कार्य की भूमिका –सहायक सौन्दर्य थेरेपिस्ट

क्षेत्र: सौन्दर्य एवं कल्याण
(अर्हता पैक कोडः बीडब्ल्यूएस/क्यू 0101)

विद्यया ऽ मृतमश्नुते
एन सी ई आर टी
NCERT
पं.सु.श. केन्द्रीय व्यावसायिक शिक्षा संस्थान
श्यामला हिल्स, भोपाल –462013, मध्य प्रदेश, भारत

www.psscive.ac.in

इकाई–2: मैनीक्योर, पैडीक्योर एवं मेहंदी

सत्र–2: मैनीक्योर

© पं.सु.श. केन्द्रीय व्यावसायिक शिक्षा संस्थान 2020

विषय–वस्तु

शीर्षक	स्लाइड क्रमांक
सत्र का उद्देश्य	4
भूमिका	5
कार्य क्षेत्र की तैयारी	6
स्वच्छता	7
उपकरण और सामग्री	8–13
विपरीत संकेत	14
नाखून की स्थिति की पहचान	15–16
मैनीक्योर प्रक्रिया	17–18
नाखून के आकार	19
नेल पॉलिश लगाना	20
सारांश	21

© पं.सु.श. केन्द्रीय व्यावसायिक शिक्षा संस्थान 2020

सत्र का उद्देश्य

इस सत्र का अध्ययन करने के पश्चात् छात्र सीख सकेंगे :–

- ऐसे विपरीत संकेतों की पहचान करना जिससे सेवा या उपचार प्रक्रिया बाधित होती है।
- मैनीक्योर प्रक्रिया का प्रदर्शन करना।

© पं.सु.श. केन्द्रीय व्यावसायिक शिक्षा संस्थान 2020

भूमिका

मैनीक्योर हाथ एवं नाखून को सुन्दर एवं स्वस्थ रखने एवं दिखाने की प्रक्रिया है। यही प्रक्रिया पैरों के उपचार के लिए भी जब प्रयोग की जाती है तो पैडीक्योर कहलाती है।

नाखूनों एवं आस–पास की त्वचा पर पेशेवर तरीके से ध्यान दिया जाता है यह नाखून की वृद्धि को प्रोत्साहित करता है क्यूटीकल्स को पीछे हटाता है और त्वचा में होने वाली छोटी मोटी कमियों को भी दूर करता है।

© पं.सु.श. केन्द्रीय व्यावसायिक शिक्षा संस्थान 2020

कार्य क्षेत्र की तैयारी

एक पेशेवर सौन्दर्य थेरेपिस्ट को उपचार के साथ–साथ उसके कार्यक्षेत्र की भी अच्छी तैयारी करना महत्वपूर्ण है। जिस स्थान पर उपचार आरम्भ करना है वहाँ यह सुनिश्चित करें कि सभी उपकरण एवं सामग्री उत्पाद आपके हाथ में होने चाहिए।

© पं.सु.श. केन्द्रीय व्यावसायिक शिक्षा संस्थान 2020

स्वच्छता

- कार्यक्षेत्र के अन्तर्गत प्रयुक्त होने वाली ट्रॉली, स्थान एवं शेल्फ को स्वच्छ रखें।
- कार्यक्षेत्र में उपचार शुरू करने से पूर्व उस स्थान को संक्रमणहीन करें।
- प्रत्येक ग्राहक के लिए अलग–अलग गर्म तौलिये या बेडरोल का प्रयोग करें।
- उसी उत्पाद का प्रयोग करें जिसे इस्तेमाल के बाद फेंका जा सके।
- डिब्बे से सामग्री निकालने के लिए स्पेटुला (चम्मच) का ही प्रयोग करें।
- बोतल या डिब्बे से तरल निकालने के बाद उसे बंद करने से पूर्व अच्छी तरह से साफ करें।

© पं.सु.श. केन्द्रीय व्यावसायिक शिक्षा संस्थान 2020

उपकरण एवं सामग्री

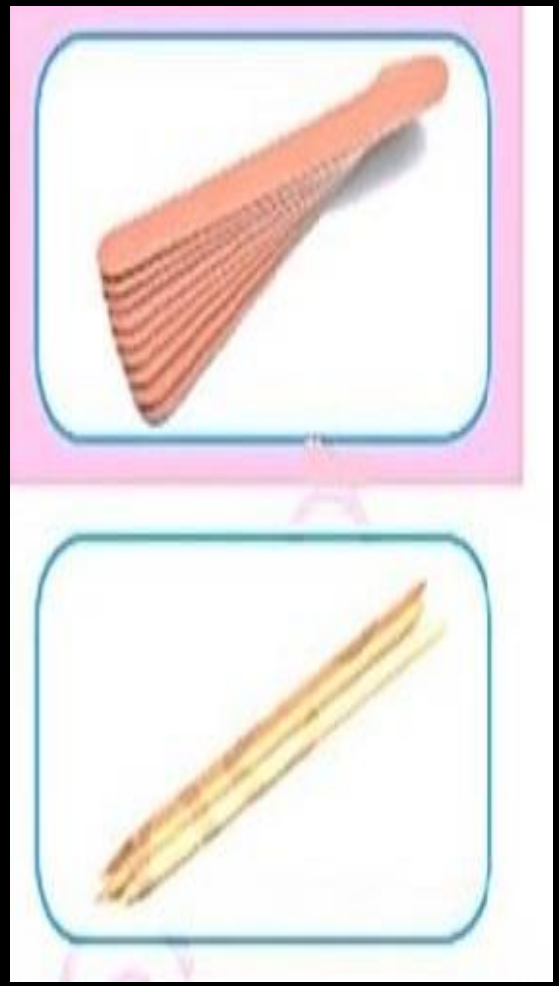
एमरी बोर्डः इसके दो पक्ष होते हैं– एक मुख्य पक्ष जो नाखूनों को भरने के लिए एवं दूसरी तरफ का मोटा भाग जो नाखून को आकार एवं वेबलिंग के लिए प्रयोग किया जाता है।

© पं.सु.श. केन्द्रीय व्यावसायिक शिक्षा संस्थान 2020

उपकरण एवं सामग्री

एमरी बोर्ड: इसके दो पक्ष होते हैं– एक चिकना भाग नाखून को भरने के लिए एवं दूसरा नाखून को आकार एवं वेबलिंग देने के लिए। एमरी बोर्ड को साफ करना आसान नहीं होता परंतु कुछ निर्माताओं द्वारा इसको साफ करने के लिए विशेष क्लीन्जर विकसित किए गये हैं।

(नारंगी छड़ी) आरेंज स्टीक: दो सिरे वाली इस आरेंज छड़ी में दोनों के अलग–अलग उद्देश्य होते हैं। क्यूटिसेल को हटाने या बफिंग क्रीम लगाने के लिए इसके नुकीले हिस्से का प्रयोग किया जाता है। दूसरी तरफ इसके नुकीले सिरे पर रूई लगाकर नाखून पर लगे अतिरिक्त तामचीनी (इनेमल) को हटाने एवं क्यूटिसेल को कम करने के लिए इसका प्रयोग किया जाता है।



© पं.सु.श. केन्द्रीय व्यावसायिक शिक्षा संस्थान 2020

उपकरण एवं सामग्री

क्यूटी सेल नाइफः इसका प्रयोग नाखून के क्यूटीसेल को पीछे धकेलने एवं नाखून के आस–पास की मृत त्वचा को हटाने के लिए किया जाता है।

क्यूटी सेल नीपरः यह टूटे हुए नाखून एवं उसके आस–पास की मृत त्वचा को हटाने के लिये प्रयुक्त किया जाता है।

© पं.सु.श. केन्द्रीय व्यावसायिक शिक्षा संस्थान 2020

उपकरण एवं सामग्री

नेल सीजर : इस कैंची का प्रयोग नाखून को काटने के लिए किया जाता है।

टो–नेल क्लीपरः यह पैर की ऊँगलियों के नाखून को काटने या छोटा करने के लिए प्रयुक्त की जाती है।

नेल बफरः यह चमड़े से ढ़का हुआ एक पैड होता है जिसमें एक हैंडल भी होता है। इसका उपयोग बफिंग पेस्ट के साथ किया जाता है, बफिंग से नाखूनों में चमक आती है, मैट्रिक्स में रक्त का संचार पर्याप्त रूप से होता है जो उसके विकास को बढ़ाता है। यह पैडीक्योर एवं मैनीक्योर के लिये उपयोगी है परंतु जब नाखून को वर्निश किया जाता है तब इसका प्रयोग नहीं होता । नेल बफर को साफ करने के लिए किसी भी अच्छे क्लीजिंग घोल का प्रयोग किया जा सकता है।

© पं.सु.श. केन्द्रीय व्यावसायिक शिक्षा संस्थान 2020

उपकरण एवं सामग्री

बफर के तीन प्रयोगः इस उपकरण का प्रयोग नाखूनों को चिकना करने के लिये किया जाता है और यदि नाखून पर कोई आड़ी या टेढ़ी रेखाएं हैं तो यह उनको भी हटाने में सक्षम होता है। इसको क्लीजिंग घोल से साफ करते समय तीन भागों में बाँटकर साफ कर सकते हैं।

नाखून ब्रशः एक सौन्दर्य थेरेपिस्ट द्वारा इसका प्रयोग ग्राहक के नाखूनों को साफ करने के लिए किया जाता है। इसका प्रयोग करने के पहले एवं बाद में साबुन एवं गर्म पानी एवं रसायनिक तरल से साफ करना चाहिए। एक नाखून से दूसरे नाखून को साफ करने के बीच में भी इसे साफ करें। उपचार के दौरान यह अत्यंत आवश्यक है कि इसे ठण्डे स्टेरेलाइजेसन घुलनशील से साफ करें।

© पं.सु.श. केन्द्रीय व्यावसायिक शिक्षा संस्थान 2020

उपकरण एवं सामग्री

हुक स्टीकः यह ज्यादातर प्लास्टिक की बनी होती है पर लकड़ी की भी होती है, जिसके अंत में रबर लगा होता है जो क्यूटीसेल को पीछे धकेलता है। एक छोर पर यह नुकीला होता है एवं इसके किनारे पर रूई रखकर नाखून को साफ किया जाता है। एक नाखून से दूसरे नाखून पर प्रयोग करने के बीच में इसे साफ किया जाता है। इसको प्रयोग करने के उपरांत ठंडे रासायनिक घुलनशील तरल से साफ किया जाता है।

कठोर त्वचा एस्प या ग्रेटरः इसका प्रयोग तब किया जाता है जब पैर को पेडीक्योर करने के बाद गर्म पानी में पैर को डालते हैं । इसको कठोर त्वचा को साफ करने वाले उपकरण के स्थान पर भी प्रयोग कर सकते हैं। इसको कठोर त्वचा पर हल्के हाथों के रगड़ने से मृत त्वचा निकल जाती है। इसको साफ करने के लिए साबुन के पानी से धो लें। फिर इसे ठण्डें संक्रमणरहित रसायनिक घुलनशील में साफ कर लें।

प्यूमिक पत्थरः इसका प्रयोग पैरों से मृत त्वचा को निकालने के लिए किया जाता है।

© पं.सु.श. केन्द्रीय व्यावसायिक शिक्षा संस्थान 2020

विपरीत संकेत

किसी भी क्रिया का विपरीत संकेत मिलना अर्थात् किसी भी उपचार के उपरांत पूर्ण रूप से उससे सुरक्षित बाहर आने में अवरोध उत्पन्न करता है।

विपरीत प्रभाव के विभिन्न रूप

ये विपरीत संकेत उपचार को रोकते हैं (ये इलाज नहीं कर सकते)।

© पं.सु.श. केन्द्रीय व्यावसायिक शिक्षा संस्थान 2020

नाखून की स्थिति की पहचान करना

कमजोर नाखून (विक नेल्स): मुलायम नाखून कमजोर होते हैं। इसलिए ये जल्दी छिल और टूट जाते हैं। जब ये टूटते हैं तो उस स्थान पर एक दांतदार नुकीले किनारे को छोड़ देते हैं।

नाजुक नाखून (ब्रिटल नेल्स): यह जल्दी मुड़ जाते हैं जिसके कारण इनके टूटने की संभावना ज्यादा होती है।

चोटी वाले नाखून (रिड्ज नेल्स): ऐसे नाखूनों में ऊर्ध्वाकार और क्षैतिज लकीरें होती है जो मुख्य रूप से पोषण की कमी के कारण होती है।

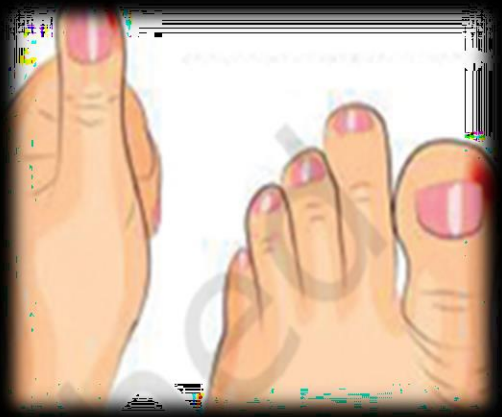
अगले पृष्ठ पर जारी .....

© पं.सु.श. केन्द्रीय व्यावसायिक शिक्षा संस्थान 2020

नाखून की स्थिति की पहचान करना

नाखून का अलग होना

विभाजित एवं भंगुर नाखून
(स्पिलट एवं ब्रिटल नेल)



अर्द्ध विकसित नाखून

चोटी वाले नाखून (रिड्ज नेल)

लाल सूजे एवं मुड़े हुए
नाखून (पैरानोशिया)

© पं.सु.श. केन्द्रीय व्यावसायिक शिक्षा संस्थान 2020

मैनीक्योर की प्रक्रिया

मैनीक्योर में विभिन्न प्रक्रियाएं शामिल हैं – जैसे कि नाखूनों को साफ करना, मुक्त किनारे को आकार देना, हाथ की मालिश एवं नेल–पॉलिश लगाना आदि है।

प्रथम चरण

द्वितीय चरण

तृतीय चरण

चतुर्थ चरण

पंचम चरण

छठाँ चरण

सातवां चरण

अगले पृष्ठ पर जारी .....

© पं.सु.श. केन्द्रीय व्यावसायिक शिक्षा संस्थान 2020

आठवां चरण

नवां चरण

दसवां चरण

ग्यारहवां चरण

बारहवां चरण

तेरहवां चरण

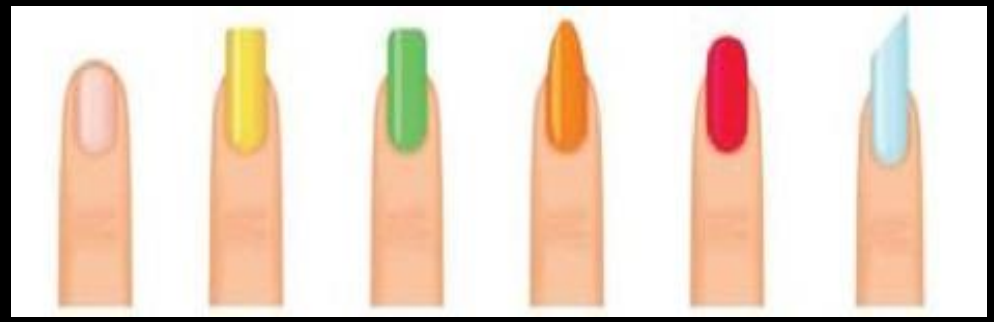
चौदहवां चरण

पंद्रहवां चरण

© पं.सु.श. केन्द्रीय व्यावसायिक शिक्षा संस्थान 2020

नाखून का आकार

नाखून के विभिन्न आकार होते हैं। लोगों की ऊँगलियों के लंबे नाखून लंबे बेड एवं छोटी ऊँगलियों के नाखून छोटे बड़े संयोजनों के साथ मिलते हैं, ये हैं – वर्गाकार, गोल, अंडाकार, चौकोर एवं नुकीले।



साधारण | वर्गाकार | चौकोर | बादामी | अंडाकार | लिपस्टिक आकार

कटार जैसे | पर्वताकार | धारदार | गोल | बैलेरीना आकार | चौड़ा

© पं.सु.श. केन्द्रीय व्यावसायिक शिक्षा संस्थान 2020

नेल पॉलिश लगाना

नेल पॉलिश लगाते समय निम्नलिखित प्रक्रिया का पालन करना चाहिए–

- ❑ आधार कोड लगाना
- ❑ रंग का चयन करना
- ❑ ब्रश को साफ करना
- ❑ प्रथम कोड लगाना
- ❑ किनारों को भरना
- ❑ टॉप कोड लगाना

© पं.सु.श. केन्द्रीय व्यावसायिक शिक्षा संस्थान 2020

सारांश

इस सत्र में आपने उन अवरोधों के विषय में सीखा जो मैनीक्योर प्रक्रियाओं को अवरूद्ध करती है। इसके अतिरिक्त आपने इस प्रक्रिया के अन्तर्गत प्रयुक्त होने वाले उपकरण एवं सामग्री तथा मैनीक्योर की प्रक्रिया के विषय में विस्तार से जाना।

परियोजना समन्वयक: डॉ. विनय स्वरूप मेहरोत्रा

हिन्दी अनुवाद: डॉ. नीतू दुबे एवं टंकण: श्री राजेश यादव

सहायक: कु. सोनम सिरबैया एवं विद्या पंचौरे

विद्ययाऽमृतमश्नुते

एन सी ई आर टी
NCERT

संयुक्त निदेशक

पं.सु.श. केन्द्रीय व्यावसायिक शिक्षा संस्थान

श्यामला हिल्स, भोपाल –462013, मध्य प्रदेश, भारत

E-mail: jdpsscive@gmail.com
Tel. +91 755 2660691, 2704100, 2660391, 2660564
Fax +91 755 2660481

Website: www.psscive.ac.in