на восстановление организма после длительной зимы. Одним из вариантов Day-SPA может стать программа: «Пробуждение». Такую программу вы можете формировать самостоятельно, опираясь только на основные принципы.

Мы предлагаем начинать Day-SPA с ванны. Перед началом сеанса бальнеотерапии необходимо предложить посетителю душ, где он сможет вымыть тело с использованием моющих средств, чтобы убрать защитную жировую пленку, препятствующую проникновению в организм биологически активных веществ. В это время в уже заполненную заранее ванну можно добавить желаемые наполнители. Минеральные воды содержат различные соли в ионизированном виде (гидрокарбонатные, хлоридные, сульфидные нитратные воды и др.). По газовому составу различают воды углекислые, сероводородные, радоновые, азотные. Кроме того, в зависимости от химического состава выделяются воды, содержащие биологически активные микроэлементы, йодобромные, железистые, кремнистые, мышьяковистые. По количеству (в граммах) минеральных солей, растворенных в 1 л воды, различают воды слабой (2–2,5 г/л), средней (5–15 г/л) и высокой (более 15 г/л) минерализации. Кроме того, учитывают кислотность минеральной воды, ее температуру. Совершенно иначе действуют горячие (гипертермальные) ванны. Они вызывают повышение температуры тела, расширение периферических сосудов, гиперемии кожи и, в соответствии с этим, перемещение крови в организме – выход крови из депо и прилив ее к коже. При горячих ваннах дыхание и пульс учащаются, потоотделение и обмен веществ усиливаются. Характерной чертой горячих водных процедур является их болеутоляющее действие и спазмолитический эффект в отношении гладкой мускулатуры. Кроме того, горячие ванны действуют возбуждающим образом на сердечно-сосудистую систему, учащая пульс, поднимая кровяное давление и вызывая чувство усталости. Чем выше температура ванны, тем более ярко это выражается. Как правило, чем выше температура ванны, тем меньше должна быть продолжительность процедуры по сравнению с ваннами индифферентной температуры. Особое физиологическое действие оказывают гипотермальные процедуры (то есть с температурой ниже индифферентной). Кожные сосуды сначала сокращаются, кровяное артериальное давление при этом несколько

поднимается. В дальнейшем, однако, происходит снижение артериального давления в связи с последующим расширением сосудов кожи. Далее можно предложить очищающую процедуру, такую как скрабирование или пилинг. Для этого нанесите на тело лосьон с отшелушивающим составом, возьмите влажную щетку или массажную варежку, нанесите профессиональное средство с морской или пищевой солью и разотрите мокрое тело круговыми движениями по направлению снизу вверх, от стоп к плечам. Остатки соли и средства можно снять горячими махровыми полотенцами. Кожа после процедуры очистится от омертвевших клеток, станет более мягкой и

Следует помнить, что бальнеотерапия, воздействуя на нервные окончания в коже и доступных слизистых оболочках, одновременно воздействует на зрительный и слуховой анализаторы, что принимает особенно важный смысл при SPA-терапии, когда комплекс лечебных факторов действительно одновременно воздействует на осязание, обоняние, слух, зрение.

Знание и учет температуры ванны имеют большое значение, ибо с ними связан ряд особенностей физиологического действия процедуры. Так, ванны индифферентной температуры представляют собой весьма мягко и нежно действующие процедуры, создающие чувство эйфории. Температура тела, пульс и дыхание у человека заметно не изменяются, но снижается артериальное давление, расслабляются мышцы, и уменьшается возбудимость нервной системы.

гладкой. Такой своеобразный массаж прекрасно тонизирует кожу, поскольку усиливает микроциркуляцию крови, предотвращает появление целлюлита.

Следующим этапом преображения кожи станет употребление «зеленого коктейля», так как очень важно насытить кожу витаминами и полезными микроэлементами не только снаружи, но и изнутри. Для этого предложите посетителю чашечку отвара целебных трав. Например, 1 ч. л. семян аниса, 1 ст. л. измельченных мятных листьев или столько же шишек хмеля залейте стаканом кипятка и нагрейте на водяной бане 15 минут, затем процедите, охладите, добавьте кипяченой воды, доводя объем до 200 мл. Предложите к такому чаю мед, он смягчит вкус и сделает его более привычным.

Теперь переходим к применению маски. Нанесите соответственно типу кожи витаминизированную питательную маску, уложите посетителя в термо-одеяло, приглушите свет, включите приятную аудиосопровождающую и дайте поспать при индифферентной температуре. После завершения процедуры снимите остатки маски влажными махровыми полотенцами.

Заключительным этапом является нанесение крема или молочка с учетом основной проблемы и проведение лимфодренажного массажа: антицеллюлитного, увлажняющего либо anti-age. Средства наносятся массажными движениями снизу вверх, затем проводится лимфодренажный массаж.

Елизавета Чайкина

## По составу воды ванны бывают:

- пресными (из пресной воды);
- ароматическими (с введением в воду ароматических веществ);
- лекарственными (с добавлением лекарственных веществ);
- минеральными (с добавлением минеральных веществ);
- газовыми (с добавлением газов).





# Номинанты Премии «Грация» — лучшие компании индустрии красоты и здоровья России!

Премия «Грация» в третий раз начинает свое народное голосование. Выбор XXI века — красота и здоровье. Задача Премии «Грация» — номинировать и награждать самые лучшие бренды beauty&health.

Представляем Вашему вниманию номинантов Премии «Грация -2008».



Восхитительные SPA-программы и процедуры «Золотого мандарина» создадут идеальное настроение и хорошего самочувствия. Квалифицированные врачи-косметологи подберут индивидуальные программы по оздоровлению организма, борьбе с возрастными изменениями кожи лица и помогут решить проблемы по коррекции фигуры при помощи уникальных аппаратных методик. Составят для Вас Day-Spa-комплексы, включающие в себя посещение хамама, талассотерапию, различные виды обертывания, ароматерапию, массаж и гидромассаж, процедуры в кислородной кашеузе.

г. Москва, пр-т Вернадского, д.37, корп.1Б  
тел.: 8 (495) 935-14-40, 935-14-13, [www.goldenmandarin.ru](http://www.goldenmandarin.ru)



SPA FIJI CLUB — уголок земного рая в центре Москвы. SPA FIJI CLUB — это гимн красивой жизни. Так мы определяем стиль, в котором работаем. Высококвалифицированная команда поможет Вам прикоснуться к атмосфере благоденствия и релакса. Позвольте себе уникальный отдых высочайшего класса! Полный комплекс услуг по уходу за телом, лицом и волосами позволит Вам почувствовать себя в центре внимания и сэкономить драгоценное время. Позвольте себе не думать о суете жизни... Об этом будем думать мы — команда SPA FIJI CLUB.

г. Москва, ул. Поверонка, д.20/1, стр.1  
тел.: 8 (495) 917-45-11, 789-15-81, [www.fiji-club.ru](http://www.fiji-club.ru)



Реализуй потребности клиентов в достижении благополучия во всех сферах жизни: физической и эстетической, духовной и душевной, материальной и социальной, велнесс-клуб «Венеция» использует в своей работе современные медицинские достижения, технологии эстетической и фитнес-индустрии, спа- и ментал-методики, основы практической, трансперсональной психологии и социологии.

Жизненная философия и концепция велнесс — отличная возможность развить психоморфологические особенности человека. Здесь каждому найдется занятие по душе благодаря большому разнообразию видов деятельности клуба. Студия персональных тренировок, спа-пространство с бассейном, салон красоты, бар, обучающий центр позволят шаг за шагом, находясь на разных уровнях личностного и духовного развития, разного уровня интереса, постигать себя и свое пространство.

г. Москва, ул. Золоточеская, д.4  
тел.: 8 (499) 254-84-46, 255-02-11, [www.wellnessvenezia.ru](http://www.wellnessvenezia.ru)



Гордость «Империал Парк Отель & SPA» — трехэтажный центр красоты и здоровья AQUAMARINE. В нем есть современный тренажерный зал, бани на любой вкус, красивейший бассейн и SPA-клуб, который предлагает десятки SPA-процедур разнообразной направленности. Даже если Вы давний и искушенный потребитель SPA, Вас ждут приятные сюрпризы и немалые свершения на пути к здоровому образу жизни.

Мы ценим Ваше неповторимое восприятие жизни. Мы знаем, что уезжая из дома, Вы можете взять с собой чемодан, но не можете взять спорт-клуб и салон красоты, в которые ходите, комфорт, которого заслуживаете. Поэтому мы построили для Вас настоящий город. Создали идеальные условия. Здесь Вам ни на минуту не придется сожалеть о том, к чему Вы так привыкли и с чем на время расстались.

Московская обл., Наро-Фоминский р-н, Рогозинино, «Империал Парк Отель & SPA»  
тел.: 8 (495) 428-58-28, 428-58-85, [www.iperialhotel.ru](http://www.iperialhotel.ru)

Проголосовать за номинантов Премии можно на Официальном сайте — [www.grasia.ru](http://www.grasia.ru).

Организатор Первой Российской Премии в области красоты и здоровья «Грация» — ООО «Бьюти Метин Групп».

Автор идеи, Председатель Оргкомитета — Калышкин Максим Борисович.

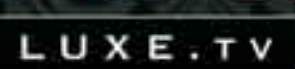
Спонсоры Премии



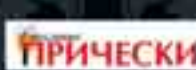
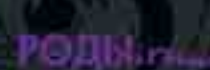
Официальные информационные партнеры



Телевизионные спонсоры



Информационная поддержка Премии



# СПА-БАНЯ. Как соблюсти чистоту. Чистоту жанра.

Итак, стартовавшая в прошлом номере рубрика «Разведрейд» вызвала бурный интерес у читателей «Spa&Salon». Сам жанр статьи в духе журналистского расследования, конечно, не нов. Но стиль Романа Хилффера – ироничный и, в то же время, профессиональный, внес определенную свежесть в рутинное описание достоинств и недостатков представителей нашей спа-отрасли. Сегодня мы вместе с Романом пойдем ... в баню!

Итак, слово нашему эксперту – Роману Хилфферу: Что ж, друзья, абсолютно уверен, что и поиск национальной идеи России, и проблема мирового кризиса, и множество других проблем и задач: все это имеет общее решение – в баню! В том смысле, что с частью «груза» можно в баню сходить и выйти из нее уже «без проблем». Другую часть проблем можно в эту баню послать. А если серьезно, то правильно организованная баня может и должна решать весьма конкретные задачи – детоксикация организма, улучшение психоэмоционального состояния, коррекция фигуры, усиление иммунитета и профилактика заболеваний. Это далеко не полный список. Широкий спектр решаемых задач, относительная простота процесса и безусловная эффективность – данные факторы сделали баню незаменимым инструментом в спа-технологиях. К сожалению, ложное толкование банной традиции (водка, «девочки») и отсутствие системной подготовки банных специалистов (за исключением Международной Школы СПА) почти свели на нет огромный потенциал здорового использования бани. Почти, потому что еще существуют и, слава Богу, возникают такие островки здравого смысла – здоровья, духовного роста, просветления сознания. Именно подобные банные спа-объекты я отправился искать. Сегодня расскажу о первых четырех... попытках.

## Первая попытка

### «Банная Усадьба», Москва

#### Эмоции процесса

Это собственно, не совсем спа, точнее, совсем не спа. Это сеть бань. Их под торговой маркой «Банная усадьба» в Москве много: в Тушино, на Октябрьском Поле, на Лосином острове... Сеть представляет бани разного происхождения. Здесь вам и турецкие хамамы, и японские офуро, и римские термы. И, конечно, русские бани. На дровах. Побелому. По-черному. Согласитесь, для столицы, где москвичи натуральное молоко видят только по телевизору в старых советских фильмах – неплохой набор естественных факторов оздоровления. Очень мне хотелось назвать эти бани спа-комплексами. Не смогу. Назову... баня «по-интересам». «Банная Усадьба» так активно рекламируется, что слава о ней вскоре затмит знаменитые «Сандуны». Прочитав на борту такси номер телефона «Банной Усадьбы», я решил позвонить туда и посетить. Нашел не сразу, пришлось поплутать. Вдруг – за очередным поворотом бревенчатый забор, высокие ворота, которые открылись автоматически. Первый шок – вежливый охранник! На внутренней тер-



ритории – несколько срубов. Это и есть различные бани. Захожу в один из домов – настоящая русская изба. Первый этаж: большой деревянный стол, диваны, камин, через зал – душ и парная, выход во внутренний дворик, а там расположился бассейн под открытым небом. На втором этаже – бильярд. И обязательный, я бы сказал, знаковый атрибут – спальни! Простите, комнаты отдыха. Две. Я был предоставлен сам себе, поэтому разделся и пошел в парную. Что не говори, печь на дровах – это печь на дровах. Здорово. Разогревшись, захотелось профессионального сервиса. Для этой цели существует внутренний телефон. Хочешь ресторанной еды? О'Кей. Эротический массаж? Без проблем! Мне захотелось парения с веником. Через десять минут пришел Коля с вениками, сеном, медом и солью. Сено разложил на полке. На сено положил меня. Поддал пару, взял венички – и понеслась! Специалист был немногословен, а точнее, совершенно молчалив. Однако работу свою сделал хорошо и за два захода довел меня до нужной кондиции. Добавьте к этому настоящий самовар с травяным чаем. «Вот оно, счастье!», – подумал я.

Счастье уменьшилось, когда зазвонил внутренний телефон, и голос из внешнего мира спросил: «Продлевать будете? А то

время ваше заканчивается»... Чтобы «не попасть на счетчик», то есть, не оплачивать дополнительное время, натягиваю на еще влажное тело одежду, выхожу на воздух и иду-бреду расплачиваться. В соседний домик заходили другие клиенты. Другое. Совсем. Не совсем трезвые. Разговаривают громко и не совсем цензурно. Не совсем со своими женами. Совсем не с женами. Я подумал, что был бы сейчас со своей дочкой – наверное, расстроился бы.

#### Плюсы

- довольно большая московская сеть;
- круглосуточно, причем печь растоплена всегда;
- топят дровами;
- вежливые охранники;
- профессиональные банщики.

#### Минусы

- дорого, платишь за каждый шаг, каждый штрих и каждый тапочек;
- «стоит» вода в душе, что неприятно и негигиенично;
- «смешивание» клиентских потоков – широкая трактовка концепции традиционной русской бани привела к тому, что истинные любители здорового образа жизни могут столкнуться с любителями иного досуга;



- интереса заслуживают именно русские бани, хамамы и японские – не выдерживают критики;
- полное отсутствие медицинского контроля.

## Вторая попытка

**WELLHALL, велнес-клуб.**

**Москва, Новинский пассаж,  
Новинский бульвар, 31.**

Эмоции процесса

Слухи об этом месте ходили по Москве давно, и очень разные. Говорили, что Федор Бондарчук «ждет» открытия данного велнес-клуба. Да что там Бондарчук! Сам ВВП планирует его посещать... инкогнито. В общем интрига была. Вот как-то в субботу я туда и отправился. Очень много воздуха, в смысле, пространства много, есть чем дышать. Спа-композиция называлась «Таежная сюита». Администратор как будто ждала меня и только меня, всю свою жизнь. Такое у меня сложилось впечатление, как будто некое послание прочитал я в ее глазах. Возможно, я просто переутомился в течение той недели. Мне выдали ключик от шкафчика, браслет на руку, ремешок на грудь и проводили в раздевалку. Всегда обращаю внимание на качество сантехники и степень чистоты в туалетах и душевых – и то, и другое, и третье оказалось на высоком уровне. Композиция началась с моей персональной тренировки. Инструктор Даша внимательно следила за показаниями волшебного браслета, который показывал мой пульс. В спортзале я не был последние пару лет, так что такая опека была весьма кстати. Оснащение зала – отдельная история. Час тренировки пролетел незаметно. Мне было интересно. И Даша молодец – вроде в дочери мне годится, но сумела взять на себя руководящую и направляющую роль, сохраняя при этом уважительную дистанцию и корректность. Затем снова в раздевалку, меняю спортивную форму на банный халат. В зоне альпийской (не знаю, почему так называли) бани меня встречают два удалых молодца – Макс и Рома. На лицах – монашеская кротость, в глазах – несдерживаемый азарт. Так бывает, когда не просто «исполняешь» роль банщика, а буквально живешь искусством парения! Баня в Новинском необычная, второй такой больше нигде нет. Нигде в мире. Я-то знаю, что говорю. Внутри она отделана камнем, сверху положены настилы из дерева. Но главное, конечно – это профессионалы. Ребята умеют парить. Сначала бесконтактно, с помощью полотенца. Затем был пилинг кедровыми скорлупками. Потом веники.....

Этот пробел – не ошибка редактора, а неслезанное удовольствие в измененном состоянии сознания. Когда мои мышцы глубоко расслабились, теплый гречишный мед словно обволакивал все тело с помощью умелых рук массажиста. И в завершение – массаж горячим маслом. Настоящая сюита. Перед приходом сюда у меня были опасения, что место-то чересчур пафосное и гламурное. Несмотря на то, что здесь действительно во всем чувствуется лоск безупречности, и среди клиентов клуба действительно есть личности выдающиеся, обстановка совсем не давит, и блеск роскоши не мешает видеть главное. Думаю, что дело в персонале. Не имела бы русская литература Александра Сергеевича Пушкина, если бы не было у него Арины Родионовны. Человека, так сказать, из народа. Вот это я и почувствовал в WELLHALL – люди там настоящие. А сегодня это уже раритет.

Плюсы

- центр Москвы;
- есть парковка;
- сопровождающий медицинский контроль и гарантия безопасности;
- 100%-ный велнес;
- комплекс интересного и функционального оборудования;
- уникальная коллекция профессионалов.

Минусы

- трудно найти внутри Новинского Пассажа – ни одного указателя (наверное, это сделано специально, «чтобы сладостней была минута», когда все-таки найдешь);
- чувствуется, что клуб только что открылся, это заметно в некоторых мелочах, «не обжито» пространство окончательно;
- мне не сделали апитест, нужно было проверить меня на аллергию к гречишному меду.

## Попытка третья

**DAYSPA в клубе «Распутин», Москва**

Эмоции процесса

Прилетел я как-то из Владивостока, устал от полета, пойду, думаю, в баню. Решил поэкспериментировать и отправился в «Распутин». Слышал, что некая «Гильдия спа-специалистов России» (как-то так называется, по-моему) объявила это место лучшим DAYSPA в России. Любопытно, решил и попробовать заодно. Кто не знает, «Распутин» – это вообще-то ночной мужской клуб. Меня провели в раздевалку, больше напоминающую спальню. Предложили... девушку для помощи в раздевании (!). Справился самостоятельно. Затем провели в холл хамама. Роскошно, нечего сказать. Вот только огромное количество полураздетых восточных красавиц, с непонятной целью там же находящихся, на меня впечатления не произвело. Впрочем, назначение этих девушек вполне безобидное – наливать чай, угощать фруктами и развлекать гостей разговорами. Напоминает дешевый спектакль о восточном гостеприимстве. Фальшиво и приторно. Хорошо, что прелюдия быстро закончилась, и меня проводили в сам хамам. Положили на теплый гебек. Молодой араб начал делать мыльный массаж. Неплохо. Но без вдохновения. А вот полотенце под моим лицом пахло прогорклым маслом нещадно. Да и в самом помещении хамама попахивало сероводородом. Вода, льющаяся на пол, там же на полу и стояла мыльным озером. Наверное, слив засорился. Через час я уже был на улице. Так бестолково я тратил деньги лишь пару раз в жизни.

Плюсы

- центр Москвы;
- парковка;
- 24 часа в сутки;
- роскошь, рассчитанная на гостей столицы.

Минусы

- не соотносимые со здравым смыслом цены;
- низкое качество стирки полотенца и прочего;
- неправильное инженерное решение канализационной системы;
- низкий профессиональный уровень персонала;
- это совсем не «СПА», а «АНТИСПА».

## Попытка четвертая

**«FIJI - CLUB», спа-клуб на Покровском бульваре**

Эмоции процесса

Рекламу прочитал в интернете. Проезжал мимо, ну

и зашел – на удачу. Рецепция напоминала холл небольшого европейского отеля или дорогого салона красоты. Администратор – милая барышня, вышколенная, как английский дворецкий, сначала поинтересовалась, какой чай я предпочитаю. К чаю прилагалась щедрая горка орехов и сухофруктов. Спа-мастер Юля, молодая доброжелательная женщина, пригласила меня в спа-зону. Этот клуб действительно разделен на две зоны – beauty и spa, а посередине расположены рецепция, зона ожидания, а также кабинет косметолога. Зона спа соответствует своему названию, и, собственно, именно здесь становится понятно, почему клуб называется FIJI. Релакс-зона напоминала пляжный, точнее, райский уголок. Ручеек с живыми рыбками, пальмы вокруг и море на экране телевизора – все это создавало впечатление присутствия на экзотическом острове. Спа-композиция включала в себя мыльный массаж в хамаме, парение вениками в сауне и русский спа-массаж. Мыльный массаж очень отличался от того, что мне делал арабский юноша в «Распутине». Отличался в лучшую сторону. Затем следовал массаж веничный, в сауне. Юля, конечно, очень старалась, но банька тесновата. Не развернешься особенно. А вот массаж мне понравился. Настоящий русский спа!

Плюсы

- удобное местоположение;
- парковка;
- профессиональный массаж;
- дизайн «экзотического острова».

Минусы

- сауна недостаточно просторна для спа-процедур;
- душевая в раздевалке неправильно спроектирована, вода оказывается за пределами кабинки;
- персонал курит рядом со входом в салон.

Тема бани, конечно же, не исчерпана! Обещаю, попытки будут продолжены.

**Искренне Ваш, Роман Хилффер.**





# Релакс-массаж

Современная жизнь – интенсивный ритм, высокий уровень ответственности, большой груз проблем. Связанные с этим стрессы и негативные эмоции приводят к образованию в мышцах участков «застывшего» напряжения и прочим застойным физиологическим сдвигам. С медицинской точки зрения, на физическом уровне наиболее типичными проявлениями затяжного стресса служат нарушения аппетита и сна, изменения со стороны различных органов и систем, а также подавленное настроение и тревога, повышенная конфликтность или стремление отгородиться от внешнего мира. Это приводит к истощению нервной системы, что снижает трудоспособность и социальную активность человека. Поскольку стресс представляет собой сложную полиэтиологическую проблему, то и борьба с ним является комплексной, требующей всестороннего подхода. Особенностью современной медицины является, чаще всего, выборочный и узкоспециализированный подход к диагностике заболеваний и оценке состояния здоровья больного. Альтернативой такому подходу служит СПА как релаксационное направление, ориентированное на снятие стресса в целом.

Очевидно, что одним из эффективных инструментов холистики может стать массаж. Он был и остается признанным методом воздействия на активизацию обменных процессов, оздоровления, очищения и омоложения организма. Лечебное и профилактическое действие массажа складывается из многих факторов: физического, психологического, энергетического. Физическое воздействие, в зависимости от длительности и интенсивности, способно расслабить или тонизировать мышцы; трение разогревает ткани, расположенные у поверхности кожи и улучшает их кровоснабжение; контакт «кожа к коже» и ритмичность движений производят определенный психотерапевтический эффект. Любой массаж базируется на следующих постулатах: индивидуализация подхода, глобализация воздействия, комфортные ощущения, безопасность и эффективность.

Сегодня на рынке косметических услуг представлено огромное количество различных массажных техник. Среди них на одном из первых мест стоит релаксирующий массаж. Техника его выполнения подразумевает такие приемы как растирание, поглаживание, разминание. Направлен такой массаж на полное расслабление организма, снятие мы-

Философия СПА подразумевает холистический (от греческого *holos* – полный, целый) или целостный подход к здоровью человека, предполагающий воздействие не на больной орган, а на организм в целом. Холистическая медицина признает существование глубоких взаимных связей между психикой и телом человека.



## Массаж бывает...

Область воздействия	Общий	Висцеральный (брюшная полость) Урологический Гинекологический С элементами мануальной терапии (позвоночник) Перкуссионный (верхние дыхательные пути) Лица (косметический) Волосистой части головы (трихологический) Рук и ног (при маникюре и педикюре) Стоп (точечный) Ушных раковин (точечный) Воротниковой зоны (релаксирующей)	
			Локальный
	Способ воздействия		Ручной
			Ножной (педальный)
			Боди-массаж (другими частями тела)
			Гидромассаж (подводный, душ Шарко, душ Виши)
			Аппаратный
			Инструментальный (банки, щетки, ложки, веники, мочалки, ручные массажеры, палочки, камни)
	Цель воздействия		Спортивный
			Лечебный
Сегментарный			
Соединительнотканый			
Точечный			
Периостальный (массаж надкостницы)			
Реанимационный			
Профилактический		Послеоперационный	
		Банный	
		Гигиенический	
Косметический	Релаксирующий		
	Тонизирующий		
Метод проведения	По лицу		
	По телу		
	Парный (клиент-массажист)		
	Самомассаж (клиент и массажист в одном лице)		
Специфические группы	В четыре руки (один клиент два массажиста)		
	Взаимный (массаж друг другу)		
	Детский		
Массажные среды	Для беременных		
	Спортивный		
	Сухой		
	Масло		
	Лекарственные средства		
	Косметические средства		
	Пилинги (абразивы)		
	Аромамасла		
	Мед		
	Пена		
	Лед, сухой азот		
Рисовая пудра, тальк			
Глина			
Школы	По телу	Русская	
		Европейская	
		Восточные	Китайская (туи-на)
			Китайский акупрессурный массаж (чжень)
			Шиаци, Амма
			Тайская или Бирманская
			Стоун
			Аюрведический массаж (абьянга)
			Су-джок
			Ломи-ломи
По лицу	Русская		
	Французская классическая		

шечного напряжения и чувства усталости. Релаксирующие техники можно найти в европейской, русской и восточной школах.

Восточные школы базируются на принципах холистической медицины. Механизм действия восточных массажей основан на раздражении рецепторов и рецепторных зон биологически активных точек (БАТ), что приводит к целенаправленным рефлекторным реакциям организма пациента.

Из восточных методик наиболее известен **китайский точечный массаж (чжень)**, методика которого заключается в обработке БАТ, находящихся на пересечении энергетических меридианов. Он производится подушечкой большого пальца или ногтем. В ходе процедуры пациент испытывает ощущение тепла и онемения, которое сменяется приливом сил и необычайной легкостью.

Разновидностью акупрессурного массажа является китайский **скребковый массаж гуаза**. Релаксирующий эффект здесь достигается с помощью воздействия на рефлексогенные точки специальными пластинами из рога буйвола или нефрита, обладающими свойствами «очищать энергетику». В настоящее время набирает популярность **тайский массаж** (у себя на родине он называется «нуад боран»). Он нацелен на снятие эмоционального дискомфорта и телесных зажимов. Целью тайского массажа является перераспределение циркулирующей в организме человека энергии. В отличие от китайской медицины, в которой каждый из меридианов ассоциируется с определенным органом или системой органов, тайский массаж менее специфичен. Каждый сеанс направлен не столько на решение конкретной проблемы, сколько на общее оздоровление, восстановление и релаксацию.

Сходство с тайским массажем имеет **бирманский массаж**. Это незаменимое экспресс-средство расслабления в рабочее время. Продолжительность сеанса – от 10 до 20 минут.

**Шиаци** (ши – большой палец, ацу – нажатие) – стимулирующий японский массаж, основанный на надавливаниях большими пальцами по линиям меридианов.

Хороший расслабляющий эффект дает **аюрведический массаж**. Это массаж с использованием ароматических масел. Он представляет собой мягкие поглаживания, которые способствуют выведению токсинов, активизируют кровообращение и возвращают энергию телу. Эта процедура особенно показана людям, страдающим бессонницей и депрессией.

Тем людям, чья жизнь связана с высоким уровнем стресса, подойдет **берберский массаж** с использованием арганового масла, берущий свои истоки на юго-востоке Марокко. Общая направленность берберского массажа – антистрессовая, релаксирующая, снимающая мышечные контрактуры. Процедура включает несколько этапов: омовение ног гостя, пилинг в хамаме, масляный массаж на подогреваемом матрасе.

Из европейских методик релаксации следует отметить **массаж Томаса Боуена** («боу-тех»). Он включает легкие поглаживающие прикосновения, поз-

воляющие пациенту достичь глубокой релаксации. За счет этого высвобождаются заложенные в организме силы самовосстановления, оказывая обще-терапевтический или холистический эффект. Многие спа-салоны включают данный массаж в программы релаксации.

Для снятия стресса в спортивной медицине используется **педальный** или **психобиоэнергетический массаж**. Этот массаж является древней техникой: русские летописи свидетельствуют, что после битвы усталые воины, пытаясь расслабиться, разувшись, ходили друг по другу ногами. Массаж оказывает на организм комплексное воздействие. Психоэнергетический эффект заключается в коррекции состояния тревожности или апатии в предстартовый период или профилактике перевозбуждения во время тренировок. Прессурное и разминающее воздействие на крупные мышцы снимает так называемый синдром незаконченного

действия. Стимуляция БАТ позволяет осуществить коррекцию общего состояния человека.

Успешной технологией релаксации является **талассомассаж**, выполняющийся в бассейне с повышенной концентрацией морской соли. Этот метод инновационным образом соединяет в себе достижения таких перспективных способов работы с телом, как флоатинг и ватсу. Флоатинг – метод релаксации в теплой ванне с раствором соли, концентрация которой позволяет поддерживать тело в состоянии «водной невесомости». Ватсу – «водная» разновидность шиатсу. При выполнении этого массажа пациент находится в теплой воде, его голова лежит на руке массажиста или специальной подушечке. Ватсу предназначен для снятия напряжения у тех людей, которые трудно поддаются расслаблению при обычных видах массажа.

Полной и глубокой релаксации позволяет добиться **биоэнергетический массаж с помощью горячих**

**камней (стоун-терапия)**. Техника легкого надавливания и термическое воздействие на рефлексогенные зоны обеспечивают полное расслабление; медленные движения оказывают усыпляющее действие, а использование мешочков с ароматизированной солью усиливает чувство релаксации и комфорта. Данный массаж расслабляет напряженные мышцы, активизирует кровообращение и лимфоток, способствует насыщению тканей кислородом, улучшает регенеративные процессы в коже, стимулирует выведение токсинов и избытка жидкости.

Таким образом, перечисленные методы релаксирующего массажа позволяют снимать мышечные блоки, высвобождать подавленные эмоции, активизировать природные адаптационные механизмы, которые помогают противостоять стрессу. В связи с этим, релакс-массаж широко используется в современных спа-салонах.

*Юлия Терехова*

## Итоги II Чемпионата Мира по SPA-массажу

Чемпионат Мира по Spa-массажу стал неотъемлемой частью профессиональной жизни. Если хотите – новой традицией. Уже не возникает вопрос, зачем он нужен. Мы увидели, что для массажистов это ни с чем не сравнимый обмен опытом и уникальная возможность заявить о себе буквально всему миру. Для руководителей Чемпионат – средство, с одной стороны, сделать точный рекламный ход для собственного салона, с другой – возможность стимулирования своих сотрудников. Для клиентов – редкий шанс увидеть лучших из лучших, найти именно СВОЕГО мастера. Для спонсоров же на сегодняшний день осталось не так много мероприятий, финансировать которые действительно не стыдно, и данный чемпионат – одно из них. Чтобы и событие было направлено на благие цели, и в целевой аудитории должный резонанс состоялся. Да, это все – про наш Чемпионат. Точнее – про Ваш Чемпионат. А для нас, организаторов, принципиальным вопросом является профессиональная чистота мероприятия. Именно с этой целью мы создали понятные и справедливые правила судейства, причем понятные не только для россиян, но и для профессионала из любой страны. Второй, не менее важной задачей было найти и пригласить понастоящему авторитетных экспертов в качестве членов судейской коллегии. Правила Чемпионата

стали настоящим бестселлером в профессиональном мире. По этим правилам проходят соревнования в Сибири, на Юге России, в Латвии, на Украине и в других регионах и странах, которые аккредитованы Оргкомитетом Чемпионата Мира. А сами судьи – настоящие живые легенды мира спа и массажа – Бирюков, Кош, Еремускин, Кочиашвили, Земскова, Гончаров и другие авторитеты.

Второй Чемпионат обнаружил четкую тенденцию востребованности массажа как такового в спа-композиции. Под спа-композицией, в данном слу-



чае, я подразумеваю комплексное воздействие – это и сервис, и эстетика, и только потом – сама техника массажа. При этом значение массажа не уменьшилось, просто увеличился вес этих дополнительных факторов. Именно поэтому победил Ашот. В его демонстрации мы увидели и японский сервис, и восточную эстетику, ну и, конечно, интересную и разнообразную технику массажа. Второе место – Анна Фураева и Алексей Ерахтин – погрузили нас в родную атмосферу деревенской избы с русской печью и ароматами теплой гречки. Третье место – Максим Рычагов, который выступил в роли доброго самурая.

В заключение, необходимо еще раз разъяснить понятие «Spa-МАССАЖ». Вы не задумывались, почему талантливые, «рукастые» массажисты так часто оказываются не востребованы? Почему они не могут найти работу после спортивной команды? Ра-



боту, которая бы достойно оплачивалась? Возможно, именно потому, что в жизни этих специалистов не было такого понятия – Spa-МАССАЖ. На сегодняшний день это настолько актуальный бренд, что его нужно изучать отдельно и внимательно, как когда-то вы изучали технику классического массажа. Но это не просто техника (она как раз может быть очень разнообразная), а мощный бренд, состоявшееся явление, которое бессмысленно отрицать. Его нужно изучать, анализировать и развиваться! Ну и для тех, кто еще не знает определение «SPA-МАССАЖА» предложено и рекомендовано Международной Федерацией СПА и Велнесс (IFSPA&W).

SPA-МАССАЖ – метод дозированного энергетического воздействия (теплого, механического, и прочего.), осуществляемого между массажистом и массируемым контактно и бесконтактно посредством рук и других частей тела массажиста, а также с помощью массажных приспособлений, проводится с лечебно-профилактической, эстетической целью, а также с целью коррекции психо-эмоционального фона массируемого. Техника SPA-МАССАЖА представляет собой физиологически оправданное и концептуально целостное совмещение массажных приемов восточных и европейских школ массажа в строгой и логичной последовательности в течение одного сеанса. При проведении SPA-МАССАЖА обязательным является организованное целевое воздействие на все пять органов чувств (музыка, свет, ароматерапия, напитки до и после массажа, а также тактильные ощущения) массируемого, соответствующие задачам массажа.

*Увидимся на III Чемпионате Мира по Spa-МАССАЖУ! Это будет круто!*

**Андрей Сырченко,**

Президент Международной Школы СПА



# Чемпионами не рождаются



В конце октября в рамках выставки «ИНТЕРШАРМ» состоялся Чемпионат Мира по СПА-массажу. Веллнесс-центр WELLHALL представляли три СПА-мастера: Рычагов Максим, Завадский Дмитрий и Черепков Александр. Они сразу обратили на себя внимание членов жюри, потому что активно поддерживали друг друга. Даже Андрей Сырченко – президент Международной школы СПА отметил, участники от WELLHALL – это настоящая команда, которая соперничает и помогает не только друг другу, но и другим участникам. После чемпионата, на котором Максим занял 3-е место и показал самый экзотический массаж, а Дмитрий и Александр были отмечены особыми призами членов жюри, мы решили немного узнать об их увлечениях, планах и взглядах на жизнь..



Вопрос	АЛЕКСАНДР	ДМИТРИЙ	МАКСИМ
<b>О профессии</b>			
Почему Вы выбрали профессию СПА-мастера?	Я 15 лет работал массажистом в медицине и спорте, пришел к выводу, что СПА – интересная область для изучения и развития как профессионала.	СПА – это не только массажные, тепловые и водные процедуры, СПА – это образ жизни, который мне близок...	Мне нравится атмосфера СПА, общаться с людьми, дарить им радость.
Назовите черты характера, которыми, обязательно должен обладать мастер массажа...	Доброжелательность, ответственность, внутреннее спокойствие...	Спокойствие, уверенность, внимательность и харизма...	Спокойствие, доброжелательный настрой, уверенность.
Ваша профессиональная мечта...	Познать как можно больше в области массажных техник и технологий СПА, и в конечном итоге – умение их преподавать...	Хочу быть одним из лучших специалистов в своей профессии и в будущем открыть свою школу массажа.	Быть лучшим из лучших в своей профессиональной области и в будущем придумать свою технику СПА-массажа.
Почему Вы выбрали местом работы WELLHALL?	Я считаю, что на сегодняшний день – это лучшее место для самореализации. А также мне очень понравилось то, что WELLHALL собрал под своим крылом специалистов очень высокого уровня, как мастеров СПА, так и административный ресурс...	В этом престижном месте действительно есть перспективы профессионального и карьерного роста. Кроме того, в СПА – очень важна командная работа, а здесь подобраны специалисты, настроенные на общий успех!	Я считаю, что здесь очень высокий уровень, очень качественная косметика для работы, созданы идеальные условия для работы.
Будете ли Вы делать массаж человеку, который Вам неприятен?	Да, я буду делать человеку массаж, настроив себя на позитив...	Конечно, потому что профессионал умеет работать с разными людьми и в разных обстоятельствах...	Обязательно, это даже не обсуждается.
<b>О себе</b>			
Какими видами спорта Вы увлекаетесь?	Люблю все игровые виды спорта, а также постоянно посещаю фитнес-зал.	В детстве я много занимался спортивной гимнастикой, а сейчас поддерживаю форму в тренажерном зале.	Я очень люблю спортивные танцы, занимаюсь восточными единоборствами: дзюдо, карате.
Ваше любимое блюдо	Узбекский плов, манты и вообще, все, что готовит моя жена...	Мне нравится кавказская кухня, японские блюда. Я очень люблю готовить сам.	Очень нравятся блюда итальянской кухни, особенно спагетти с морепродуктами
Есть ли фильм, который Вы можете смотреть несколько раз и наслаждаться финалом?	«12» С.Михалкова, «Республика ШКИД».	«Джентельмены удачи», «День радио».	Мне очень нравятся фильмы Эльдара Рязанова.
Как сами предпочитаете расслабляться?	В компании своих близких друзей!	Спорт, общение с близкими людьми...	Люблю проводить свободное время с моей будущей женой Верочкой.



Вопрос	АЛЕКСАНДР	ДМИТРИЙ	МАКСИМ
Вы делаете массажи под релаксационную музыку, а что любите слушать вне работы?	В музыке – я всеяден... Могу слушать в зависимости от настроения и рок – и шансон и классику и молодежные направления...	Мне нравится очень многие музыкальные направления, все зависит от настроения и состояния души...	Нравится энергичная танцевальная музыка.
Ваше семейное положение...	Женат, имею двух замечательных детей.	Я в активном поиске второй половины.	Скоро долгожданная свадьба!
Какое животное Вы ассоциируете с собой?	Кот.	Тигр.	Лев.
Если бы у Вас было достаточно средств, куда бы Вы отправились в путешествие?	На лайнере в кругосветное путешествие...	На Ямайку...	На северный полюс.
Что является для Вас талисманом или хорошей приметой?	Не верю в приметы, полагаюсь на разум и интуицию.	Я верю в себя, но черных кошек побаиваюсь...	Мой хранитель – это Вера.
Что может Вам испортить настроение?	Мне тяжело его испортить... Только неприятности, связанные с моими близкими.	Не знаю, возможно, несправедливость по отношению ко мне.	Только если что-то случится с моими родными и близкими.
Что Вам нравится в себе?	Умение ладить с людьми.	Уверенность, талант и целеустремленность.	Умение достичь поставленной цели.

### О любви, счастье, женщинах (не клиентках)...

Когда Вы последний раз испытывали состояние счастья? С чем это было связано?	На последнем дне рождения, когда рядом со мной были мои лучшие друзья!	До начала интервью (улыбается).	Когда стал одним из победителей чемпионата по массажным технологиям.
Вы влюбчивый человек?	Да.	Мне сложно влюбиться, но если это произойдет, то...	Да.
А были случаи, когда Вы влюблялись в своих клиенток?	Нет.	Нет, но симпатизировал...	Нет.
Какая из киноактрис Вам внешне наиболее привлекательна?	Екатерина Гусева.	Джессика Альба.	Анжелина Джоли.
С какой женщиной Вы никогда не стали бы встречаться?	С завышенной самооценкой...	С Ксенией Собчак.	С неряхой.
В первую очередь в женщине Вы обращаете внимание на...	Ухоженность.	Обаяние.	Внешность.
В отношениях между любящими людьми главное...	Взаимопонимание и умение найти компромисс.	Уважение и Взаимопонимание.	Доверие.

### О глобальном...

Самый главный человеческий порок...	Алчность.	Лень и жадность.	Прелюбодение.
Что бы Вы не смогли простить другу?	Предательство.	Предательство.	Если бросит в трудную минуту.
Кого, по Вашему мнению, можно назвать «женщиной года»?	Кандолиза Райз.	Исинбаева.	Матвиенко.
.. «мужчиной года»?	Овечкин.	Гус Хидинг.	Медведев.
Самое яркое событие в Вашей жизни прошлого года?	Затрудняюсь ответить.	Переезд в Москву, поступление на работу в WELLHALL. Участие в чемпионате Мира по СПА-массажу.	Победа на чемпионате, покупка машины, свадьба.



На вопрос «будут ли они еще участвовать в Чемпионатах» все ответили положительно. Я спросила: «Какое же место вы планируете занять в следующем году?».

– ПЕРВОЕ (ответили все трое).

– Но этого же не может быть...

– Может!!! (ответил Александр). Стоит только захотеть и приложить к этому максимум усилий!

Прощались... А я задумалась, к кому бы из них мне больше хотелось бы попасть на массаж...

Наверное, к Александру, когда хочется подлечить мою большую спинку...

К Диме – когда мне нужно будет отдохнуть и расслабиться...

К Максиму – когда захочется подзарядиться энергией...

Или наоборот? Пока не почувствуешь руки – не поймешь! А руки у всех – золотые... В этом я уверена!!!

# MegaSPA

## исполняется десять лет



Российское спа-движение в этом году отмечает свое десятилетие. Компания MegaSPA с самого начала принимала активное участие в его становлении. Десять лет назад, осенью 1998 года, мы вышли на рынок как эксклюзивные дистрибьюторы французской профессиональной косметической линии YON-KA (Paris). Это памятное для нас событие было приурочено к первой для нас выставке InterCHARM - 1998.

Сегодня «Международная школа стоун-терапии и экзотических видов массажа MegaSPA» стала одним из самых престижных учебных заведений в России и крупнейшей школой стоун-терапии в Европе. За прошедшие годы сложилась высокопрофессиональная команда преподавателей, учебный центр оснащен современной мультимедийной техникой и множеством демонстрационных пособий. Глубокое погружение в тему стоун-терапии привело нас к созданию книги «Энциклопедия экзотического массажа. Том 1. Стоун-терапия», которая является сегодня единственным профессиональным изданием на русском языке, посвященным стоун-терапии, большинству ее техник.

За десять лет был пройден долгий путь, и его итог – признание коллег и преданность учеников. В полной мере мы ощутили и то, и другое на празднова-



нии нашего юбилея в канун выставки InterCHARM в октябре прошлого года. С сотрудниками выставки нас связывают долгие дружеские и партнерские отношения, чувство теплой благодарности – ведь история выставки и нашей компании тесно переплелись в мире СПА-индустрии.

В нарядном зале собралось более 300 гостей – наших лучших клиентов.

Встречи и дружеские объятия заполняли зал радостью и улыбками. Иностранные гости – Bruno Le Deun, Stephanie Leclerc (директора по экспорту Yon-ka, Paris), Kathy Shingara [директор Школы Эстетических Наук и Искусства (Коннектикут США)], а также Президент компании Александр Кундин и Директор по развитию Ирина Гончарова наградили дипломами и подарками партнеров компании.



Танцевальные представления и блестящая шоу-программа с участием группы «Hi-Fi» и коллектива «Бразильское шоу» стали ярким продолжением праздничного вечера.

В рамках выставки InterCHARM-2008 на торжественной церемонии награждения «Золотыми медалями InterCHARM» компания MegaSPA стала обладателем золотой медали InterCHARM «За умение идти в ногу со временем». Надеемся, что это важное для развития и движения вперед качество будет присуще нашей компании и дальше.

# Победить целлюлит



**Н**аучить правильному питанию, прежде всего, означает привести к пониманию необходимости потребления тех продуктов с максимальной питательной ценностью, которые поставят человеку максимальное количество питательных веществ, нанося при этом минимальный ущерб здоровью. К таким продуктам относятся сложные углеводы: овощи и фрукты, нераздробленное зерно, бобовые (горох, фасоль, чечевица), им и будет отдано предпочтение в нашей системе здорового и разнообразного питания. Названные продукты, помимо всего прочего, являются богатейшими источниками калия – нашего секретного оружия в борьбе с целлюлитом.

Скорость избавления от лишнего веса не должна превышать 400 грамм в неделю – при таком темпе похудения вы получаете возможность избавляться от жировых клеток без потерь в мышечной массе.

Влекательных сторон предлагаемой системы питания является то, что она позволяет сбросить лишний вес всем тем, кто в этом нуждается, и в то же время без проблем оставить его неизменным тем, у кого собственный вес находится в норме. Рациональная система избавления от лишнего веса подразумевает овладение навыком правильного питания и регулярные занятия физическими упражнениями. Такая сбалансированная система питания и физической нагрузки в повседневной жизни является единственным способом для вас добиться идеального веса и сохранить его на будущее.

## Если соблюдение диеты приводит... к ожирению и к вялости?

Главная причина этого – психологическая неготовности к самоограничению.

Если вы решили помочь клиенту избавиться от лишнего веса, вам нужно быть не только хорошим диетологом, но и психологом. Ведь хоть вы намерены идти к одной цели, необходимо психологически его подготовить. Важно, чтобы терять лишний вес человеку было комфортно. Только тогда он сможет соблюдать разработанную для него диету и стабилизировать вес на долгие годы, и ему будет приятен не только вид в зеркале, но и сам процесс обретения и поддержания новой фигуры.

## Основополагающие принципы правильного питания

Для того, чтобы правильное питание не стало стрессом начнем с небольших изменений в питании:

- первым делом необходимо исключить потребление таких веществ, о которых в точности известно, что они не принесут никакой пользы организму.
- следующим этапом будет переход на употребление таких продуктов, которые содержат в себе важные питательные вещества, столь необходимые каждому человеку.

★ По возможности, следует свести к минимуму потребление продуктов питания, прошедших промышленную переработку.

★ Значительно сократить потребление следующих продуктов питания:

- мясо;
- молочные продукты;
- жиры;
- сахар;
- соль.

## Антицеллюлитная система питания

В этой системе упор делается на употребление в пищу свежих, постных, богатых питательными веществами продуктов. Рекомендуется отдавать предпочтение сложным углеводам:

- фруктам;
- овощам;

**7** признаков того, что диета принесет больше вреда, чем пользы:

- диета длится менее 7 дней,
- диета не содержит в себе белок,
- плохое самочувствие на фоне диеты,
- пациент чувствует раздраженность,
- пациент понимает, что после окончания диеты он побежит и купит любимое пирожное.
- вес уменьшается слишком быстро,
- дневной рацион составляет менее 800 или более 1300 ккал

- недробленому зерну;
- бобовым.

Указанные выше продукты питания являются к тому же богатейшими источниками калия. Существенная часть фруктов и овощей вашего повседневного рациона обязательно должна употребляться в пищу в сыром виде, так как это является одной из составляющих нашей программы правильного питания.

Кроме того, пейте много чистой воды. Рекомендуемая доза: от 6 до 8 стаканов в день.

Составляя программу правильного питания, помните, что необходимо:

1. сохранять баланс калия и натрия в тканях;
2. устранить дефицит питательных веществ, как одну из причин образования целлюлита;
3. устранить застойные явления в организме;
4. включать в рацион большое количество грубой клетчатки;
5. предотвращать и устранять задержку воды в организме;
6. способствовать снижению веса (при необходимости);
7. непрестанно сохранять неизменным идеальный вес;
8. следить, чтобы жизненный тонус оставался на самом высоком уровне.

Нужно помочь своим пациентам научиться правильно относиться к своему организму, дружить с ним, чувствовать его и понимать, это позволит человеку и потом, когда он окончит курс коррекции фигуры под вашим руководством, на основе выработанных рекомендаций самому регулировать свой образ жизни, свое питание и физические нагрузки. Это поможет ему все время находиться в прекрасной форме и хорошо себя чувствовать.

Марианна Ихмальян



**5** признаков психологической неготовности к диете:

- ощущение неуверенности в необходимости диеты,
- оттягивание начала диеты на определенный срок,
- садясь на диету, человек чувствует себя «супергероем»,
- перед началом диеты очень хочется наесться «в последний раз»,
- человек предполагает сбросить более 2–3 кг за 7 дней.





**23-25 АПРЕЛЯ 2009 ГОДА**  
**МОСКВА, МВЦ «КРОКУС ЭКСПО»**  
**ПАВИЛЬОН 2**



**МЕЖДУНАРОДНАЯ ВЫСТАВКА  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ  
КОСМЕТИКИ И ОБОРУДОВАНИЯ  
ДЛЯ САЛОНОВ КРАСОТЫ**



**ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ КОСМЕТИКА**  
**КОСМЕТОЛОГИЧЕСКОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

**ПАРИКМАХЕРСКОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

**КОСМЕТОЛОГИЧЕСКИЕ  
И ПАРИКМАХЕРСКИЕ УСЛУГИ**

**ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ СПА-САЛОНОВ**

**МЕБЕЛЬ И АКСЕССУАРЫ  
ДЛЯ САЛОНОВ КРАСОТЫ**

**ОБОРУДОВАНИЕ И ПРЕПАРАТЫ ДЛЯ  
ПЕРМАНЕНТНОГО МАКИЯЖА И ТАТУАЖА**

**СОЛЯРИИ, СРЕДСТВА ДЛЯ ЗАГАРА**

**ДЕКОРАТИВНАЯ КОСМЕТИКА**

**АРОМАТЕРАПИЯ**

**«НОГТЕВОЙ СЕРВИС» STUDIO**

**ОРГАНИЗАТОР ВЫСТАВКИ**

**Reed  SK**

ООО «Рид-СК»


Тел./факс: (495) 937-6861/62

E-mail: [intercharm@reedexpo.ru](mailto:intercharm@reedexpo.ru)

[www.intercharm.ru](http://www.intercharm.ru)



**[WWW.INTERCHARM.RU](http://WWW.INTERCHARM.RU)**



# Праздник в интерьере

Помните ли вы, что происходит, когда предпраздничное настроение начинает заполнять улицы, сердца и мысли? И стар, и млад – ждут чуда, которое вот-вот должно произойти. Кажется, что звезды светят ярче, смеха и улыбок становится больше. Мир как будто погружается в суету и покой одновременно. Это прекрасно и необъяснимо.



Елена Гореленко

Решая задачу привлечения клиентов, хочется сделать что-то новое, что принесет в жизнь хорошие эмоции и незабываемые мгновения, тем более, что этот процесс – очень приятное и увлекательное занятие. И если хочется быть не просто мечтателем, а творцом праздника, следует попытаться превратить салон красоты в большой фронт для новых творческих идей и поисков, где дружный коллектив – это феи и волшебники. Согласитесь, что с этой позиции фантазировать намного интереснее!

При организации любого помещения главным образом решаются две задачи:

1. Создание функционального комфорта
2. Создание эмоционального комфорта

И если с первым пунктом многие уже давно определились, то второй – всегда динамичный и многообразный. Когда у вас неожиданно изменилась жизненная позиция, или просто хочется чего-то новенького и интересного, именно данный пункт поможет воплотить идеи в жизнь быстро и недорого.

Эмоциональная сторона интерьера формируется сознательно, по определенным принципам. Обычно она отражает образ жизни коллектива. Здесь часто улыбаются, думают, грустят? Все это можно прочитывать в интерьере – какой цвет вы выбрали для своих стен, что за вазу купили для цветов и чем декорировали пустую полку. Такие детали формируют стиль, характер, индивидуальность заведения. Обычный тип интерьеров – неброские цвета, минимум декора и спокойная обстановка.

А давайте позволим нашему салону улыбнуться и придадим ему праздничное настроение?

Это совсем просто, если вы умеете фантазировать! Вот несколько простых решений:

**Входная дверь** – первое, что видят как клиенты, так и коллектив. Используем ее для своих целей! Придумаем краткое и веселое приветствие, оформим его на бумаге и повесим при входе. Таким образом, определим первые минуты общего хорошего настроения. На новогодние праздники это может быть просто венок из веток ели, украшенный лентами и иг-

рушками, на День Святого Валентина – красные сердечки, а на первое апреля – смайлик. Вариантов огромное количество!

**Мелкий декор** – приятные украшения, которые в полной мере отражают внутренний мир коллектива и придают настроение. Оглянитесь и посмотрите, какие вещи вокруг вас! И если у вас еще нет декора, то самое время его приобрести. Это создаст уют и наполнит дыханием ваш интерьер. Но будьте аккуратны. Огромный выбор может сбить с толку, поэтому, направляясь за покупками, четко определитесь с цветовой гаммой и стилистическим направлением вашего интерьера. Лишние вещи вам не нужны! Есть очень много салонов декора, которые специализируются на сезонных продажах. Это поможет сделать интересный выбор к предстоящему празднику и сэкономить много времени и денег.

**Цветовое решение.** У вас интерьер в цветовой гамме «кофе с молоком»? Добавьте нежный оливковый цвет, только это уже изменит настроение! А веселый салатовый добавит свежести. Подумайте, какой цвет больше всего именно вам поднимает настроение, и используйте его как акцент.

- **Красный цвет** оказывает возбуждающее действие.
- **Оранжевый** создает бодрое и жизнерадостное настроение, вызывает ощущение тепла.
- **Желтый цвет** – активный, оживляющий, бодрящий.
- **Золотой цвет** – акцентирует внимание на деталях.

В помещении, где основной тон спокойный, можно воспользоваться основным правилом икебаны – одно-два ярких цветовых пятна, и этого достаточно.

**Текстиль.** Подушки на диване, шторы, чехлы для мебели, салфетки на стол. Только с помощью этих вещей можно создать целую революцию. Можно придумать несколько цветовых решений и стилистических направлений. Интерьер изменится кардинально, а с ним – и ваше настроение, и клиентов.



Чтобы не ошибиться в огромном количестве вариантов, можно пролистать парочку журналов или воспользоваться Интернетом, чтобы посмотреть примеры.

**Свет**, вот с помощью чего можно до конца наполнить помещение волшебством в праздничные вечера! Можно даже купить одну лампу и несколько абажуров и использовать игру света и цвета. Хочется создать романтический настрой – подойдет красный, добавит солнца и тепла – попробуем оранжевый! Ну, а если использовать свечи, бесконечно разнообразные, которые легко вписываются и в уютные гостиные, и в строгие офисы? Просто добавьте небольшую композицию на стойку рецепции или канделябр на кофейный столик – атмосфера моментально меняется. Не стоит пользоваться свечами только в особые моменты, они способны создать праздник каждый день. А ароматические свечи с правильно выбранным ароматом помогут прийти в тонус или расслабиться.

Итак, в вашем распоряжении много вариантов, новых тенденций и направлений. Посмотрите на свой салон новым взглядом. Вдохните в него жизнь и радость. Особенно сейчас, когда так хочется поднять



## КОНКУРС!

### «Любимый уголок нашего заведения»

#### УВАЖАЕМЫЕ ЦЕНИТЕЛИ КРАСОТЫ!

Каждый из нас проводит большую часть времени на работе, и у каждого из вас наверняка есть любимое место в учреждении. Мы предлагаем вам поучаствовать в конкурсе на лучшее портфолио рабочей зоны.

Для участия в конкурсе пришлите заявку об участии в конкурсе на e-mail: [anna.y@con-med.ru](mailto:anna.y@con-med.ru), указав координаты обратной связи, мы свяжемся с вами и расскажем как передать фотографии для участия в конкурсе.

5 участников с лучшими портфолио получают призы:

**Первый приз:** профессиональный дизайнер сделает бесплатный дизайн помещения.

**И еще четыре приза:** дизайн помещения со скидкой **50%**

настроение, необходимо отказаться от серых будней и одинаковых безликих интерьеров прошлого. Будьте интересны и индивидуальны! Нет ничего невозможного, давайте мечтать, используя фантазию, цвет, свет и настроение! А воплотить в жизнь идеи современным, новым способом вам с удовольствием поможет любимый дизайнер.



# Кризис подан, господа!



**Тратьте меньше,  
чем зарабатываете – вот вам  
и философский камень  
[Франклин Бенджамин]**

**Р**Все в этом мире циклично, и финансовые кризисы – не исключение. Кризис 2008 года также войдет в мировую историю. Для конструктивного разговора давайте разберемся в понятиях, что же это такое.

**Экономический кризис** (др.-греч. krisis – поворотный пункт) – нарушение равновесия между спросом и предложением на товары и услуги, что порождает депрессивный процесс в экономической конъюнктуре и может вести к рецессии. Является фазой экономического цикла. Результатом экономического кризиса является снижение жизненного уровня населения и уменьшение реального валового национального продукта.

**КРИЗИС ФИНАНСОВЫЙ** – глубокое расстройство финансовой системы страны, сопровождаемое инфляцией, неплатежами, неустойчивостью валютных курсов, курсов ценных бумаг.

Обратимся к К.Марксу, согласно его методологии кризис выступает формой разрешения противоречий, накопившихся в предшествующий период, фазой экономического цикла: **кризис – депрессия – оживление – подъем**, а непосредственной его причиной является несоответствие между производительной силой капиталистического общества, противоречие между тенденцией капиталистического производства к безграничному расширению и ограниченностью платежеспособного спроса.

## Обратимся к истории

Кризисы сопровождают всю историю человеческого общества. Вначале они проявлялись как кризисы недопроизводства сельскохозяйственной продукции, с середины XIX в. – как «недопотребления», связанного с нарушением равновесия между промышленным производством и платежеспособным

спросом. До XX в. кризис ограничивался пределами одной, двух или трех стран. В последующем стал приобретать международный характер, поскольку развитие торговли создавало через взаимодополняемость и конкуренцию благоприятные условия для его распространения.

## «Ножницы цен» (экономический кризис 1923 года)

«Ножницы цен» – дисбаланс цен между промышленными и сельскохозяйственными товарами, возникший в советской экономике осенью 1923 года, на второй год НЭПа. Преодоление кризиса – уменьшение затрат в промышленном производстве, что достигалось сокращением персонала, оп-



тимизацией производства, контролем уровня заработной платы рабочих и снижением роли торговцев и посредников («нэпменов») путем расширения сети потребкооперации.

## Великая депрессия

Великая депрессия (англ. Great Depression) – рецессия мировой экономики, начавшаяся в большинстве стран в 1929 году и закончившаяся полностью в начале 1940-х. Спад особенно сильно затронул наиболее развитые страны Запада, включая США, Канаду, Великобританию, Германию и Францию, но коснулся и других государств. В наибольшей степени пострадали промышленные города, в ряде стран практически прекратилось строительство. Из-за сокращения платежеспособного спроса цены на сельскохозяйственную продукцию упали на 40–60 %.

Предшествовали Великой депрессии события Биржевого краха США 1929 г.: обвальное падение цен на акции, начавшееся в «Черный четверг» 24 октября 1929 г., принявшее катастрофические масштабы в «Черный понедельник» (28 октября) и «Черный вторник» (29 октября). 29 октября 1929 г. – день биржевого краха Уолл-Стрит.

**Причины.** Существует ряд теорий на этот счет, но, по всей видимости, в возникновении экономического кризиса сыграла свою роль совокупность факторов:

**Нехватка денежной массы** (в то время деньги были привязаны к золотому запасу, это ограничивало денежную массу). В результате ограниченности денежной массы и роста товарной массы возникла сильная дефляция – падение цен, которое вызвало финансовую нестабильность, банкротство многих предприятий, невозврат кредитов. Мощный мульт-

типикативный эффект ударил даже по растущим отраслям.

*Монетаризм* – кризис вызвала денежная политика ФРС (Федеральная резервная система США).

*Марксизм* – просто кризис перепроизводства, присущий капитализму.

*Биржевой пузырь* – инвестиции в производство сверх реальной необходимости.

*Стремительный прирост населения* – большое количество детей в семье было характерным для прежнего аграрного способа производства (в среднем, 3–5 детей на семью).

*Принятие Закона Смута-Холи* в 1930 году, введший высокие таможенные пошлины на импортные товары. Лишь в середине 30-х годов после вступления в силу Закона о соглашениях о взаимной торговле, существенно снизившем таможенные пошлины, международная торговля начала восстанавливаться, оказывая позитивное влияние на мировую экономику.

Последствия таковы: уровень промышленного производства был отброшен к уровню начала XX века, то есть на 30 лет назад; в странах Запада насчитывалось около 30 млн безработных; ухудшилось положение фермеров, мелких торговцев, представителей среднего класса. Многие оказались за чертой бедности; возросло количество сторонников как левозстремистских (коммунистических), так и правозстремистских (фашистских) партий (например, в Германии пришла к власти Национал-социалистическая немецкая рабочая партия).

Выйти из кризиса помогла экономической политика, проводимая администрацией Рузвельта начиная с 1933 г. Основным методом борьбы с кризисом стало государственное вмешательство во все сферы общественно-экономической жизни. Руз-



щество с целью уменьшения поддержки Израиля западными странами.

Результатом экономического нажима ОПЕК стала декларация совета министров стран Общего рынка, поддержавшая позицию арабов. Создвшееся политическое положение усилило зависимость Израиля от США и вскрыло истинные масштабы зависимости развитых стран от цен на нефть.

#### **Черный вторник (1994 год)**

Обвальное падение рубля по отношению к доллару 11 октября 1994 года. За один день на Московской международной валютной бирже курс доллара вырос с 2833 до 3926 рублей за доллар. В докладе, который был подготовлен специальной комиссией,

американского доллара. В результате обменный курс бата упал наполовину, а фондовый рынок Таиланда – на три четверти.

В течение последующего месяца кризис перекинулся на экономики Индонезии, Малайзии и Южной Кореи. В меньшей степени пострадали от кризиса Япония, Гонконг, Лаос, Филиппины, Китай, Индия и Вьетнам. Среди «азиатских тигров» меньше других были затронуты кризисом Сингапур и Тайвань. Для всех названных экономик в течение 1997–1998 гг. были характерны падение курса национальной валюты, падение фондовых индексов, рост инфляции, увеличение объема корпоративного долга, громкие банкротства корпораций.

Азиатский финансовый кризис вызвал такие политические последствия как отставка индонезийского диктатора Сухарто, провозглашение независимости Восточного Тимора и раскол в правительстве Махатхира Мохамеда. В подтверждение тезиса о глобализации мировой экономики, кризисные последствия быстро распространились по Земному шару. Падение цен на нефть до рекордных 8 долларов за баррель спровоцировало российский экономический кризис 1998 года. Последним эхом кризиса стал аргентинский дефолт 2001 года. Международный валютный фонд, который обвинялся национальными правительствами в провоцировании кризиса путем бездумного поощрения роста экономик «азиатских тигров», выделил на преодоление его последствий 40 млрд долларов. Сигналы оздоровления основных экономик Юго-Восточной Азии стали поступать в начале 1999 года. Политическая и экономическая реструктуризация национальных экономик позволила к 2001 году преодолеть последствия кризиса и возобновить динамичный рост.

#### **Экономический кризис 1998 года в России**

Не путать с экономическим термином «дефолт». Экономический кризис 1998 года в России (также называемый «дефолт» по названию одной из причин кризиса) был одним из самых тяжелых экономических кризисов в истории России. Основными причинами дефолта были огромный государственный долг России, порожденный обвалом азиатских экономик кризис ликвидности, низкие мировые цены на сырье, составлявшее основу экспорта России, а также популистская экономиче-

## **Кризис – это прекрасный повод напомнить,**

**как можно улучшить товар, затратив наименьшее количество средств**

**[Колет]**

вельт видел выход из экономического кризиса только посредством государственного вмешательства, регулирования правительством экономических отношений между предпринимателями и восстановления покупательной способности рядовых американцев. Также Рузвельт издал закон, согласно которому было снижено золотое содержание доллара, то есть доллар был девальвирован.

#### **Нефтяной кризис 1973 года**

Нефтяной кризис 1973 года (также известен под названием «нефтяное эмбарго») начался 17 октября 1973 года, когда ОПЕК, в которую входили все арабские страны-члены ОПЕК, а также Египет и Сирия, заявила в ходе Октябрьской войны, что она не будет поставлять нефть странам, поддержавшим Израиль в этом конфликте с Сирией и Египтом. Это касалось, прежде всего, США и их союзников в Западной Европе. В течение следующего года цена на нефть поднялась с трех до двенадцати долларов за баррель.

ОПЕК снизила объемы добычи нефти не только для того, чтобы повлиять на мировые цены в свою пользу. Главная задача этой акции состояла в создании политического давления на мировое сообще-

говорилось, что основной причиной обвала является «раскоординированность, несвоевременность, а порой и некомпетентность решений и действий федеральных органов власти».

#### **Азиатский финансовый кризис**

Азиатский финансовый кризис – экономический кризис в странах Южной и Восточной Азии, который разразился в июле 1997 г. и стал самым серьезным потрясением мировой экономики за 1990-е годы. Подоплекой кризиса стал чрезвычайно быстрый рост экономик «азиатских тигров», который способствовал массивному притоку капитала в эти страны, росту государственного и корпоративного долга, перегреву экономики и буму на рынке недвижимости.

Кризисные явления в экономиках Юго-Восточной и Восточной Азии нарастали в течение длительного времени. По соотношению ВВП и объема внешних заимствований первым кандидатом на банкротство выглядел Таиланд. В мае 1997 г. таиландский бат подвергся массивным атакам международных спекулянтов. В этих условиях таиландское правительство объявило 30 июня 1997 г. о девальвации бата, курс которого был прежде привязан к курсу



Кризисы всегда оздоравливают экономику, впоследствии наблюдается стабильный экономический рост

ская политика государства и строительство пирамиды ГКО (государственные краткосрочные обязательства).

Его последствия серьезно повлияли на развитие экономики и страны в целом, как отрицательно, так и положительно. Курс рубля по отношению к доллару упал за полгода более чем в 3 раза – с 6 рублей за доллар перед дефолтом до 21 рубля за доллар 1 января 1999 года. Было подорвано доверие населения и иностранных инвесторов к российским банкам и государству, а также к национальной валюте. Разорилось большое количество малых предприятий, лопнули многие банки. Банковская система оказалась в коллапсе минимум на полгода. Население потеряло значительную часть своих сбережений, упал уровень жизни. Тем не менее, девальвация рубля позволила российской экономике стать более конкурентоспособной.

**Причины кризиса.** В теории международной экономики концепция невозможной троицы подразумевает недостижимость ситуации фиксированного курса валюты, свободного движения капитала и независимой денежной политики. В России курс рубля к доллару являлся фиксированным. Свободное движение капитала позволяло иностранным компаниям вкладываться в рынок ГКО. Денежная политика была направлена на сдерживание инфляции.

Дефолт 1998 года был неожиданным для западных инвесторов, руководствовавшихся принципом «Россия – большая, ей не дадут упасть». Особенностью кризиса являлось то, что в истории мира еще не было случаев, когда государство объявляет дефолт по внутреннему долгу, номинированному в национальной валюте.

**Последствия.** Иностранные инвесторы вступили в переговоры с российским правительством, однако выплаты по ГКО составили мизерную сумму, составляющую около 1% от суммы долга. Девальвация валюты привела к значительному снижению положения импорта и усилению позиций экспорта. Российские предприятия, несущие затраты в рублях и экспортирующие товар, стали конкурентоспособными. Укрепление реального курса рубля происходило в течение 7 лет до 2005 года, когда курс достиг показателей 1996-1997 годов. По мнению российского экономиста, президента Института энергетической политики В.С.Милова, несмотря на негативное воздействие на благосостояние населения, в итоге кризис сыграл благоприятную роль в экономическом развитии страны по причине, в первую очередь, резкого усиления бюджетной дисциплины в последефолтные годы.

### Мировой финансовый кризис 2008 года

Возникновение экономического кризиса, помимо общей цикличности экономического развития, было обусловлено следующими факторами: перегрев сырьевых рынков (в том числе, на углеводородное сырье); перегрев фондового рынка; перегрев кредитного рынка и явившийся их следствием ипотечный кризис; использование новых непроверенных финансовых методик и инструментов; структурные перекосы экономического развития, связанные с глобализацией.

**Истоки и причины.** Высокие цены на сырьевые товары. В 2000-х годах наблюдался бум потребления, сопровождавшийся неуклонным ростом цен на сырье – после Великой депрессии товаров потребления в 1980-2000 годах. Но в 2008 году цены многих товаров, особенно нефти и продуктов питания, достигли такого уровня, что стали наносить ощутимый экономический ущерб, угрожающий стагнацией и аннулированием глобализации. Высокие цены на нефть и бензин привели к сокращению спроса на автомобили: в августе 2008 года продажи автомобилей в Европе сократились на 16%, в США в сентябре продажи автомобилей снизились на 26%, в Японии – на 5,3%. Это привело к сокращению производства металлов, сокращению рабочих мест.

**Ипотечный кризис в США 2007 года.** Непосредственным предтечей общего финансового и банковского кризиса в США был кризис сублимированного ипотечного кредитования в 2007 году, то есть ипотечного кредитования лиц с низкими доходами и плохой кредитной историей. Вследствие 20%-го падения цен на недвижимость американские владельцы жилья обеднели почти на 5 триллионов долларов.

**Инновации на финансовом рынке.** Существенным фактором возникновения кредитного кризиса в США стали инновации с высокорискованными инструментами на финансовом рынке США – прежде всего, бесконтрольное использование производных финансовых инструментов (derivatives), внедрявшихся с начала 1990-х годов.

**Образование финансовых пузырей.** Согласно мнению, высказанному экономистом Гавриилом Поповым в конце октября 2008 года, современной экономической жизнью руководит не рынок и не Госплан, а корпорации спекулянтов, которые и создали мир фиктивного капитала.

Экономист Алексей Байер в первой половине ноября 2008 года полагал, что, после сдувания ипотечного, кредитного и нефтяного пузырей может произой-

**УЧЕБНО-КОСМЕТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР**  
**HERA**

Адрес: А.М. Горького улица, Коллежский образовательный комплекс Санкт-Петербурга

**Курсовые программы:**

- КОСМЕТИК В РАМКАХ** - подготовка в области декоративной косметологии - 4 мес.
- ВЕНЖАНТ-СТАЙЛИСТ** - подготовка в области укладки и окрашивания - 4 мес.
- ВЕНЖАНТ** - подготовка в области укладки - 2 мес.
- СР ГРИММЕР-ПАСТЯЖЕР** - подготовка по профессиональной теории и практике работы - 6,7 мес.

**Для начинающих:**

- Косметика III уровня - 72 уч. часа
- Косметика IV уровня - 72 уч. часа
- Уход за кожей лица по профессиональной системе COLLEGE PARIS
- Специализация по Фундаментам и Цветотеории красоты COLLEGE PARIS
- Создаются в области США, Италия
- Различные виды косметического макияжа
- Средств личной гигиены, косметика - 20 уч. часов
- Дипломы
- Профессиональный визаж для начинающих - 10 уч. часов

**Для профессионалов:**

- Повторный, авторский, декоративный и фэшн-макияж - 20 уч. часов
- Специальный макияж (концертный, фэшн, вечерний, свадебный) - 20 уч. часов
- Изысканный макияж - 10 уч. часов
- Блеск губ (разные оттенки) - 10 уч. часов

**УЧЕБНО-КОСМЕТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР "HERA" - ПЕРВАЯ МЕЖДУНАРОДНАЯ ШКОЛА CIDESCO В РОССИИ**

CIDESCO (Centre International d'Esthétique et de Cosmétologie) - Международная ассоциация специалистов в области косметологии и парфюмерии с 1959 г. Цель ассоциации - развитие теории образования специалистов в области косметологии и парфюмерии, проведение семинаров, конференций, выставок, конкурсов, организация выставочных мероприятий.

Адрес: Санкт-Петербург, Коллежский образовательный комплекс, А.М. Горького улица, 4/31

Телефон: (812) 270-01-01

Сайт: [www.hera.spb.ru](http://www.hera.spb.ru)

ти крах суверенных долговых обязательств США, следствием чего будет бесконтрольная эмиссия денежной массы в США, что, в свою очередь, вызовет глобальную инфляцию.

До данного этапа в развитии кризиса реальный сектор экономики не испытывал ощутимых проблем. В начале октября 2008 года журнал «Эксперт» писал: «Определенный парадокс состоит в том, что кризис с банкротствами, паникой, потерей ключевых участников рынка, вмешательством государства затронул пока лишь финансовый сектор Америки, а вот в реальном секторе, за пределами рынка недвижимости, несмотря на предсказания депрессии, ситуация пока относительно спокойна. Практически не наблюдается снижения уровня потребления, валовой национальный продукт растет. И в программе спасения финансистов реальный сектор, в общем-то, не слишком заинтересован».

**План Полсона.** 18 сентября 2008 года министр финансов США Генри Полсон сообщил, что он, совместно с Федеральной резервной системой (ФРС) США и представителями Конгресса, работает над планом, направленным на «разрешение вопросов с системными рисками» на рынках капитала в США и проблемными активами. План предполагает создание государственной корпорации, которая выкупит проблемные активы у банков. Полсон предлагал выделить корпорации 700 миллиардов долларов. Корпорация будет создана по примеру корпорации Resolution Trust Corporation (RTC), которая использовалась для ликвидации плохих долгов во время кризиса конца 1980-х годов.



Государственный университет управления

## Менеджмент в медицинском бизнесе и индустрии красоты

Профессиональная переподготовка - 1 год

Форма обучения:  
Вечерняя (3 раза в неделю)  
Модульная (5 модулей по 2 недели)

Государственный диплом

Преподаватели:



Владимир Гурдус

Игорь Стоянов

Андрей Сырченко

А также:

В. Черепов, Е. Эрнандес, И. Пинский, В. Кеворков, В. Тапиа-Фернандес, В. Вагнер, А. Лобанов.

**Программа предназначена** для директоров и управляющих салонов красоты, медицинских клиник, СПА- и фитнес-центров, а также будущих владельцев бизнеса и управляющих в медицине и индустрии красоты. Программа разработана на основе лучших бизнес-технологий и инноваций и не имеет аналогов.

Партнеры программы: Группа компаний „Медси“, Имидж-лаборатория „Persona Lab“, „АМД-лаборатории“, „Международная школа СПА“, „GFK-Русь“, „ИД Косметика и медицина“, „Рекламное агентство Старый город“, а также авторитетные специалисты профильных министерств и научно-исследовательских институтов.

Телефон приемной комиссии:  
**+7 (495) 786 8895**



[www.rma.ru](http://www.rma.ru)



**Обвал на фондовых рынках.** 31 октября 2007 года многие индексы мировых фондовых рынков достигли пика, после которого началось снижение: с того дня по 3 октября 2008 года, когда палата представителей конгресса США со второй попытки приняла план Полсона. Обвал 2007-2008 годов затронул все страны и был обусловлен событиями за пределами фондового рынка – бумом, а затем крахом в кредитном и жилищном секторах, а позднее – и на сырьевых рынках: первыми стали падать акции западных банков, а с июля 2008 года, когда начала быстро дешеветь нефть – акции сырьевых компаний развивающихся стран.

Банковская неделя 6–10 октября 2008 года принесла исторически максимальное падение индексов на торговых площадках США. Обвал фондового рынка в октябре 2008 года стал рекордным для рынка США за последние 20 лет, для рынка Японии – за всю историю.

**Совместные действия финансовых и политических властей.** 8 октября 2008 года все ведущие центробанки мира, исключая ЦБ Японии и России, приняли беспрецедентное решение об одновременном снижении процентных ставок.

10 октября, собравшиеся на совещание в Вашингтоне министры финансов и главы центральных банков стран Клуба семи, утвердили антикризисный план, заявив, что они предпримут «неотложные и исключительные действия».

12 октября 2008 года лидеры 15 стран Евросоюза на встрече, прошедшей в Париже, договорились ввести систему государственных гарантий для кредитов, привлекаемых банками, а также обеспечить поддержку финансовым институтам, которые столкнулись с проблемами.

13 октября 2008 года Европейский центробанк (ЕЦБ), Банк Англии и ЦБ Швейцарии пообещали, что по договору о валютном свопе с Федеральной резервной системой (ФРС) США предоставят «долларовое фондирование в размере, необходимом для удовлетворения спроса» в 2008 и 2009 годы.

14 ноября 2008 года лидеры стран Группы двадцати (G20) собрались на антикризисный саммит. По итогам рабочего заседания участники саммита приняли декларацию, содержащую, в частности, общие принципы реформирования финансовых рынков, реорганизации международных финансовых институтов, обязательство воздерживаться от применения протекционистских мер в последующие 12 месяцев (пункт 13 Декларации саммита).

23 ноября 2008 года в Лиме завершился саммит лидеров стран-членов организации Азиатско-Тихоокеанского экономического сотрудничества, которые признали, что в ближайшей перспективе снижение темпов роста мировой экономики является «неизбежным».

**Кризис в Европе.** В еврозоне в целом, промышленное производство упало на 1,9 процента в мае, самое большое падение со времен кризиса 1992. Продажи европейских автомобилей упали на 7,8% в мае по сравнению с предыдущим годом. Розничная продажа упала на 0,6% в июне от майского уровня и на 3,1% по сравнению с предыдущим годом. Германия была единственной страной из четырех самых больших экономических систем в еврозоне, которая зарегистрировала увеличение деятельности в июле, хотя увеличение резко снижалось. Во втором квартале экономика еврозоны уменьшилась на 0,2%.

Другие члены еврозоны встретили спад в их экономике во втором квартале. Французская экономика сократилась на 0,3%, экономика Финляндии снизилась на 0,2%, в Нидерландах показала нулевой рост во втором квартале.

Исландия, опасаясь разрушения банковской системы, пошла на национализацию банков, сделав долги банков правительственными, как следствие, поставив государство на край пропасти – банкротства.

### Финансовый кризис 2008 года в России

Экономический кризис 2008 года в России как часть мирового экономического кризиса, стал возможным, по мнению помощника Президента России А. Дворковича, благодаря произошедшей интеграции российской экономики в мировую экономику, когда «любое событие за рубежом оказывает влияние на стоимость российских облигаций и акций, на ликвидность, доходы граждан и рост экономики».

**Начало кризиса.** Падение фондового рынка: август – октябрь 2008 года.

Удар глобального кризиса по России был сильнее, чем по экономикам иных стран, вследствие 3-х причин:

- «американская финансовая катастрофа», негативно отразившаяся на всех рынках и финансовых системах развивающихся стран;
- падение цен на нефть при значительной зависимости России от ее экспорта;
- политические ошибки российского руководства.

Российский фондовый кризис следует отсчитывать от 19 мая 2008 года – дня, когда российские биржевые индексы перестали расти, и началось падение. Начавшееся в конце мая 2008 года снижение котировок акций российских компаний стало перерастать в обвал в конце июля. По мнению ряда СМИ и финансовых аналитиков, первое резкое падение котировок произошло вследствие заявлений премьер-министра Владимира Путина в адрес руководства компании «Мечел» 24 июля.

Другим фактором ускоренного, по отношению к американскому индексу Доу-Джонса, падения фондового рынка в России стал, по мнению ряда аналитиков и экономистов, российско-грузинский военный конфликт. Журнал Newsweek в материале, опубликованном 23 августа 2008 года, замечал о экономических последствиях конфликта с Грузией для России: «После конфликта в Грузии российская фондовая биржа пережила

одно из самых мощных падений котировок за последнее десятилетие. В течение только одного дня курс акций упал почти на 6%. Инвесторы больше всего опасаются, что наступит новая эпоха военной конфронтации между Россией и ее соседями».

В результате радикального ухудшения ситуации в июле – августе в связи с агрессивной кампанией российских властей против российско- и зарубежного бизнеса, наиболее яркой историей из которых стала история по поводу отправки доктора к хозяину «Мечела», отправка Роберта Дадли из ТНК-ВР. Ну и конечно, российская агрессия против Грузии, которая привела к тому, что пошли разговоры про «холодную войну» и про противостояние России Западу.

The Financial Times от 18 сентября 2008 года в своем обширном материале, посвященном анализу российской экономики, усматривала первостепенную причину краха российского фондового рынка, кризиса ликвидности и оттока капитала в августе – сентябре 2008 года во внутренних проблемах страны: «российский финансовый сектор сильнее всего пострадал от кредитного кризиса в США. Для московских фондовых бирж и банков международное положение усугубило существовавшую кризисную ситуацию, объяснявшуюся в основном внутренними факторами, то есть августовской российско-грузинской войной».

По итогам октября российский фондовый рынок продемонстрировал худшие результаты среди всех рынков мира.

**Анна Менглебей, Наталья Лыбонева**



# Кризис и Спа-Бизнес

Чем грозит мировой финансовый кризис спа-салонам: спад спроса, снижение платежеспособности, снижение выручки и прибыли; и, как следствие, простой оборудования, сокращение персонала, убытки. Не отчаивайтесь и не впадайте в панику! Любую проблему можно решить!



Итак, не теряя хладнокровия, коснемся ценовой политики. При уменьшении количества клиентов (процедур) увеличивается амортизационная нагрузка на одного посетителя. Проще всего повысить стоимость услуг, но, как альтернативный вариант, стоит проявить лояльность к клиентам и снизить цены (оставить на уровне), тем самым удержать своих клиентов и переманить их у конкурентов.

Персонал. Хороших специалистов нужно удерживать, но при этом, исходя из условий кризиса, они должны взять на себя ряд дополнительных функций, осваивать новые направления. Недостаточно квалифицированный персонал нужно уволить, и как можно скорее.

Необходимо снижать текущие расходы на процедуры. Закупайте профессиональные серии препаратов и аксессуаров по более низкой стоимости. Расширьте спектр услуг, они должны быть рассчитаны на различные целевые аудитории. Предложите на выбор одинаковую услугу, но по разной стоимости, основанную на различных сериях препаратов. Клиенты сами определяют приоритет. Широкий выбор привлечет к вам дополнительных клиентов. Введите в прейскурант недорогие СПА-обертывания, безинъекционную мезотерапию, скользящий массаж, СПА-маникюр. В период кризиса люди нуждаются в отдыхе, расслаблении, при этом еще с пользой!

## Маркетинг и менеджмент СПА

В условиях финансового кризиса необходимо ориентироваться на стабильный сегмент – сред-

ний класс (менеджеры, юристы). Необходимо выбирать программы, ограниченные во времени (максимум, 1–1,5 часа). Ищите новинки, расширяйте спектр услуг, повышая спрос и частоту посещаемости процедур. Все мероприятия в комплексе скажутся на финансовом результате деятельности предприятия.

Многие инъекционные аппаратные методики разрешены к использованию только специалистам с медицинским образованием в соответствующих санитарных условиях. Безопасные эффективные природные технологии могут быть выгодным приобретением для тех салонов, которые не имеют медицинской лицензии или не хотят рисковать использованием агрессивных препаратов.

В представлении населения СПА – это недоступная роскошь. Дайте понять своим постоянным клиентам, что они могут позволить себе прикоснуться к миру СПА, таким образом, повышая их статус в собственных глазах и давая почву для обсуждений вашей новинки в кругу их знакомых. Предложите своим клиентам выбор из двух-трех серий СПА-препаратов – как дорогих, так и более доступных. Не спешите закупать дорогостоящие импортные препараты «про запас».

Выделите в прейскуранте отдельные разделы: «СПА», «СПА-уход» или «СПА-услуги», определитесь с их перечнем и стоимостью. Их невысокая, доступная цена будет приятным завлекающим сюрпризом для клиентов. Поднять цены и действительно хорошо заработать вы сможете через несколько месяцев.

## Выводы:

- понятность и простота технологий и пошаговых программ;
- материальная доступность среднему классу;
- снижение себестоимости препаратов и аксессуаров;
- высокая эффективность и безупречность результата;
- комфорт и удовольствие клиента;
- поддержание традиционного престижа СПА.
- не выживание, а развитие, успех и процветание салона;
- повышение цен на услуги (чревато потерей части существующих клиентов и как следствие – оборот, падением доходов);
- увеличение количества посещений и услуг существующими клиентами (предложением новых популярных услуг, цена на которые доступна существующим клиентам);
- привлечение новых клиентов (снижением или удержанием цен за счет использования более доступных препаратов);
- расширение перечня услуг;
- введение необычайно интересных и эффективных программ;
- введение СПА-программ для повышения имиджа и статуса салона и соответственно – привлечение более обеспеченных клиентов);
- экономия на полноте выполнения программ, уменьшение норм расхода на процедуру (чревато потерей эффективности и, соответственно, имиджа салона и потерей клиентов);
- использование материально более доступных профессиональных серий препаратов и реально доступных СПА-программ (что позволяет существенно увеличить маржу между расходами на препараты и стоимостью СПА-услуг).

И, наконец, вопрос, который волнует абсолютно всех: как защитить себя и свои сбережения человеку, далекому от финансового мира.

Сегодня безопаснее хранить свои деньги в банках. Все остальные, более рискованные методы – вложения в акции, ПИФы, недвижимость и валюту не прошли «кризисную» проверку. При этом, конечно, к выбору банка необходимо подходить по-прежнему очень ответственно. Первое, на что необходимо обратить пристальное внимание – это надежность кредитной организации. Изучите рейтинги банка, поинтересуйтесь, входит ли он в систему страхования вкладов, возможно, имеет смысл изучить финансовую отчетность банка – ее, как правило, можно найти в открытых источниках на Интернет-сайтах. Кроме того, поинтересуйтесь тем, вошел ли выбранный вами банк в число тех 28 кредитных организаций, что были отобраны Минфином для размещения бюджетных средств. Если Министерство Финансов и Центральный Банк нашей страны им доверяют, значит, это можете сделать и вы. Тем, кто, размещая свои средства во вклад, принял взвешенное решение и доверился надежному, стабильному, устойчивому банку, ничего предпринимать не надо. Деньги в стабильном банке защищены гораздо надежнее, чем дома, где они будут обесцениваться с каждым днем.

Анна Менглебей, Наталья Лыбонева

# Голос как инструмент

Предложение от Spa&Salon написать статью пришлось на время разгорающегося кризиса. Казалось бы, работа с голосом для массажиста, косметолога, эстетиста в это время – избыточная экзотика, но мне хотелось бы посмотреть на тему несколько шире, чем освещение одного из разделов темы «работа с клиентом».

Громкость должна соответствовать расстоянию, которое разделяет вас и клиента. Если громкость избыточна, то это «давит» на того, кто вас слушает

**К**ризис – это время встречи с самим собой, с подлинными ценностями, отсеивание второстепенного, сосредоточение на главном. Многие педагоги, работающие с детьми, говорят, что во время кризисов (девальвации, деминации) они сталкиваются с избыточностью заказов. Родители начинают активно инвестировать в будущее детей, отказавшись от новой модели мобильника, поездки в Египет или творческого шоппинга.

Для самых разных социальных и профессиональных слоев населения нашей страны становятся важными мысли и поступки, раскрывающие собственный потенциал.

Мне, как специалисту по работе с голосом, очевидно, что можно прожить жизнь, не услышав себя, свой голос, данный природой, не раскрыв свой дар убеждения. «Стяжи дух мирен – и тысячи спасутся возле тебя», – гласит одна из самых чтимых в православии заповедей Серафима Саровского. Расслышать в себе среди множества звуков голос мира и спокойствия, познакомиться с ним, прибегать к нему в те моменты своей профессиональной деятельности, когда речь идет о поддержке и внимании к тем, кто пришел за помощью – вот что я могу пожелать специалистам, работающим в сфере целительства – большого и малого...

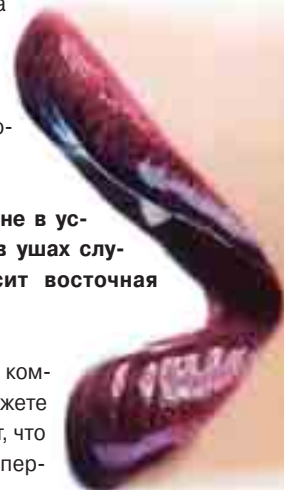
**В рамках данного материала я бы хотела сосредоточиться на голосе как инструменте убеждения по отношению к клиенту, и самонастройки – по отношению к специалисту.**

В этой сфере несколько легче приходится тем сотрудникам, которые работают в коллективе со сложившимся поведенческими нормами и традициями. Здесь присутствует эффект неявного лидерства. Когда ты день ото дня видишь, как твой шеф (главный врач, зав. отделением и др.) общается с пациентами, невольно «считываешь» его реакции в сложных случаях, осознаешь, какое поведение допустимо, а какое – исключено, фиксируешь в том числе и интонацию, амплитуду допустимой громкости в разговоре, умение говорить немногословно и убедительно. Поэтому возможные сценарии диалога, принятые в данном конкретном сообществе, становятся твоими сценариями. Это обучение через подражание и сложившуюся модель коммуникации.

Иное дело, когда коллектив создается из специалистов, пришедших из разных сфер деятельности, для кого эстетические технологии – вторая или новая профессия, без значительного опыта профессиональной коммуникации с клиентом. В этом случае важно ответить на вопрос – как складывается первое впечатление, и какое место здесь занимает голос как инструмент.

**«Истина находится не в устах говорящего, а в ушах слушающего», – гласит восточная мудрость.**

В любом учебнике по коммуникации вы обнаружите тот невероятный факт, что при формировании пер-



вого впечатления в момент знакомства до 38% уходит на восприятие и интерпретацию голосовых сигналов говорящего. Проще говоря, на то, как мы говорим. Именно не «что», а «как». Сюда относятся несколько голосовых и речевых маркеров. Для нас в первую очередь важны:

- тембр
- темп
- интонация
- дикция
- громкость.

**Тембр** – индивидуальные характеристики вашего голоса. Тембр настолько же индивидуален, как рисунок на кончиках пальцев. Поэтому, когда вы говорите определенным образом, подсознание мгновенно считывает отсутствие «зажимов» и напряжения, дает «зеленый свет» доверию к словам. Если же голос звучит тускло, безжизненно, или избыточно напряженно, то человек, пришедший на прием, будет ощущать внутреннюю тревогу, которую и сам не сможет себе толком объяснить. Начинает работать сценарий восприятия: «Если специалист сам себе не верит (пребывая в таком внутреннем напряжении), то почему я должен верить ему?».

**Темп речи** – это скорость, с которой вы говорите. Есть одно простое правило для начинающих: темп речи должен быть равен темпу восприятия. Это особенно важно для молодого специалиста. В сфере обслуживания давно очевиден тот факт, что, стараясь произвести наилучшее впечатление в «заботе о клиенте» девушки часто прибегают к скороговорке (по принципу: чем больше я успела сказать, тем больше информации получил клиент). На самом деле – с точностью до наоборот. Чем больше напрягается человек, чтобы услышать важные для себя сведения и принять решение (о способах лечения, предлагаемых процедурах, количестве необходимых для позитивного эффекта процедур и т.д.), тем скорее нарастает отторжение и недоверие к консультанту. Эффективный голос должен быть раскрепощенным и гибким.

**Интонация** – отражение рисунка голосовых модуляций, тона речи. Если интонация в конце фразы все время падает, то для восприятия это факт убийственный. Говорящий, таким образом (для подсознания слушающего) все время «сбрасывает» в конце фразы то, что говорил в начале. В народной мудрости этот сценарий отражает мысль «начать за здравие, кончить – за упокой». Интонационно в диалоге мы должны развивать нашу мысль, вести ее к понятной нам цели (но еще не очевидной клиенту). Эти затраты восполнятся сполна, так как мы не будем выстраивать своими руками стену непонимания между собой и пришедшим за помощью, желающим что-то понять про себя, неизвестное доселе, и надеющимся, что в этом ему помогут, человеком.

**Дикция** – точность и четкость в произнесении слов. Чем четче вы выскажете свою мысль, тем четче она отпечатается в восприятии слушающего. Как говорил основоположник прусской военной доктрины фельдмаршал Мольтке: «Если приказ может быть понят неверно, он и будет понят неверно». В нашем случае то же самое можно сказать о ваших намерениях по отношению к клиенту. Отсутствие четкости в речи ведет к дополнительному напряжению в восприятии (нужно расшифровывать вашу речь), и отсюда тоже может падать кредит доверия к тому, что вы говорите.



**Громкость** – сила звучания. Она должна соответствовать расстоянию, которое разделяет вас и клиента. Если громкость избыточна, то это «давит» на того, кто вас слушает. Здесь важно помнить, что когда клиент:

1. лежит на массажном столе
2. с закрытыми глазами
3. и вы, в некоторых рабочих положениях, нависаете над ним,

то эти три фактора требуют от специалиста почти математической точности в направлении и управлении своим голосом.

При такой «зависимой» позиции клиента тон голоса, громкость и другие характеристики звуков, издаваемые речевым аппаратом специалиста, могут мгновенно или усилить существующее напряжение, или снять его. О дыхании, акцентах и паузах мы поговорим в следующем номере.

В заключение мне хотелось бы сказать о том, что те же инструменты, о которых мы говорили как о способах настройки и воздействия на слушающего,

применимы по отношению к самим себе. Узнать свой голос силы и устойчивости, пользоваться им, прибегать к нему во время собственных душевных неполадок, перезапускать через него собственный «компьютер» – вот возможности, которые открывает управление голосом как инструментом.

Одно из определений коммуникации гласит: «**Коммуникация – это ответ, который ты получаешь**». Если мы постоянно получаем недоверие, агрессию, безразличие как результат нашего взаимодействия с внешним миром, значит, это ответ на наши внутренние сценарии, которые живут в нас и управляют нами, не спрашивая. И, возможно, пришло время выяснить «я планирую, или меня планируют». На мой взгляд, крайне полезный вопрос именно в наше кризисное время. И, в том числе, узнать ответ на него у своего собственного голоса.

**Валерия Устинова,**  
Генеральный Директор ООО «Мир Диалога»

# Внутренний ритм организма

Олег Городецкий, Елена Городецкая

*«приливы есть во всех делах людских,  
и те, кто их использует умело,  
преуспевают в замыслах своих, –  
так говорит Шекспир; но в том и дело,  
что надо вовремя увидеть их...»*

Байрон

Говорят, что природа не терпит пустоты, но очень любит ритм и цикличность. Существует множество отечественных и зарубежных исследований на тему «Внутренний ритм организма», которые различаются в деталях, однако цель их едина – разобраться в этом ритме, действовать в соответствии с ним, а не вопреки ему.

«Мир, в котором мы живем, удивительно склонен к колебаниям». С этими словами известного английского специалиста в области механики, проф. Лондонского университета Р. Бишоп нетрудно согласиться, присмотревшись к окружающим явлениям. Действительно, колебания в природе обнаруживаются повсюду. Свет, звук, морские волны, океанские приливы и отливы,

смена дня и ночи, чередование времен года, ритмы солнечной активности – все это различные формы колебательных движений.

Исключительное богатство ритмических процессов демонстрирует живая природа. Любая функция, любое жизненное отправление ритмичны, и это справедливо по отношению к любому живому существу, на какой бы ступени эволюции оно ни находилось, в том числе и к человеку. Дыхание, сердцебиение, ходьба – это лишь самые очевидные проявления биологических колебаний, за которыми скрыто огромное количество ритмических процессов.

Ритм (греч. «ритмос» от «рео» – теку) – есть повторение одного и того же события или воспроизведение

одного и того же состояния через равные промежутки времени. Биологическим ритмом называют равномерное чередование во времени различных состояний организма, биологических процессов или явлений. Но не всякое повторяющееся явление может быть названо биоритмом. Биоритм – это самоподдерживающийся и, в известной мере, автономный процесс. Спектр биологических ритмов, присущих земным организмам, исключительно велик. Известны ритмы, период которых измеряется долями секунды (ритм электрической активности головного мозга, скелетных мышц), секундами (частота пульса, дыхания), и в то же время описаны биологические колебания с периодами, достигающими нескольких лет.





Наиболее известны и изучены так называемые циркадианные биологические ритмы с периодом порядка 24 часа. Термин «циркадианный» переводится как околосуточный (от латинских слов «circa» – около и «dies» – день). Почему эти ритмы называются не просто суточными, а околосуточными? Выяснилось, что у человека, изолированного от внешнего мира, прежде всего – от естественного освещения, длительность цикла сон – бодрствование, регулируемая только самочувствием – желанием спать или бодрствовать, становится, как правило, несколько больше, чем в обычных условиях (в среднем, без учета индивидуальных вариаций, примерно 25 ч). Другими словами, сутки в этих условиях сохраняют близкую к 24 ч продолжительность, поэтому ритм сна – бодрствования человека в условиях изоляции и получил название околосуточного или циркадианного.

Ведущим циркадианным ритмом у человека является ритм сна и бодрствования. В соответствии с этим ритмом колеблются и другие жизненные отправления. Вращение нашей планеты вокруг своей оси и потому регулярное чередование на протяжении суток света и темноты четко разделило жизнь всех населяющих ее существ, в том числе и нашу с вами, на две части. Днем мы активны, ночью спим. И этот основополагающий ритм, монотонный ход суточных часов служит непременным условием сохранения нормальной жизне-

деятельности людей. Есть все основания утверждать, что циркадианная периодичность свойственна всем без исключения функциям нашего организма. В настоящее время в организме человека обнаружено свыше 300 физиологических показателей, имеющих циркадианный ритм, и число их по мере накопления фактов постоянно растет. Сонливость в течение дня наступает каждые четыре часа, и это естественный физиологический цикл. Тут колебания и температуры тела, и частоты дыхания, и секреции гормонов и т.п. Значит, речь идет о целой циркадианной системе. Такая система – отнюдь не простая сумма околосуточных колебаний. Ритмы различных физиологических функций четко согласованы друг с другом, образуя единый, хорошо упорядоченный ансамбль.

В каждый час дня и ночи реакции нашего организма разные, но они повторяются в 24-часовом ритме, определяющем жизнь человека. Интенсивность большинства жизненных процессов нарастает днем и снижается ночью, следовательно, фаза максимума их суточного ритма приходится на дневные, а фаза минимума – на ночные часы. Однако есть и такие процессы, которые напротив, ночью протекают более активно, нежели днем: это процессы роста тканей, в том числе, роста волос.

Сейчас мы уже кое в чем приоткрыли занавес над этой тайной. Мы знаем, что ритм потому так близок, так ну-

жен нам, что он есть живая действительность процесса жизни, что наше благополучие, успехи во всех сферах во многом связаны с тем, насколько разумно используется принцип ритма в нашей повседневной жизни. Разумеется, абсолютной привязки событий жизни человеческого организма к времени суток не существует, однако общий «сценарий событий» неизменен, и им можно активно пользоваться для коррекции своих действий, чтобы не вступить в категорическое противоречие с выработанным в течение многих тысячелетий нашим организмом оптимальным вариантом смены активности органов и систем.

Окружающий человека мир, как природный, так и социальный, находится в вечном движении, важной особенностью которого является повторяемость событий, их выраженная цикличность. Итак, как можно было убедиться, знание собственных биоритмов, внимательное отношение к ним оказывает добрую услугу людям. Бережно сохраняя ритмы физиологических функций, оберегая их от ломки, мы поддерживаем на должном уровне свое здоровье, делаем шаг к долголетию. Сегодня надо признать: биоритмы – мощная сила в руках человека разумного! Увы, столь же справедливо и обратное положение: легкомысленное отношение к режиму труда и отдыха, насилие над сложившимися ритмическими стереотипами – верный путь к болезням. Не будем об этом забывать!



# SPA Neuro-Aromatherapy от Natura Bisse

Предлагаем вашему вниманию процедуру Neuro-Aromatherapy от Natura Bisse!  
Наши специалисты выбрали самые изысканные в мире церемонии красоты и обогатили их новейшими идеями нейро-ароматерапии.

# Пробуждение чувств

Нейро-ароматерапия – это инновация компании Natura Bisse, основанная на одновременном воздействии эфирных масел и уникального нейро-пептида – сенсорфина (Sensorphine). Он повышает уровень «молекул счастья» (бета-эндорфинов) в организме и усиливает ощущение гармонии и покоя.



## П

Перед основной частью процедуры проводится подготовка – тело пациента обрабатывается медовым скрабом. Honey scrub – принципиально новое средство для ухода за телом. Эксфолиант мягко отшелушивает омертвевшие клетки эпидермиса, питает кожу и способствует ее регенерации. Его эксклюзивная формула содержит кристаллизованный мед, обладающий мощными питательными и увлажняющими свойствами, а нежный цветочный запах способствует расслаблению. После пилинга проводится специальное обертывание, сочетающее в себе охлаждающий и согревающий эффекты. Красное горячее и оливковое холодное обертывания используются для дренирования и детоксикации кожи, снятия мышечного напряжения.

Основная часть процедуры представляет собой комплекс из трех методик массажа (на выбор или в сочетании) – массаж минералами, гавайский массаж Ломи-Хума и цветочный массаж.

Все три вида массажа, отобранные для коллекции SPA Neuro-Aromatherapy, неповторимы и уникальны, как и ощущения, которые они дарят. Все массажи начинаются с погружения в атмосферу гармонии и покоя, так называемого «выравнивания энергии всех чакр».





**Г**авайский массаж Ломи-Хума сочетает традиционные техники лечения народов Тихоокеанского региона и Средиземноморья. Целью этого массажа является освобождение потока энергии, снятие мышечного напряжения, улучшение кровообращения. Он дарит чувство умиротворения, ощущение гармонии души и тела. В отличие от обычного массажа, здесь мастер активно использует в работе предплечья. На протяжении всей процедуры тело разминают, потягивают, покачивают в разные стороны.



**Н**ейро-ароматический массаж минералами благодаря энергетическим свойствам горячего камня обсидиана и холодного мрамора оказывает поистине уникальное воздействие. Мрамор усиливает кровообращение и улучшает обмен веществ, а теплый обсидиан снимает стресс и уменьшает болевые ощущения. Эта техника включает в себя одновременно массаж шиацу, рефлексотерапию и лимфодренаж. Рекомендуется при целлюлите, мигренях и стрессе.



# Н

Наконец, третья церемония красоты – **цветочный массаж** берет начало в традиционной китайской медицине и индийской аюрведе. Компания NATURA BISSE нашла применение этой восточной мудрости в новой процедуре ухода за телом с помощью последовательного массажа, способствующего достижению прекрасного физического и душевного самочувствия. Этот массаж особенно эффективен для: избавления от напряжения, усталости, беспокойства, бессонницы; избавления от проблем кровообращения и от тяжести в ногах; снятия мышечных и других болей; восстановления энергии и жизненных сил, особенно, при плохом самочувствии.

Техника проведения массажа включает в себя выполняемые опытным врачом разнообразные массажные приемы (раскачивание, разминание и помпаж), а также использование теплых цветочных саше, содержащих смесь натуральных сухих цветов и «золотых зерен» (гречиха *Sarrasin Wheat*). Процедура снижает мышечное напряжение, уменьшает признаки физического и умственного утомления, снимает болевые ощущения, улучшает микроциркуляцию и способствует выведению токсинов. Результат: полное восстановление организма, насыщение его энергией, великолепные, не имеющие себе равных, ощущения. В завершение всей процедуры предусмотрено чаепитие. Черный чай с вишней, малиной, земляникой и красной смородиной или белый чай со смесью лепестков розы и розового эфирного масла, а также цветков абрикоса и маракуйи. Черный чай обладает активизирующими, антиоксидантными и восстанавливающими свойствами, снижает уровень холестерина, способствует снижению веса. Белый чай оказывает стимулирующее воздействие; содержит вдвое меньше кофеина, чем другие чаи, обладает мощным антиоксидантным действием.



# Мечты сбываются

## Инновационные технологии Wellssystem International GmbH



**К**то из нас не мечтал, если не каждый день, то хотя бы с той или иной долей регулярности получать сеансы общего массажа тела? А если делать это не в форме самостоятельно выполняемых «потерушек», а прибегать к помощи профессионального специалиста?! Кажется бы, об этом можно только мечтать...

Где найти такого массажиста? Как удостовериться в его высокой квалификации и безупречной репутации? Да и сколько будет стоить все это регулярное удовольствие?

Однако как гласит известная поговорка: «Относиться серьезно к своим желаниям – они имеют особенность сбываться», личный массажист – уже не мечта, а реальность.

Чем можно заменить руку массажиста? Напором водной струи. Как можно дозировать массажное воздействие? Компьютеризированным программным обеспечением. Какие гарантии эффективности подобного массажа? Результаты многолетних научных исследований и клинической апробации метода. Так что же это за метод?

Речь идет об оригинальной технологии опосредованного массажа с использованием бесконтактных гидромассажных ванн. По сути, это ванны, заполненные водой и имеющие на поверхности эластичную пленку, через которую и осуществляется массаж, то есть прямой контакт тела с водой исключен. Пациент может принимать массаж не раздеваясь и получать при этом все ощущения аналогичные подводному струевому массажу. Регулировка интенсивности массажного воздействия и температуры воды позволяет подобрать для каждого пациента индивидуальный наиболее комфортный режим. В настоящее время в мире существует несколько

модификаций бесконтактных гидромассажных ванн разных производителей. Тем не менее, бесспорный лидер в изготовлении этого оборудования и разработке концептуальных идей технологии опосредованного гидромассажа – немецкая фирма Wellssystem International GmbH.

Wellssystem GmbH с 1994 года, выросла от традиционной немецкой компании среднего размера до интернационально ориентированного холдинга. Сегодня больше чем в 40 странах (Германии, США, Швейцарии, Франции, Великобритании, Польше, Италии, Нидерландах, России и др.) установлено несколько тысяч бесконтактных гидромассажных ванн от Wellssystem GmbH.

В 2004 году продукция WellSystem International GmbH получила одну из наиболее значимых наград в сфере новых технологий на ежегодном международном конкурсе «Red Dot Design Award». 24 представителя из восьми стран мира оценивали бесконтактные гидромассажные ванны Wellssystem GmbH по следующим критериям: степень новизны, функциональные возможности, формальное качество продукции, символическое и эмоциональное содержание, эргономичность дизайнера и экологическая пригодность. В результате в номинации «Проект + Качество = Долгосрочный деловой успех» компания Wellssystem International GmbH признана «лучшей из лучших», а эта формула, в полной мере отражающая ее деятельность, стала корпоративным девизом.

Wellssystem GmbH предлагает непосредственно 2 модели бесконтактных гидромассажных ванн, которые способны удовлетворить требования любого взыскательного пользователя: WellSystem Relax и WellSystem Medical. Такое деление было принято

для обеспечения, как потребностей медицинского рынка, так и оздоровительных учреждений (SPA-центров, фитнес-клубов, салонов красоты), в том числе и индивидуальных пользователей.

Каждая из моделей ванн Wellssystem GmbH занимает не более 2,3 м<sup>2</sup> рабочей площади, имеет встроенную систему подогрева воды в диапазоне температур 25-40°C, а также аудио систему. Давление водной струи регулируется от 0,5 до 4,0 атм. Вес ванн (без воды) составляет 139 и 149 кг, а объем заливаемой воды 330 л. При этом эластичное покрытие ванн способно выдерживать нагрузку до 500 кг.

Дистанционный пульт управления с контролируемой компьютером цветной сенсорной панелью позволяет легко выбирать и изменять массажные программы для различных участков при любом положении тела. Скользящий переключатель, расположенный на боковой поверхности установки, позволяет самостоятельно регулировать интенсивность давления водной струи и подбирать наиболее комфортные режимы.

Имеющееся программное обеспечение ванн полностью совместимо с персональным компьютером и позволяет записывать индивидуальную программу массажа на чип-карте. Сохранив один раз программу на микрочипе, ее можно вызвать в любое время.

### Базовыми программами гидромассажа в ваннах Wellssystem GmbH являются:

- Общий массаж тела (автоматическая программа)
- Массаж верхней части тела (область спины)
- Массаж нижней части тела (область ягодиц и ног)
- Частичный массаж (сопла воздействуют на участок 10–15 см)
- Точечный массаж (сопла фиксируются в одном положении)

### Несколько иные варианты массажа, за счет двух независимо контролируемых водяных струй, позволяет осуществить программное обеспечение ванн Medy Jet производства также германской компании Henrics & Hess GmbH:

- Дугообразный массаж
- Круговой массаж
- Точечный массаж
- Массаж параллельными движениями
- Массаж зеркального типа
- С постоянным или пульсирующим давлением
- С синхронным или асинхронным движением струи
- Массаж левой стороны тела
- Массаж правой стороны тела

Однако следует отметить, что работа ванн Medy Jet, благодаря встроенным сдвоенным соплам эжекторов, запрограммирована таким образом, что струи воды ни при каких условиях не затрагивают непосредственно область позвоночного столба. Во время процедур бесконтактного гидромассажа в ваннах любых модификаций пациент ложится на поверхность специальной эластичной мембраны, которая под его весом погружается в воду, обеспечивая полную анатомичность и воссоздание фор-

мы тела. Теплые струи воды через мембрану мягко массируют тело, усиливая релаксационных эффект обертываний.

Продолжительность процедуры зависит от физического состояния пациента. В среднем, оптимальное время воздействия – 15–20 минут. Пожилым людям рекомендуется начинать процедуру с 5–10 минут, а затем увеличивать время в зависимости от самочувствия. Рекомендуемая частота сеансов – 2–3 раза в неделю. После процедуры желателен отдых в течение 10 минут.

По окончании процедуры, дезинфекция ванн заключается только в обработке контактной поверхности практически любым моющим средством.

Бесконтактные гидромассажные ванны обладают всеми свойствами теплотерапии, совмещая в себе абсолютно все возможности и функции подводного струевого массажа.

В силу различия температуры воды с температурой «оболочки» или «ядра» организма, при погружении в ванну происходит изменение величины и направления теплового потока, а также структуры теплообмена. В результате увеличивается интенсивность теплового потока внутрь организма, возрастает его теплоотдача. Возникающие вследствие возбуждения термочувствительных рецепторов восходящие импульсные потоки стимулируют термосенсорные структуры головного мозга и вызывают перераспределение сосудистого и мышечного тонуса. Изменяется вегетативная регуляция висцеральных функций. Происходит расширение сосудов «оболочки», гиперемия кожи и нарастание кровотока в ней с 0,2–0,5 до 4,8 л/мин<sup>-1</sup> (при 40°C). Кроме того, тепловой фактор ванн приводит к усилению тормозных процессов в коре головного мозга.

При погружении в теплую ванну у человека замедляется частота сердечных сокращений, урежается и углубляется внешнее дыхание и усиливается степень поглощения кислорода в альвеолах. В крови повышается содержание гемоглобина и понижается количество эозинофилов, Т-лимфоцитов. Повышается свертываемость крови. Увеличивается суточный диурез и количество выводимых с мочой ионов калия.

Как известно, в воде на тело одновременно действуют сила тяжести и сила Архимеда, разность которых обуславливает уменьшение его веса на 9/10 от первоначального. У человека, принимающего ванну возникает ощущение комфорта и «невесомости».

Тем не менее, малый градиент гидростатического давления ( $\approx 10$  кПа/м<sup>-1</sup>) недостаточен для возбуждения большинства механорецепторов кожи. В связи с чем для усиления действия механического фактора применяют периодическое движение различных слоев воды. В определенной степени до-

полнительное воздействие на механорецепторы оказывает и тонкое эластичное покрытие, предусмотренное в бесконтактных гидромассажных ваннах, позволяющее исключить контакт пациента с водой.

При помощи водной струи возможно воспроизводить приемы поглаживания, разминания и вибрации, вследствие чего основная направленность подобного опосредованного массажа – мышцы. Результатом процедур в ваннах для бесконтактного гидромассажа является коррекция мышечного тонуса и, как следствие, нормализация функций опорно-двигательного аппарата организма.

Существенное преимущество метода – практически полное отсутствие абсолютных противопоказаний в отличие от процедур с классическим подводным струевым массажем. Таким образом, массаж может использоваться не только при таких состояниях, как остеохондроз, радикулит, остеоартроз, ревматизм, но и при остеопорозе, нейродермите, псориазе, atopическом дерматите, вирусном гепатите, а, кроме того, ВИЧ-инфекции и других патологических состояниях, при которых ранее, как правило, массаж не применялся.

Бесконтактные гидромассажные ванны могут использоваться практически во всех случаях, когда

имеются показания к проведению массажа, являющегося частью комплексного физиотерапевтического лечения – релаксация и восстановление после интенсивных спортивных тренировок; проведение бальнеотерапии и поддержания общего тонуса организма.

Высокая комфортность проводимого лечения в сочетании с обширной областью воздействия приводит к снижению уровня «гормонов стресса» (адреналина, норадреналина, кортикоидных гормонов). Растущая в нашем обществе тенденция к признанию необходимости индивидуального вклада в собственное здоровье, полностью соответствует принципам технологии WellSystem International GmbH.

Бесконтактные гидромассажные ванны WellSystem GmbH – это высококачественная система для медицины, красоты и здоровья в Вашем доме.

«Вытянитесь. Закройте глаза и наслаждайтесь!» «Остров спокойствия и расслабления. Пульсирующая волна здоровья». Именно такие мысли возникают у каждого, кто хоть раз попробовал массаж в ваннах WellSystem GmbH. А благодаря инновационным технологиям бесконтактного гидромассажа, принцип «массаж для всех и для каждого» сегодня уже – не мечта, а реальность.

**В салонах красоты, SPA-центрах или в домашних условиях ванны могут использоваться для:**

- Релаксации и снятия мышечных спазмов и напряжений
- Улучшения кровообращения
- Снятия болевых синдромов
- Повышения общего тонуса организма
- Активизации метаболических процессов
- Профилактики сердечно-сосудистых заболеваний
- Лечения бессонницы, климактерических неврозов, депрессий, стрессов
- Коррекции нарушений обмена веществ (ожирение, целлюлит)
- Профилактики психосоматических заболеваний
- Улучшения настроения



# Как заработать на модных тенденциях

Те владельцы предприятий индустрии красоты и здоровья, чей успех основан на умении тонко чувствовать тенденции и быть за счет этого всегда на полшага впереди прочих, уже оценили wellness как самое перспективное и прибыльное направление

**W**ellness – это новый стиль жизни, где ведущая роль отводится не погоне за результатом, а гармонии души и тела. Это комплексный подход, объединяющий современные технологии индустрии красоты, спорта, физиотерапии, диетологии и психологических методов, позитивно действующих на внешность, физическое, эмоцио-

постоянно растет, поэтому у человека возникает естественная потребность привести свое физическое и душевное состояние в гармонию. Технологии wellness идеально справляются с этой проблемой и потому вызывают все больший интерес со стороны клиентов, которые готовы платить за достижения науки гораздо больше, чем за устаревшие и недостаточно эффективные «дедовские» методики.

**Ценности изменились, индустрия красоты и здоровья как всегда отреагировала первой, и ее ответом стал wellness**

нальное здоровье и психологический комфорт клиента.

Такой подход популярен именно сегодня, когда жизненная гармония и замедление процессов старения привлекают нас гораздо больше, нежели ложные глянцевые идеалы.

Сегодня, чтобы стать успешным на этом рынке, нельзя закрывать глаза на очевидное: wellness – тренд, который задержится надолго.

Растущий с лавинной скоростью интерес к технологиям wellness вполне понятен. Ритм жизни и уровень стрессогенности окружающего нас мира

Сегодня клиент хочет получать не просто массаж, а высокотехнологичный лимфодренажный массаж с помощью специально разработанной системы прессотерапии, дающий результаты, которых никогда не достичь с помощью ручного массажа.

Современная женщина уже давно предпочитает «умные» аппараты классическим способам, ей льстит, что ради нее, ради ее красоты, стройности, ее бархатной кожи и тонкой талии трудились лучшие умы, разрабатывая идеального массажиста. Оставаясь наедине с собой, она

может погрузиться в собственный мир, куда не вторгнется чужая энергетика. Обычное прогревание тела сухим или влажным теплом ее тоже уже не устраивает, она ожидает найти в перечне предлагаемых ей в салоне чудес целебное инфракрасное

тепло в той или иной форме – это почти обязательное условие. Нам остается одно – соответствовать... и зарабатывать, удовлетворяя новые потребности клиента.

Очевидно, что в настоящее время, когда клиент стал еще более требо-



ВСЕРОССИЙСКОЕ ЗАО "НИЖЕГОРОДСКАЯ ЯРМАРКА"  
специализированная выставка парфюмерии и косметики

**Серебристый  
ландыш  
'2009**

19-22 МАРТА

Адрес:  
Н. Новгород, ул. Советская 12,  
Всероссийское ЗАО "Нижегородская ярмарка",  
тел. (831) 277-06-61,  
факс (831) 277-06-75,  
e-mail: info@nycj@yarmarka.ru, http://www.yarmarka.ru

вательным и внимательным к своим тратам, многим предприятиям индустрии красоты и здоровья требуется модернизация. При переоборудовании или дооборудовании важно выбрать верную концепцию, учитывающую класс и формат бизнеса, насы-

зато многократно превосходит ее по эффекту, и уникальный по эффективности массаж, не требующий при этом введения в штат массажиста.

Системы глубокого прогревания с помощью инфракрасного тепла давно используются во многих космети-

**Большинство всех товаров оборота индустрии wellness не существовало всего 20 лет назад. Сегодня их общий товароборот приблизительно равняется половине товарооборота автомобильной индустрии и сравним с сектором hi-tech.**

(Пол Зейн Пилзер, «Революция Wellness. Как создать себе состояние в индустрии следующего триллиона долларов»)

щение услугами и оптимальное взаимодействие всех технологий и подразделений.

Дополнив перечень услуг с помощью современного wellness-оборудования, мы получаем возможность предложить клиентам нечто новое, то, ради чего они снова и снова захотят к нам вернуться: anti-age терапию, оздоровительные комплексы, процедуры, помогающие бороться с ежедневным стрессом, а также эстетические процедуры совершенно нового уровня и уникальные по своей эффективности реабилитационные программы.

**Оборудование, которое зарабатывает**

Каким же должно быть идеальное оборудование для оснащения салона wellness-услугами?

Wellness-процедуры практически не имеют противопоказаний. Они могут применяться для коррекции фигуры, борьбы с целлюлитом и варикозным расширением вен, для укрепления мышечного корсета и повышения общего тонуса. Оборудование не требует дорогих расходных материалов, оно просто в обслуживании и управлении. К тому же такое оборудование не занимает много места и поместится в любом, даже самом маленьком салоне.

Вам выбирать – полностью переоборудовать предприятие в wellness-центр, или дополнить ассортимент несколькими основными wellness-услугами, выбрав из множества вариантов оборудования то, которое больше подходит классу и формату вашего предприятия.

Покупка всего нескольких позиций оборудования – например, системы профессиональной прессотерапии, роликового массажера, инфракрасного одеяла и массажной кровати – позволяет ввести в спектр услуг салона термотерапию, которая занимает не так много места, как сауна,

чекских салонах и клиниках Европы, сейчас они появились и на российском рынке. Wellness-оборудование,

**Wellness-оборудование – образцовые сотрудники, готовые трудиться 24 часа в сутки, без обеда и выходных, не требуя зарплаты и отпуска**

основанное на принципе глубокого инфракрасного прогревания – это и завоевавшие уже определенную популярность инфракрасные штаны и одеяла, и комбинированные тренажеры с функцией прогревания – массажные кровати. Длинноволновые инфракрасные лучи проникают в ткани на глубину до 4 см, что в 10-15 раз глубже, чем при воздействии обыкновенной сауны. К тому же инфракрасные лучи действуют на проблему локально, снижая тепловое воздействие на сердечно-сосудистую систему.

Глубокое прогревание инфракрасным теплом – это отличная альтернатива липосакции и один из самых эффективных на сегодня методов борьбы с целлюлитом.

Системы профессиональной прессотерапии дают комплексный эффект – такой лимфодренажный массаж отлично помогает бороться с лишним весом и целлюлитом, к тому же решает проблему венозной недостаточности, ускоряет реабилитацию после липосакции. Прессотерапия улучшает лимфоток, позволяет сократить объемы и скорректировать форму фигуры, а также повышает упругость кожи. Процедуры профессиональной прессотерапии пользуются неизменным спросом у клиентов, поскольку эффект очевиден уже после первого применения.

**Очевидно, что в скором времени wellness-оборудование возьмет на вооружение большинство салонов. Идущие же**



в первых рядах могут рассчитывать на заслуженное поощрение – в виде притока постоянных клиентов и стабильного роста доходов.

Чубукова Ирина



**СКИДКА 10% НА WELLNESS-КОМПЛЕКТ: ПРЕССОТЕРАПИЯ + ИНФРАКРАСНЫЕ ШТАНЫ!**

**ДОБАВЬ В АССОРТИМЕНТ МОДНЫЕ WELLNESS-УСЛУГИ И ПОЛУЧИ БЛАГОДАРНЫХ КЛИЕНТОВ!**

WELLNESS-ОБОРУДОВАНИЕ — ПРЕКРАСНАЯ ВОЗМОЖНОСТЬ РАСШИРИТЬ АССОРТИМЕНТ УСЛУГ, ПРИВЛЕЧЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ПОТОКИ КЛИЕНТОВ И УВЕЛИЧИТЬ ДОХОД САЛОНА В 2-3 РАЗА!

**СРОК ОКУПАЕМОСТИ ОБОРУДОВАНИЯ ПРИ 40% ЗАГРУЗКЕ — ОТ ДВУХ МЕСЯЦЕВ!**

КОМПАНИЯ «ТОНУС-КЛУБ» — ОДИН ИЗ ВЕДУЩИХ ПОСТАВЩИКОВ WELLNESS-УСЛУГ И WELLNESS-ОБОРУДОВАНИЯ В РОССИИ. ТОЛЬКО ПРЯМЫЕ И ЭКСКЛЮЗИВНЫЕ ПОСТАВКИ СО ВСЕГО МИРА. НАШ ОПЫТ РАБОТЫ В WELLNESS-ИНДУСТРИИ БОЛЕЕ 6 ЛЕТ!

**МЫ ПРЕДЛАГАЕМ ВЫСОКОРЕНТАБЕЛЬНОЕ WELLNESS-ОБОРУДОВАНИЕ, В Т.Ч.:**

- ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРЕССОТЕРАПИИ: ЛИМФОДРЕНАЖНЫЕ ШТАНЫ И КУРТКИ
- ИНФРАКРАСНЫЕ ШТАНЫ, ШОРТЫ И ОДЕЯЛА
- ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ МАГНИТОТЕРАПИИ
- РОЛИКОВЫЕ МАССАЖЕРЫ
- МАССАЖНЫЕ КРОВАТИ

**ПРОДАЖА WELLNESS-ОБОРУДОВАНИЯ ФРАНШИЗА WELLNESS-ЦЕНТРА (812) 702-70-14 KUPI@TONUSCLUB.RU**



# Крем ЭМЛА

## в практике врача-дерматокосметолога

Боль стоит на страже здоровья. Появляясь в ответ на повреждение организма, она заставляет избегать травмирующего фактора и придерживаться режима, оптимального для быстрого выздоровления. Но так же часто боль является неприятной помехой на пути к достижению здоровья и красоты.

**В** практике дерматокосметолога довольно часто приходится сталкиваться с тем, что проводимые процедуры вызывают у пациентов болевые ощущения. Это снижает качество жизни пациентов, а иногда заставляет их полностью отказаться от продолжения курса терапии.

Таким образом, перед дерматокосметологами нередко стоит задача провести эффективную и безопасную анестезию. Во многих случаях крем ЭМЛА позволяет это сделать. Он был разработан для анестезии при внутривенных инъекциях. В настоящее время крем ЭМЛА применяется также при поверхностных хирургических манипуляциях, электрокоагуляции небольших элементов, мезотерапии, контурной пластике и биоревитализации, пирсинге, перманентном макияже, а также во многих других случаях. Это связано с тем, что этот препарат удобен в применении, эффективен и безопасен. Кожа теряет чувствительность на время процедуры. Это происходит из-за местных анестетиков, содержащихся в креме ЭМЛА – лидокаина и прилокаина. Они препятствуют возникновению болевых импульсов в окончаниях чувствительных нервов и проведению их по нервным волокнам. В этой статье мы рассмотрим наиболее частые случаи применения крема ЭМЛА в дерматокосметологии.



### Электроэпиляция

Метод электроэпиляции появился более ста лет назад. Это первый способ избавления от нежелательных волос, в основу которого легли достижения науки и техники.

Принцип такой: через волосяной канал тончайшая игла-электрод вводится в фолликул, и зона роста волос уничтожается при помощи различных видов электрического тока путем электролиза или термокоагуляции. Термины Flash и Blend чаще всего встречаются в рекламных объявлениях (приставки Super, New, Ultra и т.п. – это лишь различные варианты и модификации основных методов, принципиальных различий нет). Flash предполагает воздействие переменным током высокой частоты, фолликул сжигается, и происходит это быстро и не очень больно, однако не всегда эффективно. В системе Blend (смесь) сочетаются положительные качества термолиза и электролиза. На волосяной фолликул идет двойная атака – его разрушают и высокая температура, и химическая реакция. Скорость удаления волос несколько меньше, чем у Flash-метода, да и болезненность чуть выше. Зато результат того стоит: перед Blend-системой не могут устоять волосы любого цвета и структуры. Flash-метод нельзя применять на лице и в зоне бикини, зато он очень эффективен на ногах и руках. Грамотно выстроенное лечение методом электроэпиляции избавляет от нежелательных волос навсегда. Требуется как минимум три полных курса, но каждый раз промежутки между процедурами увеличиваются от

нескольких недель до нескольких месяцев. Кожа после любого вида электроэпиляции слегка краснеет и отекает, все это проходит в течение нескольких часов после процедуры. Чуть дольше на месте удаленного волоса остаются красные точки, на их месте примерно через двое суток образуются едва заметные корочки, которые быстро подсыхают и отваливаются.



Иглы для электроэпиляции бывают трех видов: изолированные, золотые и простые. У изолированных – тефлоновое покрытие, которое предохраняет кожу от ожога. Иглы с золотым напылением обычно рекомендуют людям, склонным к аллергическим реакциям.

Электроэпиляция на подбородке, руках, голенях, бедрах за редчайшим исключением переносится легко, особенно, при повторных курсах. Самые болезненные участки – верхняя губа и зона бикини. Здесь, для снижения болевых ощущений следует нанести крем ЭМЛА 5% за 40–60 минут до процедуры. В подмышечных впадинах делать электроэпиляцию не рекомендуется, в зоне ушных раковин и носа проводить ее запрещено. Электроэпиляция – процедура тонкая, требуется не только высокая квалификация, но и хорошие руки. Воспаления, рубцы, пятна на коже после процедуры свидетельствуют либо о низком профессиональном уровне и нарушении гигиены, либо о том, что пациент не соблюдал правила предосторожности, которые ему были обязаны объяснить перед процедурой.

Опытные специалисты предупреждают: игла должна вводиться в волосяной мешочек плавным движением и практически безболезненно, болезненность ощущается лишь в тот момент, когда эпилятор нажимает на педаль; сэпилированный волос должен выниматься пинцетом свободно и без боли. Длина волос для начала лечения должна быть не меньше 2 мм.

## ФОТОЭПИЛЯЦИЯ

Фотоэпиляция идеально подходит тем, у кого кожа светлая, а волосы темные. Дело в том, что волосы практически у всех людей пигментированы сильнее, чем кожа: в них больше красящего вещества меланина. А чем больше меланина и в коже, и в волосах, тем они темнее. При лазерной эпиляции пучок волн сфокусирован на площади несколько квадратных миллиметров, и этот интенсивный поток в первую очередь улавливается темным пигментом волоска. Волосок нагревается и уничтожается до самого основания луковицы. При этом ожога не происходит, потому что количество пигмента в коже и волосках разное. Светлая кожа не реагирует на поток лазерных лучей в данной концентрации, а темный волосок безболезненно сжигается до основания.

Для тех, у кого кожа смуглая, для дам со светлыми и рыжими волосами лазерная эпиляция малоэффективна. Смуглая кожа с большой концентрацией меланина в клетках в большей степени подвержена ожогу, чем светлая, а для того, чтобы уничтожить светлый волосок, требуется многократное интенсивное воздействие лазера, что может привести к ожогу.

**Противопоказаниями для фотоэпиляции являются:**

- Системные заболевания кожи (псориаз, экзема);
- Декомпенсированные формы сахарного диабета;
- Возраст до 17 лет;
- Беременность.

Перед сеансом фотоэпиляции врач-дерматолог собирает подробную информацию о здоровье пациента, его типе кожи, цвете волос. Следую-



щий этап – сама процедура фотоэпиляции. Пациент ложится на удобное кресло, учитывающее анатомические изгибы тела, надевает темные очки. Несмотря на то, что фотоэпиляция является самой безболезненной из всех видов эпиляции, ряд клиентов с повышенной чувствительностью воспринимают ощущения, появляющиеся при проведении процедуры, как боль. Таким клиентам показано нанесение крема ЭМЛА за 40–60 минут до процедуры. Далее врач наносит на кожу прозрачный охлаждающий гель, который примет на себя тепловую энергию, выделяемую при световой вспышке, и исключит возможность негативного воздействия на кожу. После этого проводят обработку эпилируемой области светом. По коже водят манипулятором прибора, периодические вспышки света разрушают волосную луковицу. Процедура фотоэпиляции практически безболезненная, некоторые ощущают покалывание, но оно быстро проходит.

После процедуры фотоэпиляции на обработанную кожу наносят смягчающий аэрозоль или крем.

Количество процедур определяется необходимостью уничтожить луковицу в момент активного роста волоса. Поскольку луковицы располагаются на разной глубине, то захватить сразу все маловероятно. Кроме того, даже при точном попадании луча на дно луковицы нет гарантии, что все клетки уничтожены. В таком случае волосок опять появляется на коже. Надо учесть и то, что пучок лазерных лучей небольшого диаметра – всего несколько миллиметров. Найти надо каждый волосок, поэтому следует провести несколько процедур.

**Рекомендации до процедуры фотоэпиляции:**

- До процедуры фотоэпиляции в течение 2-х недель не загорать, не использовать автозагар;
- Не брить волосы в зоне предполагаемой обработки за 3 дня до процедуры фотоэпиляции;
- Не принимать препараты, обладающие фотосенсибилизирующим действием (антибиотики, транквилизаторы).

**Рекомендации после процедуры фотоэпиляции:**

- Не загорать в течение 2 недель после процедуры фотоэпиляции;
- Наносить Пантенол или Фенистил-гель в течение 3 дней;
- Использовать солнцезащитный крем с солнцезащитным фактором не менее 15;
- Ограничить использование косметики на лице;
- Ограничить посещение сауны, бани, бассейна в течение 3 дней.

## Мезотерапия

Мезотерапия является одним из старейших методов лечения. Еще в 4 веке до н.э. Гиппократ использовал локальное внутрикожное введение игл кактуса для снятия болей в суставах. В научных работах более позднего времени можно найти многочисленные упоминания о разных методиках, являющихся прообразом современной мезотерапии. Так, метод редкого внутрикожного введения водорастворимых препаратов возник в XVIII в., вскоре после изобретения первого шприца с полой иглой, когда появились первые описания способов введения лекарств в болезненные зоны, базирующиеся на принципе «предпочтительнее вводить медикамент в тот участок, где его действие необходимо, а не пропитывать им весь организм».

В 1950 году доктор Мишель Пистор (Франция) эмпирическим путем пришел к выводу, что введение лекарственных средств необходимо выполнять как можно ближе к пораженному участку. Ему принадлежат слова: «Действие на ткани мезодермального происхождения настолько значительно, что этому способу лечения следовало бы дать название мезотерапия». Слово

«мезотерапия» имеет греческое происхождение («мезо» – средний, срединный, «терапия» – лечение).

Мезотерапия – лечебная методика, представляющая собой местное введение малых доз лекарственных или биологически активных препаратов в поверхностные и средние слои кожи. Вводятся лечебные коктейли, вызывающие подтягивающий (лифтинговый) эффект кожи, укрепляющие сосуды, восстанавливающие обмен веществ в тканях и воздействующие на жировые клетки, разбивая и выводя их (липолитический эффект).

Проводить мезотерапию имеют право врач-дерматовенерологи, имеющие свидетельство о повышении квалификации по косметологии, физиотерапии (для безыгольной мезотерапии), со стажем работы по специальности не менее 5 лет, прошедшие специальный курс обучения по мезотерапии (не менее 72 часов с получением соответствующего удостоверения государственного образца), медицинские учреждения и организации, обладающих лицензией на медицинскую деятельность в области дерматовенероло-

гии, косметологии (терапевтической и хирургической), физиотерапии.

Как и у любой лечебной методики, у мезотерапии есть показания и противопоказания.

**Показаниями для мезотерапии являются:**

- Сосудистые звездочки (купероз);
- Угревая сыпь, расширенные поры, рубцы от акне;
- Пигментные пятна, гиперпигментация;
- Неровный цвет лица;
- Крупные и мелкие морщины;
- Дряблая кожа лица;
- Сильно обезвоженная кожа;
- Ожирение;
- Целлюлит;
- Выпадение волос;
- Боль в суставах;
- Отеки;
- Различного вида рубцы кожи, растяжки (стрии);
- Состояние кожи после пластических операций, химического пилинга, лазерной дермабразии (для сокращения реабилитационного периода);



- Подготовка кожи к пластическим операциям (для профилактики осложнений, оптимизации результата);
- Бородавки.

#### Противопоказания для мезотерапии:

- Беременность, лактация, менструация;
- Острые инфекционные и воспалительные заболевания, герпес;
- Эпилепсия;
- Сердечно-сосудистая патология (гипертоническая болезнь III ст., ИБС);
- Нефропатия, хроническая почечная недостаточность;
- Нарушения свертываемости крови в результате заболеваний (гемофилия) или применения антикоагулянтов и/или дезагрегантов;
- Склонность к келоидным рубцам;
- Низкий порог болевой чувствительности, патологическая боязнь иглы (для инъекционной мезотерапии);
- Индивидуальная непереносимость компонентов используемого средства;
- Аллергические заболевания;
- Желчнокаменная болезнь (при коррекции целлюлита).
- Наличие кардиостимулятора (для физиотерапевтических воздействий).

При наличии одного из противопоказаний следует воздержаться от проведения мезотерапии.

#### Для проведения мезотерапии врач-косметолог должен иметь следующее:

Для инъекционной мануальной мезотерапии: одноразовые медицинские шприцы инсулино-



вые объемом 1 мл, шприцы объемом от 1 мл до 25 мл со специальными иглами длиной от 4 до 13 мм и диаметром не более 0,4 мм (27–32 G), разрешенные к применению в медицинской практике на территории Российской Федерации. Для инъекционной аппаратной мезотерапии: мезоинжекторы-пистолеты, разрешенные к применению в медицинской практике на территории Российской Федерации.

#### Проведение процедуры:

Перед началом мезотерапевтического лечения врач-косметолог должен провести беседу с пациентом и заполняет следующие документы: соглашение на выполнение процедуры, медицинскую карту «мезотерапевтического» пациента, договор между пациентом и медицинским учреждением.



При опросе пациента выяснение «герпетического» анамнеза является очень важным моментом, так как проведение любой косметологической процедуры, проходящей с нарушением целостности эпидермиса и дермы, может вызвать рецидив герпетической инфекции.

Индивидуализированный выбор способа введения и возможных комбинаций средств осуществляет врач, руководствуясь разрешительной документацией по применению соответствующего средства/средств.

Для повышения эффективности мезотерапии до начала лечения целесообразно провести курс поверхностного пилинга.

Подготовка пациента непосредственно перед сеансом мезотерапии заключается в очищении и дезинфекции кожи 0,05%-ым хлоргексидином или 76%-ым спиртом и (по показаниям) обезболивании кремом ЭМЛА 5% под окклюзионную повязку.

Проведение сеанса мезотерапии осуществляется путем введения мезотерапевтических средств в кожу с помощью различных вариантов инъекционной техники или использования физиотерапевтических приборов.

Процедура проводится с помощью шприца с иглой. Благодаря точному контролю над глубиной и местом инъекции препарата, врач может проводить процедуру на самых деликатных или труднодоступных областях: веках (пальпируя костный край глазницы), крыльях носа и т.п. Место инъекции полностью контролируется врачом, поэтому резко снижается вероятность повреждения кровеносных и лимфатических сосудов и, как следствие этого, уменьшается травматичность процедуры.

## Контурная пластика

В чем же суть контурной пластики? Рестилайн, Перлайн и инъекции других гелей для контурной пластики лица в косметологии вводятся в малых дозах и создают под кожей необходимый объем, помогая избавиться от морщин, складок, обвисания и изменить контуры наиболее естественным путем. Контурная инъекционная пластика обладает стойким омолаживающим эффектом, возвращая коже упругость, тонус и эластичность.

Если оставить вне рассмотрения пластические операции, использование препаратов контурной пластики лица является одним из самых эффективных методов омоложения и даже коррекции внешности! Например, активно используются биогели для коррекции губ: при контурной пластике губы становятся более пухлыми и соблазнительными. Инъекции биогеля в губы не только устраняют их дефекты, но и служат профилактикой новых возрастных изменений. Контурная пластика подбородка позволяет подтянуть овал лица, сформировать упругий и четкий молодой контур. При помощи контурной пластики кончика носа можно получить аккуратный



правильный носик, не прибегая к услугам пластического хирурга.

История контурной пластики имеет почти столетнюю историю, полную серьезных открытий,

курьезов и опыта терапии осложнений. В начале своего становления для увеличения объема тканей активно использовался липофилинг, затем в США был получен и достаточно долго применялся имплантат на основе бычьего коллагена (Зидерм, Зипласт). И только в конце 20-го века на службе эстетической медицины появилась гиалуроновая кислота. В 80-е годы продукты на основе этой субстанции использовались в офтальмологии, ревматологии и ветеринарии, а, начиная с 1986 года, и в косметологии (Рестилайн). Этот продукт стал значительным прорывом в технологии производства филлеров, началом имплантов нового поколения.

Сегодня на эстетическом рынке существует широкий выбор имплантов, но не все из них отвечают требованиям, предъявляемым к «идеальному импланту»: максимальная биосовместимость с тканями, отсутствие гено- и цитотоксичности, гипоаллергенность, высокая эффективность, достаточно длительный корректирующий эффект, отсутствие осложнений, экономичность и неживотное происхождение. При этом главным критерием является именно без-





опасность, так как процедура контурной пластики проводится не по жизненным показаниям, а для удовлетворения эстетических запросов пациента. Препараты гиалуроновой кислоты отвечают всем этим требованиям и являются препаратами выбора для проведения контурной пластики.

Рассмотрим преимущества контурной пластики биodeградирующими препаратами на основе гиалуроновой кислоты:

- Гели гиалуроновой кислоты в косметологии способны убрать сетку мелких морщин, разгладить глубокие морщины, придать объем губам и изменить контуры лица.
- Эффект омоложения гиалуроновой кислотой наступает сразу после процедуры контурной пластики лица.
- Изменить себя или подарить своему лицу молодость можно легко и быстро. Процедура



контурной инъекционной пластики длится не более 30 минут.

- Биodeградирующие препараты на основе гиалуроновой кислоты очень и очень безопасны: они не мешают транспортировке кислорода, гормонов и других микроэлементов, никак не нарушают функции кожи.
- Препараты контурной пластики губ и лица не вызывают аллергии и раздражения.

Действие гиалуроновой кислоты продолжается, как правило, от нескольких месяцев до двух лет, после чего она выводится из организма без всякого вреда.

Но при всех несомненных достоинствах у контурной пластики есть один недостаток – боль при инъекции препарата в кожу. Однако не спешите разочарованно вздыхать, ведь выход уже найден. Чтобы столь желанная процедура прошла безболезненно, можно воспользоваться анестезией, то есть обезболиванием.

Эффективным обезболивающим средством является крем ЭМЛА 5%. В контурной пластике крем ЭМЛА может применяться для обезболивания при коррекции морщин и контура губ, при проведении процедур в области лица, шеи, декольте. Контурная пластика становится абсолютно безболезненной в области век и шеи при поверхностном введении препарата.

## Биоревитализация

На стыке мезотерапии и контурной пластики находится биоревитализация.

Термин «биоревитализация», введенный в практику итальянским профессором А. Ди Пьетро (A. Di Pietro), означает инъекционное введение препаратов на основе немодифицированной высокомолекулярной гиалуроновой кислоты.

Основные цели данной методики – пополнить гидратационный резерв тканей, воссоздать в коже естественные условия для функционирования клеток и, таким образом, активизировать механизм ауторегуляции синтеза эндогенной гиалуроновой кислоты и других компонентов внеклеточного матрикса дермы. Реализация этих целей происходит в 2 этапа:

- На 1-ом этапе осуществляется экзогенное восполнение дефицита высокомолекулярной гиалуроновой кислоты и создается гидрорезерв в тканях;
- На 2-ом этапе оказывается воздействие на нативные рецепторы молекулами низкомолекулярной гиалуроновой кислоты, которая образуется при постепенном катаболизме высокомолекулярной гиалуроновой кислоты.

Важным звеном в механизме биоревитализации является взаимодействие молекул гиалуроновой кислоты с CD44 рецепторами фибробластов, в результате которого активизируется их синтетическая активность и, следовательно, повышается эндогенный синтез молекулы, запускаются процессы ауторегуляции по принципу обратной связи.

Клиническим результатом применения биоревитализации является уменьшение выраженности морщин, улучшение цвета лица и вязкоэластических свойств кожи.

Гистологическая картина при проведении этой процедуры выглядит следующим образом:

- происходит воссоздание качественного внеклеточного матрикса,
- повышается пролиферативная активность фибробластов,
- усиливается дифференцировка фиброцитов в фибробласты,
- осуществляется опосредованная стимуляция коллагено- и эластиногенеза,
- стимулируется ангиогенез,
- идет пролонгированное потенцирование выработки эндогенной гиалуроновой кислоты,



ИСПОЛЬЗУЙТЕ КРЕМ ЭМЛА®  
ДЛЯ ОБЕЗБОЛИВАНИЯ БОЛЕЗНЕННЫХ МАНУПУЛЯЦИЙ НА КОЖЕ  
В КОСМЕТОЛОГИИ

эмла®

- КОНТУРНАЯ ПЛАСТИКА
- ЛАЗЕРНАЯ ТЕРАПИЯ
- МЕЗОТЕРАПИЯ
- ДЕРМАБРАЗИЯ
- ЭПИЛЯЦИЯ
- ИНЪЕКЦИИ


И ДРУГИЕ  
БОЛЕЗНЕННЫЕ  
ПРОЦЕДУРЫ



регистрационное удостоверение П/№ 014033 от 09.10.2008

НА ПРИВАТ РЕГИОН

Задумали ли вы борьбу?

АстраЗенека 

Доступен в аптеках без рецепта врача

119334, Москва, ул. Вавилова, д.24, стр.1, тел.: +7(495) 799-56-99  
факс: +7 (495) 799-56-98 www.astrazeneca.ru

Имеются противопоказания.

Перед применением ознакомьтесь с полным текстом инструкции.

EML 1127 дата одобрения декабря, 2008

↑ повышается сопротивляемость кожи воздействию свободных радикалов.

Так же, как и при мезотерапии, непосредственно перед сеансом проводится очищение и дезинфекция кожи 0,05%-ым хлоргексидином или 76%-ым спиртом и по показаниям, обезбоживание кремом ЭМЛА под окклюзионную повязку.

Проведение сеанса осуществляется путем введения средств для биоревитализации в кожу с помощью различных вариантов инъекционной техники или использования физиотерапевтических приборов.

Учитывая физиологичность методики биоревитализации и патогенетический подход, лежащий в ее основе, можно смело утверждать, что она является действенной мерой не только коррекции возрастных изменений, но и профилактики старения кожи. Поэтому биоревитализация показана и при инволюционных изменениях кожи, и в случаях воздействия на кожу стрессовых факторов, усиливающих ее дегенерацию (в том числе и у молодых пациентов). Несомненно, при проведении биоревитализации ответная реакция кожи зависит от возрастных особенностей, следовательно, применение стимулирующего фактора должно идти в корреляции с возрастом пациента, клинической картиной и воздействием, испытываемым кожей.

Также значимым моментом, о котором необходимо помнить при коррекции возрастных изменений кожи, является разная толщина кожи в зонах проведения процедуры.

Поэтому для достижения оптимальных результатов при биоревитализации надо располагать целым арсеналом препаратов, чтобы воздействовать на кожу, принимая во внимание все вышеперечисленные ее особенности.

Поэтому для достижения оптимальных результатов при биоревитализации надо располагать целым арсеналом препаратов, чтобы воздействовать на кожу, принимая во внимание все вышеперечисленные ее особенности.

## Электрокоагуляция

Процедура электрокоагуляции считается одной из самых действенных процедур по удалению дефектов кожи, по действию она сравнима с лазером. При помощи данной процедуры можно успешно удалять бородавки, родинки и папилломы на лице и любых других частях тела.

При выполнении электрокоагуляции необходимо соблюдать следующие правила:

- При выполнении процедур следует работать только в резиновых перчатках. В противном случае может возникнуть ожог.
- Для проведения качественной электрокоагуляции активный электрод устанавливают под прямым углом к рассекаемой ткани.
- Желательно использовать современные модели электрохирургических аппаратов, имеющие функцию автоматической поддержки выходного напряжения при изменениях сопротивления ткани, когда аппарат сам регулирует выходную мощность, постоянно «подстраиваясь» под сопротивление ткани. В противном случае, при неверном введении электрода в ткань, происходит сильный ожог и повреждение тканей при малой глубине погружения, а при большой глубине может не хватить мощности, что приведет к механическому повреждению ткани без достаточной коагуляции.
- Рабочий электрод должен быть всегда чистым, так как ткань, прилипшая к нему, уменьшает эффективность операции. Поэтому периодически во время выполнения операции его

следует очищать, вначале механическим путем, стараясь не царапать электрод, а затем – влажной салфеткой.

- Следует периодически использовать слегка притупленный наконечник, чтобы не повредить глубже лежащие ткани.
- Наконечник должен быть абсолютно безопасным в нерабочей части. Такую защиту обеспечивает покрытие нерабочей части наконечника специальным электроизолирующим материалом.
- При выполнении большинства операций образуется довольно много дыма, имеющего неприятный запах горелого мяса. Поэтому следует либо проводить процедуры в хорошо проветриваемом помещении, либо дополнительно использовать специальные воздухоочистители эвакуаторного типа.
- Огнеопасные материалы, такие как спирт или смоченные в нем салфетки, категорически нельзя использовать при выполнении любых электрохирургических операций. В противном случае возможно воспламенение паров горючих веществ.
- Абсолютным противопоказанием к электрохирургическому вмешательству является наличие у пациента кардиостимулятора, а относительными – те же противопоказания, что и к обычным хирургическим вмешательствам.

Электрокоагуляцию доброкачественных новообразований кожи выполняют относительно быстро (10–20 с) и поверхностно. Для обезбоживания

при удалении небольших образований можно нанести крем ЭМЛА 5% за 1 час до электрокоагуляции.

Электрокоагуляцию телеангиэктазий осуществить достаточно просто. Вначале устанавливают очень низкий уровень мощности, чтобы минимизировать термический ожог ткани. В ручку аппарата вставляют волосковую вольфрамовую нить или изолированный (за исключением кончика) игольчатый электрод. Затем активным электродом слегка и на мгновение касаются поверхности расширенного сосуда с интервалами примерно 3–4 мм. Ножная педаль или выключатель на ручке при этом нажаты, поскольку касание длится только доли секунды в разных точках на протяжении сосуда. Некоторые аппараты имеют импульсный режим, который автоматически активирует электрод в диапазоне от десятка миллисекунд до нескольких секунд.

Следует иметь в виду, что процесс электрокоагуляции телеангиэктазий сопровождается небольшой болью и, так как электрод будет периодически касаться кожи, пациент может непроизвольно вздрагивать. В таких случаях можно произвести предварительную анестезию кремом ЭМЛА за 1 ч до процедуры.

После завершения процедуры послеоперационной обработки не требуется. Точечные корочки, появляющиеся на месте коагуляции, отделяются самостоятельно через несколько дней, не оставляя заметных следов.

## Правильное обезбоживание

Успешное обезбоживание является немаловажным фактором в работе врача – дерматокосметолога. Не всегда пациенты получают обезбоживание, и поэтому специалисты склонны обвинять в этом поверхностные анестетики, хотя во многом это зависит от правильного нанесения анестетика.

Рассмотрим нанесение анестетика на кожу на примере ЭМЛЫ 5%.

В первую очередь, убедитесь, что участок кожи для нанесения крема ЭМЛА чистый и сухой. При необходимости удалите косметику. Нанесите на место предполагаемого медицинского вмешательства примерно 1/3–1/2 содержимого тюбика.

Далее следует приклеить нанесенный крем ЭМЛА прилагаемой в упаковке наклейкой «Тага-дерм», предварительно сняв защитный слой,

либо используйте другую нужных размеров окклюзионную повязку (это вполне может быть пищевая пленка).

Затем, если вы пользовались наклейкой «Тага-дерм», снимите тонкую полоску бумажного слоя по периметру (бумажная рамка).

Оставьте наклейку или пленку на месте манипуляции, в зависимости от сложности процедуры, начиная от 15–20 минут до 1 часа. ЭМЛА может оставаться нанесенной на кожу в течение 5 часов у взрослых, и не более 4 часов у детей.

И в заключение – снимите пленку или окклюзионную повязку, сотрите остатки крема ЭМЛА, обработайте место манипуляции как обычно. Можете приступать к основной процедуре.

Анестезия кожных покровов остается до 5 часов. Чем дольше время экспозиции ЭМЛА, тем сильнее анестезирующий эффект.

## Заключение

При всех вышеперечисленных процедурах применение крема ЭМЛА 5% позволило или полностью убрать болевые ощущения у пациентов, или значительно их ослабить. Учитывая эффективность и безопасность данного средства анестезии, можно смело рекомендовать крем ЭМЛА для широкого использования в дерматокосметологии. Стоит отметить, что крем ЭМЛА также хорошо себя зарекомендовал для обезбоживания трофических язв, вросших ногтевых пластинок. Он используется для анестезии при пункции вены, люмбальной пункции, пункционной биопсии, пересадке кожных лоскутов и многих других манипуляциях. Длительность и широкое применение данного средства доказали его эффективность и безопасность.

МЕЖДУНАРОДНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ВЫСТАВКА  
ИНДУСТРИИ КРАСОТЫ

# МОСКОВСКИЕ БЕРЕГА

25-28 МАРТА

СК "Олимпийский",  
Москва,  
Олимпийский пр., д. 16



Международная специализированная выставка косметики, парфюмерии и оборудования для салонов красоты



Деловая программа для специалистов

«Открытый Чемпионат Москвы по Спа-Массажу» - отборочный тур на III Чемпионат Мира по спа-массажу



Мастер-классы на стендах выставки

## Организатор:

Общественный фонд содействия развитию косметологии парикмахерского искусства и эстетики «Невские Берега».  
Россия, Санкт-Петербург,  
Тел.: (495) 649 61 40, (812) 305 37 67  
E-mail: [info@beautycup.info](mailto:info@beautycup.info)  
[www.beautycup.info](http://www.beautycup.info)  
[www.ligaspb.ru](http://www.ligaspb.ru)



# Методы коррекции ПОСТПИЛИНГОВЫХ ОСЛОЖНЕНИЙ



Сегодня в каждом салоне красоты клиентам готовы предложить такую процедуру как пилинг. Вопросы правильного проведения процедуры и возможность возникновения осложнений делают необходимым оказывать более пристальное внимание этой проблеме.

**П**илинги (от англ. to peel – снимать слой, отшелушивать) – это сумма методов удаления различных слоев эпидермиса, вплоть до сосочкового слоя дермы, в результате пилинга активизируются обменные процессы в коже, что делает ее более молодой и упругой.

По уровню воздействия пилинги делятся на:

- поверхностные (удаление рогового слоя),
- срединные (до уровня базального слоя),
- глубокие (до уровня сосочкового слоя дермы).

Для проведения пилинга используют физические (ультразвук, лазер), механические (скрабы, броссаж, дермабразия) методы, химические вещества (альфа- и бета-гидроксикислоты, трихлоруксусную, ретиноевую кислоты, ферменты, эфирные масла и др.).

Кроме очищающего, шлифующего эффекта, пилинг оказывает стимулирующее действие на фибробласты и базальные кератиноциты, что является

очень важным фактом при проведении процедур на коже с внешними проявлениями старения.

При планировании пилинга необходимо объяснять пациенту особенности ухода за кожей и ограничения в пред- и постпилинг-периоды, а также проинформировать его о последствиях несоблюдения рекомендаций и осложнениях. Наличие в анамнезе герпеса, тем более, часто рецидивирующего, служит показанием для применения противогерпетических препаратов в ходе предпилинг-подготовки и постпилинг-ухода.

Проведение химического пилинга требует соблюдения протокола процедуры, выявления противопоказаний, а также проведения предпилинг-подготовки и адекватного постпилинг-ухода. При проведении пилингов могут возникнуть следующие осложнения: длительная и стойкая эритема, дисхромии, рубцы, присоединение бактериальной инфекции. Наиболее частым осложнением химических пилингов являются простой контактный и аллергический дерматиты.

Различие простого контактного дерматита и аллергического заключается в механизме их развития, тогда как клинические проявления того и другого имеют одинаковые признаки.

Простой контактный дерматит может проявиться как следствие повышенной чувствительности кожи к химическому компоненту пилинга (например, к койевой или аскорбиновой кислоте) уже во время процедуры.

Аллергический контактный дерматит в отличие от простого возникает лишь у лиц, кожа которых приобрела повышенную чувствительность к тому или иному химическому веществу, т.е. сенсибилизировалась по отношению к определенному аллергену. Аллергический контактный дерматит относят к реакциям гиперчувствительности замедленного типа с вовлечением CD4<sup>+</sup>-лимфоцитов (Th1-тип) и воз-

**Показания к пилингам: фотостарение, морщины, рубцы, гиперкератоз, серый цвет лица, снижение тургора, неровности рельефа, сухость кожи, поверхностные пигментные пятна, возрастные изменения кожи, акне в период ремиссии.**

никает через 12–48 ч после повторного контакта с аллергенами. Обычно это происходит через 10–14 дней после первичного контакта с аллергеном. Клиническая картина проявляется эритемой, отеком, возможна везикуляция с последую-

**Противопоказания для пилингов: индивидуальная непереносимость, новообразования, чувствительная, нежная, раздраженная, поврежденная кожа, аллергия, кожные болезни в период обострения и рецидивов, в т.ч. распространенные акне, выраженный купероз, герпетические высыпания, гипертрихоз, эпилепсия, гипервозбудимые пациенты, психические больные, период беременности и лактации, а также общие противопоказания.**

щим появлением корочек. Характерным симптомом аллергического контактного дерматита является кожный зуд. В особенно тяжелых случаях воспаление кожи может носить распространенный характер. Это обусловлено либо непосредственным влиянием аллергена на обширную поверхность кожных покровов, либо миграцией вступивших в контакт с аллергеном сенсibilизированных лимфоцитов в кожу вне зоны действия аллергена.

**Лечение.** Необходимо как можно быстрее и тщательнее снять пилингирующий состав большим количеством воды и затем нейтрализовать остатки кислоты 5%-ым нейтрализатором (обычно он предлагается компаниями-производителями вместе с пилингом) с последующим нанесением на кожу кортикостероидного крема или мази. Per os назначаются антигистаминные препараты и препараты кальция. При островоспалительных процессах с наличием отека, эритемы, мокнутия традиционно назначают примочки и влажно-высыхающие повязки в виде водных растворов (2%-ый раствор борной кислоты), а также глюкокортикостероидные средства (ГКС).

Для купирования воспалительных реакций на лице из группы наружных ГКС предпочтение следует отдавать современным нефторированным препаратам средней степени активности. На нашем фармацевтическом рынке этот класс топических стероидов представлен препаратом «Афлодерм» (алклометазона дипропионат).

Алклометазона дипропионат (Афлодерм) выпускается в удобной лекарственной форме: в виде крема в тубиках по 20 и 40 г. Афлодерм относится к группе умеренно активных препаратов, но в практике, по степени противовоспалительной активности сопоставим с сильными, а по безопасности применения – со слабыми кортикостероидами (такими как 0,01%-ый гидрокортизон). Он действует поверхностно, обладает минимальной резорбцией и характеризуется высочайшим уровнем местной и системной безопасности.

Афлодерм имеет современную гипоаллергенную кремовую основу, которая обладает гидратирующим эффектом и защитными свойствами для чувствительной кожи. Крем легко наносится и впитывается, оставляя на поверхности кожи невидимую защитную пленку.

Крем Афлодерм хорошо зарекомендовал себя при лечении воспалительных дерматозов фасциальной локализации как эффективный безопасный и мягкий топический стероид. Кожа лица относится к тонкому типу кожи. Толщина эпидермиса кожи щеки составляет, как известно, 0,08–0,3 мм, на губах – до 0,3 мм, а на веках она является минимальной – только 0,05 мм. Подкожно-жировая клетчатка на лице выражена слабо (не более 1-2 мм), а в облас-

ти век полностью отсутствует. Кожа фасциальной области богата чувствительными окончаниями и хорошо васкуляризирована. Эти анатомо-физиологические особенности и определяют более высокую всасываемость наружных, в том числе ГКС

средств, при нанесении на эту область кожи. В последнее время зарубежными исследованиями было показано, что плотность КС-рецепторов на коже лица, как и в других «чувствительных» зонах, значительно выше, чем на других участках кожного покрова, что также, несомненно, отражается на повышении чувствительности к стероидам. Проведен-

ное отечественными дерматологами исследование эффективности и переносимости препарата Афлодерм при разных дерматозах, локализующихся на лице, показало его высокую эффективность у 94,1% больных. Препарат наносили тонким слоем на пораженные участки кожи лица 2-3 раза в день. У всех больных купирование остроты дерматита и разрешение элементов наступало в течение первых дней терапии. Побочных эффектов и непереносимости препарата не было отмечено ни у одного пациента.

Крем Афлодерм отвечает основным требованиям, предъявляемым к современным местным ГКС препаратам, – получение быстрого и выраженного терапевтического эффекта при отсутствии побочных реакций и осложнений, что позволяет с успехом использовать его в наружной терапии поражений, локализованных в области лица, в частности, постпилинговых осложнений, возникающих в практике косметологов.

Юлия Терехова, дерматокосметолог

## БЕРЕЖНОЕ ЛЕЧЕНИЕ КОЖИ

афлодерм® – ЗАБОТА и НЕЖНОСТЬ



- эффективный мягкий топический стероид с высоким уровнем местной и системной безопасности и дополнительным увлажняющим действием
- применяется для лечения «чувствительных» участков кожи на лице, шее, в складках, ано-генитальной зоне
- подходит для нежной детской кожи
- может использоваться на больших площадях и при необходимости длительной терапии

www.belupo-dd.ru



БЕЛУПО  
лекарства и косметика д.д.  
Республика Хорватия

Представительство в России:  
119330, Москва,  
Ломоносовский пр., д. 38. 71-72

Тел.: 933-7212/13/14  
Факс: 933-7215  
belupo@belupo-dd.ru

# Anti-age-программы

## с учетом типов фотостарения по Глогау

**В** настоящее время специалисты уделяют много внимания составлению грамотной программы омоложения с прогнозируемыми результатами. В том арсенале методик, которыми сейчас располагает косметолог, необходимо выбрать и правильно скомбинировать те, которые максимально физиологично наряду с высокой эффективностью и безопасностью дадут хорошие и отличные эстетические результаты, отвечая ожиданиям пациента.

Та или иная методика воздействует на определенные слои тканей, запуская биохимические процессы, в том числе, стимулирующего характера. Так, например, пилинги, являясь дозированной запрограммированной травмой кожи, кроме эксфолирующего действия, стимулируют механизмы регенерации и репарации. Таким образом, при проведении пилингов мы получаем, помимо улучшения микротекстуры и микрорельефа кожи, активацию обменных, защитных и восстановительных процессов на тех уровнях, где было проведено воздействие.

При составлении anti-age программ необходимо знать и ориентироваться на основные патоморфологические процессы, запускаемые и протекающие в коже с возрастом. Классически выделяют хроно- и фотостарение, которые отличаются по своим патогенетическим и клиническим проявлениям.

Клинические проявления хроностарения представлены отражением атрофических процессов, характерных для этого типа старения. Кожа истончена, почти прозрачна, с сеточкой мелких поверхностных морщин и с просвечивающейся сосудистой сетью, склонная к сухости и шелушению. На гистологическом уровне выявляется уменьшение толщины эпидермиса, сглаживание эпидермо-дермальных выростов, уплощение дермального слоя с уменьшением количества и уплотнением имеющихся коллагеновых волокон, деградацией эластиновых волокон и уменьшением уровня гликозаминогликанов, в том числе гиалуроновой кислоты.

Кожа при фотостарении, как правило, утолщена и имеет, утрированную микротекстуру и микрорельеф, склонна к выраженной сухости и снижению тонуса, к

нарушению пигментации по типу лентиго, с повышенным риском новообразований. Фотостарение представляет собой процесс хронического воспаления в ответ на агрессивное действие ультрафиолетовых лучей. При этом повреждающим действием обладают лучи как типа В, так и типа А. УФ-лучи А достигают поверхности Земли, минимально задерживаясь озоновым слоем, обладают высокой проникающей способностью, запуская дегенеративные процессы с участием свободных радикалов, затрагивающие межклеточный матрикс, в том числе вызывая активацию металлопротеиназ на уровне дермы. Ультрафиолетовые лучи типа В, обладающие меньшей проникающей способностью, вызывают реактивное утолщение эпидермиса, локализованную активацию меланоцитарной системы и повреждение базальных клеток, повышая риск развития новообразований.

УФ-лучи В обладают в несколько сот раз более высоким повреждающим потенциалом, но годовая суммарная доза УФ-излучения типа А превышает таковую дозу лучей типа В в 1000 раз, что обуславливает развитие основных патогенетических механизмов фотостарения именно на уровне дермы.

Проведенные клинические исследования показали, что старение открытых участков кожи на 80% обусловлено фотоповреждением (Uitto J. ,N Engl J Med 1997 г.). Лицо, шея, декольте, кисти – эти области практически всегда на виду и являются своеобразными «визитками» образа, по которым оценивается социальная и профессиональная успешность человека. Поэтому, возрастные изменения кожи этих зон в первую очередь начинают волновать пациентов. Учитывая данные факты, усилия косметолога должны быть направлены на коррекцию последствий и на сами дегенеративные процессы, развертывающиеся в коже проблемных зон и областей.

На данный момент существует ряд классификаций, объединяющих симптомы старения по тем или иным признакам. Так как практически все пациенты имеют признаки фотоповреждения в различной степени выраженности, была разработана классификация фотостарения Глогау (R.Glogau). Данная классификация позволяет составлять программу профилактики и коррекции возрастных изменений, ориентируясь на степень фотоповреждения кожи.



### Классификация фотостарения по Глогау (R.Glogau)

#### Тип I по Глогау

- Отсутствие или минимально выраженные морщины;
- Характерен для возраста 20–30 лет;
- Симптомы фотостарения малозаметны;
- Нет пигментации;
- Нет кератом.

#### Тип II по Глогау

- Намечающиеся мимические морщины;
- Морщины становятся заметными при изменении выражения лица;
- Обычно возраст – от 30 до 40 лет;
- От малозаметных до умеренно выраженных симптомов фотостарения;
- Ранние сенильные лентиго;
- Кератомы ощущаются при прикосновении, но визуально еще мало заметны.

#### Тип III по Глогау

- Морщины заметны даже при спокойном выражении лица;
- Возраст – 50 лет и старше;
- Симптомы фотостарения выражены;
- Гиперпигментация и телеангиэктазии;
- Кератомы и другие доброкачественные новообразования.

#### Тип IV по Глогау

- Заметны многочисленные глубокие морщины;
- Возраст – от 60 лет и старше;
- Чрезмерно выраженные симптомы фотостарения;
- Желтовато-серый цвет лица, многочисленные пигментные пятна;
- Многочисленные кератомы;
- Нередко – новообразования, в том числе малигнизированные.

Ориентируясь на данные типы фотостарения, anti-age-программа может включать те или иные методики омоложения и стимулирования собственного потенциала клеток.

Так, при I типе по Глогау, характеризующемся минимальными проявлениями фотостарения, рекомендованы правильный уход по конституциональному типу кожи, учитывая индивидуальные особенности, и ежедневное использование фотозащитных средств с градацией уровня фотозащиты в зависимости от сезона. Из профессиональных процедур показаны поверхностные пилинги, деликатно очищающие кожу и обладающие мягким стимулирующим действием на эпидермис. На данном этапе возможно проведение методики биоревитализации для оптимизации метаболических и регенеративных механизмов кожи с целью поддержания собственного потенциала клеток.

При II типе фотостарения по Глогау anti-age-программа расширяется, так как более выраженными становятся признаки фотостарения и прогрессирует раз-

витие статических морщин. Пилинги проводятся на поверхностном и поверхностно-срединном уровнях, что позволяет улучшить микротекстуру и микро-рельеф кожи, сглаживать мелкие и уменьшать глубокие морщинки. Биоревитализация показана в режиме повторяющихся курсов для улучшения гидратации и вязко-эластичных свойств, а также для поддержания и стимулирования обменных и восстановительных процессов на всех уровнях кожи. При выраженной дегидратации, склонности к снижению тонуса тканей, а также при активной мимике показаны процедуры с использованием пластичных филлерных препаратов в технике «армирования» или «прошивания» проблемных зон. Более эффективным будет сочетание перечисленных выше методик с инъекциями ботулотоксина для профилактики появления и усугубления динамических и статико-динамических морщин, что позволит получить максимальный эстетический результат у данной категории пациентов.

III тип по Глогау уже требует использования более активных методик омоложения. Помимо ежедневного грамотного ухода, необходимым является использование фотозащитных средств каждый день. Геропротективные методики занимают лидирующую позицию в составлении программ для пациентов этой группы. Широкий спектр аппаратных методик позволяет воздействовать практически на все этапы дегенерации тканей, оказывая стимулирующий, детоксикационный, лимфодренажный и другие эффекты. Учитывая степень дегенерации различных слоев кожи, при этом типе старения проводятся более глубокие пилинги. Мезотерапия включает использование препаратов, направленных на устранение эндогенного дефицита тех или иных компонентов, а также на стимуляцию синтетической активности клеток. Для нивелирования и уменьшения имеющихся морщин и складок показано проведение контурной пластики, с помощью которой также можно скорректировать нарастающие изменения контуров лица.

При IV типе по Глогау anti-age-программа включает комбинирование всех перечисленных методик, которые рассматриваются в качестве подготовительных, реабилитационных и поддерживающих процедур при использовании радикальных методов омоложения.

Наталья Индилова, Анна Юрченко, Наталья Лапатина

ПРИГЛАШАЕМ ВАС  
13-15 декабря 2009 г.  
Здание Марии в Москве, ул. Новый Арбат, д. 30

Daily Beauty

Международный конгресс  
"Индустрия красоты:  
от прикладной эстетики до  
коррекции патологии"

Косметологическая выставка  
"Daily Beauty"

Оптимальные эстетические результаты

- Косметология, косметика, парфюмерия;
- Wellness и SPA, фитнес, оздоровительный спорт;
- Пластическая хирургия;
- Дерматовенерология;
- Парфюмерное искусство, nail-art сервис;
- Санаторно-курортный отдых и лечение;
- Оздоровительное и лечебное питание;
- Чистый воздух и вода;
- Образование и повышение квалификации.

www.expodata.ru

# Коррекция и профилактика возрастных изменений в весенний период

**С** приходом весны возникает необходимость особого ухода за кожей лица, т.к. длительный зимний период, к сожалению, оставляет свои отпечатки. Кожа становится сухой, сказывается недостаток витаминов, цвет лица оставляет желать лучшего. Компания DERMAQUEST предлагает гамму продуктов серии C-Lipoic, обогащенную новейшими антиоксидантами, витамином С, гиалуроновой кислотой и множеством других активных ингредиентов. Все средства серии обладают комфортной текстурой, позволяющей применять их в теплое время года. Антиоксидантная линия C-Lipoic представлена сывороткой для лица, сывороткой для области вокруг глаз и маской. Вся продукция содержит запатентованные формулы современных антиоксидантов, инактивирующих свободные радикалы, способные предотвращать повреждение кожи на клеточном уровне. В состав средств также входят пептиды, основной миссией которых является запуск восстановительных процессов в дерме, разглаживание морщин, выравнивание тона и текстуры кожи, разрешение кругов и мешков под глазами. Линия C-Lipoic активизирует синтез коллагена, придает здоровое свечение, увлажняет на уровне эпидермиса и дермы. Уникальная композиция антиоксидантов является профилактикой развития симптомов фотостарения.

Не стоит забывать, что при борьбе с проявлениями возрастных изменений солнечные лучи являются злейшими врагами. Поэтому компания DERMAQUEST предлагает мощнейшее оружие по борьбе с УФО – солнцезащитное средство с микронизированным оксидом цинка!

## **Защитный крем SPF30 / ZinClear SPF30**

Содержит физический UV фильтр – микронизированный оксид цинка. Он быстро абсорбируется, не оставляя на коже белых разводов. Содержит антиоксиданты, выполняющие дополнительную функцию фотозащиты. Защитный крем SPF 30 безопасен для беременных и детей. Успокаивающее и заживляющее действие оксида цинка делает это средство прекрасным выбором при чувствительной коже, а также на фоне проведения агрессивных профессиональных процедур и пилингов.

## **АЛЬФА-ЛИПОЕВАЯ КИСЛОТА (AlphaLipoic Acid)**

Универсальный антиоксидант, способна работать в межклеточном пространстве, в мембране клеток и проникать внутрь клетки, благодаря чему имеет максимальную продолжительность действия в сравнении с аналогами. Способна восстанавливать окисленную форму витаминов С и Е, коэнзима Q-10 и глутатиона для повторного их использования в жизнедеятельности организма.

## **КОЭНЗИМ Q10 (УБИХИНОН)**

Повышает собственные защитные свойства клеток кожи за счет стабилизации клеточных мембран. Нейтрализует свободные радикалы благодаря своей замечательной способности отдавать электроны.

## **ИДЕБЕНОН**

Представитель нового поколения антиоксидантов. Производное убихинона с более сильными антиоксидантными свойствами. Препятствует повреждению структуры нитей коллагена.

## **ЭМБЛИКА**

Ингредиент, выделенный из съедобного фрукта *Phyllanthus emblica*. Мощный антиоксидант, обладающий также отбеливающим действием.





# НЕЙЛ-ГОРОСКОП



## ОВЕН

21 МАРТА – 20 АПРЕЛЯ

Овен – дитя огненной стихии. Он очень любит приключения. Прирожденный борец!

**Палитра** – красный, желтый и все оттенки в диапазоне между ними.

**Маникюр для Овна:** за основу берут огненно-красный лак. Зодиакальный знак рисуют оранжевым цветом. Дав лаку чуть-чуть подсохнуть, точно по ветвистым рожкам наклеивают блестящие золотые камешки и фиксируют бесцветным лаком.



## ТЕЛЕЦ

21 АПРЕЛЯ – 21 МАЯ

Телец – знак Земли. Он любит власть, предпочитает материальные и духовные ценности. Стопроцентный Телец консервативен. Пожалуй, его с полным правом можно назвать педантом.

Зодиакальный гороскоп предлагает ему ориентироваться на розовый, зеленый, нежно- и темно-голубой цвета.

**Маникюр для Тельца:** в качестве основы – розовый лак. Знак Тельца – стилизованная голова быка. Ее изображают очень просто: в виде круга и полукруга. Можно усложнить дизайн металлическими пластиночками. Композицию фиксируют бесцветным лаком.



## БЛИЗНЕЦЫ

22 МАЯ – 21 ИЮНЯ

Близнецы – знак Воздуха, и свобода необходима им как воздух. Появление Близнецов, где бы то ни было – сюрприз, причем приятный. Они на редкость жизнерадостны, коммуникабельны и обладают прекрасным чувством юмора. С одной стороны, им свойственно впадать из крайности в крайность. С другой стороны, они удивительным образом умеют подстраиваться под любую ситуацию. Если у вас есть друг-Близнец, ему можно полностью доверять.

**Цветовая палитра Близнецов:** серебряный, белый, светло-голубой, оранжевый, все оттенки желтого.

**Маникюр для Близнеца:** в качестве фонового лака отлично подойдет серебряный. Символ Близнецов наносят голубым перламутровым лаком и украшают камешками для нейл-арта. Сверху – бесцветный лак.



## РАК

22 ИЮНЯ – 22 ИЮЛЯ

Раки – личности творческие, любители путешествовать и вообще вести активный образ жизни. Они ранимы, добродушны и всегда готовы помочь другим. Впрочем, это не мешает Ракам быть жуткими собственниками, Кроме того, их часто преследует мания величия.

**Маникюр для Рака:** ногти покрывают нежным розовым лаком. Не дав ему до конца высохнуть, с помощью маленьких «бриллиантиков» воспроизводят сим-

8-я специализированная выставка парфюмерно-косметической продукции, оборудования и аксессуаров для парикмахерских, ногтевых центров, фитнес-клубов, салонов красоты, СПА-центров и новейших достижений в области косметологии

**ВЕСЕННИЙ ШАРМ**

ОРГАНИЗАТОР: Выставочный центр «КраснодарЭКСПО»

**КРАСНОДАРЭКСПО** создавать события

тел./факс: +7 (861) 210-98-92, 210-98-93  
e-mail: vs@krasnodarexpo.ru  
www.krasnodarexpo.ru

КОЛЛЕКТИВНЫЙ ОРГАНИЗАТОР: ООО ВК «Юг-Экспо»

**Юг-Экспо**

тел./факс: +7 (861) 240-00-83, 274-07-06  
e-mail: info@ug-expo.ru, ug-expo@mail.ru  
www.ug-expo.ru

12-15 мая 2009 г. Краснодар

**Фестиваль индустрии красоты**

*Весенний Шарм*

вол знака. Когда рисунок будет готов, покрывают его густым слоем прозрачного лака, чтобы закрепить и работу, и «бриллиантки».

**ЛЕВ****23 ИЮЛЯ – 23 АВГУСТА**

Львы. Рожденные под знаком Огня и под покровительством Солнца, гордые и щедрые, Львы не выносят ничего мелкого. Неудивительно, что они свободолюбивы и уверены в себе. Неудивительно также, что порой чувствуют себя царями – если не людей, то уж зверей как минимум.

**Маникюр для Льва:** поскольку Львы любят солнце, то в качестве фона используют, конечно, оранжевый лак (альтернатива – красный). Потом приступают к рисунку. Для полноты изображения используют «золотые» камешки и металлические «жемчужинки». Затем фиксируют композицию толстым слоем прозрачного лака. Вместо просто прозрачного можно использовать прозрачный золотистый.

**ДЕВА****24 АВГУСТА – 23 СЕНТЯБРЯ**

Девы – прирожденные реалисты. Их чувства и разум находятся в полной гармонии. Похоже, они ждут того же и от окружающих, но не всегда получают.

**Маникюр для Девы:** поскольку Дева – знак Земли, за основу берут темно-коричневый лак или другой лак темного тона. С помощью тоненькой кисточки рисуют зодиакальный символ. Можно выложить этот символ еще и камешками для нейл-арта, которые закрепляют в еще влажном лаке. После того, как композиция будет полностью готова, ее фиксируют толстым слоем прозрачного лака.

**ВЕСЫ****24 СЕНТЯБРЯ – 23 ОКТЯБРЯ**

Весы – знак Воздуха. Естественно, они предпочитают быть свободными, как ветер, и абсолютно самостоятельными. Представителям этого знака приписывают большую фантазию, необыкновенную дипломатическую гибкость и умение находить компромисс в трудных ситуациях.

**Маникюр для Весов:** сначала ногти покрывают бежевым лаком и ждут, пока он высохнет. Потом наклеивают серебряную или золотую самоклеющуюся бумагу – с ее помощью будет проще воспроизвести зодиакальный символ, и покрывают прозрачным лаком то, что удалось сделать.

**СКОРПИОН****24 ОКТЯБРЯ – 22 НОЯБРЯ**

Воле и энергии Скорпиона завидуют все. Это природный боец, который никогда не отступает от своих планов. Впрочем, за столь воинственным видом часто скрывается такая ранимая душа...

**Маникюр для Скорпиона:** как истинный знак Воды, Скорпион обязан взять за основу темно-голубой лак. Если этот цвет кажется чересчур броским, ему предпочитают более спокойный. Главное, чтобы он был из сине-голубой палитры. После нанесения фонового лака (не дожидаясь, пока он высохнет) на ногти сажают маленькие белые «жемчужины» или блестящие камешки для нейл-арта. Если у Скорпиона возникает впечатление, что блестящих акцентов недостаточно, «жемчужинок» можно добавить – уже после того, как лак подсохнет. В заключение все фиксируют бесцветным лаком.

**СТРЕЛЕЦ****23 НОЯБРЯ – 21 ДЕКАБРЯ**

Возможно, вы задумывались, откуда у Стрельцов такой темперамент. Все просто: Стрелец – знак Огня. Он обожает путешествия, перемены и интересные знакомства. «Все добровольно!» – вот принцип, по которому он строит свою жизнь и отношения с окружающими. Увы, представители других знаков не всегда это понимают.

**Маникюр для Стрельца:** в качестве фонового лака отлично подойдут темносиний, фиолетовый и пурпурный тона. Считается, что это любимые цвета Стрельцов. Когда основа высохнет, на ногти наносят символ Стрельца, сооружая его с помощью самоклеющихся ленточек для нейл-арта. Кончик стрелки раскрашивают серебряной краской или дополняют серебряной ленточкой. Главное – не забыть, что при работе с самоклеющимися ленточками основа должна быть абсолютно сухой. И закрепить все бесцветным лаком.

**КОЗЕРОГ****22 ДЕКАБРЯ – 20 ЯНВАРЯ**

Считается, что Козероги – существа терпеливые и постоянные, настойчивые, упорные, прилежные и честолюбивые.

Зодиакальный гороскоп предписывает Козерогам цвета сдержанные и весомые одновременно: все оттенки коричневого, темно-зеленый, темно-серый, черный и фиолетовый.

**Маникюр для Козерога:** ногти покрывают красным лаком и дают ему высохнуть. Для того, чтобы подчеркнуть земную стихию Козерога, рисуют на ногте знак Земли белым, черным и фиолетовым лаками. После того, как рисунок высохнет, его фиксируют перламутровым лаком-закрепителем.

**ВОДОЛЕЙ****21 ЯНВАРЯ – 19 ФЕВРАЛЯ**

Водолей – знак воздушной стихии: раскованный и увлекающийся. Обладает сильно развитой интуицией.

Его цвета – светло-голубой, интенсивный голубой, серый и цвет морской волны. Несколько драматический геометрический дизайн символизирует захватывающий образ жизни, который предпочитают представители этого знака.

**Маникюр для Водолея:** в качестве основы используют голубой или светло-серый лак. Рисунок наносят темно-голубым, белым и черным лаком. Фиксируют рисунок бесцветным лаком.

**РЫБЫ****20 ФЕВРАЛЯ – 20 МАРТА**

Рыбы – романтики. Они очень чувствительны и часто следуют своему внутреннему настрою, не предупреждая окружающих о последствиях.

Рыбы перламутровы и пастельны, их цвета водянисты: морская волна, ультрамарин, голубой.

**Маникюр для Рыб:** рисунок довольно схематично обозначает двух Рыб, связанных элементом Воды. В качестве фона на ногти наносят перламутровый лак с голубоватым морозным оттенком. Рисуют ультрамарином, фиксируют бесцветным лаком.

[www.nail-art.krasota.ru](http://www.nail-art.krasota.ru)

Фотография предоставлена компанией «ВИКТОРИ»

г. Уфа 8-11 июня

СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ ВЫСТАВКА

**Женщина и косметология**

2009

ОРГКОМИТЕТ:  
ООО "Башкирская выставочная компания"  
450080, Башкортостан, г. Уфа, в/м 52  
Тел./факс: (347) 228 91 02, 253 38 00, 253 14 33  
E-mail: moda@bvkeexpo.ru, http://www.bvkeexpo.ru

# Кризис – это трудности или новые возможности!

## Выбор за тобой!

### Международная школа СПА обучает и воспитывает сильнейших.



## Наши планы на **2009** год:

#### **ПРОФИ-курсы для СПА-мастеров:**

2–8.02.2009

«СПА-Классика. Технологии и менеджмент классической модели СПА».

16–22.04.2009

«СПА-Азия. Технологии и менеджмент азиатской модели СПА».

17–23.08.2009

«СПА-Баня. Бани мира и тепловая детоксикация».

16–22.11.2009

«Славянская Веда. Технологии и менеджмент русской модели СПА».

#### **Ежемесячные семинары и мастер-классы для массажистов:**

- «СПА-массаж»;
- «Банный специалист»
- «Тайский традиционный массаж»
- «Тайский массаж стоп»
- «СПА-аюрведа»
- «СПА-косметология»
- «СПА-маникюр» и «СПА-педикюр»
- «СПА-парикмахер» и др.

#### **Тематические дни для специалистов отрасли**

##### **«ПРОФИ-СПА-клуб»:**

- «энергия мастера»
- «заработная плата мастера»
- «работа за границей»
- «администратор СПА» и др.



**СПА МЕЖДУНАРОДНАЯ ШКОЛА**

 **SCHOOL SPA**  
**INTERNATIONAL**

АНО «Международная Школа»  
Москва, 8-495-979-87-05  
www.spaschool.ru

INSTITUT  
ESTHEDERM

PARIS

МАГИЯ КОЖИ



- Подход к коже как к целостной экосистеме
- Уникальные патенты
- Устранение дисфункций кожи
- Оздоровление и омоложение надолго за счет мобилизации собственных ресурсов кожи

