

# KARTA PRZEDMIOTU

Wydział Nauk o Zdrowiu  
Kierunek studiów: Kosmetologia  
Forma studiów: stacjonarne  
Stopień studiów: licencjackie  
Rok akademicki: 2024/2025

PRZYGOTOWANIE DO EGZAMINU DYPLOMOWEGO	
NAZWA PRZEDMIOTU	Przygotowanie do egzaminu dyplomowego
LICZBA PUNKTÓW ECTS	V semestr 5 pkt ECTS VI semestr 5 pkt ECTS
JĘZYK WYKŁADOWY	Polski
PROWADZĄCY	<u>konwersatorium</u> : dr n. farm Agnieszka Kinga Uram
OSOBA ODPOWIEDZIALNA	dr n. farm Agnieszka Kinga Uram (forma kontaktu: adres preferowany agnieszka.zabiegala@gmail.com lub auram@afm.edu.pl)
LICZBA GODZIN	
KONWERSATORIUM	V semestr 15 godzin VI semestr 15 godzin
CELE PRZEDMIOTU	
CEL 1	Podstawowym celem jest przygotowanie studenta do egzaminu dyplomowego zarówno w zakresie powtórzenia wiadomości uzyskanych w ciągu toku studiów, jak również nauka formułowania odpowiedzi i prowadzenie merytorycznego dyskursu w poruszanych zagadnieniach.
CEL 2	Celem jest nauka formułowania merytorycznych odpowiedzi i prowadzenia dyskursu w poruszanych zagadnieniach, jest położony nacisk na dokładność i wrażliwość lingwistyczną w trakcie formułowania merytorycznych wywodów (z zakresu zagadnień medyczno-farmaceutycznych). w trakcie zajęć zwraca się uwagę nie tylko na kwestie merytoryczne w omawianych zagadnieniach, ale co również na umiejętność prezentowania omawianych zagadnień oraz logicznego podążania w referowanych argumentach. Stanowi to usystematyzowanie wiadomości uzyskanych w trakcie studiów.
EFEKTY UCZENIA SIĘ	
MW1	Zna i rozumie elementy anatomii prawidłowej ciała i rozumie zależność między budową a czynnością narządu w różnych okresach życia. Zna i rozumie prawidłową budowę histologiczną tkanek i narządów, zna i rozumie mechanizmy funkcjonowania i rozwoju zaburzeń czynnościowych organizmu ludzkiego. Zna i rozumie wpływ czynników fizycznych środowiska na organizm żywy. (EUK6_W1, EUK6_W4)

**PRZYGOTOWANIE DO EGZAMINU DYPLOMOWEGO**

<b>MU1</b>	Potrafi rozróżniać rodzaje skóry, a także posiada wiedzę o podstawowych jednostkach chorobowych skóry, skóry owłosionej i paznokci, dla których potrafi dobrać i poprawnie wykonać stosowny zabieg kosmetyczny pielęgnacyjny, upiększający i korekcyjny z uwzględnieniem wskazań i przeciwwskazań. Potrafi stosować kosmetyki zgodnie z ich zastosowaniem i rozpoznaniem oraz zaplanować rodzaj zabiegu kosmetycznego oraz potrafi zgodnie współpracować z lekarzem. (EUK6_U1, EUK6_U2)
<b>MU2</b>	Potrafi stosować zabiegi pielęgnacyjne właściwe dla wszystkich rodzajów skóry, a także zna wskazania i przeciwwskazania do wykonania zabiegów kosmetycznych i pielęgnacyjnych, a w tym celu potrafi posługiwać się podstawową aparaturą wykorzystywaną w gabinetach kosmetycznych. Potrafi poprawnie odczytywać receptury kosmetyku oraz opisy składu preparatów i potrafi ustalać zakres funkcji składników recepturowych. (EUK6_U3)
<b>MK1</b>	Jest gotów do pracy w zespole, efektywnie wypełniając powierzone zadania, wykazując zdolności komunikacyjne oraz organizacyjne. Jest gotów do taktownego i skutecznego zasugerowania klientowi potrzeby konsultacji medycznej (dermatologicznej, alergologicznej, onkologicznej) oraz odmówić wykonania zabiegu kosmetycznego w przypadku rozpoznania schorzeń, które stanowią przeciwwskazanie do jego zastosowania Okazuje szacunek dla klienta. (EUK6_KS2, EUK6_KS4)

**WYMAGANIA WSTĘPNE**

Znajomość podstawowych zagadnień z poprzednich semestrów, do których należy: budowa skóry i terminologia z tym związana, starzenie skóry (przyczyny oraz rodzaje), kosmetyczne podejście w schorzeniach dermatologicznych oraz ogólnoustrojowych, gospodarka hormonalna i jej wpływ na skórę, rodzaje urządzeń wykorzystywanych w kosmetyce oraz wskazania i przeciwwskazania w poszczególnych procedurach kosmetycznych.

**TREŚCI PROGRAMOWE****SZCZEGÓŁOWY OPIS BLOKÓW TEMATYCZNYCH****SEMESTR V**

<b>KONWERSATORIUM 1</b>	Powtórzenie i omówienie wybranych problematycznych zagadnień: Krótko zdefiniować pojęcia: kosmetyk, dermokosmetyk, nutrikosmetyk. Wymienić i scharakteryzować możliwe mechanizmy działania substancji czynnych kosmetyków. Wyjaśnić znaczenie sformułowania: listy substancji regulujące skład kosmetyków. Jakże akty prawne regulują skład, bezpieczeństwo, oznakowanie kosmetyków w Polsce.
<b>KONWERSATORIUM 2</b>	Powtórzenie i omówienie wybranych problematycznych zagadnień: Dezynfekcja i sterylizacja w gabinecie kosmetycznym. Aseptyka i antyseptyka w gabinecie kosmetycznym. Regulacje prawne dotyczące dezynfekcji i sterylizacji w gabinetach kosmetycznych.

## PRZYGOTOWANIE DO EGZAMINU DYPLOMOWEGO

### KONWERSATORIUM 3

Powtórzenie i omówienie wybranych problematycznych zagadnień:  
Wyjaśnić pojęcia: funkcje bierne skóry, funkcje czynne skóry. Wymienić funkcje bierne i czynne skóry. Scharakteryzować budowę i funkcje naskórka. Scharakteryzować powstawanie, skład i funkcje naturalnego czynnika nawilżającego NMF. Wyjaśnić pojęcie: keratynizacja. Wymienić i scharakteryzować czynniki wewnątrz i zewnątrzpochodne wpływające na regulację procesu keratynizacji. Wyjaśnić pojęcie: czas przejścia TOT. Wymienić i scharakteryzować nieprawidłowości TOT, podać przykłady.  
Scharakteryzować powstawanie, skład i funkcje cementu międzykomórkowego. Scharakteryzować powstawanie, skład i funkcje bariery warstwy rogowej naskórka (bariery Reina). Scharakteryzować czynniki wewnątrz i zewnątrzpochodne zaburzające funkcjonowanie bariery warstwy rogowej naskórka. Wymienić i scharakteryzować metody kosmetyczne zwiększające przenikanie składników czynnych kosmetyków przez warstwę rogową naskórka. Scharakteryzować budowę i funkcje skóry właściwej, z uwzględnieniem warstwy siateczkowej i brodawkowatej. Scharakteryzować budowę i funkcje tkanki podskórnej.  
Scharakteryzować budowę i funkcje włosów. Scharakteryzować cykl wzrostu włosa i wymienić czynniki wpływające na strukturę i funkcjonowanie włosów. Scharakteryzować budowę i funkcje gruczołów łojowych. Wymienić czynniki wpływające na funkcje gruczołów łojowych.

### KONWERSATORIUM 4

Powtórzenie i omówienie wybranych problematycznych zagadnień:  
Wymienić i scharakteryzować składniki sebum. Scharakteryzować budowę i funkcje gruczołów potowych ekrynowych, apokrynowych – mechanizm wydzielania potu, skład potu. Scharakteryzować budowę i funkcje paznokci. Wymienić czynniki negatywnie wpływające na wygląd paznokci. Wymienić i scharakteryzować najczęstsze zmiany w obrębie płytki paznokcia i przyczyny ich powstawania. Wymienić wskazania, przeciwwskazania do masażu twarzy, szyi i dekoltu oraz efekty działania masażu. Krótki omówić zasady manicure klasycznego z uwzględnieniem preparatów. Krótki omówić zasady manicure biologicznego z uwzględnieniem preparatów.

### KONWERSATORIUM 5

Powtórzenie i omówienie wybranych problematycznych zagadnień:  
Omówić wpływ estrogenów na funkcjonowanie i wygląd skóry. Omówić wpływ androgenów na funkcjonowanie i wygląd skóry. Omówić wpływ hormonów tarczycy na funkcjonowanie i wygląd skóry. Omówić wpływ hormonów trzustki na funkcjonowanie i wygląd skóry. Omówić cechy charakterystyczne skóry męskiej oraz najczęstsze defekty/choroby skóry i jej przydatków występujące u mężczyzn. Omówić wpływ witaminy A na funkcjonowanie i wygląd skóry oraz postaci chemiczne witaminy stosowane w kosmetykach. Omówić wpływ witaminy E na funkcjonowanie i wygląd skóry oraz postaci chemiczne witaminy stosowane w kosmetykach. Omówić wpływ witaminy C na funkcjonowanie i wygląd skóry oraz postaci chemiczne witaminy stosowane w kosmetykach. Omówić wpływ witamin z grupy B na funkcjonowanie i wygląd skóry oraz postaci chemiczne witamin stosowane w kosmetykach. Omówić wpływ makroelementów na funkcjonowanie i wygląd skóry oraz postaci chemiczne makroelementów stosowane w kosmetykach. Omówić wpływ mikroelementów na funkcjonowanie i wygląd skóry oraz postaci chemiczne mikroelementów stosowane w kosmetykach. Omówić wpływ czynników egzogennych na funkcje i wygląd skóry.

## PRZYGOTOWANIE DO EGZAMINU DYPLOMOWEGO

<b>KONWERSATORIUM 6</b>	<p>Powtórzenie i omówienie wybranych problematycznych zagadnień:</p> <p>Scharakteryzować cerę normalną, suchą, tłustą, mieszaną, naczyniową, wrażliwą, dojrzałą oraz omówić podstawowe zalecenie pielęgnacyjne, z uwzględnieniem substancji czynnych oraz zabiegów kosmetycznych i/lub fizykalnych wskazanych i przeciwwskazanych.</p>
<b>KONWERSATORIUM 7</b>	<p>Powtórzenie i omówienie wybranych problematycznych zagadnień:</p> <p>Omówić składniki czynne kosmetyków wykorzystywane najczęściej w pielęgnacji cery dojrzałej. Wymienić i krótko scharakteryzować naturalne czynniki hamujące ucieczkę wody ze skóry oraz wyjaśnić pojęcie: TEWL. Scharakteryzować fizjologiczne i kosmetyczne efekty nadmiernego wysuszenia skóry. Omówić mechanizmy działania kosmetyków nawilżających. Omówić mechanizmy działania emolientów. Podać przykłady emolientów w kosmetykach. Omówić mechanizmy działania humektantów. Podać przykłady humektantów w kosmetykach. Omówić mechanizmy działania substancji okluzyjnych. Podać przykład substancji okluzyjnych w kosmetykach. Zdefiniować pojęcie NNKT, podać przykłady. Omówić wpływ NNKT na funkcjonowanie i wygląd skóry. Podać przykłady olejów roślinnych wykorzystywanych w kosmologii i uzasadnić zasadność ich stosowania.</p>
<b>KONWERSATORIUM 8</b>	<p>Powtórzenie i omówienie wybranych problematycznych zagadnień:</p> <p>Wymienić i scharakteryzować czynniki wpływające na barwę skóry. Sklasyfikować i omówić fototypy skóry według Fitzpatricka. Wymienić i scharakteryzować czynniki wewnątrz- i zewnątrzpochodne wpływające na melanogenezę. Omówić starzenie skóry i jego rodzaje. Wymienić czynniki wewnątrz i zewnątrzpochodne wpływające na proces starzenia się skóry. Zdefiniować pojęcia: wolne rodniki, stres oksydacyjny, antyoksydant, zmiatacz wolnych rodników. Omówić udział wolnych rodników w starzeniu się organizmu i skóry. Wymienić i krótko scharakteryzować charakterystyczne cechy histologiczne i kliniczne wewnątrzpochodnego starzenia się skóry.</p>
<b>KONWERSATORIUM 9</b>	<p>Powtórzenie i omówienie wybranych problematycznych zagadnień:</p> <p>Wymienić i krótko scharakteryzować charakterystyczne cechy histologiczne i kliniczne zewnątrzpochodnego starzenia się skóry. Wymienić zakresy promieniowania ultrafioletowego stanowiącego część widma promieniowania elektromagnetycznego emitowanego przez Słońce oraz ich właściwości. Wymienić i krótko scharakteryzować skutki biologiczne oddziaływania promieniowania słonecznego na organizm i skórę. Zdefiniować pojęcie: skala Glogau. Omówić cechy charakterystyczne dla poszczególnych stopni skali Glogau. Omówić mechanizmy fotoprotekcji naturalnej. Wyjaśnić pojęcie fotoprotekcja sztuczna anty-UVB oraz anty-UVA. Krótko omówić mechanizmy działania substancji wykorzystywanych, jako ochronne filtry przeciwsłoneczne fizyczne i chemiczne. Wymienić ich wady i zalety oraz podać przykłady.</p>

## PRZYGOTOWANIE DO EGZAMINU DYPLOMOWEGO

### KONWERSATORIUM 10

Powtórzenie i omówienie wybranych problematycznych zagadnień:

Omówić działanie witaminy A wykorzystywane w kosmetykach przeciwzmarszczkowych, formy chemiczne oraz kliniczne efekty systematycznego stosowania witaminy A w pielęgnacji skóry dojrzałej.

Omówić działanie witaminy C wykorzystywane w kosmetykach przeciwzmarszczkowych, formy chemiczne (postaci kosmetyczne) oraz kliniczne efekty systematycznego stosowania witaminy C w pielęgnacji skóry dojrzałej. Omówić działanie witaminy E wykorzystywane w kosmetykach przeciwzmarszczkowych, formy chemiczne (postaci kosmetyczne) oraz kliniczne efekty systematycznego stosowania witaminy E w pielęgnacji skóry dojrzałej. Omówić działanie witaminy B3 wykorzystywane w kosmetykach przeciwzmarszczkowych, formy chemiczne (postaci kosmetyczne) oraz kliniczne efekty systematycznego stosowania witaminy B3 w pielęgnacji skóry dojrzałej. Omówić działanie substancji pozyskiwanych z roślin wykorzystywane w kosmetykach przeciwzmarszczkowych, oraz kliniczne efekty systematycznego stosowania substancji pozyskiwanych z roślin w pielęgnacji skóry dojrzałej. Omówić mechanizmy działania substancji najczęściej stosowanych w kosmetykach przeciwzmarszczkowych, oraz kliniczne efekty systematycznego stosowania tych substancji w pielęgnacji skóry dojrzałej.

### KONWERSATORIUM 11

Powtórzenie i omówienie wybranych problematycznych zagadnień:

Wymienić i scharakteryzować najczęstsze defekty kosmetyczne i dermatozy dłoni, uwzględniając przyczyny powstawania oraz podstawowe zasady pielęgnacji i profilaktyki. Wymienić i scharakteryzować najczęstsze defekty kosmetyczne paznokci w dłoniach, uwzględniając przyczyny powstawania oraz podstawowe zasady pielęgnacji i profilaktyki. Wymienić i scharakteryzować najczęstsze choroby paznokci w dłoniach, uwzględniając przyczyny powstawania oraz podstawowe zasady pielęgnacji i profilaktyki. Wymienić i scharakteryzować najczęstsze defekty kosmetyczne stóp, uwzględniając przyczyny powstawania oraz podstawowe zasady pielęgnacji i profilaktyki. Wymienić i scharakteryzować najczęstsze schorzenia stóp, uwzględniając przyczyny powstawania oraz podstawowe zasady pielęgnacji i profilaktyki.

Omówić zasady pedicure kosmetycznego, uwzględniając wskazania i przeciwwskazania oraz stosowane preparaty. Omówić zasady pedicure biologicznego, uwzględniając wskazania i przeciwwskazania oraz stosowane preparaty. Omówić zasady pedicure leczniczego, uwzględniając wskazania i przeciwwskazania oraz stosowane preparaty.

Omówić podstawy pielęgnacji skóry kobiet w ciąży. Wymienić zabiegi kosmetyczne i substancje czynne kosmetyków przeciwwskazane w czasie ciąży. Krótko omówić najczęstsze zmiany skórne powstające w czasie ciąży.

## PRZYGOTOWANIE DO EGZAMINU DYPLOMOWEGO

### KONWERSATORIUM 12

Powtórzenie i omówienie wybranych problematycznych zagadnień:

Omówić podstawy pielęgnacji domowej skóry trądzikowej. Omówić podstawy pielęgnacji gabinetowej skóry trądzikowej. Wymienić i omówić mechanizmy działania substancji czynnych stosowanych w kosmetykach przeznaczonych do pielęgnacji skóry z trądzikiem. Podać przykłady. Omówić zabiegi kosmetyczne stosowane w pielęgnacji skóry trądzikowej, z uwzględnieniem zabiegów fizykalnych. Wymienić substancje czynne przeciwwskazane w kosmetykach przeznaczonych do pielęgnacji skóry z trądzikiem. Sklasyfikować nadmierną potliwość. Jaki ma cel stosowanie dezodorantów i antyperspirantów? Wymienić przyczyny nadpotliwości. Jaki ma cel stosowanie dezodorantów i antyperspirantów? Wymienić i krótko omówić mechanizmy redukcji zapachu i/lub wydzielania potu stosowane w kosmetykach. Omówić podstawy pielęgnacji domowej skóry trądzikowej. Omówić podstawy pielęgnacji gabinetowej skóry trądzikowej. Wymienić i omówić mechanizmy działania substancji czynnych stosowanych w kosmetykach przeznaczonych do pielęgnacji skóry z trądzikiem. Podać przykłady. Omówić zabiegi kosmetyczne stosowane w pielęgnacji skóry trądzikowej, z uwzględnieniem zabiegów fizykalnych. Wymienić substancje czynne przeciwwskazane w kosmetykach przeznaczonych do pielęgnacji skóry z trądzikiem. Sklasyfikować nadmierną potliwość. Jaki ma cel stosowanie dezodorantów i antyperspirantów? Wymienić przyczyny nadpotliwości. Jaki ma cel stosowanie dezodorantów i antyperspirantów? Wymienić i krótko omówić mechanizmy redukcji zapachu i/lub wydzielania potu stosowane w kosmetykach.

### KONWERSATORIUM 13

Powtórzenie i omówienie wybranych problematycznych zagadnień:

Wymienić czynniki zewnętrzne, które mogą wpływać na wygląd włosów. Wymienić właściwości i składniki czynne szamponów do włosów. Omówić właściwości szamponów przeznaczonych dla dzieci, uwzględniając składniki czynne. Omówić właściwości szamponów przeznaczonych do pielęgnacji włosów tłustych, uwzględniając składniki czynne. Omówić właściwości szamponów przeznaczonych do pielęgnacji włosów suchych, uwzględniając składniki czynne. Wymienić czynniki etiopatogenetyczne łupieżu owłosionej skóry głowy i krótko scharakteryzować charakter choroby, uwzględniając klasyfikację. Omówić właściwości szamponów przeciwłupieżowych, uwzględniając składniki czynne.

## SEMESTR VI

## PRZYGOTOWANIE DO EGZAMINU DYPLOMOWEGO

### KONWERSATORIUM 1

Powtórzenie i omówienie wybranych problematycznych zagadnień:

Omówić drogi przenikania składników czynnych kosmetyków przez naskórek. Wymienić i omówić czynniki wpływające na możliwość wnikania kosmetyków i substancji czynnych kosmetyków przez naskórek. Wyjaśnić pojęcie promotorów przenikania składników czynnych kosmetyków oraz podać przykłady promotorów przenikania stosowanych w kosmetykach. Wymienić i krótko scharakteryzować fizyczne metody wspomagania transportu składników czynnych kosmetyków. Wymienić i scharakteryzować metody kosmetyczne zwiększające przenikanie składników czynnych kosmetyków przez warstwę rogową naskórka. Wyjaśnić, na czym polega aparaturowa diagnostyka kosmetyczna skóry. Wyjaśnić pojęcia: korneometr, tewametr, ewaporymetr/ewaporimetr, sebometr, kutometr, twistometr, D-squame oraz wyjaśnić, na czym polega pomiar z zastosowaniem aparatu/urządzenia.

### KONWERSATORIUM 2

Powtórzenie i omówienie wybranych problematycznych zagadnień:

Omówić mechanizm działania ultradźwięków na tkanki oraz wykorzystanie ultradźwięków w kosmetologii, z uwzględnieniem sonoforezy i kawitacji. Wyjaśnić zasadę jonoforezy anodowej i katodowej, podać przykłady związków stosowanych w jonoforezie katodowej i anodowej. Sklasyfikować peelings w zależności od zastosowanej metody oraz wymienić przeciwwskazania do wykonania peelingu. Sklasyfikować peelings w zależności od głębokości niszczenia tkanek oraz wymienić przeciwwskazania do wykonania peelingu.

### KONWERSATORIUM 3

Powtórzenie i omówienie wybranych problematycznych zagadnień:

Wyjaśnić pojęcie: chemabrazja. Wymienić wskazania i przeciwwskazania do wykonania peelingu chemicznego. Omówić podstawowe zalecenia pielęgnacyjne po zabiegach złuszczenia chemicznego. Omówić sposoby działania (metaboliczny, keratolityczny, cytotoksyczny) i właściwości substancji najczęściej stosowanych do złuszczeń chemicznych. Omówić mechanizm działania i właściwości kwasu glikolowego, kwasu migdałowego, kwasu mlekowego, kwasu pirogronowego, kwasu salicylowego

- omówić wskazania i przeciwwskazania do peelingu oraz podstawowe zasady pielęgnacji skóry po peelingu. Omówić mechanizm działania i właściwości polihydroksykwasów, wskazania i przeciwwskazania do peelingu polihydroksykwasami oraz podstawowe zasady pielęgnacji skóry po peelingu polihydroksykwasami. Podać przykłady polihydroksykwasów. Omówić peelings mechaniczne oraz wskazania i przeciwwskazania do wykonywania peelingu mechanicznych. Wyjaśnić pojęcie: mikrodermabrazja diamentowa, mikrodermabrazja korundowa oraz oxybrazja (mikrodermabrazja wodno-tlenowa). Omówić mechanizm działania regeneracyjnego mikrodermabrazji. Wymienić i krótko scharakteryzować przeciwwskazania i powikłania mikrodermabrazji. Wyjaśnić pojęcia: scrub, brushing, gommage. Omówić podstawowe zalecenia pielęgnacyjne po zabiegach złuszczenia mechanicznego. Wyjaśnić pojęcie: peeling fizyczny. Omówić wybrany peeling fizyczny z uwzględnieniem wskazań, przeciwwskazań i powikłań. Omówić mechanizm działania peelingu enzymatycznych, wymienić enzymy stosowane w peelingu enzymatycznych oraz roślinne źródła enzymów. Omówić cechy charakterystyczne oraz mechanizm działania peelingu ziołowych.

## PRZYGOTOWANIE DO EGZAMINU DYPLOMOWEGO

### KONWERSATORIUM 4

Powtórzenie i omówienie wybranych problematycznych zagadnień:

Omówić mechanizm działania mezoterapii mikroigłowej. Wymienić wskazania i przeciwwskazania do zabiegów mezoterapii mikroigłowej. Omówić mechanizm działania mezoterapii bezigłowej (NNM). Wymienić wskazania i przeciwwskazania do zabiegów mezoterapii bezigłowej. Wymienić substancje aktywne wykorzystywane w zabiegach mezoterapii bezigłowej. Omówić mechanizmy działania substancji. Omówić mechanizm działania derma-rollera kosmetycznego, wymienić wskazania i przeciwwskazania do mikronakłuwania skóry. Omówić mechanizm działania fal radiowych na tkanki oraz efekty działania fal radiowych na skórę. Scharakteryzować profesjonalne zabiegi kosmetyczne z wykorzystaniem fal radiowych oraz ich efekty kliniczne, uwzględniając zasady wykonywania.

Scharakteryzować efekty działania fal radiowych na skórę. Wymienić przeciwwskazania oraz powikłania zabiegów kosmetycznych przeprowadzanych z wykorzystaniem fal radiowych.

### KONWERSATORIUM 5

Powtórzenie i omówienie wybranych problematycznych zagadnień:

Omówić mechanizmy powstawania przebarwień na skórze. Wymienić substancje czynne o właściwościach wybielających przebarwienia na skórze (redukujących hiperpigmentacje). Omówić mechanizmy działania tych substancji. Omówić podstawowe zasady pielęgnacyjne zapobiegające powstawaniu i/lub postępowi hiperpigmentacji na skórze. Krótko omówić profesjonalne zabiegi kosmetyczne redukujące przebarwienia skórne, z uwzględnieniem mechanizmów działania. Wymienić i scharakteryzować samoopalacze, uwzględniając ich wady i zalety. Wymienić i scharakteryzować środki przyspieszające opalanie, uwzględniając ich wady i zalety. Omówić prądy d'Arsonvala, uwzględniając wskazania i przeciwwskazania. Omówić jonoforezę (katodową, anodową), uwzględniając wskazania i przeciwwskazania. Omówić galwanizację (katodową, anodową), uwzględniając wskazania i przeciwwskazania. Omówić profesjonalne zabiegi kosmetyczne z wykorzystaniem prądu stałego, uwzględniając mechanizmy działania i efekty kliniczne. Omówić profesjonalne zabiegi kosmetyczne z wykorzystaniem prądu zmiennego, uwzględniając mechanizmy działania i efekty kliniczne. Omówić profesjonalne zabiegi kosmetyczne z wykorzystaniem ultradźwięków, uwzględniając mechanizmy działania i efekty kliniczne. Omówić profesjonalne zabiegi kosmetyczne z wykorzystaniem światła, uwzględniając mechanizmy działania i efekty kliniczne. Omówić działanie laserów biostymulacyjnych, uwzględniając efekty działania, wskazania oraz rodzaje laserów biostymulujących. Wyjaśnić pojęcie: laser. Wymienić wskazania i przeciwwskazania do zastosowania laserów.

### KONWERSATORIUM 6

Powtórzenie i omówienie wybranych problematycznych zagadnień:

Wymienić i omówić przyczyny powstawania nadmiernego owłosienia. Wymienić i krótko omówić wskazania do usuwania włosów. Zdefiniować pojęcie: depilacja. Omówić podstawowe techniki depilacji, uwzględniając wskazania, przeciwwskazania i powikłania. Wymienić i omówić metody i techniki usuwania włosów. Zdefiniować pojęcie: epilacja. Omówić podstawowe techniki epilacji, uwzględniając wskazania, przeciwwskazania i powikłania. Scharakteryzować techniki czasowego usuwania owłosienia, uwzględniając wskazania, przeciwwskazania i powikłania. Scharakteryzować techniki trwałego usuwania owłosienia, uwzględniając wskazania, przeciwwskazania i powikłania.



## PRZYGOTOWANIE DO EGZAMINU DYPLOMOWEGO

### KONWERSATORIUM 7

Powtórzenie i omówienie wybranych problematycznych zagadnień:

Zdefiniować pojęcie: otyłość. Wymienić i krótko scharakteryzować przyczyny powstawania otyłości. Zdefiniować pojęcie: BMI. Wymienić i krótko scharakteryzować najczęstsze zmiany skórne towarzyszące otyłości. Sklasyfikować otyłość. Wymienić i krótko scharakteryzować substancje aktywne kosmetyków stosowanych w zabiegach kosmetycznych redukujących nadmiar tkanki tłuszczowej. Wymienić i scharakteryzować zabiegi kosmetyczne (w tym fizykalne) redukujące miejscowe depozyty tkanki tłuszczowej. Omówić etiopatogenezę oraz stadia rozwojowe cellulitu. Wymienić i scharakteryzować przyczyny powstawania oraz czynniki predysponujące do powstawania lipodystrofii typu kobiecego. Wyjaśnić pojęcia: cellulit, cellulitis. Omówić podstawy działań profilaktycznych zapobiegających powstawaniu zmian charakterystycznych dla cellulitu. Wymienić i omówić mechanizmy działania substancji czynnych stosowanych w kosmetykach przeciwdziałających cellulitowi i/lub redukujących cellulit. Podać przykłady. Omówić fizykalne metody redukujące zmiany charakterystyczne dla cellulitu, uwzględniając wskazania i przeciwwskazania do ich wykonania. Omówić profesjonalne zabiegi kosmetyczne przeciwdziałające powstawaniu zmian charakterystycznych dla cellulitu i/lub redukujących charakterystyczne objawy cellulitu. Omówić fazy powstawania rozstępów i czynniki etiopatogenetyczne powstawania rozstępów skórnych. Wymienić i krótko scharakteryzować odmiany kliniczne rozstępów oraz podstawowe działania profilaktyczne zapobiegające powstawaniu rozstępów skórnych. Omówić profesjonalne zabiegi kosmetyczne redukujące rozstępy skórne. Wymienić i omówić mechanizmy działania substancji czynnych stosowanych w kosmetykach przeciwdziałających powstawaniu rozstępów skórnych. Omówić metody kosmetyczne redukujące rozstępy skórne, z uwzględnieniem metod fizykalnych.

### KONWERSATORIUM 8

Powtórzenie i omówienie wybranych problematycznych zagadnień:

Wymienić etapy gojenia ran skóry. Wyjaśnić pojęcia: regeneracja, reoperacja. Czynniki wpływające na proces gojenia się rany. Klasyfikacja ran. Krótko scharakteryzować strategię T.I.M.E. - zbiór rekomendowanych procedur pielęgnacyjnych i terapeutycznych, mających na celu wspomaganie naturalnych mechanizmów gojenia. Zdefiniować pojęcie: blizna. Wymienić i krótko scharakteryzować typy blizn skórnych. Wymienić i krótko scharakteryzować dostępne metody redukcji blizn skórnych. Wymienić substancje czynne w preparatach przeznaczonych do prewencji/redukcji blizn skórnych, uwzględniając ich mechanizmy działania.

### KONWERSATORIUM 9

Powtórzenie i omówienie wybranych problematycznych zagadnień:

Scharakteryzować zabiegi kosmetyczne wykorzystujące algi. Omówić zabiegi kosmetyczne na bazie borowin, uwzględniając wskazania i przeciwwskazania. Wymienić i krótko scharakteryzować reakcje niepożądane ze skórnymi objawami klinicznymi wywołanymi przez kosmetyki. Wymienić i krótko scharakteryzować najczęściej alergizujące preparaty kosmetyczne i składniki aktywne kosmetyków. Wymienić i scharakteryzować rodzaje masek kosmetycznych. Podać przykłady. Wyjaśnić pojęcia: makijaż permanentny, zabieg linergistyczny. Wymienić wskazania i przeciwwskazania do wykonania makijażu permanentnego oraz powikłania. Wyjaśnić pojęcie: kamuflaż. Wymienić wskazania i przeciwwskazania do wykonania kamuflażu oraz składniki aktywne preparatów do kamuflażu. Wymienić i krótko scharakteryzować metody usuwania makijażu trwałego czasowego.

## PRZYGOTOWANIE DO EGZAMINU DYPLOMOWEGO

### KONWERSATORIUM 10

Powtórzenie i omówienie wybranych problematycznych zagadnień:  
Zdefiniować pojęcie: żylaki. Wymienić czynniki etiopatogenetyczne oraz podstawowe zasady pielęgnacji i prewencji, z uwzględnieniem mechanizmów działania substancji czynnych stosowanych w preparatach do pielęgnacji. Wymienić i krótko scharakteryzować przyczyny wrastania paznokci stóp. Wymienić zasady profilaktyki. Wymienić i krótko scharakteryzować metody korekcji wrastających paznokci w obrębie stóp.  
Zdefiniować pojęcie: stopa cukrzycowa. Wymienić czynniki etiopatogenetyczne oraz podstawowe zasady pielęgnacji stóp oraz zasady zapobiegania postępowi zmian prowadzących do martwicy tkanek. Wymienić i krótko scharakteryzować najczęstsze powikłania cukrzycy w obrębie stóp. Zdefiniować pojęcie: przewlekła niewydolność żylna. Wymienić czynniki etiopatogenetyczne oraz podstawowe zasady pielęgnacji i prewencji, z uwzględnieniem mechanizmów działania substancji czynnych stosowanych w preparatach do pielęgnacji.

### METODY DYDAKTYCZNE

M1

Prezentacje multimedialne

M2

Dyskusja

M3

Praca w grupach nad projektami/zagadnieniami omawianymi kolejno w trakcie zajęć

M4

Burza mózgu

### NAKŁAD PRACY STUDENTA

**GODZINY KONTAKTOWE  
z NAUCZYCIELEM  
AKADEMICKIM**

V semestr: 15 godz. (konwersatorium)  
VI semestr: 15 godz. (konwersatorium)

**GODZINY BEZ UDZIAŁU  
NAUCZYCIELA  
AKADEMICKIEGO**

V semestr: 120 godz. (tj. na przygotowanie projektów oraz opanowanie materiału na zaliczenie semestru z puli 100 pytań)  
VI semestr: 120 godz. (tj. na przygotowanie projektów oraz opanowanie materiału na zaliczenie semestru z puli 100 pytań)

**SUMARYCZNA LICZBA  
GODZIN DLA PRZEDMIOTU**

**V semestr: 135 godz.**  
= 15 godzin w kontakcie z nauczycielem akademickim + 120 godz. bez udziału nauczyciela akademickiego  
**VI semestr: 135 godz.**  
= 15 godzin w kontakcie z nauczycielem akademickim + 120 godz. bez udziału nauczyciela akademickiego

### REGULAMIN ZAJĘĆ I WARUNKI ZALICZENIA

Wszystkie zajęcia są obowiązkowe

### METODY OCENY POSTĘPU STUDENTÓW

**W ZAKRESIE WIEDZY**

Egzamin ustny (student losuje dwa pytania z puli 100 pytań)

**PRZYGOTOWANIE DO EGZAMINU DYPLOMOWEGO**

<b>W ZAKRESIE UMIEJĘTNOŚCI</b>	Obserwacja i ocena wypowiedzi podczas prezentowania projektów
<b>W ZAKRESIE KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH</b>	Obserwacja studenta podczas pracy w grupie, aktywność studenta na zajęciach
<b>SPRAWDZIANY KSZTAŁTUJĄCE</b>	Kolokwium ustne - losowanie dwóch pytań z zestawu 100 pytań uprzednio udostępnionego studentom Przygotowanie projektu na zadany temat
<b>SPRAWDZIANY PODSUMOWUJĄCE (I i II termin)</b>	Termin I: egzamin ustny Termin II: egzamin ustny

**KRYTERIA EGZAMINU/ ZALICZENIA z OCENĄ**

<b>NA OCENĘ 3,0</b>	51% do 59% poprawnych odpowiedzi
<b>NA OCENĘ 3,5</b>	60% do 70% poprawnych odpowiedzi
<b>NA OCENĘ 4,0</b>	71% do 80% poprawnych odpowiedzi
<b>NA OCENĘ 4,5</b>	81% do 90% poprawnych odpowiedzi
<b>NA OCENĘ 5,0</b>	91% do 100% poprawnych odpowiedzi

**LITERATURA OBOWIĄZKOWA**

- [1] Kosmetologia Pielęgnacyjna i Lekarska, red. M. Noszczyk, PZWL, 2012  
[2] Kosmetologia z immunologią skóry, Anna Drobnik, Aleksandra Słodka, PZWL, 2021.  
[3] Medycyna Estetyczna w Praktyce. Tom 1 i tom 2, Bożena Mamcarz, Dorota Prandecka, Oficyna Wydawnicza Medical Education sp. z o.o.  
[4] Fizjoterapia w kosmetologii i medycynie estetycznej, Wojciech Kasprzak, Agata Mańkowska, PZWL, 2017

**LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA**

- [1] Kosmetologia t.1 i 2, red. Kołodziejczak A., PZWL, 2019  
[2] Literatura wskazana przez prowadzącego (wybrane rozdziały z ważnych opracowań literatury przedmiotu oraz wskazane przez prowadzącego artykuły naukowe)