

# Kosmetologia kliniczna i holistyczna

STUDIA PODYPLOMOWE



## Program studiów

**10**

Liczba miesięcy nauki

**160**

Liczba godzin zajęć

**10**

Liczba zjazdów

**24**

Liczba godzin praktyk

**20**

Liczba modułów

**2**

Liczba semestrów

### Anatomia i fizjologia człowieka w ujęciu funkcjonalnym

- skóra jako narząd immunologiczny i endokrynnny
- funkcjonalna anatomia układów: nerwowego, hormonalnego i odpornościowego
- neuroimmunologia skóry i komunikacja osi mózg-skóra
- mechanizmy homeostazy i adaptacji organizmu
- reakcje skóry na stres, bodźce środowiskowe i wewnętrzne

### Patofizjologia chorób przewlekłych i cywilizacyjnych

- choroby metaboliczne (cukrzyca, otyłość, insulinooporność)
- choroby autoimmunologiczne i zapalne
- przewlekły stan zapalny i jego wpływ na organizm
- zaburzenia gojenia i regeneracji skóry
- wpływ chorób ogólnoustrojowych na obraz skóry

### Dermatologia

- podstawy dermatologii klinicznej w pracy kosmetologa (budowa i funkcje skóry, diagnostyka zmian)
- najczęstsze choroby skóry (trądzik, AZS, łuszczyca, trądzik różowaty) i ich wpływ na pielęgnację
- zaburzenia bariery skórnej, stany zapalne i procesy regeneracji skóry
- kwalifikacja do zabiegów kosmetycznych, przeciwwskazania i bezpieczeństwo pracy
- współpraca z lekarzem dermatologiem oraz rola kosmetologa w profilaktyce i wsparciu terapii

### Farmakologia w kosmetologii klinicznej

- leki dermatologiczne, hormonalne, onkologiczne
- mechanizmy działania leków istotnych dla skóry
- interakcje lek-kosmetyk-suplement
- działania niepożądane istotne w pracy kosmetologa



- zasady bezpieczeństwa pacjenta w farmakoterapii

## **Kosmetologia kliniczna - standardy i procedury, przypadki**

- kwalifikacja pacjenta do zabiegów
- przeciwwskazania bezwzględne i względne
- dokumentacja gabinetowa i zgoda świadoma
- standardy bezpieczeństwa i higieny pracy
- współpraca interdyscyplinarna w praktyce
- trądzik dorosłych, AZS, łuszczyca, trądzik różowaty
- zaburzenia bariery hydrolipidowej
- skóra dojrzała w przebiegu chorób przewlekłych
- blizny i zaburzenia pigmentacji
- planowanie terapii kosmetycznej w przypadkach klinicznych

## **Kosmetologia onkologiczna**

- skóra w trakcie i po radio- i chemioterapii
- działania niepożądane leczenia onkologicznego
- pielęgnacja wspomagająca i regeneracyjna
- bezpieczeństwo procedur kosmetycznych
- komunikacja i etyka pracy z pacjentem onkologicznym

## **Psychologia w kosmetologii klinicznej**

- obraz ciała i samoocena pacjenta
- choroba a tożsamość i emocje
- komunikacja w sytuacjach trudnych i kryzysowych
- granice relacji zawodowej
- wsparcie emocjonalne w gabinecie

## **Stres, trauma i psychosomatyka skóry**

- oś HPA i neurobiologia stresu
- rola neuropeptydów i mediatorów zapalnych
- stres przewlekły a procesy zapalne skóry



- trauma i jej zapis w ciele
- strategię regulacji układu nerwowego

## **Masaż**

- masaż twarzy, szyi i dekoltu (Kobido, transbuczalny, liftingujący)
- drenaż limfatyczny
- praca na tkankach miękkich
- wpływ dotyku na układ nerwowy
- redukcja napięć i poprawa mikrokrążenia
- masaż głowy (relaksacyjny / ajurwedyjski)
- masaż karku i obręczy barkowej
- masaż przeciwbólowy (napięciowy)
- masaż ciała klasyczny, relaksacyjny całego ciała
- masaż aromaterapeutyczny
- masaż świecą
- masaż gorącymi kamieniami
- masaż powięziowy (podstawy)
- masaż stóp relaksacyjny
- masaż sensoryczny (dotyk terapeutyczny)
- masaż z użyciem narzędzi (gua sha, bańka)
- masaż z elementami terapii powięziowej
- masaż łączony (manualny + techniki relaksacyjne)

## **Akupresura i techniki refleksyjne**

- podstawy neurofizjologiczne technik refleksyjnych
- punkty twarzy i ciała
- wpływ na napięcie, stres i ból
- bezpieczeństwo i przeciwwskazania
- regulacja układu autonomicznego
- refleksologia stóp
- akupresura stóp



## **Naturalne techniki relaksacyjne**

- oddech i jego wpływ na układ autonomiczny
- mindfulness w pracy gabinetowej
- techniki redukcji stresu
- relaksacja jako narzędzie terapeutyczne
- neurobiologia dźwięku
- wpływ muzyki na emocje i napięcie
- zastosowanie w gabinecie kosmetycznym
- środowisko terapeutyczne
- wpływ światła, temperatury i bodźców fizycznych

## **Aromaterapia kliniczna**

- mechanizmy działania olejków eterycznych
- wpływ na układ nerwowy i emocje
- bezpieczeństwo stosowania
- przeciwwskazania i interakcje

## **Fitoterapia w kosmetologii**

- substancje roślinne o działaniu biologicznym
- działanie przeciwzapalne i regeneracyjne
- zastosowanie kliniczne
- standaryzacja i bezpieczeństwo

## **Dietetyka kliniczna dla kosmetologów**

- dieta przeciwzapalna
- oś jelita-skóra-mózg
- wpływ żywienia na skórę
- suplementacja: skuteczność i bezpieczeństwo
- bezpieczne metody odchudzania
- interakcje suplementów i leków
- adaptogeny i probiotyki (przegląd badań)



## **Elementy fizjoterapii i aktywność fizyczna**

- układ mięśniowo-powięziowy a estetyka
- napięcia mięśniowe i ich wpływ na skórę
- drenaż limfatyczny
- analiza postawy ciała
- praca z blizną (podstawy)
- regulacja układu nerwowego
- ergonomia życia i pracy
- wpływ ruchu na mikrokrążenie skóry
- dotlenienie i metabolizm tkanek
- rola mięśni i powięzi
- aktywność a gospodarka hormonalna
- skutki siedzącego trybu życia

## **Zarządzanie gabinetem kosmetycznym**

- model kliniczno-usługowy
- organizacja pracy gabinetu
- jakość i standardy obsługi
- bezpieczeństwo pacjenta
- podstawy zarządzania zespołem

## **Social media w branży beauty**

- rola social mediów w budowaniu wizerunku eksperta i zaufania pacjenta
- planowanie i tworzenie treści edukacyjnych zgodnych z Evidence-Based Practice
- standardy etyczne i bezpieczeństwo komunikacji (zgody, RODO, publikacja efektów)
- zarządzanie relacją z odbiorcami, opiniami i sytuacjami kryzysowymi
- organizacja działań marketingowych w gabinecie (strategia, spójność, analiza efektów)

## **Prawo i etyka w kosmetyce**

- zgoda świadoma i dokumentacja
- odpowiedzialność cywilna i zawodowa



- etyka pracy kosmetologa
- granice kompetencji

### **Studium przypadków klinicznych - zajęcia praktyczne**

- analiza badań naukowych
- interpretacja wyników badań
- wdrażanie dowodów do praktyki
- krytyczne myślenie kliniczne
- analiza rzeczywistych przypadków pacjentów
- planowanie terapii kosmetycznej
- podejście interdyscyplinarne
- ocena efektów i modyfikacja terapii

### **Projekt dyplomowy**

- analiza przypadku klinicznego lub projekt wdrożeniowy
- integracja wiedzy z całego programu
- prezentacja i obrona pracy