



Servicedocument Exameneisen
(Allround) Schoonheidsspecialist

Vastgesteld door het Bestuur van ANBOS op 26 augustus 2014.
Versie 1.0
© ANBOS 2014.

INLEIDING

Voor u ligt het servicedocument (Allround) Schoonheidsverzorging. Hierin zijn de vereisten uit het branchekwalificatiedossier uitgewerkt voor het branchediploma (Allround) Schoonheidsspecialist. Met het servicedocument biedt ANBOS u een extra handvat bij het inrichten van de opleidingen en de examinering.

Per kerntaak vindt u eerst een overzicht van werkprocessen en vakkennis en vaardigheden. Daarna volgt de uitwerking.

Omdat het kwalificatiedossier en het branchekwalificatiedossier zeer sterk verwant zijn, kan dit servicedocument ook gemakkelijk worden ingezet voor de crebo-geregistreerde opleidingen.

N.B. Overal waar de Code van de Schoonheidsspecialist wordt genoemd, wordt ook bedoeld op aanvullende/vervangende documentatie (c.q. de Richtsnoeren).

KERNTAAK B1K1: een basis schoonheidsbehandeling uitvoeren

- B1K1W1 Ontvangt de cliënt en bereidt de behandeling voor.
B1K1W2 Voert een gezichtsbehandeling uit.
B1K1W3 Voert een cosmetische hand-, nagel- en voetbehandeling uit.
B1K1W4 Voert een lichaamsbehandeling uit.
B1K1W5 Rondt de behandeling af en verkoopt aanvullende producten/diensten.

Kennis en vaardigheden
1. bezit kennis van anatomie en fysiologie van het lichaam, huid, haar en nagels
2. bezit kennis van basispathologie van het lichaam, huid, haar, nagels
3. bezit kennis van risicovolle behandelingen
4. bezit kennis van indicaties en contra-indicaties voor de behandeling
5. bezit kennis van relevante producten, werkstoffen en materialen
6. bezit specialistische kennis van behandelmethoden voor diverse huidtypen
7. bezit kennis van gezichtsbehandelingen
8. bezit kennis van cosmetische hand-, nagel- en voetbehandelingen
9. bezit kennis van lichaamsbehandelingen
10. bezit kennis van mogelijkheden van mechano-, hydro-, actino- en elektroapparatuur
11. bezit kennis van basis-natuurkundige en basis-scheikundige processen met betrekking tot grondstoffen en hulpstoffen in cosmetische producten
12. bezit kennis van de grenzen van de eigen deskundigheid
13. bezit kennis van beroepsethiek en gedragsregels
14. bezit kennis van de Code van de schoonheidsspecialist
15. bezit kennis van relevante wet- en regelgeving in de schoonheidsbranche
16. bezit kennis van kwaliteitszorg
17. bezit kennis van klassieke massagetechnieken
18. kan huidkenmerken herkennen
19. kan alle huidtypen herkennen en behandelen
20. kan ziektebeelden van huid, haar en nagels herkennen
21. kan (contra-)indicaties herkennen
22. kan behandelingsmethoden en –technieken toepassen voor gezichtsbehandelingen, cosmetische hand-, nagel- en voerbehandelingen en lichaamsbehandelingen
23. kan mechano-, hydro- en elektroapparatuur voor gezichts- en lichaamsbehandeling gebruiken
24. kan werken met ICT-middelen voor de schoonheidsverzorging
25. kan adviseren over behandelingen en producten
26. kan communicatieve en sociale vaardigheden inzetten
27. kan verkooptechnieken toepassen
28. kan volgens geldende bedrijfsrichtlijnen werken

1. Bezit kennis van anatomie en fysiologie van het lichaam, huid, haar en nagels

HUID

OPPERHUID

- » Bouw en functie opperhuid / epidermis

- » Huidlagen
 - Basaalmembraan
 - Huidbarrière
 - Basaalcellenlaag/Stratum cylindricum = Kiemlaag / Laag van Malphigi
 - Stekelcellenlaag/Stratum spinosum = Kiemlaag / Laag van Malphigi
 - Korrelaag/Stratum granulosum
 - Doorschijnende laag/Stratum lucidum
 - Hoornlaag/Stratum corneum

- » Verhoorningsproces
 - Keratohyaline
 - Eleidine
 - Hoornstof / Keratine
 - Factoren die invloed hebben op de verhoorning

- » Pigmenteringsproces
 - Beïnvloedende factoren
 - Melanocyten
 - Melanine/pigment

LEDERHUID

- » Bouw en functie lederhuid/corium/dermis
 - Lagen van de lederhuid
 - Papillenlaag/stratum papillare
 - Lijstentekening van de huid / Cutislijsten
 - Bloedvoorziening opperhuid
 - Lymfe doorstroming in de huid
 - Receptoren/zenuwuiteinden
 - Tast, druk, pijn, temperatuur
 - Koude sensoren (Krausse)
 - Warmtesensoren (Ruffini)
 - Tastsensoren (Meissner, Merkel, Golgi Mazzoni, Vater Pacini)
 - Netlaag/Stratum reticulare
 - Basale membraan

- » Cellen in de lederhuid
 - Fibroblasten

- Mestcellen
 - Histamine
- Macrofagen

ONDERHUID

- » Bouw en functie onderhuid / subcutis
 - Bescherming
 - Vorm
 - Temperatuurregulatie
 - Opnameorgaan
 - Transcutane resorptie (transepidermaal, transfolliculair)

HUIDASPECTEN

- » Huiddikte
 - Individuele verschillen in dikte
 - Opperhuid
 - Lederhuid
 - Onderhuid
- » Huidreliëf
 - Beïnvloedende factoren
- » Huidporiën
 - Talgklier uitvoergangen
 - Soorten poriën
 - Grof
 - Fijn
 - Ovaal
- » Huidglans
 - Beïnvloedende factoren
- » Vochtigheidsgraad
 - Beïnvloedende factoren
 - Natural Moisturizing Factor (NMF)
- » Huidspanning/turgor
 - Beïnvloedende factoren
- » Huidflora/micro-organismen op de huid
 - Soorten
 - Functies
 - Beïnvloedende factoren
 - Zuurgraad/pH waarde

- Zuurmantel

HUIDTYPEN

- » Droog / sebotase
- » Normaal
- » Vet
 - Seborrhoe sicca
 - Seborrhoe oleosa
- » Gecombineerd

HUIDKENMERKEN

- » Leeftijd, geslacht, afkomst
 - Talgklierwerking
 - Zweetklierwerking
 - Zuurgraad
 - Huiddikte
 - Beharing
 - Littekenvorming
 - Doorbloeding
 - Pigmentvorming
 - Fitzpatrick
 - Kleurtype 1 t/m 6
 - Verhoorning
- » Leefomstandigheden
 - Blootstelling aan de zon
 - Milieu invloeden
 - Stress
 - Nicotinegebruik
 - Alcoholgebruik
 - Voeding
 - Gebruik / geen gebruik huidproducten

CELLEN

- » Bouw, ligging functie
 - Cellen
 - Cellichaam
 - Protoplasma
 - Celkern/Nucleus
 - Cytoplasma
 - Celmembraan/Permeabiliteit
- » Begrippen
 - Chromatine
 - Chromosomen

- Genen
- DNA

» Processen

- Diffusie
- Osmose
- Celdeling
 - Directe deling /Mitose
 - Indirecte deling / Meiose

WEEFSELS

» Epitheelweefsel

- Indeling naar celvorm
 - Cilindrisch epitheel
 - Kubisch epitheel
 - Plaveiselepitheel
 - Trilhaarepitheel
- Indeling naar functie
 - Bedekkend /beschermend epitheel
 - Klierweefsel /afscheidend epitheel
 - Slijmvlies
 - Klieren
 - Exocriene klieren
 - Zweetklieren
 - Talgklieren
 - Melkklieren
 - Hormoonklieren / endocriene klieren
 - Endo-exocriene klieren
 - Alveesklier
 - Geslachtsklieren
 - Epitheelweefsel met vervoersfunctie / Trilhaarepitheel

» Bind- en steunweefsel

- Bouw, ligging en functie bindweefsel
 - Reticulair bindweefsel
 - Lymfeknopen/ lymfeklieren
 - Rood beenmerg
 - Vetweefsel
- Bouw en functie vezels
 - Collagene vezels
 - Elastische vezels
 - Reticuline vezels
- Functie bindweefsel-tussenstof
 - Bindweefselcellen / fibroblasten
 - Mestcellen

- Macrofagen / Histiocyten
- Bouw en functie kraakbeenweefsel
 - Steun bieden aan weke delen
 - Verbindingen maken tussen beenderen
 - Glijvlak voor gewrichten
 - Vormgevend oren, neus
- Soorten kraakbeenweefsel
 - Elastisch kraakbeen
 - Glasachtig / Doorschijnend kraakbeen / Hyaline kraakbeen
 - Vezelig kraakbeen
- » Bouw en functie beenweefsel
 - Bouw en functie botweefsel
 - Compact botweefsel
 - Spongieus botweefsel
 - Bouw en samenstelling vloeibaar weefsel
 - Bloed
 - Lymfe
- » Bouw en functie spierweefsel
 - Dwarsgestreept spierweefsel/skeletspieren/mimische spieren
 - Spiercel
 - Spiervezel/Myofibril
 - Spierbundel
 - Spierbuik
 - Bindweefselvlies / Spierfascie
 - Pees
 - Glad spierweefsel /Spierweefsel van de organen
 - Hartspierweefsel /Onwillekeurig/Dwarsgestreept
- » Bouw en functie zenuwweefsel
 - Zenuwcel/Neuron
 - Cellichaam
 - Zenuwuitlopers
 - Dendrieten
 - Neurieten/Axonen (myeline schede)
 - Motorisch eindplaatje
 - Synaps
 - Soorten zenuwen
 - Motorische zenuwen
 - Sensibele zenuwen
 - Autonome zenuwen
 - Sympatisch
 - Parasympatisch

ADNEXEN

HAREN

- » Bouw, functie en ligging
 - Haarschacht
 - Haarmerg
 - Haaropperhuidvlies
 - Haarschors
 - Haarwortel
 - Haarpapil
 - Haarmatrix
 - Haarpigment/Haarkleur
 - Haarzakje/Haarfollikel
 - Haarspiertje

- » Haartypen
 - Lanugohaar
 - Vellushaar
 - Terminaal haar

- » Haargroefasen
 - Anageen
 - Katageen
 - Telogeen

- » Haargroei beïnvloedende factoren

NAGELS

- » Bouw en functie
 - Nagelplaat
 - Halve maantje
 - Nagelriem
 - Nagelwal /-plooi
 - Nageluiteinde
 - Nagelbed
 - Nagelwortel
 - Nagelmatrix

TALGKLIEREN

- » Bouw, functie en ligging
- » Algemene kennis
 - Talgsamenstelling
 - provitamine D

ZWEETKLIEREN

- » Bouw, functie en ligging
- » Algemene kennis
 - Eccrien
 - Apocrien
 - Samenstelling van zweet
 - Beïnvloedende factoren zweetklierverwerking

BEENDERSTELSEL

- » Functies
 - Ondersteuning
 - Bescherming
 - Passief bewegen
 - Vormgeving
 - Aanhechting van spieren
 - Productie bloedcellen
 - Opslag calciumzouten

- » Anatomische termen
 - Centraal
 - Perifeer
 - Distaal
 - Proximaal
 - Lateraal
 - Mediaal
 - Dorsaal
 - Ventraal
 - Palmair
 - Plantair

- » Beensoorten
 - Compact
 - Spongieus

- » Botverbindingen
 - Voorbeelden en verschillen in beweeglijkheid
 - Bindweefselverbindingen
 - Bindweefselbanden/ligamenten
 - Liesband/Band van Poupert
 - Kraakbeenverbindingen
 - Tussenwervelschijven
 - Schaambeenvoeg / Symfyse
 - Ribben-borstbeen

- Beenvergroeiingen
 - Schedelnaden
 - Verbening
 - Heiligbeenwervels /Heiligbeen
 - Heupbeen
 - Staartbeenwervels /Staartbeen

- » Gewrichten
 - Samenstelling
 - Botuiteinden
 - Gewrichtskraakbeen
 - Gewrichtskapsel
 - Gewrichtsbanden/Ligamenten
 - Gewrichtssmeer/Synoviaal vocht
 - Slijmbeurs
 - Indeling beweegmogelijkheden
 - Straffe gewrichten
 - Beweeglijke gewrichten
 - Eigewricht
 - Kogelgewricht
 - Rol- of draaigewricht
 - Scharniergewricht
 - Zadelgewricht

- » Beenderen in het hoofd
 - Hersenschedel
 - Schedeldak
 - Voorhoofdsbeen
 - Wandbeen
 - Achterhoofdsbeen
 - Slaapbeen
 - Tepelvormig uitsteeksel
 - Jukbeenuitsteeksel (jukboog)
 - Gewrichtskom
 - Schedelbasis
 - Voorhoofdsbeen
 - Achterhoofdsbeen
 - Slaapbeen
 - Wiggebeen (Turkse zadel)
 - Zeefbeen
 - Aangezichtsschedel
 - Jukbeen
 - Bovenkaak
 - Onderkaak
 - Kaakrand

- Kaakhoek
- Opstijgende tak
- Kopje
- Neusbeen
- Oogkas
- Tongbeen

» Arm en hand

- Bouw arm
 - Opperarmbeen
 - Ellepijp
 - Spaakbeen
- Bouw hand
 - Handwortelbeentjes
 - Middenhandsbeentjes
 - Vingerkootjes

» Onderbeen en voet

- Bouw onderbeen
 - Kuitbeen
 - Buitenenkel
 - Scheenbeen
 - Binnenenkel
 - Scheenbeenknobbel
- Bouw voet
 - Voetwortelbeentjes
 - Middenvoetsbeentjes
 - Teenkootjes

» Heupen en dijbeen

- Bouw heupen
 - Bekkengordel
 - Heupbeen
 - Darmbeen
 - Zitbeen
 - Schaambeentjes
 - Heiligbeen
 - Staartbeen
- Bouw dijbeen
 - Dijbeenkop
 - Dijbeenhals
- Knieschijf

» Wervelkolom

- Bouw, ligging en functie

- Halswervels
 - Atlas
 - Draaier
- Borstwervels
- Lendenwervels
- Heiligbeen
- Staartbeen
- Tussenwervelschijven

- Bouw, ligging en functie wervels
 - Wervelkanaal
 - Dwarsuitsteeksels
 - Wervellichaam
 - Wervelboog
 - Gewrichtsvlakken
 - Doornuitsteeksel

- Bouw, ligging en functie borstkas
 - Ribben
 - Borstbeen
 - Borstwervels

- » Schoudergordel
 - Bouw, ligging en functie schouderblad
 - Schouderkop
 - Schouderkom
 - Ravenbekuitsteeksel
 - Sleutelbeen

SPIERSTELSEL

* *spierweefsels: zie weefsels*

- » Spierbevestiging
 - Spieroorsprong / Origo
 - Spieraanhechting / Insertio

- » Spiervormen
 - Één- en meerhoofdige spieren
 - Één en meerpezig spieren
 - Één en meerbuikige spieren
 - Kringspieren
 - Platte spieren
 - Waaievormige spieren

- » Spierfuncties
 - Prikkel van zenuw naar spier / Spierinnervatie

- Motorische eindplaat
 - Spierstofwisseling
 - Aërobe processen
 - Brandstoffen (zuurstof en glucose)
 - Anaerobe processen
 - Brandstoffen
 - Afvalstoffen (bijv. melkzuur)
 - Pijnlijke verharding spier / Myogelose
 - Natuurlijke spierspanning in rust / Spiertonus
 - Hoge spanningsgraad / Hypertonisch
 - Lage spanningsgraad / Hypotonisch
 - Spierdegeneratie
 - Spieratrofie
 - Spiercontracties
 - Statisch / Isometrisch
 - Dynamisch
 - Constante spierspanning / Isotonisch
 - Spierwerking
 - Buigende spieren / Agonisten / Synergisten
 - Streckende spieren / Antagonisten
 - Spierbewegingen
 - Abduceren
 - Adduceren
 - Exoroteren
 - Endoroteren
 - Extenseren
 - Flexeren
 - Proneren
 - Supineren
- » Skeletspieren
- Verloop en werking
 - Wangkauwspier
 - Slaapkauwspier
 - Borstbeensleutelbeentepelspier
 - Tweebuikige kaakspier
- » Mimische spieren
- Verloop en werking
 - Voorhoofdspier
 - Wenkbrauwrimpelaar
 - Slanke neusspier
 - Oogkringspier
 - Neusspier
 - Bovenlip- en neusvleugelheffer
 - Bovenlipheffer
 - Kleine jukbeenspier
 - Grote jukbeenspier

- Mondhoekheffer
 - Lachspier
 - Mondhoekomlaagtrekker
 - Onderlipomlaagtrekker
 - Kinspier
 - Trompetspier
 - Mondkringspier
 - Achterhoofdspier
 - Brede halsspier
- » Schouder en rugspieren
- Verloop en werking
 - Monnikskapspier
 - Deltaspier
 - Brede rugspier
 - Ruggenstrekkers
- » Borst en buikspieren
- Verloop en werking
 - Grote borstspier
 - Kleine borstspier
 - Rechte buikspier
 - Witte lijn/ linea alba
 - Schuine buikspieren
 - Dwarse buikspier
 - Middenrif
- » Spieren rond de okselholte
- Verloop en werking
 - Brede rugspier vormt achterzijde
 - Grote borstspier vormt voorzijde
 - Kleine borstspier
 - Voorste zaagspier vormt bodem
- » Armspieren
- Verloop en werking
 - Tweehoofdige armspier/biceps
 - Driehoofdige armspier/triceps
- » Heup en beenspieren
- Verloop en werking
 - Grote bilspier
 - Vierhoofdige dijbeenspier
 - Kleermakersspier
 - Spanspier van de dijschede
 - Achterdijbeenspieren / hamstrings
 - Halfvliesachtige spier
 - Halfpeesachtige spier
 - Tweehoofdige dijbeenspier

- Tweehoofdige kuitspier
 - Achillespees
- Voorste scheenbeenspier

HORMOONSTELSEL

- » Functie hormonen
 - Weefselhormonen
 - Histamine
 - Acetylcholine
 - Hypofysaire hormonen

- » Functie en ligging hormoonklieren / endocriene klieren
 - Hersenaanhangsel / hypofyse
 - Geslachtsklieren
 - Schildklier
 - Thyroxine (hyper- en hypofunctie)
 - Alveesklier / Pancreas
 - Eilandjes van Langerhans
 - Insuline
 - Glucagon
 - Bijniere
 - Bijnierschors
 - Geslachtscorticoïden
 - Glucocorticoïden
 - Bijniermerg
 - Adrenaline

- » Functie en ligging vrouwelijke geslachtsorganen
 - Baarmoeder / Uterus
 - Baarmoedermond
 - Eileiders
 - Eierstokken / Ovaria
 - Oestrogeen
 - Progesteron
 - Eicellen
 - Schede /Vagina

- » Functie vrouwelijke cycli / Fasen
 - Menstruele cyclus
 - Ovulatie
 - Menstruatie
 - Menopauze

- » Bouw en functie vrouwelijke borst
 - Melkklieren
 - Tepel
 - Tepelhof

» Functie mannelijke geslachtsorganen

- Zaadbal / Testis
 - Androgenen
 - Testosteron
 - Zaadcellen

ZENUWSTELSEL

» Hersenen

- Bouw en ligging grote hersenen
 - Hersenhelften / hemisferen
 - Hersenschors
 - Grijs stof
 - Hersenmerg
 - Witte stof
- Functie grote hersenen
 - Bewustzijn
 - Geheugen
 - Gevoel
- Functie kleine hersenen
 - Coördineren houding en beweging
- Ligging hersenstam
 - Verlengde merg
 - Ademcentrum
- Ligging ruggenmerg
 - Grijs stof
 - Witte stof
- Functie ruggenmerg
 - Geleiding van prikkels
 - Reflexboog

» Perifere zenuwstelsel

- Hersenzenuwen
 - Drielingzenuw/nervus trigeminus/5^e hersenzenuw
 - Aangezichtszenuw/nervus facialis/7^e hersenzenuw
 - Parasympathicus /nervus vagus/12^e hersenzenuw
- Zenuwbanen
 - Aanvoerende banen (sensibiliteit)
 - Afvoerende banen (motoriek)

» Autonome zenuwstelsel

- Functies sympatisch zenuwstelsel
 - Bevordert dissimilatie
- Functies parasympatisch zenuwstelsel

- Bevordert assimilatie
- » Neurofysiologie
 - Soorten prikkels
 - Motorische prikkel / Spierprikkel
 - Sensibele prikkel / Gevoelsprikkel
 - Sensorische prikkel / Zintuiglijke prikkel
 - Bouw en functie prikkelgeleiders
 - Neurotransmitters
 - Acetylcholine
 - Neuronen
 - Dendrieten
 - Receptoren
 - Neurieten / Axonen
 - Myeline
 - Effectoren
 - Motorische eindplaatjes
 - Synaps

BLOED EN LYMFESTELSEL

- » Functies bloed en lymfestelsel
 - Transportsysteem
 - Warmteverdeling
 - Regeling van weefselspanning
 - Homeostase
- » Samenstelling en functie van het bloed
 - Rode bloedcellen/erythrocyten
 - Hemoglobine
 - Oxyhemoglobine
 - Witte bloedcellen/leukocyten
 - Afweersysteem
 - Immuniteit
 - Natuurlijk
 - Actief
 - Passief
 - Kunstmatig
 - Actief
 - Passief
 - Bloedplaatjes/trombocyten
 - Bescherming bloedverlies
 - Bloedstolling
 - Bloedserum

» Bloedvaten

- Grote bloedsomloop
- Kleine bloedsomloop
- Ligging en verloop slagaders
 - Gemeenschappelijke halsslagader
 - Inwendige halsslagader
 - Uitwendige halsslagader
 - Achterhoofdsslagader
 - Slaapslagader
 - Gelaatsslagader
 - Voorhoofdsslagader
 - Longslagaders
 - Kransslagaders
 - Aortaboog
 - Grote lichaamsslagader/aorta
 - Rechter gemeenschappelijke halsslagader
 - Linker gemeenschappelijke halsslagader
 - Sleutelbeenslagaders
 - Borstslagader
 - Buikslagader
- Ligging en verloop aders
 - Gelaatsaders
 - Gemeenschappelijke gelaatsader
 - Achterste gelaatsader
 - Voorste gelaatsader
 - Oppervlakkige slaapader
 - Achterhoofdsader
 - Inwendige halsader
 - Uitwendige halsader
 - Poortader
 - Onderste holle ader
 - Bovenste holle ader
 - Kransader
 - Longaders
 - Sleutelbeenader
 - Rozekransader
 - Oppervlakkige beenader
- Bloeddruk /tensie
 - Verhoogde bloeddruk / Hypertensie
 - Verlaagde bloeddruk / Hypotensie

» Lymfestelsel

- Lymfe
 - Verschil bloed en lymfe
 - Samenstelling

- Lymfevocht / chylus
- Bouw, ligging en functie lymfestelsel
 - Weefselspleten
 - Lymfe capillairen
 - Lymfevaten / chylvaten
 - Borstbuis
 - Rechter lymfebuis
 - Lymfoïd weefsel
 - Lymfeknopen/ lymfeklieren
 - Milt, amandelen
 - Lymfocyten

STOFWISSELING

- » Grondstofwisseling / Basaal metabolisme
- » Definitie stofwisseling / metabolisme
 - Indeling metabolisme
 - Assimilatie / Anabolisme
 - Dissimilatie / Katabolisme
- » Functies metabole systemen
 - Opbouw
 - Afbraak
 - Energie
 - Joule / Calorieën

SPIJSVERTERING

- » Spijsverteringskanaal
 - Mond
 - Keelholte
 - Slokdarm
 - Maag
 - Dunne darm
 - 12-vingerige darm
 - Nuchtere darm
 - Kronkeldarm
 - Dikke darm
 - Opstijgende tak
 - Dwars lopende tak
 - Afdalende tak
 - Blinde darm
 - Endeldarm
 - Anus
- » Spijsvertering
 - Peristaltische beweging
 - Proces van de spijsvertering

- Spijsverteringsklieren
- Speekselklieren
- Maagsapklieren
 - Zoutzuur
- Lever
- Galblaas
 - Gal
- Alveesklier
- Darmsapklieren
- Eindproducten
 - Glucose
 - Aminozuren
 - Vetzuren
 - Glycerol
 - Onverteerbare rest
- Proces van de opname van stoffen (vetten) via de darmwand / Resorptie
 - Dunne darm
 - Darmvlokken
 - Bloedvaten
 - Lymfevaten / Chylvaten
 - Lymfe/Chylus
 - Dikke darm
 - Onverteerbare resten
 - Colibacterie
 - Vitamine K

» Voedingsstoffen

- Chemische reacties / Metabole systemen
 - Koolhydraten
 - Eiwitten
 - Vetten
- Herkomst en functie koolhydraten
 - Splitsend enzym / amylase
 - Vertering: Zetmeel → glucogeen → glucose
 - Verbranding: kooldioxide + water
- Herkomst en functie eiwitten
 - Splitsend enzym / protease / pepsine
 - Vertering: aminozuren
 - Ontleding: ammoniak + ureum
- Herkomst en functie vetten
 - Splitsend enzym / lipase
 - Vertering: vetzuren + glycerol / glycerine
 - Cholesterol
 - Verzadigde vetzuren
 - Onverzadigde vetzuren

- Ontleding: kooldioxide + water
- Invloed van vitaminen
 - Huid, botvorming, bloed en bloedvaten
- Soorten vitaminen
 - In water oplosbaar
 - Vitamine B (B12)
 - Vitamine C
 - In vet oplosbaar
 - Vitamine A
 - Vitamine D
 - Vitamine E
 - Vitamine K
 - Pro vitaminen
 - Caroteen / beta caroteen / pro vitamine A
 - Ergosterol / pro vitamine D
- Soorten en herkomst mineralen
 - Calcium
 - Fluor
 - Fosfor
 - Jodium
 - Kalium
 - Natrium
 - IJzer
 - Zwavel
- Invloed van mineralen
 - Op de vochthuishouding
 - Op de beendervorming
 - Op het gebit
 - Op de vorming van hemoglobine
- Functie en eigenschappen van water

UITSCHIEDING

- » Uitscheidingsorganen
 - Nieren
 - Nierkapsel
 - Nierschors
 - Lichaampje van Malpighi
 - Kapsel van Bowman
 - Glomerulus
 - Niermerg
 - Nierbekken
 - Functie van de nieren
 - Zout- en waterhuishouding
 - Afvoer afvalstoffen
 - Resorptie nuttige stoffen
 - Urinewegen

- Urineleider
- Blaas
- Urinebuis

ADEMHALING

- » Luchtwegen
 - Neus
 - Keelholte
 - Huig
 - Luchtpijp
 - Strottenhoofd
 - Stembanden
 - Strottenklepje
 - Grote luchtpijptakken / bronchiën
 - Kleine luchtpijptakken
 - Longblaasjes

- » Ademhaling
 - Gaswisseling in longen en weefsels
 - Inademing
 - Samenstelling ingeademde lucht
 - Uitademing
 - Samenstelling uitgeademde lucht
 - Ademhalingsspieren
 - Middenrif / diafragma
 - Buikspieren
 - Tussenribspieren
 - Ademcentrum
 - Soorten ademhaling
 - Borstademhaling
 - Buikademhaling
 - Hyperventilatie

2. bezit kennis van basis-pathologie van het lichaam, huid, haar, nagels

HUIDAANDOENINGEN

- » Betekenis, herkennen en effect efflorescenties
 - Blaar/ bulla
 - Litteken/ cicatrix
 - Korst / crusta
 - Holte/ cyste
 - Roodheid/ erytheem/ rubor
 - Ontvelling/ excoriatie
 - Vlek/ macula
 - Huidverhevenheid/ papula
 - Puist/ pustula

- Kloof/ rhagade
- Schub/schilfer/ squama
- Knobbel/ nodus
- Zwelling/ tumor
- Zweer/ ulcus
- Kwaddel/ urtica
- Blaasje/ vesicula

» Ontstekingen

- Kenmerken
 - Pijn / dolor
 - Warmte / calor
 - Gestoorde functie / functio laesa
 - Roodheid / rubor
 - Zwelling / tumor
- Oorzaken
 - Bacteriën
 - Virussen
 - Schimmels

HUIDAFWIJINGEN

Microbiologisch

» Bacteriën

- Ontstoken haarzakje/ folliculitis
- Steenpuist/ furunkel
- Zweetklierabces/ hidradenitis
- Strontje/ hordeolum
- Zweetklierontsteking/ hydradenitis
- Lipontsteking/ cheilitis
- Smetuitslag / Intertrigo
- Seksueel overdraagbare aandoening (soa)
 - Chlamydia
 - Gonorrhoe
 - Syfilis/lues
- Mondhoekontsteking / angulus infectiosus

» Schimmels / Dermatomycosen

- Schimmel aan de voet/zwemmerseczeem / tinea pedis
- Schimmel aan de hand/ tinea manis
- Schimmel op het lichaam / ringworm / tinea corporis
- Gist / candida albicans
- Mondhoekontsteking / angulus infectiosus

» Virussen

- Gordelroos/ herpes zoster
- Koortslip/ herpes simplex
- Gewone wratten/ verrucae vulgaris
- Weke wratachtige gezwellen/ molluscum contagiosum

- Leverontsteking / hepatitis A, B, C
- Menselijk immuun deficiëntievirus /HIV
 - Aids
- » Parasieten
 - Schurft/scabiës
 - Luis
 - Teek (ziekte van Lyme)

Fysisch

- » Kenmerken verbranding / bevrozing
 - Eerstegraads (roodheid / erythema)
 - Tweedegraads (blaarvorming / bulla)
 - Derdegraads (weefselversterf/necrose)
 - Vierdegraads (verkoling)
 - Veel voorkomende
 - Zonnebrand / Erythema solare
 - Roodheid (of wit) door hitte of bevrozing / Erythema caloricum
 - Behandeling
- » Letsel / trauma
 - Wond
 - Wondgenezing beïnvloedende factoren
 - Litteken (Cicatrix)
 - Hypertrofisch
 - Keloïd
 - Hypotrofisch
 - Erythema traumaticum
 - Bloeduitstorting / Hematoom
 - Kneuzing
 - Plaatselijk letsel of irritatie
- » Stoornis in de stofwisseling
 - Suikerziekte /diabetes mellitus
 - Type 1 en type 2
 - Complicaties
 - Doorbloedingsstoornissen aan de voeten
 - Ontstekingen
 - Xanthelasma
- » Allergie
 - Eczeem
 - Constitutioneel eczeem
 - Contacteczeem / ortho-ergisch
 - Fyto- / fotodermatitis
 - Berlock dermatitis

- Oedeem van Quincke
 - Netelroos / galbulten / Urticaria
 - Lipontsteking / Cheilitis
- » Talgklierafwijking
- Comedonen
 - Open comedonen / black heads
 - Gesloten comedonen / white heads
 - Talgcysten
 - Begrippen
 - Acne vulgaris
 - Acne conglobata
 - Acne keloïdalis
 - Acne rosacea
 - Rhinophyma
- » Zweetklierafwijkingen
- Hyperhidrosis
 - Hypohidrosis
- » Verhoorning van de huid
- Hyperkeratose
 - Keratosis pilaris
 - Milium
 - Callus / Eelt
 - Clavus / Likdoorn
 - Psoriasis
 - Ichthyosus / Visschubbenhuid
- » Afwijkingen van de pigmentatie
- Hyperpigmentatie
 - Efeliden / Sproeten
 - Naevus pigmentosus / Moedervlek
 - Naevus pigmentosus senilis / Ouderdomspigmentvlek
 - Chloasma
 - Chloasma gravidarum
 - Melasma
 - Hypopigmentatie
 - Pityriasis alba
 - Vitiligo
 - Albinisme
- » Afwijkingen in de bloedvaten
- Wijnvlek / naevus flammeus
 - Teleangiëctasieën
 - Spinnaevi
 - Penselen

- Rosacea
 - Spataderen Varices
 - Bezemrijs
 - Berkenrijs
 - Winterhanden en wintervoeten / Perniones
- » Degeneratie en overige invloeden
- Elastosis
 - Atrofische huid
 - Vochtarme huid / gedehydrateerde huid / craquelé
 - Rimpelvorming
 - Rokershuid
 - Striae
 - Panniculose
 - Donkere kringen
 - Wallen
 - Vocht
 - Vet

NAGELAFWIJKINGEN

- » Nagelgroei en nagelgroei-beïnvloedende factoren
- » Oorzaken en behandel mogelijkheden of onmogelijkheden nagelafwijkingen
- Psoriasis (putjes in de nagelplaat)
 - Scheurende nagels
 - Splijtende nagels
 - Ontstoken nagelriemen
 - Fijt
 - Leuconychia
 - Verkleuringen en vlekken op nagels
 - Witte vlekken
 - Schimmelnagels / Mycose nagels
 - Kalknagels
 - Ingegroeide nagel

HAARAFWIJKINGEN

- » Hypertrichosis
- » Hirsutisme
- » Hypotrichosis / Alopecia

HUIDWOEKERINGEN

- » Benigne tumor (goedaardig)
- Kenmerken
 - Kapselvorming
 - Langzame groei (in alle richtingen, expansief)
 - Geen uitzaaiingen / Geen metastasen
 - Voorbeelden
 - Opperhuidgezwellen / Epitheelgezwellen

- Verruca vulgaris
- Verruca senilis
- Molluscum contagiosum
- Bindweefselgezwellen
 - Fibroom
 - Keloïd
 - Lipoom
 - Xanthelasma
- » Maligne tumoren (kwaadaardig)
 - Kenmerken
 - Doorgroei naar andere weefselcompartimenten (infiltratieve groei)
 - Uitzaaïing door losgeraakte kankercellen / Metastasering
 - Verstoord evenwicht cel verlies en cel aanmaak
 - Voorbeelden
 - Epitheelgezwel
 - Plaveiselcarcinoom
 - Basaalcelcarcinoom
 - Bindweefselgezwel
 - Sarcoom
 - Pigmentgezwel
 - Melanoom

3. bezit kennis van risicovolle behandelingen

- » Kennis van de grenzen van het eigen vakgebied
 - Bewaken eigen grenzen
 - Zo nodig doorverwijzen naar andere disciplines

4. bezit kennis van indicaties en contra-indicaties voor de behandeling

ALGEMEEN

- » Indicaties
 - Behandeling passend bij de wens van de cliënt
 - Behandeling passend binnen het vakgebied van de schoonheidsspecialist
- » Contra-indicaties
 - Infecties
 - Kwaadaardige tumoren (maligne)
- » Relatieve contra-indicaties (afhankelijk van de behandeling die uitgevoerd wordt)
 - Hoge bloeddruk (hypertensie)
 - Lage bloeddruk (hypotensie)
 - Hemofilie
 - Pacemaker / Defibrillatie apparaat
 - Diabetes mellitus
 - Zwangerschap
 - Allergieën voor producten, werkzame stoffen of materialen

- Ontstekingen
- Reactieve huid
- Medicijnen
- Koorts
- Spataderen
- Wonden
- Huidkanker

5. bezit kennis van relevante producten, werkstoffen en materialen

» Farmaceutische vorm

- Äerosols
 - Samenstelling / Colloïdaal mengsel
- Crème
 - huidverzorging
- Emulsie
 - Olie in water emulsie
 - Water in olie emulsie
 - Emulgator
 - Lanettewas
 - Lecithine
- Gel / Colloïdaal mengsel
 - Gelmasker
- Oplossingen
 - Lotion
 - Tonic
- Mousse
- Poeder
 - Masker
- Schuim / Colloïdaal mengsel
 - zepen
- Sol / Colloïdaal mengsel
- Vloeibare suspensie
- Vaste suspensie
 - Pasta
 - Klei
 - Modder
- Watervrije mengsels
 - Watervrije crème
 - Oliemengsel

» Definities

- werkzame stof
- hulpstof

- » Herkomst
 - Plantaardige stoffen
 - Dierlijke stoffen
 - Minerale stoffen
 - Synthetische stoffen

- » Plantaardige oliën, vetten en wassen
 - Amandelolie
 - Avocado-olie
 - Cacaoboter
 - Calendula-olie
 - Jojoba-olie
 - St Janskruidolie
 - Tarwekiemolie

- » Dierlijke oliën, vetten en wassen
 - Bijenwas
 - Wolvet / Lanoline

- » Minerale vetten en wassen
 - Minerale oliën
 - Paraffine / Paraffine liquidum
 - Vaseline

- » Overige werkzame stoffen
 - Alcohol
 - Algen
 - Allantoïne
 - Aloë vera
 - Aluin
 - Amandelen
 - Arnica
 - Azuleen
 - Benzoylperoxyde
 - Bergamot
 - Brandnetel
 - Bijenwas
 - Caroteen / pro vitamine A / retinol
 - Chloorhexidine
 - Citroen
 - Co-enzym Q10
 - Collageen
 - Dihydroxy-aceton / DHA

- (Dode) Zeezout
- Enzymen
 - Papayotine
 - Hyaluronidase
 - Pepsine
- Fango
- Fruitzuren
 - Glycolzuur
 - Salicylzuur
 - Melkzuur
 - Alpha Hydroxy Acid / AHA
 - Bèta Hydroxy Acid / BHA
- Fytohormonen
- Goudsbloem / Calendula
- Honing
- Hyaluronzuur
- Kamfer
- Kamille
- Kastanje
- Klimop
- Komkommer
- Lijnzaad
- Magnesiumperoxyde
- Marmerpoeder
- Menthol
- Modder
- Natural Moisturizing Factor / NMF
- Panthenol
- Plankton
- Talk / krijt
- Toverhazelaar / Hamamelis
- Vitamine A zuur / Tretinoïne
- Vitamine B3 / Panthoteenzuur
- Vitamine C / Ascorbinezuur
- Vitamine E / Tocopherol
- Vitamine P / Rutin
- Waterstofperoxide
- Zwavel

- » Eigenschappen, werking en toepassing hulpstoffen
 - Emulgator
 - Gips
 - Liposomen (als transportmiddel)
 - Paraffine
 - Silicone

- » Eigenschappen, werking en toepassing biostimulantia
 - Algenextracten
 - Aloë vera-extracten
 - Gelée royale
 - Ginsengextracten
 - Placentaextracten
 - Pollenextracten
 - Serumextracten
 - Zwezerikextracten / Thymusextracten

- » Conserveringsmiddelen
 - Natuurlijke
 - Chemische

- » Toevoegingen
 - Geurstoffen
 - Natuurlijke
 - Synthetische
 - Kleurstoffen
 - Plantaardige
 - Dierlijke
 - Minerale
 - Synthetische

PRODUCTEN

Werking en toepassing van producten

- » Gezichtsverzorging
 - Crèmes
 - Dagcrème
 - Nachtcrème
 - 24 Uurs crème
 - Gels
 - Gezichtswater
 - Lotion
 - Tonic

- Serums
- Ampul

- » Lichaamsverzorging
 - Milks / Laits / Lotions / Crèmes
 - Deodorant
 - Antiperspirant
 - Antitranspirant
 - Zonnebrandproducten
 - Zonnefilter
 - Beschermingsfactor
 - After sun producten
 - Hand- / voetcrème

- » Oppervlaktereiniging
 - Reinigingsmelk
 - Lotion
 - Reinigingsgel
 - Hydrofiele olie
 - Foam / mousse
 - Eye make-up remover
 - Zeep

- » Dieptereiniging
 - Peeling
 - Lysing
 - Scrubcrèmes
 - Maskers

- » Maskers en pakkingen
 - Algenmaskers / -pakking
 - Crème maskers / -pakking
 - Chocoladepakking
 - Gel/gelei maskers
 - Poedermaskers
 - Paraffinemaskers / -pakking
 - Plastificerend masker / -pakking
 - Modelagemasker
 - Vliesmaskers
 - Kleimaskers / -pakkingen
 - Fango
 - Karwendel
 - Witte klei
 - Groene klei

- Lijnzaadpakking
- » Ontharen
 - Hars
 - Was / Wax
 - Suikerhars
 - Haargroeiremmende producten
- » Make-up
 - Basis
 - Foundation
 - Poeder
 - Vloeibaar
 - Pancake
 - Gekleurde dagcrème
 - Poeder
 - Los
 - Compact
 - Rouge / Blush
 - Poeder
 - Crème
 - Camouflageproducten
 - Concealer
 - Camouflagecrème
 - Shadows
 - Lipcosmetica
 - Stick
 - Gloss
 - Potlood
 - Oogschaduw
 - Poeder
 - Crème
 - Vloeibaar
 - Eyeliner
 - Compact / vloeibaar
 - Kayal / Kajal
 - Vloeibaar
 - Potlood
 - Poeder
 - Mascara
 - Wenkbrauw
 - Potlood
 - Poeder
- » Verven wimpers / wenkbrauwen

- Wimperverf
 - Activator
 - Vloeibare waterstofperoxide
- » Nagelverzorging
- Nagellak
 - Base- / topcoat
 - Crème lak
 - Parelmoerlak
 - Nagelverharder
 - Nagellakremover
 - Cuticle remover
 - Nagelriemcrème / - olie
 - Handcrème

6. bezit specialistische kennis van behandelmethoden voor diverse huidtypen

Zie punt 1 t/m 5

7. bezit kennis van gezichtsbehandelingen

Zie punt 1 t/m 5

8. bezit kennis van cosmetische hand-, nagel- en voetbehandelingen

Zie punt 1 t/m 5

9. bezit kennis van lichaamsbehandelingen

Zie punt 1 t/m 5

10. bezit kennis van mogelijkheden van mechano-, hydro-, actino- en elektroapparatuur

- » **Mechanoapparatuur**
- Borstel
 - Vacuümzuig
 - Vibratie
- » **Hydroapparatuur**
- Koeldamp
 - Water- / Kruidendamp
 - Geïoniseerde / geozoniseerde waterdamp
 - Spray/ verstuiver
- » **Actino - en bruiningsapparatuur**
- Infrarood

- Zonnebank
- Blauwlicht

» **Elektroapparatuur**

- Desincrustatie
- Iontoforese
- Diathermie
- Blend
- Spiercontractie

11. bezit kennis van basis-natuurkundige en basis-scheikundige processen met betrekking tot grondstoffen en hulpstoffen in cosmetische producten

» **Bouw**

- molecuul
- atoom

» **Elementen en symbolen**

- Metalen
 - Calcium/ Ca
 - Kalium/K
 - Natrium/Na
 - IJzer/Fe
 - Magnesium / Mg
 - Koper / Cu
- Niet-metalen/metalloïden
 - Chloor/ Cl
 - Fluor / F
 - Fosfor / P
 - Jodium / J
 - Koolstof / C
 - Stikstof / N
 - Waterstof / H
 - Zuurstof / O
 - Zwavel / S

» **Eigenschappen**

- Zuren
- Basen
- Zouten
- Mineralen
 - Kalium
 - Natrium
 - Magnesium
 - Calcium
 - Chroom
 - Koper
 - Broom

- Fluor
- Jodium
- Fosfor

- » Verbindingen (enkelvoudig en samengesteld)
 - Organisch
 - Eiwitten
 - Vetten
 - Koolhydraten
 - Alcohol
 - Anorganisch
 - Ozon
 - Zuurstofgas
 - Waterstofgas
 - Kooldioxide
 - Koolmonoxide
 - Water
 - Keukenzout
 - Soda

- » Licht
 - Zichtbare stralen
 - Kleurenspectrum
 - Onzichtbare stralen
 - Infrarood
 - Ultraviolet

- » Elektriciteit
 - Goede geleiders
 - Slechte geleiders
 - Isolatoren

- » Elektrische eenheden
 - Spanning / Volt
 - Stroomsterkte / Ampère
 - Weerstand / Ohm
 - Frequentie / Hertz
 - Vermogen / Watt

- » Elektrische lading (+ en -)
 - Ionen
 - Anionen (negatieve ionen)
 - Kationen (positieve ionen)

- » Elektroden
 - Kathode (reductie)
 - Anode (oxidatie)

- » Eigenschappen en toepassing gelijkstroom
 - Accu
 - Batterij

- » Eigenschappen en toepassing wisselstroom
 - Lichtnet
 - Frequenties wisselstroom
 - Laag
 - Middel
 - Interferentie
 - Hoog

- » Transformator

- » Eigenschappen en toepassing zuren en basen
 - pH indicatoren / Zuurgraad / pH waarde

- » Eigenschappen en werking oppervlakte reinigingsproducten / detergents
 - Natuurlijke detergents
 - Harde zeep
 - Kalkzeep
 - Zachte zeep
 - Synthetische detergents

- » Hardheid van water
 - Hard
 - Onthardingsmethoden
 - Koken
 - Destilleren
 - Zacht

- » Eigenschappen van stoffen
 - Hydrofiel
 - Hydrofoob
 - Lipofiel
 - Lipofoob
 - Hygroscopisch

12. bezit kennis van de grenzen van de eigen deskundigheid;

Zie punt 1 t/m 5

13. bezit kennis van beroepsethiek en gedragsregels;

Zie punt 1 t/m 5

14. bezit kennis van de Code van de schoonheidsspecialist

- » Zie Code van de Schoonheidsspecialist
- » Microbiologie
 - Bacteriën
 - Definitie
 - Indeling naar vorm
 - Bolvormig
 - Stafylococcen
 - Streptococcen
 - Staafvormig/bacillen
 - Spiraalvormig/spirocheet
 - Exogene groeifactoren
 - Temperatuur
 - Zuurgraad
 - Zuurstof
 - Aerobe
 - Anaerobe
 - Soorten
 - Niet schadelijk / Commensaal / a-pathogeen
 - Huidflora / Huidbacteriën
 - Darmflora / Darmbacteriën
 - Ziekmakend / Pathogeen
 - Afhankelijk van gastheer, weerstand en aard van de bacterie
 - Virussen
 - Definitie
 - Verschillen met bacteriën en schimmels
 - Groeifactoren
 - Gastheercel
 - Schimmels
 - Definitie
 - Verschillen met bacteriën en virussen
 - Groeifactoren
 - Besmetting
 - Factoren
 - Preventie
 - Zie Code van de Schoonspecialist

15. bezit kennis van relevante wet- en regelgeving in de schoonheidsbranche

Zie Code van de Schoonspecialist

16. bezit kennis van kwaliteitszorg

Zie Code van de Schoonspecialist

17. bezit kennis van klassieke massagetechnieken

- » Invloeden van de massage op het weefsel
 - Primair effect
 - Mechanische invloeden
 - Secundair effect
 - Reflectorische invloeden
 - Biochemische invloeden
 - Psychische invloeden

- » Invloeden massagegrepen op het weefsel
 - Effleurage
 - Petrissage
 - Frictie
 - Tapotement
 - Vibratie
 - Intermitterend drukken
 - Schudden
 - Drukzuiggrepen

- » Verband tussen het doel van de massage en de weefsel beïnvloedende factoren

- » Algemene factoren die de massage beïnvloeden
 - Voorbehandeling
 - Aard en richting van de handgrepen
 - Drukintensiteit
 - Snelheid van de grepen
 - Houding van de cliënt
 - Reactievermogen van de huid
 - Duur van de massage
 - Soorten tussenstof
 - Omgeving
 - Licht/geluid
 - Warmte
 - Geur
 - Aandacht
 - Kleurgebruik

- » Het doel van de massage
 - Ontspannend
 - Toniserend
 - Stimulerend

- » Soorten massages
 - Klassieke massage
 - Hoofdhuid- en oormassage
 - Sportmassage
 - Huidverbeterende massage
 - Bindweefsel
 - Pincements
 - Manuele lymfedrainage

- Oosterse massage volgens de Shiatsumethode
- Voetreflexzonemassage
- Actuele trends

18. kan huidkenmerken herkennen

Zie punt 1-5

19. kan alle huidtypen herkennen en behandelen

Zie punt 1-5

20. kan ziektebeelden van huid, haar en nagels herkennen

Zie punt 2

21. kan (contra-)indicaties herkennen

Zie punt 2 en 4

22. kan behandelingsmethoden en –technieken toepassen voor gezichtsbehandelingen, cosmetische hand-, nagel- en voetbehandelingen en lichaamsbehandelingen

» Proces voor elke behandeling

- Ontvangt de cliënt volgens de regels van de salon
- Voorbereiden van de behandeling
 - Legt alle middelen klaar
 - Installeert de cliënt
 - Anamnese, analyse en behandelplan
 - Bespreekt de doelstelling en de behandeling met de cliënt
 - Kiest de juiste producten/apparatuur bij het huidtype en de wens van de cliënt
 - Past de behandeling toe conform het behandelplan
 - Sluit risico's uit
 - Past indien nodig het behandelplan aan
 - Geeft een toelichting aan de cliënt
 - Evalueert de behandeling met de cliënt
 - Geeft advies voor thuisgebruik en stimuleert verkoop
 - Maakt een afspraak over de vervolgbehandeling(en)
 - Verwijst de cliënt zo nodig door naar een andere discipline
 - Neemt afscheid van de cliënt

» Behandeling: oppervlaktereiniging uitvoeren

- Technieken
 - Manueel
 - Met borstelapparaat
- Uitvoering

- Past het product toe op de in de handleiding voorgeschreven wijze
- Verdeelt het product gelijkmatig over het te behandelen gebied
- Reinigt de volledige omvang van het te behandelen gebied
- Met aangepaste druk
 - Borstelapparaat: met vochtige borstel, roterende bewegingen, loodrecht op de huid
- Verwijdert het reinigingsproduct

- Resultaat
 - Het product is volledig verwijderd, de huid is gereinigd en klaar voor een vervolgbehandeling

- » Behandeling: dieptereiniging uitvoeren
 - Technieken
 - Verdunt de hoornlaag
 - Peeling
 - Manueel
 - Borstelapparaat
 - Lysing
 - Scrub
 - Manueel
 - Borstelapparaat
 - Verwijdert comedonen
 - Verwijdert milia

 - Uitvoering (verdunnen van de hoornlaag)
 - Treft de juiste voorbereidingen voor het uitvoeren van de dieptereiniging
 - Peeling
 - Verdeelt het product gelijkmatig over het te behandelen gebied
 - Bewerkt het aangebrachte product met aangepaste druk op de plaatsen waar het huidverdunnend effect beoogd wordt
 - Borstelapparaat: met vochtige borstel, roterende bewegingen, loodrecht op de huid
 - Scrub
 - Verdeelt het product gelijkmatig over het te behandelen gebied
 - Bewerkt het aangebrachte product met aangepaste druk op de plaatsen waar het huidverdunnend effect beoogd wordt
 - Borstelapparaat: met vochtige borstel, roterende bewegingen, loodrecht op de huid
 - Lysing
 - Verdeelt het product gelijkmatig over het te behandelen gebied
 - Laat het product inwerken conform de huidconditie en de productbeschrijving
 - Voert zo nodig een nabehandeling uit (conform de eisen van het product)

 - Resultaat
 - Het product is volledig verwijderd

- Uitvoering (verwijderen van comedonen)
 - Prikt indien nodig de comedo in
 - desinfecteert in geval van inprikken vooraf het te behandelen gebied
 - Plaatst de vingers onder de talgklieren
 - Oefent zodanige druk op het omringende weefsel uit dat de comedo volledig uitgedrukt wordt
 - Desinfecteert het gebied van de verwijderde comedo
 - Voert een nacontrole uit

- Resultaat
 - De comedonen zijn volledig verwijderd
 - Er zijn geen waarneembare huidbeschadigingen

- Uitvoering (verwijderen van milia)
 - Desinfecteert het te behandelen gebied
 - Prikt de milium aan (opperhuid) met een steriele naald
 - Oefent zodanige druk op het omringende weefsel uit dat de milium volledig uitgedrukt wordt
 - Desinfecteert het gebied van de verwijderde milia.

- Resultaat
 - De milia zijn volledig verwijderd
 - Er zijn geen onnodige huidbeschadigingen

» Behandeling Ontharen

- Technieken
 - Harsen
 - Epileren
 - Knippen
 - Verwijderen ingegroeide baardharen

- Uitvoering (harsen)
 - Voert de juiste voorbehandeling uit
 - Controleert de temperatuur van de hars
 - Brengt de hars gelijkmatig aan
 - Drukt de hars aan
 - Eventueel m.b.v. een harsstrook
 - Spant de huid
 - Verwijdert de hars(strook) met een beweging evenwijdig aan de huid
 - Verwijdert hars volledig
 - Behandelt de huid met een kalmerend product

- Resultaat

- Haren zijn verwijderd over de totale omvang van het te behandelen gebied
- Er zijn geen harsresten aanwezig
- Er zijn geen onnodige huidbeschadigingen
- Uitvoering (epileren)
 - Voert de juiste voorbehandeling uit
 - Spant de huid
 - Plaatst de pincet zodanig licht op de huid, dat deze niet in het weefsel wordt gedrukt of gestoten
 - Verwijdert de haren in de richting van de haargroei
 - Verwijdert de haren volledig, zodat deze niet afbreken
 - Behandelt de huid met een kalmerend product
- Resultaat
 - De vorm is
 - Symmetrisch
 - Strakke lijn (onderzijde wenkbrauw)
 - Passend bij de wensen van de cliënt en de vorm van het gezicht
 - Er zijn geen onnodige huidbeschadigingen
- Uitvoering (knippen)
 - Verwijdert overtollig haar
 - Knipt eventueel wenkbrauwen in model
- Resultaat
 - Overtollig haar is verwijderd
- Uitvoering (verwijderen ingegroeide baardharen)
 - Opent de opperhuid met een steriele naald
 - Maakt de haar los van de huid
 - Knipt de baardhaar af
- Resultaat
 - De ingegroeide baardhaar is verwijderd
 - Er zijn geen onnodige huidbeschadigingen
- » Behandeling wimpers en wenkbrauwen verven
 - Technieken
 - Wimpers verven
 - Wenkbrauwen verven
 - Uitvoering
 - Vraagt of de cliënt lenzen draagt
 - Bepaalt in overleg met de cliënt de passende kleur

- Reinigt de wimpers en/of de wenkbrauwen
 - Mengt de verf met de activator in de juiste verhouding
 - Brengt een beschermend product of materiaal aan
 - Brengt de verf aan op de volledige lengte en omvang van de wimpers en/of wenkbrauwen
 - Laat de verf inwerken conform de gebruiksaanwijzing
 - Verwijdert de verf en de bescherming volledig
 - Geeft de cliënt de juiste nabehandeling
- Resultaat
 - De wimpers en/of de wenkbrauwen zijn zichtbaar geverfd in de gewenste kleur
 - Er zijn geen verfesten zichtbaar op de huid

» Behandeling Maskers en pakkingen

- Technieken
 - Methode
 - Manueel
 - Kwast
 - Spatel
 - Lepel
- Uitvoering
 - Past het product toe op de in de handleiding voorgeschreven wijze
 - Verdeelt het product gelijkmatig over het te behandelen gebied
 - Laat het product inwerken conform de gebruiksaanwijzing
 - Dekt de pakking af indien nodig
 - Verwijdert het masker / de pakking
 - Past de juiste nabehandeling toe conform de gebruiksaanwijzing
- Resultaat
 - Het product is volledig verwijderd.

» Behandeling Make-up aanbrengen

- Technieken
 - Basis make-up
 - Egaal
 - Symmetrisch
 - Passend bij de gezichtsvorm
 - Kleur passend bij de (wens van de) cliënt
- Uitvoering
 - Brengt een dagcrème aan
 - Brengt een gekleurde basislaag aan
 - Gezichtspoeder
 - Rouge

- Brengt oog make-up aan
 - Oogschaduw
 - Eyeliner / oogpotlood
 - Mascara
 - Wenkbrauwenpotlood / wenkbrauwpoeder
- Brengt make-up aan op de lippen
 - Lippenstift
 - Eventueel lippotlood, lipglans
- Resultaat
 - De make-up is naar tevredenheid van de cliënt aangebracht

» Behandeling Hand, nagel en voet

- Technieken
 - Knippen van de nagels
 - Vijlen van de nagels
 - Verzorgen van de nagelriemen
 - Massage
 - Lakken van de nagels
 - French Manicure
- Uitvoering
 - Verzorgt de nagels
 - Reinigt de handen en/of voeten van de cliënt
 - Knipt de nagels
 - Teennagels: recht
 - Conform de wens van de cliënt
 - Vijlt de nagels
 - Vijl loodrecht op de nagels
 - Conform de wens van de cliënt
 - Verzorgt de nagelriemen
 - Maakt met aangepaste druk de nagelriemen los van de nagelplaat
 - Verwijdert velletjes van de nagelriem en nagelwal
 - Masseert de handen en/of voeten
 - Met aangepaste grepen
 - Met de juiste druk
 - Met geleidelijke overgangen
 - Maakt de nagelplaat vetvrij
 - Lakt de nagels
 - Adviseert een kleur op basis van de wens van de cliënt
 - Verwijdert vetresten van de nagels
 - Lakt de nagels
 - Basecoat
 - Gekleurde lak
 - French manicure

- Topcoat

» Resultaat

- De handen en/of voeten zijn verzorgd
- De nagels zijn gevijld
 - Glad
 - Symmetrisch
- De nagels zijn gelakt
 - Volgens de wens van de cliënt
 - Egaal
 - Met een strakke lijn

» Behandeling Massage

- Algemeen, alle technieken
 - Tempo en ritme
 - in het totaalbeeld uitgevoerd met vloeiende cadans en gelijkmatige overgangen
 - in de juiste verhouding van de massagegrepen en het te behandelen gebied
 - Toepassing techniek
 - Contact
 - De toepassing van het contact tijdens de massage is op de juiste wijze door een zo optimaal mogelijk hand- en/of vingercontact met het weefsel te laten zijn.
 - Volledigheid
 - De toepassing van de volledigheid van de klassieke massage is op juiste wijze uitgevoerd door de grepen op de juiste anatomische lokalisatie zodanig uit te voeren dat het effect voor wat betreft de omvang van de plaats volledig tot zijn recht te laten komen
 - Drukvariatie
 - De grepen hebben een geleidelijk toenemende en afnemende druk op het weefsel aangepast aan de uit te voeren techniek en het te behandelen gebied
 - Drukeffectiviteit
 - Drukeffectiviteit is aangepast aan de handgreep, de plaats waar deze wordt toegepast en aan de conditie van het weefsel
 - Overgangen
 - De toepassing van de overgangen bij de klassieke massage is op juiste wijze uitgevoerd door de daarin voorkomende opeenvolging van massagegrepen gelijkmatig en ontspannen te laten zijn, terwijl de handen in de verplaatsing in de nabijheid van het weefsel blijven.
 - Technieken
 - Effleurage
 - Petrissage
 - Frictie
 - Tapotement
 - Vibratie

- Intermitterend drukken
- Uitvoering
 - Effleurage

De ontspannen hand(en) worden, met zoveel mogelijk handcontact, op de huid gelegd. Nadat de hand(en), volledig contact met de huid hebben, wordt de beweging ingezet. De druk op de huid wordt langzaam geoptimaliseerd, daarna wordt de druk weer afgenomen. Op het einde van de greep is er geen druk meer op de huid, waarna het contact met de huid, met een ontspannen hand wordt verbroken, waarna de volgende greep wordt aangezet.
 - Petrissage
 - Omvattende petrissage

De handen worden in een V-vorm, waarbij de vingers elkaar raken op de huid aangelegd. De spier of het weefsel wordt opgenomen met de vingers, waarbij de volledige hand aangesloten blijft. Met de duimmuizen wordt een zodanige druk op het weefsel gegeven op zodanige manier dat het tussenliggende spier of weefsel tegen de vingers wordt uitgedrukt. De dynamische druk is bij de duimmuizen. De druk is aangepast aan het weefsel. De druk wordt afgenomen en de handen verplaatsen zich in een ritmische beweging naar de volgende petrissage.
 - Vingerpetrissage

De spier of huid wordt opgenomen met de vingers en de duimen. Met de vingers/duimen wordt een zodanige druk op het weefsel gegeven op zodanige manier dat het tussenliggende spier of weefsel tussen de vingers en de duimen wordt uitgedrukt. De dynamische druk is kruislings ten opzichte van de duimen en de vingers. De druk is aangepast aan het weefsel. De druk wordt afgenomen en de handen verplaatsen zich in een ritmische beweging naar de volgende petrissage.
 - Wenkbrauwkleding

Duim en wijs- en of middelvinger worden tegenover elkaar aangelegd op de wenkbrauwspier. De vinger heft de spier, waarna de duim met een toenemende en afnemende druk de tussenliggende spier tegen de vingers uitdrukt. De vingers en duim verplaatsen de hand en de wenkbrauwspier wordt in een overlappende beweging volledig bewerkt.
 - Kaakcontourkleding

De wijsvingers worden gebogen en in het midden van de kaak naast elkaar op het weefsel geplaatst met daar tegenoverliggend de duimen. De vingers heffen het weefsel van de kaakrand, zonder dat er aan het weefsel wordt getrokken, waarna de duimen het weefsel met een toenemende en afnemende druk bewerken waarna de vingers en de duim zich verplaatsen.
 - Frictie

Plaatst de vingers en/of duimen (bij lichaam eventueel duimmuis / elleboog) ontspannen op het weefsel. Geeft een licht draaiende beweging met actieve druk op het weefsel. Hierbij wordt bij de eerste rondgaande beweging lichte druk uitgeoefend, bij de tweede rondgang wordt deze gelijkmatig verhoogd en tijdens de derde rondgang geoptimaliseerd. Vervolgens geleidelijk laten afnemen, waarna het contact met het weefsel geleidelijk wordt verbroken.

- Tapotement
 - Vingertapotement
De vingers worden zowel gespreid als licht gebogen op de huid geplaatst. De vingers worden afwisselend en ontspannen, met een gelijkmatige constantie en vloeiende cadans vanuit het gewricht bewogen. Hierbij wordt een gelijkmatige druk op het weefsel uitgeoefend.
 - De batre à l'air comprimé
Plaats zodanig de handen zodat er een komvorm ontstaat waarbij de vingers en duimen gesloten zijn. De handen dienen loodrecht op het weefsel geplaatst te worden, bij aanraking dient een dof geluid veroorzaakt te worden. Toont de juiste beweging van de hand doordat deze vanuit het polsgewricht geïnitieerd wordt en tweehandig afwisselend op geringe afstand van elkaar uitgevoerd.
 - Ulnair hakken
Strekt de hand, zodat de vingers ontspannen en iets gespreid zijn. Er dient een vluchtige aanraking tot stand te komen waarbij de vingers elkaar opeenvolgend raken op het weefsel.
 - Vuist-tapotement
Buigt de vingers zodanig dat er een ontspannen vuist ontstaat. Raakt het weefsel vluchtig met de vuist en/of duimmuis, al dan niet met een roterende beweging.

- Vibratie
 - Statisch
Legt de hand(en) of vingers ontspannen aan op het weefsel, daarop volgens een zichtbaar gelijkmatige trillende beweging te maken zonder dat het contact van het weefsel onderbroken wordt.
 - Dynamisch
Legt de handen ontspannen aan op het weefsel, daarop volgens een zichtbaar gelijkmatige trillende beweging te maken zonder dat het contact van het weefsel onderbroken wordt, toont tijdens deze trilling een gelijkmatige verplaatsing van de hand waarbij de gehele omvang behandeld wordt.

- Intermitterend drukken
Plaats de handen zodanig dat er een optimale aansluiting op het weefsel mogelijk is. Pakt het weefsel waarbij het weefsel geleidelijk indien mogelijk geheven wordt en geeft een geleidelijke loodrechte neerwaartse druk. Na uitoefening van de druk wordt het contact met het weefsel ontspannen en geleidelijk opgeheven.

- Resultaat
 - De massage heeft het beoogde effect gehad voor de cliënt

23.

23. kan mechano-, hydro- en elektroapparatuur voor gezichts- en lichaamsbehandeling gebruiken

» **Mechanoapparatuur**

- Borstel
- Vacuümzuig
- Vibratie

» **Hydroapparatuur**

- Koeldamp
- Water- / Kruidendamp
- Geïoniseerde / geozoniseerde waterdamp
- Spray/ verstuiver

» **Actino - en bruiningsapparatuur**

- Infrarood
- Blauwlicht

» **Elektroapparatuur**

- Desincrustatie
- Iontoforese
- Spiercontractie

24. kan werken met ICT-middelen voor de schoonheidsverzorging

- » De kandidaat kan afrekenen (kassa, pinautomaat)
- » Registratie cliëntgegevens

25. kan adviseren over behandelingen en producten

- » Gespreksstructuur adviseren
 - Verkoopkans herkennen en/of creëren
 - Inleiding
 - Verwachtingen klant
 - Vertrouwen wekken
 - Overtuigen deskundigheid
 - Probleemanalyse / achterhalen koopmotieven
 - Luisteren
 - Samenvatten
 - Doorvragen
 - Presentatie van het advies
 - Informeren

- Beargumenteren
- Interesse wekken voor product /behandeling
- Afsluiting
 - Eventuele vervolgspraken
 - Afrekenen

26. kan communicatieve en sociale vaardigheden inzetten

- » Professionele omgang met cliënten
 - Beroepshouding
 - Luisteren
 - Belangstelling tonen
 - Respect tonen
 - Empathie
 - Distantie
 - Acceptatie
 - Werk-/vertrouwensrelatie
 - Omgaan met grenzen
 - Seksuele intimidatie
 - Agressie
 - Macht
- » Omgaan met klachten en conflicten
- » Communicatie
 - Verbale communicatie
 - Non-verbale communicatie

27. kan verkooptechnieken toepassen

Zie punt 26

28. kan volgens geldende bedrijfsrichtlijnen werken

Zie punt 14 t/m 16

KERNTAAK B1K2: Voorbereiden op zelfstandig ondernemerschap

- B1K2W1 Maakt een plan voor de start van een bedrijf (zzp'er).
B1K2W2 Bereidt zich voor op de bedrijfsvoering.
B1K2W3 Bereidt zich voor op de promotie van het bedrijf.

Kennis en vaardigheden
29. bezit kennis van de markt van de eigen branche
30. bezit kennis van de onderdelen van een plan voor het starten van een eigen bedrijf (zzp'er)
31. bezit kennis van financieringsmogelijkheden voor investeringen
32. bezit basiskennis van administratie en boekhouden
33. bezit kennis van marketing en public relations
34. bezit kennis van acquireren
35. bezit kennis van relevante wet- en regelgeving bij een eigen bedrijf (arbo, milieu, belasting)
36. kan communicatieve en sociale vaardigheden inzetten
37. kan prijscalculaties opstellen (kostprijs, winstmarge, verkoopprijs)
38. Bezit kennis van verschillende bedrijfstvormen (eenmanszaak, BV, VOF, etc.)
39. Kan de kas opmaken
40. Kan winst- en omzetprognoses maken
41. Kan BTW aangifte doen
Allround Schoonheidsspecialist
42. bezit basiskennis van personeelsbeleid
43. kan een begroting opstellen
44. bezit kennis van instrueren van medewerkers
45. kan kengetallen berekenen en interpreteren
46. kan werken volgens de boekhoudcyclus
47. kan verschillende typen begrotingen lezen en begrijpen

29. bezit kennis van de markt van de eigen branche

- » Kan een marktonderzoek verrichten (eigen omgeving, eigen branche)
- » Kent de begrippen SWOT, concurrentie analyse, marktonderzoek, marktaandeel en omzetprognose
- » Kan een SWOT analyse maken
 - Interne en externe analyse
 - Verbanden leggen

30. bezit kennis van de onderdelen van een plan voor het starten van een eigen bedrijf (zzp'er)

- » Kan een bedrijfsdoelstelling formuleren
- » Kent de gangbare opzet van een ondernemingsplan
 - Weet uit welke onderdelen een ondernemingsplan bestaat
 - Kent de samenhang tussen de onderdelen

- Kent de eisen die door instanties (bank, belastingdienst, kamer van koophandel, notaris) aan het ondernemingsplan worden gesteld
- Kan een ondernemingsplan opstellen en analyseren (niveau 4)
- » Maakt een onderbouwde afweging om wel of niet personeel in te zetten (niveau 4)
- » Kan een onderbouwd besluit nemen om een bedrijf te starten op basis van (niveau 4):
 - Ondernemerskwaliteiten
 - SWOT analyse
 - Omzetprognose
 - Financiële middelen
 - Locatiemogelijkheden
 - Concept ondernemingsplan

31. bezit kennis van financieringsmogelijkheden voor investeringen

- » Bank
 - Hypotheek
 - Zakelijke rekening
 - Lening

32. bezit basiskennis van administratie en boekhouden

- » Kent de basisregels en -begrippen van boekhouden
 - BTW
 - Kosten
 - Baten
 - Budgettering en begroting
 - Eigen en vreemd vermogen
 - Liquiditeit, solvabiliteit, rentabiliteit
 - Afschrijving, reservering, investering
 - Kengetallen
 - Inkoop en voorraadbeheer
- » Kan een eigen boekhouding opzetten (niveau 4)

33. bezit basiskennis van marketing en public relations

- » onderhouden en uitbreiden van cliëntrelaties
- » bedrijf bekendheid geven door reclame en promotie-acties, social media
- » huisstijl kiezen /duidelijk imago creëren en bewaken

34. bezit kennis van acquireren

- » dienstenaanbod en productlijn(en) periodiek evalueren
- » klantengroepen en hun behoeften definiëren
- » netwerken (ook met andere disciplines) / aangaan van samenwerkingsverbanden
- » verkoopkansen herkennen / creëren

- » aansturen op duurzame cliëntrelaties

35. bezit kennis van relevante wet- en regelgeving bij een eigen bedrijf (arbo, milieu, belasting)

- » De kandidaat weet waar ze welke informatie kan halen
 - Gemeente
 - Vestigingsregels en vergunningen
 - Kamer van Koophandel
 - Inschrijfprocedure
 - Btw-nummer
 - Belastingdienst
 - Fiscale voorzieningen en regels
 - Inkomstenbelasting
 - Btw
 - Startersaftrek
 - Verzekeringen
 - Risico's en aansprakelijkheid
 - Makelaar
 - Huur en leasecontracten
 - Wetgeving m.b.t. personeel (niveau 4)

36. kan communicatieve en sociale vaardigheden inzetten

Zie punt 26

37. kan prijscalculaties opstellen (kostprijs, winstmarge, verkoopprijs)

- » De kandidaat kan de kostprijs van een behandeling berekenen
- » De kandidaat kan een concurrerend tarief vaststellen

38. bezit kennis van verschillende bedrijfsvormen

- » vormen
 - Eenmanszaak
 - BV
 - VOF
 - CV
 - Maatschap
 - NV
- » Belangrijkste kenmerken
 - Wel of geen aparte rechtspersoon
 - Aansprakelijkheid
 - Administratieve / fiscale verplichtingen
 - Kosten (opstart en terugkerend)

39. kan de kas opmaken

- » Doel
 - Controle

- » Betaalwijzen
 - Contant
 - Pin
 - Creditcard
 - Waardebonnen en dergelijke

- » Kasverschil
 - Mogelijke oorzaken
 - Afboeken

- » Afstorten

40. kan winst- en omzetprognoses maken

Zie punt 30, 34, 37, 45

41. kan BTW-aangifte doen

- » Belang van tijdig aangifte doen

- » Gebruik software belastingdienst
 - Benodigde gegevens
 - Eigen boekhouding
 - Aangiftekenmerk belastingdienst
 - Periodieke aangifte (maand, kwartaal,...)

42. bezit basiskennis van personeelsbeleid (niveau 4)

- » Werving- en selectie
 - Vacature opstellen
 - Sollicitatiegesprek voorbereiden

- » Arbeidscontracten
 - Doel, onderdelen
 - Verplichtingen en rechten werkgever
 - Verplichtingen en rechten werknemer

- » Periodieke gesprekken
 - Functioneringsgesprekken
 - Doel, kenmerken, mogelijke vervolgacties
 - Beoordelingsgesprekken
 - doel, kenmerken, mogelijke vervolgacties
 - Verzuim- en begeleidingsgesprekken

- Doel, kenmerken, mogelijke vervolgacties

43. kan een begroting opstellen (niveau 4)

- » Investeringsbegroting: beschrijft wat je minimaal nodig hebt om te starten
 - Aanloopkosten: kosten, nodig voordat je omzet kunt maken
 - marktonderzoek, inschrijving KvK, visitekaartjes, briefpapier, etc.
 - Vaste activa: bedrijfsmiddelen, meer dan 1 jaar in het bedrijf aanwezig
 - inventaris, apparatuur, computer, bedrijfsauto, etc.
 - Vlottende activa: bedrijfsmiddelen, minder dan 1 jaar in het bedrijf aanwezig
 - voorraad, vorderingen, voorfinanciering btw, etc.
- » Financieringsbegroting: beschrijft hoe je de nodige investeringen gaat financieren
 - Eigen vermogen: wat je zelf financiert
 - Spaargeld, eigen computer, eigen auto
 - Vreemd vermogen: wat zakelijke financiers jou lenen
 - Hypotheek bedrijfspand, rekening-courant krediet, leverancierskrediet, etc.

44. bezit kennis van instrueren van medewerkers (niveau 4)

- » Instrueren
 - Instrueren
 - Controleren
 - Motiveren
 - Omgaan met weerstand
- » Wijze van communiceren
 - Aansluiten bij niveau/voorkennis werknemer
 - Nagaan of de instructie begrepen is

45. kan kengetallen berekenen en interpreteren (niveau 4)

- » Liquiditeit
 - Current ratio
 - Quick ratio
 - Netto werkkapitaal
- » Solvabiliteit
 - Solvabiliteitsratio
- » Rentabiliteit
 - Brutowinstmarge
 - Nettowinstmarge

46. kan werken volgens de boekhoudcyclus (niveau 4)

- » Administratieve begrippen en samenhang
 - Beginbalans

- Journaalposten
- Grootboek
- Winst- en verliesrekening
- Eindbalans

47. kan verschillende typen begrotingen lezen en begrijpen

Zie punt 43 en 45

KERNTAAK P2K1: Een specialistische schoonheidsbehandeling uitvoeren

- P2K1W1 Voert een additionele schoonheidsbehandeling uit.
P2K1W2 Voert een acnebehandeling uit.
P2K1W3 Voert een huidverbeterende massage uit.
P2K1W4 Verzorgt een cosmetische massage volgens de shiatsu methode.

Kennis en vaardigheden
48. bezit specialistische kennis van behandelmethoden voor diverse huidtypen
49. bezit kennis van psychische, sociale en maatschappelijke invloeden op uiterlijke verschijning (bijv. huidziektes, overbeharing, overgewicht)
50. bezit kennis van ontwikkelingspsychologie, persoonlijkheidspsychologie en sociale psychologie
51. bezit kennis van medicatie, voorgeschreven door de huisarts/dermatoloog en de contra-indicaties bij acnebehandeling
52. bezit specialistische kennis van anatomie, fysiologie en pathologie
53. bezit kennis van specifieke producten, werkstoffen en materialen
54. bezit kennis over een gezonde leefstijl, voedingsstoffen, stofwisseling, diëten en afslankmethoden
55. bezit kennis van de invloed van milieufactoren en leef-ven voedingsgewoonten op de huid
56. bezit kennis van veilig zonnen
57. bezit kennis van fysiologische en chemische reacties van specialistische behandelingen
58. bezit kennis van aanverwante disciplines
59. kan diverse relevante (specialistische) apparatuur gebruiken
60. kan speciale massagetechnieken toepassen
61. kan methoden voor specialistische huidverbetering en additionele behandelingen toepassen

48. bezit specialistische kennis van behandelmethoden voor diverse huidtypen

- » Manueel
- » Apparatuur
- » Producten/materialen

49. bezit kennis van psychische, sociale en maatschappelijke invloeden op uiterlijke verschijning (bijv. huidziektes, overbeharing, overgewicht)

- » Psychische gevolgen van eetproblemen
 - Slecht zelfbeeld
 - Dwangmatig gedrag
 - Toename alcohol, roken, drugs
 - Isolatie
 - Depressieve gedachten
 - Schaamte
 - Stemningswisselingen
- » Sociale gevolgen van eetproblemen

- Afname contacten uit schaamte en gebrek aan energie
- Slechtere concentratie op werk of studie
- Financiële gevolgen: te veel eten is duur
- Verbergen eetprobleem voor partner of gezin
- Afkeer eigen lichaam leidt tot een verminderd libido

50. bezit kennis van ontwikkelingspsychologie, persoonlijkheidspsychologie en sociale psychologie

- » Psychodiagnostiek
 - Observatie
 - Psychologische test
- » Ontwikkelingspsychologie
 - Erfelijkheid
 - Cognitieve ontwikkeling
 - Cognitieve veroudering
- » Persoonlijksleer
 - Persoonlijkheidstypen van Jung
 - Big Five
 - Situationisme
- » Body Dismorfic Disorder

51. bezit kennis van medicatie, voorgeschreven door de huisarts/dermatoloog en de contra-indicaties bij acnebehandeling

Zie de actuele exameneisen op de website van ANBOS

- » Acne
 - Deel I

52. bezit specialistische kennis van anatomie, fysiologie en pathologie

Zie de actuele exameneisen op de website van ANBOS voor respectievelijk:

- » Acne
 - Deel I
- » Huidverbeterende massage (bindweefsel- en pincementstechnieken)
 - Deel I
- » Oosterse massage volgens de Shiatsu-methode
 - Deel I

53. bezit kennis van specifieke producten, werkstoffen en materialen

» Werking en toepassingsmogelijkheden producten aromatherapie

- Vette oliën
 - Amandelolie
 - Argan-olie
 - Jojoba-olie
 - St Janskruidolie
 - Tarwekiemolie
- Toepassingsmogelijkheden
 - Hydrofiele olie
 - Emulgator
 - Massage olie
 - Verzorgende olie
 - Maceraten
 - Sint Jans kruid maceraat
 - Goudsbloem maceraat / Calendula maceraat
 - Hydrolaat
 - Lavendel
 - Hamamelis
 - Calendula
- Etherische oliën
 - Bergamot
 - Cipres
 - Eucalyptus
 - Geranium
 - Lavendel
 - Mandarijn
 - Rozemarijn
 - Rozenhout
 - Tea tree
 - Ylang ylang

» werking en toepassingsmogelijkheden producten thalassotherapie

- Algen
- Groene leem
- Karwendel
- Modder/ Fango
- Wrapping
- Zeezout

» Hydraterende werkstoffen

- Siliconen
 - Glycerine
 - Hyaluronzuur
 - Minerale oliën
 - Plantaardige olie
 - Lanoline
- » Herstellende stoffen
- Allantoïne
 - Ceramiden
 - Vitamine A / Retinol
 - Vitamine B3
 - Vitamine B5 / Panthenol
- » Kalmerende stoffen
- Allantoïne
 - Ginkgo biloba
 - Grapefruit
 - Groene thee
- » Anti-oxidanten
- Groene thee
 - Vitamine C / Ascorbinezuur
 - Vitamine E / Tocopherol
- » Fruitzuren/ exfoliërende stoffen
- AHA
 - Citoenzuur
 - Glycolzuur
 - Melkzuur
 - BHA
 - Bromlaïne
 - Papaiïne
 - Salicylzuur
 - TCA
- » Depigmenterende stoffen
- Citroen
 - Glycolzuur/melkzuur
 - Hydrochinon
 - Vitamine A zuur
 - Vitamine B3
 - Vitamine C / Ascorbinezuur
 - Zoethoutwortel
- » Vaattoniserend/ huidverstevigend
- Klimop-extract
 - Kastanje-extract

54. bezit kennis over een gezonde leefstijl, voedingsstoffen, stofwisseling, diëten en afslankmethoden

- » Gezond leefpatroon
 - Bewegen
 - Voeding
 - Stofwisseling
 - Joule / calorie
 - Schijf van vijf
 - Glucosespiegel
 - Insuline
 - Glucose
 - Glycemische waarden
 - Glucagon
 - Gevolgen verstoord eetpatroon
 - Tekort aan vitaminen / hypovitaminose
 - Overmaat aan vitaminen / hypervitaminose
 - Eetstoornissen
 - Anorexia nervosa
 - Boulimia nervosa
 - Eetbuistoornis / BED /Binge eating disorder

- » Gewicht bepalen
 - Body Mass Index /BMI
 - Ondergewicht
 - Normaal gewicht
 - Overgewicht
 - Ernstig overgewicht / Obesitas
 - Reëel streefgewicht bepalen
 - Buikomvang
 - Vetopslag
 - Vetzucht / adipositas
 - Risico's overgewicht
 - Diabetes mellitus type II
 - Hartinfarct
 - Herseninfarct

- » Diëten
 - Typen diëten
 - Cholesterolarm
 - Glutenvrij
 - Suikervrij
 - Koolhydraatvrij

- Etc.
- Mogelijk risico van diëten: Jojo-effect
- » Behandelmethoden
 - Bewegingstips
 - Minimaal 30 minuten bewegen per dag
 - Voedingstips
 - Volgens de schijf van vijf
 - Afslankapparaat inzetten

55. bezit kennis van de invloed van milieufactoren en leef- en voedingsgewoonten op de huid

- » Zie ook punt 1, Huidkenmerken en punt 54.
- » Milieu
 - Luchtvervuiling
 - CO₂ uitstoot
 - Ozonlaag
 - UV-straling

56. bezit kennis van veilig zonnen

- » SPF factor
- » MED bepaling
- » UV-A/B/C-straling
 - Werking
 - Risico's
 - Indicaties
 - Contra-indicaties
- » Kennis van advies voor veilig zonnen

57. bezit kennis van fysiologische en chemische reacties van specialistische behandelingen

Zie de actuele exameneisen op de website van ANBOS voor respectievelijk:

- » Acne
 - Deel I
- » Huidverbeterende massage (bindweefsel- en pincementstechnieken)
 - Deel I
- » Oosterse massage volgens de Shiatsu-methode
 - Deel I

58. bezit kennis van aanverwante disciplines

- » Huidtherapeut
- » Huisarts
- » Dermatoloog
- » (Medisch) Pedicure
- » Diëtiste

59. kan diverse relevante (specialistische) apparatuur gebruiken

- » Kiest de te gebruiken apparatuur weloverwogen
 - Passend bij
 - het huidtype
 - het doel van de behandeling
 - de wens van de cliënt

- » Zie ook punt 61

60. kan speciale massagetechnieken toepassen

Zie de actuele exameneisen op de website van ANBOS voor respectievelijk:

- » Huidverbeterende massage (bindweefsel- en pincementstechnieken)
 - Deel II
- » Oosterse massage volgens de Shiatsu-methode
 - Deel II

61. kan methoden voor specialistische huidverbetering en additionele behandelingen toepassen

In deze exameneisen worden enkele voorbeelden gegeven van additionele behandelingen, toepasbaar op gezicht en lichaam en gericht op huidverbetering. Deze opsomming is niet uitputtend. Het is dus mogelijk om niet genoemde (nieuwe) behandelmethoden op te nemen in het aanbod.

Bij de uitvoering van de betreffende behandeling wordt een keuze gemaakt uit één of meer producten, technieken of apparaten. Het behandelproces is voor de diverse additionele behandelingen niet in detail uitgewerkt. Uitgangspunt is dat de betreffende behandeling wordt uitgevoerd volgens algemeen geaccepteerde kwaliteitseisen.

- » Toepassingsgebied voor additionele behandelingen, onder andere de huid met:
 - Degeneratieafwijkingen en overige invloeden
 - Atrofie
 - Dehydratatie
 - Littekens
 - Hypo
 - Hyper
 - Panniculose
 - Striae
 - Verslapping en vervaging contour gelaat / lichaam
 - Wallen / vocht
 - Doorbloedingsafwijkingen
 - Erytheem
 - Erythrosis
 - Rosacea
 - Teleangiëctasieën
 - Zonnebrand

- Pigmentatie-afwijkingen
 - Hyper
 - Hypo
 - Talgafwijkingen
 - Seborrhoe
 - Oleosa
 - Sicca
 - Sebestase
- » Proces voor elke behandeling
- Ontvangt de cliënt volgens de regels van de salon
 - Voorbereiden van de behandeling
 - Legt alle middelen klaar
 - Installeert de cliënt
 - Anamnese, analyse en behandelplan
 - Bespreekt de doelstelling en de (kuur)behandeling met de cliënt
 - Kiest de juiste producten/apparatuur bij het huidprobleem en de wens van de cliënt
 - Past de behandeling toe conform het behandelplan
 - Sluit risico's uit
 - Past indien nodig het behandelplan aan
 - Geeft een toelichting aan de cliënt
 - Evalueert de behandeling met de cliënt
 - Geeft advies voor thuisgebruik en stimuleert verkoop
 - Maakt een afspraak over de vervolgbehandeling(en)
 - Verwijst de cliënt zo nodig door naar een andere discipline
 - Neemt afscheid van de cliënt
- » Behandelmethoden
- Manueel, bijvoorbeeld
 - Aangepast massage
 - Klassiek
 - Aroma
 - Etc.
 - Hoofdhuid- / oormassage
 - Huidverbeterende massage (bindweefsel-/ pincementsmassage)
 - Oosterse massage volgens de Shiatsu methode
 - Etc.
 - Apparaten, bijvoorbeeld
 - Elektroapparatuur
 - Desincrustatie
 - Elektrostimulatie
 - Iontoforese
 - Mechano
 - Borstel
 - Microdermabrasie
 - Vacuümzuig / cupping
 - Actino
 - Infrarood
 - Ultraviolet

- Hydro
 - Waterdamp
 - Spray
- Producten / materialen
 - Zie punt 53

BIJLAGE 1

Exameneisen Acne



Exameneisen

Acne

Vastgesteld door :

Bestuur ANBOS

Datum :

24 april 2014

Inleiding

Voor u liggen de exameneisen voor de specialisatie Acne.

Deze eisen zijn opgesteld door ISEO Consult in samenwerking met het KWC, op basis van het commentaar van drie deskundigen uit het vak, te weten: de dames K. Lubkemann, C. Oosterwijk en C. Prent. In maart-oktober 2013 zijn de theoretische exameneisen herzien door MAB Onderwijskundige expertise in samenwerking met het KWC, op basis van het commentaar van de dames K. Lubkeman, C. Oosterwijk, G. Has en R. Lunenburg.

De exameneisen zijn ter vaststelling voorgelegd aan het bestuur van ANBOS. De vaststellingsdatum vindt u op het voorblad van dit document.

Opbouw

Het document is opgebouwd uit drie delen:

- I. theoretische kennis;
- II. praktische vaardigheden;
- III. attitude / beroepshouding.

Toelating tot het examen

Om het examen te mogen afleggen, dient de deelnemer te beschikken over één van de volgende diploma:

- het MBO-diploma Schoonheidsspecialist (niveau 3);
- het Branchediploma Schoonheidsspecialist;
- een hieraan gelijkgesteld diploma, naar oordeel van de exameninstelling.

Algemene toelichting

In onderstaande theoretische exameneisen wordt de theoretische kennis beschreven die de basis vormt voor het geven van theorielessen en het maken van kennisvragen.

Overall geldt: Ook de weergegeven indeling van onderwerpen en de definities van de verschillende onderwerpen zijn relevant en moeten worden toegelicht/kunnen worden bevraagd.

Relevante voorkennis

Algemeen: branche(vak)niveau 3 is vereist.

Specifiek voor Acne: kennis van de huid (de indeling opperhuid/epidermis, lederhuid/dermis corium, onderhuid/subcutis), cel- en weefselleer, Code van de Schoonheidsspecialist

De kandidaat kan:

DEEL I: Theoretische kennis	DEEL I: Theoretische kennis
<p>1. Anatomie en fysiologie van de huid</p>	<p>1. Anatomie en fysiologie van de huid</p>
<p>1.1 Talgklieren</p> <ul style="list-style-type: none"> • solitaire talgklieren • talgklieruitvoergang • talgklierfollikel/sebumfollikel <ul style="list-style-type: none"> ▪ samenstelling talg/sebum <ul style="list-style-type: none"> • vetzuren <ul style="list-style-type: none"> • palmitinezuur • stearinezuur • vetalcoholen <ul style="list-style-type: none"> • ergosterol • squalenen • cholesterol • glyceriden, triglyceriden • wassen • esthers • epitheelcellen • propionibacterie/propionibacterium-acnes • enzym/lipase 5-alfa-reductase/5α-reductase • bacterie staphylococcus-epidermidis • gist pityrosporum ovale • bacterie staphylococcus aureus • talgklierwerking <ul style="list-style-type: none"> • androgene hormonen/androgenen <ul style="list-style-type: none"> • testosteron <ul style="list-style-type: none"> • 5-alfa-dihydrotestosteron/5α-dihydrotestosteron/DHT 	<p>1.1 Talgklieren</p> <ol style="list-style-type: none"> A. noemen waar de (grote) talgklieren zich bevinden B. noemen welke talgklieren een eigen afvoerbuis hebben en waar deze solitaire talgklieren zich bevinden C. noemen waar de talgklieruitvoergang zich bevindt D. noemen waar zich geen talgklieren bevinden E. noemen waar talgklierfollikels/sebumfollikels uitmonden F. de bestanddelen van talg/sebum in het algemeen noemen: vetzuren, vetalcoholen, glyceriden, triglyceriden, wassen, esthers, epitheelcellen G. noemen welke invloed de volgende vetzuren hebben op de talgklierwerking/acne: palmitinezuur, stearinezuur H. noemen welke invloed de volgende vetalcoholen hebben op de talgklierwerking/acne: ergosterol, squalenen, cholesterol I. noemen welke invloed glyceriden, triglyceriden, wassen, esthers en epitheelcellen hebben op de talgklierwerking/acne J. de kenmerken van de propionibacterie/propionibacterium-acnes noemen, noemen waar deze voorkomt en beschrijven welke invloed deze heeft op de talgklierwerking/acne K. de kenmerken van het enzym/de lipase 5-alfa-reductase/5α-reductase noemen, noemen waar dit/deze voorkomt en beschrijven welke invloed dit/deze heeft op de talgklierwerking/acne L. de kenmerken van de bacterie staphylococcus-epidermidis noemen, noemen waar deze voorkomt en beschrijven welke invloed deze heeft op de talgklierwerking/acne

<ul style="list-style-type: none"> • ovariële androgenen • adrenale androgenen • oestrogene hormonen/oestrogenen • normale huidflora <ul style="list-style-type: none"> • staphylococcus-epidermidis • propionibacterium-acnes • pityrosporum ovale 	<p>M. de kenmerken van het gist pityrosporum ovale noemen, noemen waar dit voorkomt en beschrijven welke invloed dit heeft op de talgklierwerking/acne</p> <p>N. de kenmerken van de bacterie staphylococcus aureus noemen, noemen waar deze voorkomt en beschrijven welke invloed deze heeft op de talgklierwerking/acne en wat deze veroorzaakt m.b.t. steenpuisten/furunkels</p> <p>O. noemen wat de invloed op de talgklierwerking/acne, de plaats van productie en de periode van grootste activiteit zijn van de volgende androgene hormonen/androgenen: testosteron (waaronder 5-alfa-dihydrotestosteron/5α-dihydrotestosteron/DHT), ovariële androgenen, adrenale androgenen</p> <p>P. noemen wat de invloed op de talgklierwerking/acne en de plaats van productie zijn van oestrogene hormonen/oestrogenen</p> <p>Q. noemen welke micro-organismen tot de normale huidflora behoren</p>
<p>1.2 Prikkel en pijnbeleving</p> <ul style="list-style-type: none"> • mechanoreceptoren <ul style="list-style-type: none"> • Merkel • Meissner • Vater-Pacini • thermoreceptoren <ul style="list-style-type: none"> • Krause • Ruffini • endorfine • vrije zenuwuiteinden 	<p>1.2 Prikkel en pijnbeleving</p> <p>A. noemen wanneer de volgende mechanoreceptoren worden geprikkeld: lichaampjes van Merkel, lichaampjes van Meissner, lichaampjes van Vater-Pacini</p> <p>B. noemen waar de volgende thermoreceptoren zich bevinden en wanneer deze worden geprikkeld: lichaampjes van Krause, lichaampjes van Ruffini</p> <p>C. de invloed van endorfine op pijnbeleving noemen</p> <p>D. noemen waar de vrije zenuwuiteinden zich bevinden en wat hun invloed is op pijnbeleving</p>
<p>2. Algemene pathologie</p>	<p>2. Algemene pathologie</p>
<p>2.1 Ontsteking, besmetting, infectie</p> <ul style="list-style-type: none"> • ontsteking 	<p>2.1 Ontsteking, besmetting, infectie</p> <p>A. de volgende onderdelen van een normaal ontstekingsproces in de juiste</p>

<ul style="list-style-type: none"> • plaatselijke ontstekingsverschijnselen/normaal ontstekingsproces • roodheid/rubor • warmte/calor • zwelling/tumor • pijn/dolor • gestoorde functie/functio laesa • besmetting • infectie <ul style="list-style-type: none"> • primaire infectie • secundaire infectie • bacteriële infecties • parasitaire infecties • schimmelinfecties • virale infecties 	<p>volgorde plaatsen en noemen wat de oorzaken zijn van de plaatselijke ontstekingsverschijnselen: roodheid/rubor, warmte/calor, zwelling/tumor, pijn/dolor, gestoorde functie/functio laesa</p> <p>B. het onderscheid in primaire en secundaire infecties beschrijven</p> <p>C. voorbeelden en oorzaken noemen van de volgende soorten infecties: bacteriële infecties, parasitaire infecties, schimmelinfecties, virale infecties</p> <p>D. het verschil tussen een besmetting en een infectie beschrijven</p> <p>E. het verschil tussen een infectie en een ontsteking beschrijven</p> <p>F. noemen door wie een infectie en een ontsteking moeten worden behandeld</p>
<p>2.2 Abces</p>	<p>2.2 Abces</p> <p>A. de kenmerken, de oorzaken en het risico van een abces noemen</p> <p>B. noemen wat een schoonheidsspecialist moet doen bij het constateren van een abces en door wie de behandeling vervolgens moet plaatsvinden</p>
<p>2.3 Bacteriëmie</p>	<p>2.3 Bacteriëmie</p> <p>A. de kenmerken, de oorzaak en het risico van een bacteriëmie noemen</p> <p>B. beschrijven hoe de ziekteoverdracht bij een bacteriëmie plaatsvindt</p> <p>C. noemen waar een bacteriëmie zich kan voordoen</p> <p>D. noemen door wie de behandeling bij een bacteriëmie moet plaatsvinden</p>
<p>2.4 Septikemie</p> <ul style="list-style-type: none"> • sepsis 	<p>2.4 Septikemie</p> <p>A. de kenmerken, de oorzaak, het risico en het gevolg van een septikemie noemen</p> <p>B. noemen wat het verschil is tussen bacteriëmie, septikemie en sepsis</p> <p>C. noemen door wie de behandeling bij een septikemie moet plaatsvinden</p>

<p>2.5 Degeneratie</p> <ul style="list-style-type: none"> • necrose • (huid)atrofie 	<p>2.5 Degeneratie</p> <p>A. de kenmerken, oorzaken en de bijbehorende behandeling door een schoonheidsspecialist noemen van de volgende vormen van degeneratie: necrose, (huid)atrofie</p>
<p>2.6 Regeneratie</p> <ul style="list-style-type: none"> • regeneratievermogen • wondgenezing <ul style="list-style-type: none"> • reactiefase • regeneratiefase • remodelleringsfase • granulatiweefsel • littekenweefsel <ul style="list-style-type: none"> • hypertrofisch litteken • hypotrofisch/atrofisch litteken • keloïd <ul style="list-style-type: none"> • corticosterideninjectie • siliconenpleister 	<p>2.6 Regeneratie</p> <p>A. noemen wanneer, hoe en waar regeneratie plaatsvindt en welke factoren daarop van invloed zijn</p> <p>B. noemen welk weefsel het grootste regeneratievermogen heeft</p> <p>C. de handelwijze bij, het proces/de fasen van en de invloeden op wondgenezing beschrijven</p> <p>D. de opbouw en het ontstaan van granulatiweefsel beschrijven</p> <p>E. de kenmerken en oorzaken van een hypertrofisch litteken noemen en de bijbehorende behandeling door een schoonheidsspecialist</p> <p>F. de kenmerken en oorzaken van een hypotrofisch/atrofisch litteken noemen en de bijbehorende behandeling door een schoonheidsspecialist</p> <p>G. de kenmerken en oorzaken van keloïd noemen en de bijbehorende behandeling door een arts</p>
<p>2.7 Efflorescenties</p> <ul style="list-style-type: none"> • litteken/cicatrix • korst/crusta • ontvelling/excoriatie • buisweer/pijpweer/fistel • holte met vocht-etter/cyste • harde knobbel/nodulus • knobbel/nodus • pukkel/papel • puist/pustel • schilfering/squama • zweer/ulcus 	<p>2.7 Efflorescenties</p> <p>A. noemen bij welke vormen van acne de volgende efflorescenties voorkomen, hun kenmerken noemen en beschrijven hoe ze ontstaan: litteken/cicatrix, korst/crusta, ontvelling/excoriatie, buisweer/pijpweer/fistel, holte met vocht-etter/cyste, harde knobbel/nodulus, knobbel/nodus, pukkel/papel, puist/pustel, schilfering/squama, zweer/ulcus, blaasje/vesikel, roodheid/erytheem, congestief/gestuwd</p>

<ul style="list-style-type: none"> • blaasje/vesikel • roodheid/erytheem • congestief/gestuwd 	
<p>2.8 Comedonen</p> <ul style="list-style-type: none"> • open comedonen/blackheads • gesloten comedonen/whiteheads 	<p>2.8 Comedonen</p> <ol style="list-style-type: none"> de oorzaak, kenmerken en risico's van open comedonen/blackheads en gesloten comedonen/whiteheads noemen beschrijven hoe de kleur van open comedonen/blackheads en van gesloten comedonen/whiteheads ontstaat beschrijven uit welke onderdelen het talg/sebum van open comedonen/blackheads en van gesloten comedonen/whiteheads bestaat noemen welke comedonen het grootste risico vormen voor vorming van papels en pustels de behandeling van open comedonen/blackheads en gesloten comedonen/whiteheads noemen
<p>2.9 Nomenclatuur</p> <ul style="list-style-type: none"> • bacteriostatisch • desquamatie • exacerbatie • comedogeen • comedolytisch • keratolytisch • exfoliëren • frosting 	<p>2.9 Nomenclatuur</p> <ol style="list-style-type: none"> de betekenis van de volgende termen in relatie tot cosmetica en medicatie noemen: bacteriostatisch, desquamatie, exacerbatie, comedogeen, comedolytisch, keratolytisch, exfoliëren, frosting
<p>3. Speciële pathologie</p>	<p>3. Speciële pathologie</p>
<p>3.1 Vormen van acne</p> <ul style="list-style-type: none"> • acne vulgaris/comedonenacne <ul style="list-style-type: none"> • acne inflammatoire • acne conglobata 	<p>3.1 Vormen van acne</p> <ol style="list-style-type: none"> de kenmerken (waaronder de ernst), oorzaken, (voorkeurs)lokalisaties en eventuele behandeling en/of (contra)indicaties noemen van de volgende vormen van acne door endogene oorzaken: acne vulgaris/comedonenacne

<ul style="list-style-type: none"> • acne keloïdalis • acne tarda • acne inguinalis/axillaris • acne excoriée (des jeunes filles)/skin picking • acne fulminans • acne neonatorum • Mallorca acne/acne aestivalis/ • acne door exogene oorzaken <ul style="list-style-type: none"> • acne mechanica • acne tropicalis • acne venenata <ul style="list-style-type: none"> • chlooracne • acne veroorzaakt door make-up 	<p>(waaronder acne inflammatoire), acne conglobata, acne keloïdalis, acne tarda, acne inguinalis/axillaris, acne excoriée des jeunes filles/acne excoriée/skin picking, acne fulminans, acne neonatorum, Mallorca acne/acne aestivalis</p> <p>B. de kenmerken, oorzaken, (voorkeurs)lokalisaties en eventuele behandeling en/of (contra)indicaties noemen van de volgende vormen van acne door exogene oorzaken: acne mechanica, acne tropicalis, acne venenata (waaronder chlooracne en acne veroorzaakt door make-up)</p>
<p>3.2 Differentiële diagnostiek met betrekking tot acne</p> <ul style="list-style-type: none"> • acne ectopica/hydradenitis suppurativa/acne inversa • chronische discoïde lupus-erythematodes • eczema seborrhoïcum • folliculitis • rosacea • dermatitis perioralis 	<p>3.2 Differentiële diagnostiek met betrekking tot acne</p> <p>A. de kenmerken, oorzaken en (voorkeurs)lokalisaties en eventuele behandeling en/of (contra)indicaties noemen van de volgende aandoeningen: acne ectopica/hydradenitis suppurativa/acne inversa, chronische discoïde lupus-erythematodes, eczema seborrhoïcum, folliculitis, rosacea, dermatitis perioralis</p>
<p>3.3 Pathogenese/etiologie van acne</p> <ul style="list-style-type: none"> • toegenomen talg/sebumproductie • hyperkeratose en obstructie van de talgklieruitvoergang • bacteriële kolonisatie van de talgklier • ontstekingsproces rond de talgklierfollikel <ul style="list-style-type: none"> • vrije vetzuren 	<p>3.3 Pathogenese/etiologie van acne</p> <p>A. de factoren noemen die het ontstaan/de pathogenese van acne beïnvloeden en deze in de juiste volgorde zetten</p> <p>B. de factoren noemen die de productie van talg/sebum beïnvloeden</p> <p>C. de oorzaak van hyperkeratose noemen</p> <p>D. de gevolgen van hyperkeratose voor acne noemen</p> <p>E. de oorzaak van obstructie van de talgklieruitvoergang noemen</p> <p>F. de gevolgen van obstructie van de talgklieruitvoergang voor acne noemen</p> <p>G. beschrijven wat er gebeurt bij bacteriële kolonisatie van de talgklier</p>

	<p>H. de factoren noemen die invloed hebben op het ontstekingsproces rond de talgklierfollikel</p> <p>I. het effect van vrije vetzuren noemen</p> <p>J. de aard van de ontstekingsreactie beschrijven die wordt veroorzaakt door vrije vetzuren</p>
4. Medische behandeling	4. Medische behandeling
<p>4.1 Uitwendige behandeling</p> <ul style="list-style-type: none"> • benzoylperoxide <ul style="list-style-type: none"> • adapalenen/Differingel • keratolytica <ul style="list-style-type: none"> • resorcine • trichloorazijnzuur/TCA • vitamine A-zuur/tretinoïne • fenol • zwavel • lokale antibiotica <ul style="list-style-type: none"> • clindamycine • erytromycine • zink 	<p>4.1 Uitwendige behandeling</p> <p>A. de toepassing, werking, invloed, (contra)indicaties en eventuele bijwerkingen noemen van de volgende stoffen bij de uitwendige behandeling van acne: benzoylperoxide (waaronder adapalenen/Differingel®), keratolytica (waaronder resorcine, trichloorazijnzuur/TCA, vitamine A-zuur/tretinoïne, fenol, zwavel), lokale antibiotica (waaronder clindamycine, erytromycine), zink</p>
<p>4.2 Systemische behandeling</p> <ul style="list-style-type: none"> • orale antibiotica <ul style="list-style-type: none"> • tetracycline • minocycline • erytromycine • doxycycline • claritromycine/Klacid® • antiandrogenen <ul style="list-style-type: none"> • cyproteronacetaat 	<p>4.2 Systemische behandeling</p> <p>A. de toepassing, werking, invloed en eventuele bijwerkingen en contra-indicaties noemen van de volgende orale antibiotica bij de systemische behandeling van acne: tetracycline, minocycline, erytromycine, doxycycline, claritromycine/Klacid®</p> <p>B. de toepassing, werking, invloed en eventuele bijwerkingen en contra-indicaties noemen van de volgende antiandrogenen bij de systemische behandeling van acne: cyproteronacetaat (waaronder Diane 35®, Microgynon®, Minerva®, Androcur®, Yasmin®), isotretinoïne (waaronder</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Diane 35® • Microgynon® • Minerva® • Androcur® • Yasmin® • isotretinoïne • Roaccutane® 	<p>Roaccutane®)</p>
<p>4.3 Overige medische behandelwijzen</p> <ul style="list-style-type: none"> • cryotherapie • dermabrasie <ul style="list-style-type: none"> • chemisch <ul style="list-style-type: none"> • trichloorazijnzuur/TCA • fenol 	<p>4.3 Overige medische behandelwijzen</p> <p>A. de toepassing, werking, invloed en (contra)indicaties noemen van cryotherapie bij de behandeling van acne</p> <p>B. de toepassing, werking, invloed en (contra)indicaties noemen van de volgende vormen van chemische dermabrasie bij de behandeling van acne: trichloorazijnzuur/TCA, fenol</p>
<p>5. Hygiëne, ARBO en Milieu volgens de code van de schoonheidsspecialist</p>	<p>5. Hygiëne, ARBO en Milieu volgens de code van de schoonheidsspecialist</p>
<p>5.1 Bedrijfshygiëne</p> <ul style="list-style-type: none"> • kruisbesmetting 	<p>5.1 Bedrijfshygiëne</p> <p>A. maatregelen behorende tot de bedrijfshygiëne noemen</p> <p>B. maatregelen ter voorkoming van kruisbesmetting noemen</p> <p>C. het doel van bedrijfshygiëne noemen</p>
<p>5.2 Persoonlijke hygiëne</p>	<p>5.2 Persoonlijke hygiëne</p> <p>A. maatregelen behorende tot de persoonlijke hygiëne noemen</p>
<p>5.3 Reiniging en desinfectie</p> <ul style="list-style-type: none"> • reiniging <ul style="list-style-type: none"> • huishoudelijke reiniging • reiniging van de huid (behandelaar en cliënt) • reiniging van instrumenten • desinfectie 	<p>5.3 Reiniging en desinfectie</p> <p>A. noemen welke materialen huishoudelijk mogen worden gereinigd, hoe deze huishoudelijke reiniging plaatsvindt en met welke frequentie</p> <p>B. noemen welke materialen moeten worden gereinigd en gedesinfecteerd, hoe deze reiniging en desinfectie moet plaatsvinden en met welke frequentie</p>

<ul style="list-style-type: none"> • desinfectie van de huid • desinfectie van instrumenten 	<p>C. de handelingen voor het reinigen en desinfecteren van de huid van de behandelaar en van de cliënt in de juiste volgorde plaatsen</p> <p>D. noemen met welke middelen de huid van de behandelaar en van de cliënt en de materialen moeten worden gereinigd en gedesinfecteerd</p> <p>E. de maatregelen noemen die de branchenorm aanbeveelt voor het reinigen en desinfecteren van instrumenten</p>
<p>5.4 Sterilisatie</p> <ul style="list-style-type: none"> • autoclaaf • vochtige hitte 	<p>5.4 Sterilisatie</p> <p>A. de enige betrouwbare sterilisatiemethode noemen</p> <p>B. effectieve sterilisatiemethodes noemen</p>
<p>5.5 Methoden van reiniging en desinfectie</p> <ul style="list-style-type: none"> • heteluchtoven • snelkookpan • instrumentenwasmachine • UV-sterilisator • ultrasoonreiniger • desinfectiebak 	<p>5.5 Methoden van reiniging en desinfectie</p> <p>A. beschrijven voor welke vormen van reiniging en desinfectie de volgende methoden geschikt zijn en wat de werking ervan is: heteluchtoven, snelkookpan, instrumentenwasmachine, UV-sterilisator, ultrasoonreiniger, desinfectiebak</p>
<p>5.6 Handbescherming</p> <ul style="list-style-type: none"> • latexhandschoenen • vinylhandschoenen • nitrilhandschoenen • vingercondooms 	<p>5.6 Handbescherming</p> <p>A. de voor- en nadelen van de volgende soorten handschoenen noemen: latexhandschoenen, vinylhandschoenen, nitrilhandschoenen, vingercondooms</p> <p>B. de eisen noemen die gesteld worden aan (disposable) handschoenen</p>
<p>5.7 Hulpmiddelen</p> <ul style="list-style-type: none"> • spatels • (disposable) naalden <ul style="list-style-type: none"> • holle naalden • massieve naalden • naaldcontainers <ul style="list-style-type: none"> • verkrijgbaarheid 	<p>5.7 Hulpmiddelen</p> <p>A. de eisen noemen waaraan de volgende hulpmiddelen moeten voldoen: spatels, (disposable) naalden (holle naalden, massieve naalden), naaldcontainers, mesjes</p> <p>B. het type naald noemen dat wordt gebruikt bij acnebehandelingen</p> <p>C. de risico's noemen van het gebruik van een niet-steriele naald</p> <p>D. beschrijven wat er na gebruik moet gebeuren met een disposable naald</p>

<ul style="list-style-type: none"> • afvoermogelijkheden • mesjes 	<p>E. beschrijven hoe een naaldcontainer kan worden verkregen en hoe deze moet worden afgevoerd</p>
<p>6. Theorie van de acnebehandeling</p>	<p>6. Theorie van de acnebehandeling</p>
<p>6.1 Behandelplan</p> <ul style="list-style-type: none"> • geschat aantal behandelingen • behandel frequentie • duur • kosten • vergoedingen/registratie ANBOS 	<p>6.1 Behandelplan</p> <p>A. de gegevens noemen die in het behandelplan staan en beschrijven hoe die bepaald worden</p> <p>B. het hoofddoel van het maken van een behandelplan noemen</p> <p>C. de voorwaarden voor vergoeding noemen</p>
<p>6.2 Informed consent</p>	<p>6.2 Informed consent</p> <p>A. de globale inhoud van een informed consent noemen</p> <p>B. de voorwaarde noemen voor een model voor acne</p>
<p>6.3 Voorbehandeling</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ verweking <ul style="list-style-type: none"> • lijnzaadpakking • paraffinepakking • elektrische desincrustatie ▪ hoornlaagverdunding <ul style="list-style-type: none"> • microdermabrasie <ul style="list-style-type: none"> • diamantkorrels/kristalkorrels/diamantkop • aluminiumoxidekristallen • slijpbehandelingen/gebruik peeling eventueel met enzymen/gebruik lysing met enzymen/gebruik lysing met fruitzuur • gebruik (fruit)zuren 	<p>6.3 Voorbehandeling</p> <p>A. technieken noemen om de huid te verweken en om de hoornlaag te verdunnen</p> <p>B. noemen wanneer de volgende vormen van verweking geschikt zijn en beschrijven hoe deze moeten worden uitgevoerd: lijnzaadpakking, paraffinepakking, elektrische desincrustatie</p> <p>C. noemen wanneer de volgende vormen van hoornlaagverdunding geschikt zijn en beschrijven hoe deze moeten worden uitgevoerd: microdermabrasie (waaronder het gebruik van diamantkorrels/kristalkorrels/diamantkop en het gebruik van aluminiumoxidekristallen), slijpbehandeling/gebruik van een peeling eventueel met enzymen/gebruik van een lysing met enzymen of fruitzuur, gebruik van (fruit)zuren</p>
<p>6.4 Behandeling</p> <ul style="list-style-type: none"> • ledigen/verwijderen comedonen • verwijderen pustels en talg cysten 	<p>6.4 Behandeling</p> <p>A. de handelingen noemen die horen bij het behandelen van een acnehuid en noemen welke hiervan een litteken tot gevolg hebben</p>

<ul style="list-style-type: none"> • maskers/pakkingen <ul style="list-style-type: none"> • hulpmiddelen <ul style="list-style-type: none"> • occlusie • modellerend masker • thermomasker • zuurstofmasker • crèmemasker • poedermasker • pastamasker • geleimasker 	<ul style="list-style-type: none"> B. het belang noemen van nacontrole na het verwijderen van comedonen C. het gevaar noemen van het niet volledig ledigen/verwijderen van comedonen D. beschrijven hoe weefselbeschadiging tijdens het verwijderen van talgcysten kan worden voorkomen E. het instrument noemen waarmee pustels en talgcysten moeten worden verwijderd F. noemen welke voorbehandeling geschikt is voor maskers in het algemeen G. de invloed en toepassing van occlusie noemen H. de invloed en toepassing noemen van de volgende soorten maskers: modellerend masker, thermomasker, zuurstofmasker, crèmemasker, poedermasker, pastamasker, geleimasker I. de invloed en toepassing noemen van pakkingen
<p>6.5 Cosmetische werkstoffen</p> <ul style="list-style-type: none"> • algen • azuleen • benzoylperoxide • caroteen • chlorofyl • eitwitsplitsende enzymen <ul style="list-style-type: none"> • papayotine • pepsine • tripsine • pancreatine • etherische oliën <ul style="list-style-type: none"> • tea tree • geranium • lavendel • sinaasappel • mandarijn 	<p>6.5 Cosmetische werkstoffen</p> <ul style="list-style-type: none"> A. de werking, toepassing, herkomst en eventuele bijwerkingen noemen van de volgende cosmetische werkstoffen: algen, azuleen, benzoylperoxide, caroteen, chlorofyl, gelée royale, gist, honing, propolis, kamfer, leem/klei, lijnzaad, menthol, plankton, tarwekiem, zwavel B. de werking, toepassing, herkomst en eventuele bijwerkingen noemen van de volgende eiwitsplitsende enzymen: papayotine, pepsine, tripsine, pancreatine C. de werking, toepassing, herkomst en eventuele bijwerkingen noemen van de volgende etherische oliën: tea tree, geranium, lavendel, sinaasappel, mandarijn, cypres, bergamot, rozenhout D. de werking, toepassing, herkomst en eventuele bijwerkingen noemen van de volgende minerale oliën: paraffine, vaseline E. de werking, toepassing, herkomst en eventuele bijwerkingen noemen van de volgende vitamines: vitamine A/retinol, vitamine B3/nicotinezuur, vitamine B5/panthoteenzuur, vitamine C/ascorbinezuur, vitamine E/tocofol

- cypres
- bergamot
- rozenhout
- gelée royale
- gist
- honing
- propolis
- kamfer
- leem/klei
- lijnzaad
- menthol
- minerale oliën
 - paraffine
 - vaseline
- plankton
- tarwekiem
- vitamines
 - vitamine A/retinol
 - vitamine B3/nicotinezuur
 - vitamine B5/panthoteenzuur
 - vitamine C/ascorbinezuur
 - vitamine E/tocoforol
- zuren
 - glycolzuur/alpha hydroxy
 - melkzuur
 - salicylzuur/beta hydroxy
 - trichloorazijnzuur/TCA
 - natriumbicarbonaat
 - samengestelde zuren/poly hydroxy/gamma hydroxy
- zwavel

- F. de werking, toepassing, herkomst en eventuele bijwerkingen noemen van de volgende zuren: glycolzuur/alpha hydroxy, melkzuur, salicylzuur/beta hydroxy, trichloorazijnzuur/TCA, natriumbicarbonaat, samengestelde zuren/poly hydroxy/gamma hydroxy
- G. het verschil tussen gebufferde en ongebufferde zuren noemen
- H. de invloed noemen van zuren op de pH-waarde van de huid

<p>6.6 Ondersteunende massages</p> <ul style="list-style-type: none"> • klassieke massage • hoofdhuid- en oormassage • bindweefselmassage • manuele lymfedrainage • pincementsmassage • oosterse massage volgens de Shiatsumethode • huidverbeterende massage 	<p>6.6 Ondersteunende massages</p> <p>A. de werking, toepassing en eventuele (contra)indicaties van de volgende ondersteunende massages noemen: klassieke massage, hoofdhuid- en oormassage, bindweefselmassage, manuele lymfedrainage, pincementsmassage, oosterse massage volgens de Shiatsumethode, huidverbeterende massage</p>
<p>6.7 Ondersteunende apparatuur en hulpmiddelen</p> <ul style="list-style-type: none"> • hoogfrequentiemassageapparaat • infraroodbestralingslamp • ultravioletbestralingslamp • microdermabrasieapparaat • flitslichtapparaat • dermaroller/microneedling • dermapen 	<p>6.7 Ondersteunende apparatuur en hulpmiddelen</p> <p>A. de invloed noemen van de volgende ondersteunende apparatuur en hulpmiddelen: hoogfrequentiemassageapparaat, infraroodbestralingslamp, ultravioletbestralingslamp, microdermabrasieapparaat, flitslichtapparaat, dermaroller/microneedling, dermapen</p>

DEEL II: Praktische vaardigheden

Algemene werkproces

1. Ontvangt de cliënt
2. Voert een anamnese en onderzoek uit
3. Stelt een behandelplan op (in overleg met de cliënt) en bereidt de behandeling voor
4. Voert de behandeling gestructureerd en cliëntgericht uit
5. Bewaakt de kwaliteit, veiligheid en hygiëne tijdens de behandeling (Code van de Schoonheidsspecialist)
6. Voorkomt complicaties / grijpt zo nodig adequaat in
7. Evalueert de behandeling en rondt deze af
8. Adviseert de cliënt over thuisgebruik
9. Verkoopt producten en diensten
10. Reageert correct op wensen, vragen en klachten

1. Acne - voorbereiding

- 1.1 Bepaalt de te volgen behandelmethode op de juiste wijze door alvorens tot de behandeling over te gaan een behandelplan dat met argumenten onderbouwd moet kunnen worden op te stellen aan de hand van de door de kandidaat gemaakte huidanalyse en dit indien nodig tijdens de behandeling bij te stellen.
- 1.2 Toont de toepassing van hygiëne volgens de Code van de Schoonheidsspecialist, indien de te gebruiken instrumenten als steriel kunnen worden aangemerkt.
- 1.3 Desinfecteert op de juiste wijze volgens de Code van de Schoonheidsspecialist door alvorens de behandeling en tijdens de behandeling, de handen van de behandelaar en de te gebruiken instrumenten met de geschikte substantie te desinfecteren.
- 1.4 Past de persoonlijke hygiëne bij het verwijderen van comedonen en het ledigen van pustels en talgcysten op de juiste wijze door zichzelf en de cliënt te beschermen door het dragen van daartoe geschikte handschoenen.

2. Acne - uitvoering

- 2.1 Voert een oppervlaktereiniging uit aangepast aan het huidtype.
- 2.2 Voor de uitvoering heeft de kandidaat de keuze tussen twee methodes:
 - Dieptereiniging / verdunning van de hoornlaag
 - Verweekt- indien het toe te passen dieptereinigingsproduct dit vereist- de huid op de juiste wijze indien hierdoor een optimaal resultaat wordt bereikt.
 - Past de dieptereiniging op de juiste wijze toe indien afhankelijk van het huidtype een product met een eiwitsplitsende effect, een lysing, een (kruiden) peeling of zuren wordt uitgevoerd -al dan niet met behulp van apparatuur- waardoor verdunning van de hoornlaag tot stand komt. Indien gebruik wordt gemaakt van een zuur of een kruidenpeeling bij de dieptereiniging kan het zuur of kruidenpeeling zowel voor of na het uitdrukken aangebracht worden indien de huid dit toelaat.
 - Verweking van de hoornlaag en talgsubstantie
 - Verweekt de huid op de juiste wijze door een verwekend product, een lijnzaadpakking, een paraffinepakking of elektrisch desincrustatie zodanig toe te passen dat optimale verweking wordt bereikt.
- 2.3 Verwijdert de comedonen
 - Verricht het uitdrukken van de comedonen - al dan niet met toepassing van een stoombad of kruidendampbad - op de juiste wijze door zodanige druk op de omringend weefsel uit te oefenen dat de comedonen volledig worden verwijderd. Bij het uitdrukken (niet leegvegen!) moeten de vingers onder de talgklier worden geplaatst. In het gebied waar de behandeling heeft plaatsgevonden is geen huidbeschadiging waarneembaar. Na het openen van een comedo waarbij bloed- en/of wondvocht

aanwezig is, dient een nieuwe naald gebruikt te worden. Na het verwijderen van elke comedo moet een nacontrole plaatsvinden of deze volledig is verwijderd. Na de verwijdering van een comedo, waarbij bloed- en/of wondvocht aanwezig is, dient een nieuwe tissue gebruikt te worden en op een juiste wijze volgens de Code van de Schoonheidsspecialist te worden gedesinfecteerd.

2.4 Ledigt de pustels

- Verricht het ledigen van pustels op de juiste wijze door de pustel eerst te desinfecteren volgens de Code van de Schoonheidsspecialist. Vervolgens wordt de pustel geopend door loodrecht met een nieuwe steriele naald de pustel in te prikken of met een steriel mesje in te kerven, zonder dat de aangrenzende huid wordt beschadigd. Bij het uitdrukken (niet leegvegen!) van de pustel moeten de vingers onder de pustel worden geplaatst en wordt een zodanige druk op het omringend weefsel uitgeoefend dat de inhoud van de pustel optimaal wordt verwijderd. Na het openen van iedere pustel dient een nieuwe steriele naald gebruikt te worden. Na het verwijderen van elke pustel moet een nacontrole plaatsvinden of deze volledig is geleidigd. Na het ledigen van iedere pustel dient een nieuwe tissue gebruikt te worden en op een juiste wijze volgens de Code van de Schoonheidsspecialist te worden gedesinfecteerd.

2.5 Ledigt de talgcysten

- Verricht het ledigen van talgcysten door de talgcyste eerst te desinfecteren volgens de Code van de Schoonheidsspecialist. Vervolgens wordt de talgcyste geopend door loodrecht met een nieuwe steriele naald de pustel in te prikken of met een steriel mesje in te kerven, zonder dat de aangrenzende huid wordt beschadigd. Bij het uitdrukken (niet leegvegen!) van de talgcyste moeten de vingers onder de talgcyste worden geplaatst en wordt een zodanige druk op het omringend weefsel uitgeoefend dat de inhoud van de talgcyste optimaal wordt verwijderd. Na het openen van iedere talgcyste dient een nieuwe steriele naald gebruikt te worden. Na het verwijderen van elke talgcyste moet een nacontrole plaatsvinden of deze volledig is geleidigd. Na het ledigen van iedere talgcyste dient een nieuwe tissue gebruikt te worden en op een juiste wijze volgens de Code van de Schoonheidsspecialist te worden gedesinfecteerd.

3. Acne – nabehandeling

3.1 Brengt een masker/pakking op

- Verricht het opbrengen van een specifiek masker/pakking op de juiste wijze, passend bij het huidtype op het volledig behandelde gebied. Hierbij wordt gewerkt volgens de bij het product behorende gebruiksaanwijzing.

3.2 Nabehandeling

- Verricht - na het verwijderen van het masker/pakking - de nabehandeling op de juiste wijze door de PH-waarde te herstellen en een dagverzorging passend bij het huidtype en de behandeling aan te brengen.

4. Acne – afwerking

4.1 Verricht de afwerking van de behandeling op de juiste wijze door de gebruikte naalden en mesjes voor afvoer te deponeren in een naaldcontainer en de gebruikte overige hulpmiddelen op hygiënisch verantwoorde wijze te verwijderen volgens de Code van de Schoonheidsspecialist.

5. Acne – advies cliënt

5.1 Geeft advies met betrekking tot de thuisverzorging (product en gebruik), de behandelfrequentie, vergoedingen en kosten.

DEEL III: Attitude / beroepshouding

- Werkt nauwkeurig
- Bewust hygiënisch werkend
- Cliëntgericht
- Risico-mijdend
- Geconcentreerd
- Ontspannen
- Werkend vanuit gevoel
- Stuur op tijd (planning)
- Houdt relevante ontwikkelingen in het vakgebied bij

Literatuurbronnen

Huid en lichaam

E. Fokke

Uitgeverij Syntax media

ISBN 90-77423-07-9

Dermatologie en vereneologie

Van Vloten

Wetenschappelijke uitgeverij Bunge

ISBN 90-6348-406-2 of 9035222687

Heel huids

Serge Koopman

Uitgeverij Roularta books

ISBN 90-5466-470-3

Dermatologie voor huidtherapie

De Groot, Toonstra en Lorst

Boom Lemma uitgevers

ISBN 978-90-3931-819-9

Dermato-venereologie voor de eerste lijn

H. Silleviss-Smitt, J.J.E. van Everdingen, M. de Haan

Uitgeverij Bohn Stafleu Van Loghem

ISBN 90 313 3995 4

Pathologie en geneeskunde

J.H. Vrijenhoek

ISBN 9035227808

Bakens pathologie

Wim van der Straten, Erik Fokke

Uitgeverij Syntax media

ISBN 90-77423-16-8

Coelho zakwoordenboek

A.A.F Jochems, F.W.M.G Joosten

Uitgeverij Elsevier

ISBN 9062287557

Branchecode van de Schoonheidsspecialist

Hoofdbedrijfschap ambachten (HBA)

Beauty Level 5

Visavi

Uitgeverij Visavi B.V.

ISBN 9789491277337

Dermal Needling

Dr Lance Setterfield M.D.

Uitgeverij Virtual beauty corporation

ISBN 978-0-473-17321-0

Praktische Dermatologie

R.I.F. van der Waal, H.A.M Neuman

Prelum uitgevers

ISBN 9085620600

Lexicon voor cosmetische ingrediënten

Marieke Schutte

Uitgeverij Lakerveld

ISBN 978 90 73930 00 1

BIJLAGE 2

Exameneisen Oosterse massage (Shiatsu-methode)



Exameneisen

Oosterse massage volgens de Shiatsu-methode

Vastgesteld door : Bestuur ANBOS

Datum : 24 april 2014

Inleiding

Voor u liggen de exameneisen voor de specialisatie Oosterse massage volgens de Shiatsu-methode. Deze eisen zijn opgesteld door ISEO Consult, op basis van het commentaar van twee deskundigen uit het vak, te weten de heer R. Riksen en mevrouw L. Madern. In maart-juli 2013 zijn de theoretische exameneisen herzien door MAB Onderwijskundige expertise in samenwerking met het KWC, op basis van het commentaar van de heer R. Riksen en mevrouw L. Madern.

De exameneisen zijn ter vaststelling voorgelegd aan het bestuur van ANBOS. De vaststellingsdatum vindt u op het voorblad van dit document.

Opbouw

Het document is opgebouwd uit drie delen:

- I. theoretische kennis;
- II. praktische vaardigheden;
- III. attitude / beroepshouding.

Toelating tot het examen

Om het examen te mogen afleggen, dient de deelnemer te beschikken over één van de volgende diploma:

- het MBO-diploma Schoonheidsspecialist (niveau 3);
- het Branchediploma Schoonheidsspecialist;
- een hieraan gelijkgesteld diploma, naar oordeel van de exameninstelling.

Algemene toelichting

In onderstaande theoretische exameneisen wordt de theoretische kennis beschreven die de basis vormt voor het geven van theorielessen en het maken van kennisvragen.

Overall geldt: Ook de weergegeven indeling van onderwerpen en de definities van de verschillende onderwerpen zijn relevant en moeten worden toegelicht/kunnen worden bevraagd.

Relevante voorkennis

Algemeen: branche(vak)niveau 3 is vereist.

De kandidaat kan:

DEEL I: Theoretische kennis	DEEL I: Theoretische kennis
<p>1. Algemene theorie</p>	<p>1. Algemene theorie</p>
<p>1.1 Behandeltheorie</p> <ul style="list-style-type: none"> • doelen cosmetische Shiatsu-massage <ul style="list-style-type: none"> • huidconditie versterken • huidfuncties normaliseren • huidproblemen herkennen/behandelen • huidpathologie herkennen • Chinese stromingen • Acupressuur • Tuinamassage • Japanse stromingen <ul style="list-style-type: none"> • Anmamassage • Zen Shiatsu • algemene regels oosterse massage volgens Shiatsu-methode <ul style="list-style-type: none"> • beweging en werkhouding behandelaar • korte nagels • geen sieraden dragen • ontspannen sfeer creëren • massage afslaan • contra-indicaties <ul style="list-style-type: none"> • absolute contra-indicaties van plaats • brandwonden/open wonden • huidinfecties • virale en bacteriële huidziekten • ernstige huiduitslag • besmettelijke en organische ziekten 	<p>1.1 Behandeltheorie</p> <ol style="list-style-type: none"> A. de doelen van de oosterse massage volgens de Shiatsu-methode noemen: huidconditie versterken, huidfuncties normaliseren, huidproblemen herkennen/behandelen, huidpathologie herkennen B. de massagevormen binnen de Chinese stromingen noemen:: Acupressuur, Tuinamassage C. de massagevormen binnen de Japanse stromingen noemen: Anmamassage, Zen Shiatsu D. de algemene regels van de oosterse massage volgens de Shiatsu-methode noemen: beweging en werkhouding behandelaar, korte nagels, geen sieraden dragen, ontspannen sfeer creëren, massage afslaan E. van de volgende absolute contra-indicaties van plaats beschrijven of deze gelden voor Shiatsu in het algemeen of voor specifieke meridianen en drukpunten en beschrijven welk risico ontstaat als Shiatsu op die plaats toch wordt toegepast: brandwonden/open wonden, huidinfecties, virale en bacteriële huidziekten, ernstige huiduitslag, besmettelijke en organische ziekten, gebroken beenderen en gewrichten, zwangerschap F. van de volgende relatieve contra-indicaties noemen of deze gelden voor Shiatsu in het algemeen of voor specifieke meridianen en drukpunten en beschrijven welk risico daarbij bestaat: medicatiegebruik, gebruik van hormoonpreparaten

<ul style="list-style-type: none"> • gebroken beenderen en gewrichten • zwangerschap • relatieve contra-indicaties <ul style="list-style-type: none"> • medicatiegebruik • gebruik van hormoonpreparaten 	
<p>1.2 Oosterse zienswijzen</p> <ul style="list-style-type: none"> • energie = uitgangspunt • holistische model • oorzaakbehandeling 	<p>1.2 Oosterse zienswijzen</p> <p>A. oosterse zienswijzen beschrijven in termen van energie en holisme in relatie tot de oorzaken van huidproblemen</p>
<p>1.3 Westerse zienswijzen</p> <ul style="list-style-type: none"> • materie = uitgangspunt • specialisme • symptoombehandeling 	<p>1.3 Westerse zienswijzen</p> <p>A. de westerse zienswijzen beschrijven in termen van materie en specialisme in relatie tot de symptomen van huidproblemen</p>
<p>1.4 Yin en Yang</p> <ul style="list-style-type: none"> • Yin = schaduwzijde/samentrekkende kracht/onderactiviteit/negatieve energie <ul style="list-style-type: none"> • dieperliggende oorzaken • voedende aspect van de huid • passieve massagehand, kalmerend effect • Yang = zonzijde/uitzettende kracht/overactiviteit/positieve energie <ul style="list-style-type: none"> • oppervlakkige symptomen • functionele aspect van de huid • actieve massagehand, stimulerend effect 	<p>1.4 Yin en Yang</p> <p>A. het dualisme tussen Yin/schaduwzijde/samentrekkende kracht/onderactiviteit/ negatieve energie en Yang/zonzijde/ uitzettende kracht/overactiviteit/positieve energie beschrijven</p> <p>B. Yin- en Yang-elementen van de huidanalyse beschrijven: dieperliggende oorzaken, oppervlakkige symptomen</p> <p>C. de invloed van Yin- en Yangenergie op de huid beschrijven: voedende aspect van de huid, functionele aspect van de huid</p> <p>D. Yin- en Yang- massageaccenten noemen: passieve massagehand/kalmerend effect, actieve massagehand/stimulerend effect</p>
<p>1.5 Energie</p> <ul style="list-style-type: none"> • kosmische energie • aura • biologische energie <ul style="list-style-type: none"> • de Hara • vier energieprincipes 	<p>1.5 Energie</p> <p>A. het belang van energie voor de huid beschrijven</p> <p>B. de volgende energievormen beschrijven en het verschil noemen tussen deze energievormen: kosmische energie, aura en biologische energie</p> <p>C. de functie en de invloed van de Hara beschrijven</p> <p>D. de invloed van de volgende energieprincipes/massageregels van energie</p>

<ul style="list-style-type: none"> • concentratie • ontspanning • intentie = concentratie + ontspanning • visualisatie • energiefuncties <ul style="list-style-type: none"> • bewegen • verwarmen • beschermen • transformeren • behouden lichaamssubstanties • energieverstoringen <ul style="list-style-type: none"> • energietekort/leegte • energieteveel/volte • energieblokkade/stagnatie 	<p>beschrijven: concentratie, ontspanning, intentie, visualisatie</p> <p>E. de energiefuncties volgens de traditionele Chinese geneeskunde beschrijven: bewegen, verwarmen, beschermen, transformeren, behouden lichaamssubstanties</p> <p>F. de volgende energieverstoringen beschrijven: energietekort/leegte, energieteveel/volte, energieblokkade/stagnatie</p>
<p>2. Specifieke theorie</p>	<p>2. Specifieke theorie</p>
<p>2.1 Yin- en Yangmeridianen</p> <ul style="list-style-type: none"> • kenmerken van het meridiaanstelsel <ul style="list-style-type: none"> • Yin- energiekringloop • Yang-energiekringloop • twaalf meridianen en hun afkortingen • Yin-meridianen <ul style="list-style-type: none"> • Long (lo.) • Milt (mi.) • Hartconstrictor (hc.) • Nier (ni.) • Hart (ht.) • Lever (le.) • Yang-meridianen <ul style="list-style-type: none"> • Dikke darm (dida.) • Maag (mg.) 	<p>2.1 Yin- en Yang-meridianen</p> <p>A. de kenmerken van het meridiaanstelsel noemen</p> <p>B. de Yin-en Yang energiekringloop beschrijven</p> <p>C. van de volgende meridianen de lokalisatie/het verloop beschrijven: Longen, Dikke darm, Maag, Dunne darm, Driewarmer, Blaas, Galblaas</p> <p>D. van de volgende Yin-meridianen de afkortingen noemen en de invloeden (op het gebied van anatomie, fysiologie, relatie met de huid, zintuigen, lichaamsdelen/organen, processen, emotie, kleur) beschrijven: Longmeridiaan, Miltmeridiaan, Hartconstrictormeridiaan, Niermeridiaan, Hartmeridiaan, Levermeridiaan</p> <p>E. van de volgende Yang-meridianen de afkortingen noemen en de invloeden (op het gebied van anatomie, fysiologie, relatie met de huid, zintuigen, lichaamsdelen/organen, processen, emotie, kleur) beschrijven: Dikke darmmeridiaan, Maagmeridiaan, Driewarmermeridiaan, Blaasmeridiaan, Dunne darmmeridiaan, Galblaasmeridiaan</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Driewarmer (dri.) • Blaas (bl.) • Dunne darm (duda.) • Galblaas (gb.) • koppelmeridianen <ul style="list-style-type: none"> • Long + Dikke darm • Milt + Maag • Hart + Dunne darm • Hartconstrictor + Driewarmer • Lever + Galblaas • Nier + Blaas • twee extra/bijzondere meridianen <ul style="list-style-type: none"> • Dumo-meridiaan (dm.) • Renmo-meridiaan (rm.) 	<p>F. de koppelmeridianen noemen</p> <p>G. van de volgende extra/bijzondere meridianen de afkortingen noemen, de lokalisatie/het verloop beschrijven, de verbindingen met de andere meridianen en de invloeden (op het gebied van huid, lichaamsprocessen) beschrijven: Dumomeridiaan, Renmomeridiaan</p>
<p>2.2 Drukpunten</p> <ul style="list-style-type: none"> • lokalisatiemogelijkheden van meridianen en drukpunten <ul style="list-style-type: none"> • anatomische kennis • het Chinese lichaamsmatensysteem • het drukpuntnummersysteem • huidanalyse • Long 1 (lo. 1) • Long 5 (lo.5) • Long 6 (lo.6) • Long 7 (lo.7) • Long 9 (lo.9) • Dikke darm 11 (dida.11) • Dikke darm 19 (dida.19) • Dikke darm 20 (dida.20) • Maag 1 (mg.1) • Maag 3 (mg.3) • Maag 4 (mg.4) 	<p>2.2 Drukpunten</p> <p>A. de volgende methodes voor het lokaliseren van meridianen en drukpunten beschrijven: anatomische kennis, het Chinese lichaamsmatensysteem, het drukpuntnummersysteem, huidanalyse</p> <p>B. van de volgende drukpunten de afkorting noemen, de lokalisatie beschrijven en de eigenschappen en toepassing beschrijven: Long 1, 5, 6, 7 en 9, Dikke darm 11, 19 en 20, Maag 1, 3, 4, 9, 10 en 11, Dunne darm 18, Blaas 1, 2 en 10, Driewarmer 17 en 23, Galblaas 1, 12, 14, 20 en 21, Dumo 16, 20 en 26, Renmo 24, Yin Tang</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Maag 9 (mg.9) • Maag 10 (mg.10) • Maag 11 (mg.11) • Dunne darm 18 (duda. 18) • Blaas 1 (bl.1) • Blaas 2 (bl.2) • Blaas 10 (bl.10) • Driewarmer 17 (dri.17) • Driewarmer 23 (dri.23) • Galblaas 1 (gb.1) • Galblaas 12 (gb.12) • Galblaas 14 (gb.14) • Galblaas 20 (gb.20) • Galblaas 21 (gb.21) • Dumo 16 (dm.16) • Dumo 20 (dm.20) • 2Dumo 26 (dm.26) • Renmo 24 (rm.24) • Yin Tang 	
<p>2.3 Hormoonhuishouding contra energiehuishouding</p> <ul style="list-style-type: none"> • hormoondrukpunten <ul style="list-style-type: none"> • Dumo 16 (dm.16) • Dumo 20 (dm.20) • Yin Tang • Maag 9 (mg. 9) • Maag 10 (mg. 10) • Maag 11 (mg. 11) • Driewarmer 17 (dr. 17) • Driewarmer 23 (dr. 23) • Blaas 1 (bl.1) • Blaas 10 (bl.10) 	<p>2.3 Hormoonhuishouding contra energiehuishouding</p> <p>A. van de volgende hormoondrukpunten beschrijven met welke hormoonklieren en welk hormoon ze een relatie hebben: Dumo 16 en 20, Yin Tang, Maag 9, 10 en 11, Driewarmer 17 en 23, Blaas 1 en 10</p> <p>B. van de volgende hormoonklieren/organen de relatie met de hormonen, meridianen en drukpunten beschrijven en de lokalisatie noemen: hypothalamus, hypofyse, epifyse (melatonine), schildklier (thyroxine), alveesklier, bijnieren (cortisonen), geslachtsklieren (oestrogenen), huid (histamine)</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Hormoonklieren/organen <ul style="list-style-type: none"> • hypothalamus • hypofyse • epifyse <ul style="list-style-type: none"> • melatonine • schildklier <ul style="list-style-type: none"> • thyroxine • alveesklier • bijnieren <ul style="list-style-type: none"> • cortisonen • geslachtsklieren <ul style="list-style-type: none"> • oestrogenen • huid <ul style="list-style-type: none"> • histamine 	
<p>2.4 Afweersysteem</p> <ul style="list-style-type: none"> • beschermende energie 	<p>2.4 Afweersysteem</p> <p>A. de relatie tussen beschermende energie en het afweersysteem noemen</p> <p>B. de aspecten van de huid noemen waarmee de beschermende energie verbonden is</p>
<p>2.5 Mimische spieren</p> <ul style="list-style-type: none"> • voorhoofdsspier • oogkringspier • kinspier • mondkringspier • brede halsspier 	<p>2.5 Mimische spieren</p> <p>A. van de volgende mimische spieren de relatie met de meridianen en drukpunten noemen: voorhoofdsspier, oogkringspier, kinspier, mondkringspier, brede halsspier</p>
<p>2.6 Nomenclatuur</p> <ul style="list-style-type: none"> • Acupressuur/drukpuntmassage • Chi/energie/levenskracht • cun/Chinese lichaamsmaateenheid • Dumo/gouverneursvat/Yangmeridiaan/zee van Yang • dualisme/homeostase 	<p>2.6 Nomenclatuur</p> <p>A. van de volgende termen de verschillende benamingen noemen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Acupressuur/drukpuntmassage • Chi/energie/levenskracht • cun/Chinese lichaamsmaateenheid • Dumo/gouverneursvat/Yangmeridiaan/zee van Yang

<ul style="list-style-type: none"> • Hara/biologische energiebron/initiatiepunt voor Shiatsu/onderbuik/zwaartepunt • Hartconstrictor/hartbeschermer/hartzakje/hartomhulsel • Ki/energie/levenskracht • mai/kanaal/meridiaan/vat • mo/kanaal/meridiaan/vat • Renmo/conceptievat/Yinmeridiaan/zee van Yin • tsubo/drukpunt • Weichi/afweerenergie/beschermende energie/defensieve energie/pH van de huid • Yin Tang/extra Longpunt/hormoonpunt/Dumo 24a/Dumo 24½/epifysepunt/pijnappelklierpunt • Zen Shiatsu/meridiaanmassage 	<ul style="list-style-type: none"> • dualisme/homeostase • Hara/biologische energiebron/initiatiepunt voor Shiatsu/onderbuik/zwaartepunt • Hartconstrictor/hartbeschermer/hartzakje/hartomhulsel • Ki/energie/levenskracht, mai/kanaal/meridiaan/vat • mo/kanaal/meridiaan/vat • Renmo/conceptievat/Yinmeridiaan/zee van Yin • tsubo/drukpunt • Weichi/afweerenergie/beschermende energie/defensieve energie/pH van de huid • Yin Tang/extra Longpunt/hormoonpunt/Dumo 24a/Dumo 24½/epifysepunt/pijnappelklierpunt • Zen Shiatsu/meridiaanmassage
<p>3. Theorie van de oosterse massage</p>	<p>3. Theorie van de oosterse massage</p>
<p>3.1 Oosterse huidanalyse</p> <ul style="list-style-type: none"> • behandelplan • factoren huidanalyse <ul style="list-style-type: none"> • huidspanning • huidverkleuring • huidtemperatuur • gevoeligheidsreactie • anamnese • huidtypen <ul style="list-style-type: none"> • droge huid • gevoelige huid • vette huid • huid(reflex)zones <ul style="list-style-type: none"> • Nieren en Blaas • Hart en Dunne darm • Lever en Galblaas 	<p>3.1 Oosterse huidanalyse</p> <ol style="list-style-type: none"> het hoofddoel van het maken van een behandelplan noemen de factoren voor het maken van een oosterse huidanalyse noemen en de relaties met de massagedoelen van de cosmetische Shiatsu beschrijven de meridianen en drukpunten noemen die benadrukt moeten worden bij de massage van de volgende huidtypen: droge huid, gevoelige huid, vette huid de locaties beschrijven van de reflexzones en hun relaties met de diverse organen: Nieren, Blaas, Hart, Dunne darm, Lever, Galblaas, Longen, Dikke darm, Milt, Maag de doelen noemen van de adviezen en de nabehandeling

<ul style="list-style-type: none"> • Longen en Dikke darm • Milt en Maag • nabehandeling 	
<p>3.2 Massagetechnieken</p> <ul style="list-style-type: none"> • druktechnieken <ul style="list-style-type: none"> • stimulerende drukpuntmassage • kalmerende drukpuntmassage • loodrechte druk • schuine druk aangepast aan het weefsel • stationaire druk • ondersteunende druk/tweehandentechniek • massagetechnieken <ul style="list-style-type: none"> • stimulerende meridiaanmassage • kalmerende meridiaanmassage • drukmethode/drukpuntmassage • strijking/meridiaanmassage • kneding • tokkelen/vingertoppentapements • bijzondere massagetechnieken <ul style="list-style-type: none"> • handpalmtechnieken • vinger-op-vingertechniek • pianotechniek • stimulerende rotatietechniek • kalmerende rotatietechniek • strektechniek 	<p>3.2 Massagetechnieken</p> <p>A. van de volgende druktechnieken de toepassing, uitvoering en invloed noemen: stimulerende drukpuntmassage, kalmerende drukpuntmassage, loodrechte druk, schuine druk aangepast aan het weefsel, stationaire druk, ondersteunende druk/tweehandentechniek</p> <p>B. van de volgende massagetechnieken de toepassing, uitvoering en invloed noemen en noemen waardoor zij worden bepaald: stimulerende meridiaanmassage, kalmerende meridiaanmassage, drukmethode/drukpuntmassage, strijking/meridiaanmassage, kneding, tokkelen/vingertoppentapements</p> <p>C. van de volgende bijzondere massagetechnieken de toepassing, uitvoering en invloed noemen: handpalmtechniek, vinger-op-vingertechniek, pianotechniek, stimulerende rotatietechniek, kalmerende rotatietechniek, strektechniek</p>
<p>3.3 Uitvoering van de oosterse massage</p> <ul style="list-style-type: none"> • voorbehandeling <ul style="list-style-type: none"> • controleren hoofd- en lichaamshouding cliënt • reinigen van gezicht en het hals-borstgebied • opbouw massage 	<p>3.3 Uitvoering van de oosterse massage</p> <p>A. de toepassing, uitvoering en invloed van de voorbehandeling noemen: controleren houding en reinigen</p> <p>B. de opbouw van de massage noemen: hoofdhuidmassage, gezichtsmassage, oormassage, halsmassage, nek-schoudermassage, halsborstgebiedmassage,</p>

<ul style="list-style-type: none"> • hoofdhuidmassage • gezichtsmassage • oormassage • halsmassage • nek-schoudermassage • hals-borstgebiedmassage • sulcusmassage • armmassage • fundamentele principes <ul style="list-style-type: none"> • volgens behandelplan • inleiding • opbouw • volgorde • volledigheid • contact • plaatsbepaling • drukeffectiviteit • drukvariatie • houding behandelaar • toepassing technieken • tempo • ritme • overgangen • eindbehandeling <ul style="list-style-type: none"> • Longmeridiaanmassage op de bovenarmen • afstrijken/afslaan 	<p>sulcusmassage, armmassage</p> <p>C. de fundamentele principes, toepassing, uitvoering en invloed van de massage noemen: volgens behandelplan, inleiding, opbouw, volgorde, volledigheid, contact, plaatsbepaling, drukeffectiviteit, drukvariatie, houding behandelaar, toepassing technieken, tempo, ritme, overgangen</p> <p>D. beschrijf de toepassing, uitvoering en invloed van de eindbehandeling: Longmeridianen op de bovenarmen, afstrijken/afslaan</p>
--	---

DEEL II: Praktische vaardigheden

Algemene werkproces

1. Ontvangt de cliënt
2. Voert een anamnese en onderzoek uit
3. Stelt een behandelplan op (in overleg met de cliënt) en bereidt de behandeling voor
4. Voert de behandeling gestructureerd en cliëntgericht uit
5. Bewaakt de kwaliteit, veiligheid en hygiëne tijdens de behandeling (Code van de Schoonheidsspecialist)
6. Voorkomt complicaties / grijpt zo nodig adequaat in
7. Evalueert de behandeling en rondt deze af
8. Adviseert de cliënt over thuisgebruik
9. Verkoopt producten en diensten
10. Reageert correct op wensen, vragen en klachten

Oosterse massage(Shiatsu) - Algemeen

- ondersteunt de cliënt in lighouding, zodat deze zich optimaal kan ontspannen
- leidt de massage in door als eerste een rotatie op het hoofd uit te voeren
- hanteert de juiste volgorde bij de massage, te weten:
 1. hoofdhuid
 2. voorhoofd
 3. oog huid en wenkbrauwen
 4. neus
 5. jukbeen
 6. wanggebied
 7. huidgebied rond mond
 8. kaakcontour
 9. oren
 10. hals / nek gebied
 11. schouders
 12. gehele armen
 13. hals / borstgebied
 14. bovenarmen
- behandelt de volle omvang van ieder gebied met alle daarin voorkomende drukpunten en meridianen
- voert massage afhankelijk van de plaats éénhandig of tweehandig symmetrisch uit
- behandelt de drukpunten en meridianen op de juiste plaats
- behoudt gedurende de gehele massage contact met het weefsel
- initieert gedurende de gehele massage de toe- en afname van druk vanuit de hara van het lichaam van de kandidaat
- past de druk op het weefsel aan: aan de greep, de plaats waar de druk wordt toegepast en de conditie van het weefsel
- voert de grepen uit met een vloeiende cadans en gelijkmatige overgangen

Oosterse massage (Shiatsu) - Technieken

1. Shiatsu drukpuntmassage

1.1 Eénvingertechniek

- duimen horizontaal houden
- met de duimtoppen of de zijkant van de duimtoppen druk op het weefsel uitoefenen
- de overige vingertoppen zoveel mogelijk aangesloten aan het weefsel houden

- ontspannen plaatsing van de actieve vingers op het drukpunt
- op de drukpunten een aanzwellende druk geven, geïnitieerd vanuit de Hara
- loodrechte of schuine druk geven (afhankelijk van de vingertechniek)
- druk aanpassen aan het weefsel
- druk aanhouden
- druk geleidelijk af laten nemen
- totale duur per drukpunt is circa 7 seconden
- ontspannen verbreking van het contact
- niet-actieve vingers behouden in de verplaatsing contact met het weefsel
- vanaf het eerste drukpunt de volle omvang van het te behandelen gebied bewerken

1.2 Duim op duimtechniek

- duimtop van de ene hand ontspannen op de nagel van de duim van de andere hand plaatsen
- druk op het weefsel uitoefenen
- overige vingertoppen aangesloten aan het weefsel houden
- ontspannen plaatsing van de duimen op het drukpunt
- op de drukpunten een aanzwellende druk geven, geïnitieerd vanuit de Hara
- loodrechte of schuine druk gevendruk aanpassen aan het weefsel
- druk aanhouden
- druk geleidelijk af laten nemen
- totale duur per drukpunt is circa 7 seconden
- ontspannen verbreking van het contact
- niet-actieve vingers behouden in de verplaatsing contact met het weefsel
- vanaf het eerste drukpunt de volle omvang van het te behandelen gebied bewerken

1.3 Vinger op vingertechniek

- de middelvinger op de nagel van de wijsvinger van dezelfde hand te plaatsen
- druk op het weefsel uitoefenen
- duimen aangesloten aan het weefsel houden
- ontspannen plaatsing van de actieve vingers op het drukpunt
- op de drukpunten een aanzwellende druk geven, geïnitieerd vanuit de Hara
- loodrechte of schuine druk geven
- druk aanpassen aan het weefsel
- druk aanhouden
- druk geleidelijk af laten nemen
- totale duur per drukpunt is circa 7 seconden
- ontspannen verbreking van het contact
- niet-actieve vingers behouden in de verplaatsing contact met het weefsel
- vanaf het eerste drukpunt de volle omvang van het te behandelen gebied bewerken
- drukpuntmassage tweehandig symmetrisch uitvoeren

1.4 Meervingertechniek

- de vingers met uitzondering van de duim gebogen houden
- met de vingertoppen afrollende druk op het weefsel uitoefenen
- op de drukpunten een aanzwellende druk geven, geïnitieerd vanuit de Hara
- loodrechte of schuine druk geven
- druk aanpassen aan het weefsel
- druk geleidelijk af laten nemen
- totale duur per greep is circa 4 seconden
- ontspannen plaatsing van de wijsvinger

- opeenvolgend van wijsvinger naar pink bewegen
- vanaf het eerste drukpunt de volle omvang van het te behandelen gebied bewerken
- drukpuntmassage tweehandig symmetrisch uitvoeren

2. Shiatsu meridiaanmassage

- met de duimtoppen of de zijkant van de duimen druk op de meridiaan uitoefenen
- overige vingers (afhankelijk van de plaats) al dan niet aangesloten aan het weefsel houden
- duimtoppen of zijkant van de duimen ontspannen plaatsen op begin meridiaangreep
- duimtoppen / zijkant van de duimen ononderbroken bewegen tot het eind van de greep
- meridiaanmassage één- of tweehandig symmetrisch uitvoeren
- meridiaanmassage uitvoeren over het gehele te masseren meridiaangebied
- op de plaats van inzet een aanzwellende loodrechte druk geven geïnitieerd vanuit de Hara
- druk aanhouden gedurende het gehele meridiaangebied
- druk aan het eind van de greep geleidelijk laten afnemen
- tijdsafstand tussen inzet en einde van de beweging is circa 9 seconden per 10 centimeter
- opeenvolgende bewegingen in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uitvoeren

3. Shiatsu rotatietechniek

3.1 Vingertoppentechniek

- vingers van de hand gespreid en licht gebogen, zonder scherpe hoeken in de gewrichten
- ontspannen contact maken met het weefsel
- cirkelvormige druk in het weefsel te geven
- druk op het weefsel uitoefenen geïnitieerd vanuit de Hara
- druk aanpassen aan het weefsel
- druk per rotatieplaats circa 5 seconden aanhouden
- opeenvolgende bewegingen in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uitvoeren
- het actieve gedeelte van de hand waarmee de rotatietechniek wordt uitgevoerd, houdt de eenmaal ingenomen plaats op het weefsel
- rotatietechniek op het hoofd: zoveel mogelijk de volle omvang van het hoofd behandelen
- overige plaatsen: rotatietechniek op één plaats uitvoeren

3.2 Duimentechniek

- duimen horizontaal houden en met de duimtoppen druk op het weefsel uitoefenen
- de overige vingertoppen zijn zoveel mogelijk aangesloten aan het weefsel
- ontspannen contact maken met het weefsel
- cirkelvormige druk in het weefsel te geven
- druk op het weefsel uitoefenen geïnitieerd vanuit de Hara
- druk aanpassen aan het weefsel
- druk per rotatieplaats circa 5 seconden aanhouden
- opeenvolgende bewegingen in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uitvoeren
- het actieve gedeelte van de hand waarmee de rotatietechniek wordt uitgevoerd, houdt de eenmaal ingenomen plaats op het weefsel
- rotatietechniek op één plaats uitvoeren

3.3 Vinger op vingertechniek

- middelvinger op de nagel van de wijsvinger van dezelfde hand plaatsen en hiermee druk op het weefsel uitoefenen
- de duimen zijn aangesloten aan het weefsel
- ontspannen contact maken met het weefsel
- cirkelvormige druk in het weefsel te geven

- druk op het weefsel uitoefenen geïnitieerd vanuit de Hara
- druk aanpassen aan het weefsel
- druk per rotatieplaats circa 5 seconden aanhouden
- opeenvolgende bewegingen in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uitvoeren
- het actieve gedeelte van de hand waarmee de rotatietechniek wordt uitgevoerd, houdt de eenmaal ingenomen plaats op het weefsel
- rotatietechniek op één plaats uitvoeren

3.4 Handpalmtechniek (hals-borstgebied)

- handpalmen ontspannen laten aansluiten aan het weefsel
- ontspannen contact maken met het weefsel
- cirkelvormige druk in het weefsel te geven
- druk op het weefsel uitoefenen geïnitieerd vanuit de Hara
- druk aanpassen aan het weefsel
- druk per rotatieplaats circa 5 seconden aanhouden
- opeenvolgende bewegingen met een vloeiende cadans uitvoeren
- het actieve gedeelte van de hand waarmee de rotatietechniek wordt uitgevoerd, houdt de eenmaal ingenomen plaats op het weefsel
- rotatietechniek op één plaats uitvoeren

4. Shiatsu handpalmtechniek (gezicht)

- handpalmen ontspannen aansluiten aan het weefsel
- met de volle hand ontspannen contact te maken met het weefsel
- contact enige tijd aan te houden
- in de overgang naar de drukkpuntmassage de shiatsu rotatietechniek toe te passen
- met optimaal handcontact met de handpalm druk op het weefsel uitoefenen
- druk aanpassen aan het weefsel
- duur van de totale greep is circa 5 seconden

5. Shiatsu kneding gelaat (wenkbrauweefsel en kaakcontour)

5.1 Wenkbrauweefsel

- hand bovenhands vertikaal en de top van de wijsvinger recht tot licht gebogen
- top van de duim tegenover wijsvinger plaatsen zodat zij oppositiekoneel zijn in de kneding
- plaatsing van de wijsvinger en duim of vingers en duim op het drukkpunt en omliggend gebied
- naar boven bewegen
- op de druk / kneedpunten een aanzwellende druk geven
- druk aanpassen aan het weefsel
- totale duur per druk / kneedpunt circa 3 seconden aanhouden
- druk verminderen
- bij verplaatsing naar het volgende druk / kneedpunt huidcontact behouden
- techniek over de volle omvang van het te behandelen gebied tweehandig symmetrisch over de opeenvolgende druk / kneedpunten verrichten
- opeenvolgende bewegingen in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uitvoeren

5.2 Kaakcontour

- hand onderhands vertikaal en de vingertoppen recht tot licht gebogen
- top van de duim tegenover wijsvinger plaatsen zodat deze oppositiekoneel zijn in de kneding
- plaatsing van de wijsvinger en duim of vingers en duim op het drukkpunt en omliggend gebied
- naar boven bewegen
- op de druk / kneedpunten een aanzwellende druk geven

- druk aanpassen aan het weefsel
- totale duur per druk / kneedpunt circa 3 seconden aanhouden
- druk verminderen
- bij verplaatsing naar het volgende druk / kneedpunt huidcontact behouden
- techniek over de volle omvang van het te behandelen gebied tweehandig symmetrisch over de opeenvolgende druk / kneedpunten verrichten
- opeenvolgende bewegingen in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uitvoeren

6. Shiatsu oormassage

- duimen aan de voorzijde en de wijsvingers aan de achterzijde van de oren oppositioneel houden
- duimen en de wijsvingers ontspannen plaats
- duimen en wijsvingers met een strekkende beweging, afhankelijk van de plaats op de oren, omlaag, opzij en omhoog bewegen
- massage tweehandig symmetrisch over de volle omvang van het te behandelen gebied uitvoeren
- vanaf de plaats van inzet een aanzwellende druk te geven, geïnitieerd vanuit de Hara
- druk aan het einde van de greep geleidelijk laten afnemen
- iedere strekkende greep duurt circa 3 seconden

7. Shiatsu tapotement op het hoofd

- vingers iets gespreid en licht gebogen houden, zonder scherpe hoeken in de buiging van de gewrichten
- vingers afwisselend, ontspannen vanuit het gewricht met de middenhand bewegen
- eerst de ene helft en daarna de andere helft van het hoofd met minimaal drie vingeruiteinden van beide handen tapoteren
- gelijkmatige druk geven, aangepast aan het weefsel
- vingers afwisselend met een snelheid van circa 3 aanrakingen per vinger per seconde bewegen
- opeenvolgende bewegingen van de vingers in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uitvoeren

DEEL III: Attitude / beroepshouding

- Werkt nauwkeurig
- Bewust hygiënisch werkend
- Cliëntgericht
- Risico-mijdend
- Geconcentreerd
- Ontspannen
- Werkend vanuit gevoel
- Past consequent het vier-energie-principe toe
- Stuur op tijd (planning)
- Houdt relevante ontwikkelingen in het vakgebied bij

BIJLAGE 3

Exameneisen Huidverbeterende massage



Exameneisen

Huidverbeterende massage

Bindweefsel- en pincementstechnieken

Vastgesteld door : Bestuur ANBOS

Datum : 24 april 2014

Inleiding

Voor u liggen de exameneisen voor de specialisatie Huidverbeterende massage. Deze massage is gebaseerd op technieken uit zowel de bindweefsel- als de pincementsmassage.

Deze eisen zijn opgesteld door ISEO Consult, op basis van het commentaar van deskundigen uit het vak, te weten:

Mevrouw T. Leeuwenburg

Mevrouw H. Mastboom

Mevrouw C. Prent

Mevrouw F. van Rheenen

Mevrouw W. Smits

Met bovengenoemde expertgroep is allereerst vastgesteld of de nieuwe specialisatie Huidverbeterende massage haalbaar was. Het antwoord was positief. Vervolgens is in gezamenlijkheid de specialisatie uitgewerkt. Daarbij is ook rekening gehouden met de verhouding tot de andere specialisaties (qua zwaarte en het niveau). Met name de plaats van het rugonderzoek en de rugmassage binnen de specialisatie, heeft binnen de werkgroep tot veel discussie geleid. Uiteindelijk is besloten om een proefperiode van 3 jaar te hanteren, zodat deze nieuwe specialisatie zich kan ontwikkelen en de haalbaarheid van de operationalisaties kan worden getoetst.

In maart-oktober 2013 zijn de theoretische exameneisen herzien door MAB Onderwijskundige expertise in samenwerking met het KWC, op basis van het commentaar van de dames W. Smits, A. Spreeuwenberg, T. Leeuwenburg, E. Rutten en G. Has. De exameneisen zijn ter vaststelling voorgelegd aan het bestuur van ANBOS. De vaststellingsdatum vindt u op het voorblad van dit document.

Opbouw

Het document is opgebouwd uit drie delen:

- I. theoretische kennis;
- II. praktische vaardigheden;
- III. attitude / beroepshouding.

Toelating tot het examen

Om het examen te mogen afleggen, dient de deelnemer te beschikken over één van de volgende diploma's:

- het MBO-diploma Schoonheidsspecialist (niveau 3);
- het Branchediploma Schoonheidsspecialist;
- een hieraan gelijkgesteld diploma, naar oordeel van de exameninstelling.

Algemene toelichting:

In onderstaande theoretische exameneisen wordt de theoretische kennis beschreven die de basis vormt voor het geven van theorielessen en het maken van kennisvragen.

Overall geldt: Ook de weergegeven indeling van onderwerpen en de definities van de verschillende onderwerpen zijn relevant en moeten worden toegelicht/kunnen worden bevraagd.

Relevante voorkennis:

Algemeen: branche(vak)niveau 3 is vereist.

Specifiek voor Elektrisch ontharen:

de bouw van de huid, algemene natuurwetenschappen, elektriciteit.

De kandidaat kan:

DEEL I: Theoretische kennis	DEEL I: Theoretische kennis
1. Geschiedenis en ontwikkeling	1. Geschiedenis en ontwikkeling
1.1 Bindweefsel <ul style="list-style-type: none"> • Grondlegger: Dicke 	1.1 Bindweefsel <ul style="list-style-type: none"> A. de grondlegger van de medische bindweefselmassage noemen
1.2 Pincements <ul style="list-style-type: none"> • Grondlegger: Jacquet • Nederland: Hermans 	1.2 Pincements <ul style="list-style-type: none"> A. de grondlegger van de pincementsmassage noemen B. noemen wie de pincementsmassage naar Nederland heeft gebracht
2. Medisch-therapeutische vorm	2. Medisch-therapeutische vorm
2.1 Bewegingsapparaat, orgaanklachten, littekenbehandeling	2.1 Bewegingsapparaat, orgaanklachten, littekenbehandeling <ul style="list-style-type: none"> A. de problemen noemen die vallen onder de medisch-therapeutische bindweefselmassage
3. Cosmetische vorm	3. Cosmetische vorm
3.1 Segmentaal, cosmetisch ondersteunend, cosmetisch	3.1 Segmentaal, cosmetisch ondersteunend, cosmetisch <ul style="list-style-type: none"> A. het doel noemen van de segmentale massage/cosmetisch ondersteunende massage/cosmetische bindweefselmassage
3.2 Lokaal, cosmetisch accent	3.2 Lokaal, cosmetisch accent <ul style="list-style-type: none"> A. het doel noemen van de lokale huidverbeterende massage/de huidverbeterende massage met een cosmetisch accent
4. Anatomie	4. Anatomie
4.1 Functies van de huid <ul style="list-style-type: none"> • barrièrefunctie • bescherming/beschermende functie • immunologische functie 	4.1 Functies van de huid <ul style="list-style-type: none"> A. van de volgende functies van de huid beschrijven wat hiertoe behoort: barrièrefunctie, bescherming/beschermende functie, immunologische functie, productie van vitamine D, warmteregulatie., opslagfunctie voor in

<ul style="list-style-type: none"> • productie van vitamine D • warmteregulatie • opslagfunctie voor in vet oplosbare stoffen • signaalfunctie • communicatiefunctie 	<p>vet oplosbare stoffen, signaalfunctie, communicatiefunctie</p>
<p>4.2 Structuur van het bindweefsel</p> <ul style="list-style-type: none"> • fibroblasten <ul style="list-style-type: none"> • actine • myosine • tussenstof/grondsubstantie <ul style="list-style-type: none"> • proteoglycanen • glycosaminoglycanen/mucopolysacchariden <ul style="list-style-type: none"> • hyaluronzuur • vezelstructuren <ul style="list-style-type: none"> • collageen vezels <ul style="list-style-type: none"> • collageen • elastische vezels <ul style="list-style-type: none"> • elastine • reticuline vezels <ul style="list-style-type: none"> • reticuline • water • mestcellen/mastocyten <ul style="list-style-type: none"> • heparine • histamine • hyaluronidase • serotonine • cellen van Langerhans • vetcellen • wondgenezing <ul style="list-style-type: none"> • reactiefase • regeneratiefase/granulatiweefsel • remodelleringsfase • migrerende fibroblasten 	<p>4.2 Structuur van het bindweefsel</p> <ol style="list-style-type: none"> A. de functie en het voorkomen van fibroblasten noemen B. de functie van actine en myosine noemen en de plaats noemen waar actine en myosine voorkomen C. de onderdelen van tussenstof/grondsubstantie noemen D. de functie noemen van proteoglycanen E. de functie noemen van de volgende vormen van glycosaminoglycanen/mucopolysacchariden: hyaluronzuur F. de functie van collageen, elastische en reticuline vezels noemen en noemen waaruit ze bestaan G. de functie van water noemen H. de functie van mestcellen/mastocyten noemen en noemen wat de inhoud van de mestcel/mastocyt is I. de invloed van heparine, histamine, hyaluronidase en serotonine noemen J. noemen wanneer histamine vrijkomt in de huid K. de ligging, het doel, de functie en de migratie van de cellen van Langerhans noemen L. de functies van vetcellen noemen M. de volgende fasen van een normaal wondgenezingsproces in de goede volgorde plaatsen en van iedere fase de kenmerken noemen: reactiefase, regeneratiefase, remodelleringsfase N. het doel en de functie van de migrerende fibroblasten noemen en noemen hoe ze in staat zijn om te migreren
<p>4.3 Vascularisatie</p>	<p>4.3 Vascularisatie</p>

<ul style="list-style-type: none"> • bloedvaten in de huid <ul style="list-style-type: none"> • haarvaten/capillairen • aders/venen • slagaders/arteriën • arterioveneuze anastomosen/arterioveneuze verbindingen <ul style="list-style-type: none"> • warmteregulatie • precapillaire sfincter • collaterale bloedvaten/collateralen • lymfedoorstroming 	<ul style="list-style-type: none"> A. de bouw, ligging en functie noemen van de volgende bloedvaten in de huid: haarvaten/capillairen, aders/venen en slagaders/arteriën B. de ligging en functie van de arterioveneuze anastomosen/arterioveneuze verbindingen noemen en beschrijven hoe de warmte in de huid en het lichaam mede door de arterioveneuze anastomosen gereguleerd wordt C. de functie van precapillaire sfincters noemen op de lymfecirculatie en onder invloed van het (ortho)sympatische zenuwstelsel en noemen waardoor de precapillaire sfincters worden beïnvloed D. de functie van collaterale bloedvaten/collateralen noemen E. het tot stand komen van de lymfedoorstroming in de huid beschrijven
<p>5. Zenuwstelsel</p>	<p>5. Zenuwstelsel</p>
<p>5.1 Zenuwweefsel</p> <ul style="list-style-type: none"> • zenuwcel/neuron <ul style="list-style-type: none"> • cellichaam • zenuwuitlopers <ul style="list-style-type: none"> • dendrieten • neurieten/axonen <ul style="list-style-type: none"> • myelineschede <ul style="list-style-type: none"> • gemyeliniseerde zenuwvezels • ongemyeliniseerde zenuwvezels • motorisch eindplaatje • synaps • schakelneuron • soorten zenuwen <ul style="list-style-type: none"> • motorische zenuwen • sensibele zenuwen • gemengde zenuwen • zenuwbanen <ul style="list-style-type: none"> • motorische zenuwbanen • sensibele zenuwbanen • gemengde zenuwbanen • zenuwknopen en zenuwvlecht <ul style="list-style-type: none"> • grensstrengen • zonnevlecht/plexis solaris 	<p>5.1 Zenuwweefsel</p> <ul style="list-style-type: none"> A. de bouw en functie van de volgende onderdelen van het zenuwweefsel noemen: zenuwcel/neuron, cellichaam, zenuwuitlopers (dendrieten en neurieten/axonen), myelineschede, zenuwvezels (gemyeliniseerde en ongemyeliniseerde), motorisch eindplaatje, synaps, schakelneuron B. de prikkelgeleiding bij gemyeliniseerde en ongemyeliniseerde (afferente en efferente) zenuwvezels beschrijven C. de kenmerken van de prikkeling van gemyeliniseerde en ongemyeliniseerde zenuwvezels noemen D. noemen wanneer prikkeling van gemyeliniseerde en ongemyeliniseerde zenuwvezels wenselijk is E. de prikkels noemen die door de volgende soorten zenuwen worden geleid en de plek noemen waar deze prikkels naar toe worden vervoerd: motorische zenuwen, sensibele zenuwen, gemengde zenuwen F. de onderdelen van een zenuwbaan in de juiste volgorde plaatsen G. de functie en ligging noemen van de grensstrengen en de zonnevlecht/plexis solaris H. de functies van de receptoren noemen I. de verschillende sensorische prikkels/impulsen noemen J. noemen wanneer de volgende mechanoreceptoren worden geprikkeld: lichaampjes van Meissner, lichaampjes van Merkel, lichaampjes van Vater-Pacini K. noemen waar de volgende thermoreceptoren zich bevinden en wanneer

<ul style="list-style-type: none"> • zenuwuiteinden <ul style="list-style-type: none"> • receptoren <ul style="list-style-type: none"> • functies <ul style="list-style-type: none"> • opvangen van prikkels/impulsen • verwerken van prikkels/impulsen • afgeven van prikkels/impulsen • sensorische prikkels/impulsen <ul style="list-style-type: none"> • gezichtszintuig • gehoorzintuig • reukzintuig • smaakzintuig • sensibele prikkels <ul style="list-style-type: none"> • tast <ul style="list-style-type: none"> • mechanoreceptoren <ul style="list-style-type: none"> • Meissner • druk <ul style="list-style-type: none"> • mechanoreceptoren <ul style="list-style-type: none"> • Merkel • Vater-Pacini • warmte/koude <ul style="list-style-type: none"> • thermoreceptoren <ul style="list-style-type: none"> • Krause • Ruffini • pijn <ul style="list-style-type: none"> • vrije zenuwuiteinden • motorische eindplaatjes <ul style="list-style-type: none"> • motorische prikkels/impulsen • prikkeloverdracht/synpaps <ul style="list-style-type: none"> • invloeden van neurotransmitters <ul style="list-style-type: none"> • acetylcholine • noradrenaline 	<p>deze worden geprikkeld: lichaampjes van Krause, lichaampjes van Ruffini</p> <p>L. de vrije zenuwuiteinden noemen en de relatie beschrijven tussen vrije zenuwuiteinden en pijn</p> <p>M. de motorische eindplaatjes en prikkels/impulsen noemen</p> <p>N. de invloed noemen van de volgende neurotransmitters en noemen bij welk deel van het vegetatieve zenuwstelsel ze werkzaam zijn: acetylcholine, noradrenaline</p>
<p>5.2 Centraal zenuwstelsel</p> <ul style="list-style-type: none"> • grote hersenen <ul style="list-style-type: none"> • functies • bewustzijn 	<p>5.2 Centraal zenuwstelsel</p> <p>A. de onderdelen van het centrale zenuwstelsel noemen</p> <p>B. de functies van de grote hersenen noemen</p> <p>C. de ligging en functie van de kleine hersenen noemen</p>

- verstand
- geheugen
- gevoel
- willekeurige motoriek
- coördinatie van sensorische informatie
- kleine hersenen
 - coördineren van houding en beweging/evenwicht
- de hersenstam
 - uittredingsplaats hersenzenuwen
 - geleiding prikkels van en naar grote hersenen
 - centrum voor vitale functies (verlengde merg)
 - ademcentrum
 - hartcentrum
- ruggenmerg
 - bouw en ligging
 - grijze stof
 - witte stof
 - centraal kanaal
 - voorhoorn
 - achterhoorn
 - zijhoorn
 - voorwortel
 - achterwortel
 - ruggenmergvliezen
 - ruggenmergvocht
 - tussenwervelruimte
 - functies
 - geleiding van prikkels/prikkeling van gemyeliniseerde vezels
 - geleiding van prikkels/prikkeling van ongemyeliniseerde vezels
 - reflexorgaan
 - reflexboog
 - schakelcellen
 - centra autonome zenuwstelsel
- (neuronen)netwerken
 - neurieten
 - dendrieten

- D. de uittredingsplaats van de hersenzenuwen noemen
- E. de ligging en functies van de hersenstam noemen
- F. de functies van het verlengde merg noemen
- G. de bouw, ligging en functies van de volgende delen van het ruggenmerg noemen: grijze stof, witte stof, centraal kanaal, voorhoorn, achterhoorn, zijhoorn, voorwortel, achterwortel, ruggenmergvliezen, ruggenmergvocht
- H. de plaats noemen waar de motorische zenuwprikkels uittreden die via het ruggenmerg verlopen
- I. de plaats noemen waar zenuwvezels (afferenten en efferenten) in en uit het ruggenmerg treden
- J. de ligging van de schakelcellen in het ruggenmerg noemen
- K. noemen in welke situatie een (neuronen)netwerk van het centrale zenuwstelsel groeit
- L. de onderdelen van een (neuronen)netwerk van het centrale zenuwstelsel noemen
- M. de mogelijkheid tot herstel van (neuronen)netwerken van het centrale zenuwstelsel beschrijven

<p>5.3 Perifeer zenuwstelsel</p> <ul style="list-style-type: none"> • hersenzenuwen <ul style="list-style-type: none"> • vijfde hersenzenuw/drielingzenuw/Nervus trigeminus <ul style="list-style-type: none"> • aangezichtspijn • zevende hersenzenuw/aangezichtszenuw/Nervus faciales <ul style="list-style-type: none"> • aangezichtsverlamming • tiende hersenzenuw/zwervende zenuw/Nervus vagus • algemene functie en uittredingsplaats van de ruggenmergzenuwen in het wervelkanaal • paardenstaart • herstelbaarheid/sprouting • efferente zenuwvezels/efferenten • afferente/zenuwvezels/afferenten • afferente banen • efferente banen 	<p>5.3 Perifeer zenuwstelsel</p> <ol style="list-style-type: none"> A. de functie van de vijfde hersenzenuw/drielingzenuw/Nervus trigeminus noemen B. de spieren noemen die de vijfde hersenzenuw/drielingzenuw/Nervus trigeminus innerveert C. de aandoening noemen die ontstaat door beschadiging van de vijfde hersenzenuw/drielingzenuw/Nervus trigeminus D. de functie van de zevende hersenzenuw/aangezichtszenuw/Nervus faciales noemen E. de aandoening noemen die ontstaat door het uitvallen van de zevende hersenzenuw/aangezichtszenuw/Nervus faciales F. de soort spieren noemen die de zevende hersenzenuw/aangezichtszenuw/Nervus facialis innerveert G. de functie van de tiende hersenzenuw/zwervende zenuw/Nervus vagus noemen H. de organen noemen die de tiende hersenzenuw/zwervende zenuw/Nervus vagus innerveert I. de algemene functie en uittredingsplaats noemen van de ruggenmergzenuwen in het wervelkanaal J. de functie van de paardenstaart noemen K. de herstelbaarheid van het perifere zenuwstelsel via sprouting beschrijven L. de prikkeling van efferente zenuwvezels/efferenten en afferente zenuwvezels/afferenten beschrijven M. de functie en bouw van afferente banen en efferente banen noemen
<p>5.4 Neuro-anatomie</p> <ul style="list-style-type: none"> • archiniveau • paleoniveau • neoniveau 	<p>5.4 Neuro-anatomie</p> <ol style="list-style-type: none"> A. de ligging en functie noemen van de volgende neuroniveaus: archiniveau, paleoniveau, neoniveau
<p>5.5 Functionele neurofysiologie</p> <ul style="list-style-type: none"> • reflexbrein • vitaal brein • emotioneel brein • intuïtief brein 	<p>5.5 Functionele neurofysiologie</p> <ol style="list-style-type: none"> A. de ligging en functie noemen van de volgende breinen en de relatie noemen met de neuroniveaus: reflexbrein, vitaal brein, emotioneel brein, intuïtief brein, logisch brein

<ul style="list-style-type: none"> • logisch brein 	
<p>5.6 Superpositiefenomeen</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ integratie superpositie-massage 	<p>5.6 Superpositiefenomeen</p> <p>A. de integratie van het superpositiefenomeen in de huidverbeterende massage beschrijven</p>
<p>5.7 Animaal/somatisch zenuwstelsel</p> <ul style="list-style-type: none"> • functies <ul style="list-style-type: none"> • invloed op motoriek: willekeurige bewegingen • ontvangen van sensorische en sensibele prikkels/impulsen 	<p>5.7 Animaal/somatisch zenuwstelsel</p> <p>A. de invloed van het animale/somatische zenuwstelsel op de motoriek beschrijven</p> <p>B. het ontvangen van sensorische en sensibele prikkels/impulsen door het animale/somatische zenuwstelsel beschrijven</p>
<p>5.8 Vegetatief/autonoom zenuwstelsel</p> <ul style="list-style-type: none"> • activerende en remmende werking <ul style="list-style-type: none"> • spijsverteringsorganen • bloedsomloop • spieren • ademhaling • hartwerking • innervatie <ul style="list-style-type: none"> • parasympathisch zenuwstelsel/parasympathicus <ul style="list-style-type: none"> • rust en herstel • anabool • trofotroop • (ortho)sympathisch zenuwstelsel/ortho)sympathicus <ul style="list-style-type: none"> • grensstrengen • prikkels-responsreactie • actiegericht • katabool • ergotroop • functionele interactie/tuning • specifiek vegetatieve functies <ul style="list-style-type: none"> • alarmfase • aanpassingsfase • uitputtingsfase 	<p>5.8 Vegetatief/autonoom zenuwstelsel</p> <p>A. de functies van het vegetatieve/autonome zenuwstelsel noemen</p> <p>B. de functie, ligging en invloed van de delen van het vegetatieve/autonome zenuwstelsel noemen: het parasympathische zenuwstelsel/de parasympathicus en het (ortho)sympathische zenuwstelsel/de (ortho)sympathicus</p> <p>C. de functie en ligging noemen van de grensstrengen binnen het (ortho)sympathische zenuwstelsel/de (ortho)sympathicus</p> <p>D. het verband tussen prikkel-responsreactie en de (ortho)sympathicus noemen</p> <p>E. het verband tussen de termen anabool, trofotroop, katabool, ergotroop en de delen van het vegetatieve/autonome zenuwstelsel noemen</p> <p>F. het doel en de invloed van de functionele interactie/tuning op het weefsel noemen</p> <p>G. het doel, de functie de kenmerken en de gevolgen noemen van de volgende specifiek vegetatieve functies: de alarmfase, de aanpassingsfase en de uitputtingsfase</p>

<p>5.9 Segmentale reflexwegen</p> <ul style="list-style-type: none"> • embryologie en samenhang tussen lichaamsdelen • migratie extremiteiten <ul style="list-style-type: none"> • dermatoom • myotoom • Nervus vagus <ul style="list-style-type: none"> • aandoeningen aan het hoofd <ul style="list-style-type: none"> • hoofdpijn • nervus phrenicus <ul style="list-style-type: none"> • stijve nek • pijn in de schouders • nervus pelvici <ul style="list-style-type: none"> • prikkels uit de bekkeningewanden <ul style="list-style-type: none"> • prikkeling blaas • prikkeling dikke darm • koude voeten • menstruatiepijn • referred pain 	<p>5.9 Segmentale reflexwegen</p> <ol style="list-style-type: none"> A. het verband tussen de embryonale ontwikkeling en de samenhang tussen de delen van het lichaam noemen B. het voorkomen van dermatomen en myotomen en de migratie van extremiteiten noemen C. het verband noemen tussen overprikkeling van de Nervus vagus en aandoeningen aan het hoofd (waaronder hoofdpijn) D. het verband noemen tussen overprikkeling van de nervus phrenicus en de volgende aandoeningen: stijve nek en pijn in de schouders E. het verband noemen tussen overprikkeling van de nervus pelvici en prikkels uit de bekkeningewanden (waaronder prikkeling van de blaas, prikkeling van de dikke darm, koude voeten, menstruatiepijn) F. de functie en ligging noemen van de Nervus vagus, nervus phrenicus en de nervus pelvici G. de functie en de gevolgen noemen van referred pain H. beschrijven hoe referred pain ontstaat
<p>5.10 Hormonale beïnvloeding bindweefsel</p> <ul style="list-style-type: none"> • effecten van adrenaline • effecten van cortisol 	<p>5.10 Hormonale beïnvloeding bindweefsel</p> <ol style="list-style-type: none"> A. de effecten op het bindweefsel noemen van de volgende hormonen: adrenaline, cortisol
<p>5.11 Bindweefselzones</p> <ul style="list-style-type: none"> • verhoogde spierspanning • verhoging temperatuur huid/verlaging temperatuur huid • kippenvel/transpiratie • overgevoeligheid van sommige punten • pijndrempelverlaging • vermindering huiddoorbloeding • verminderd herstel blessures • orthosympatische hyperactiviteit, segmentale relaties • lymfeverstoring: quellingen en dellungen 	<p>5.11 Bindweefselzones</p> <ol style="list-style-type: none"> A. de kenmerken van een bindweefselzone noemen B. methoden noemen voor het vaststellen van bindweefselzones C. oorzaken van het ontstaan van bindweefselzones in het algemeen noemen D. oorzaken van het ontstaan van quellingen en dellungen noemen
<p>5.12 Selectiviteit</p> <ul style="list-style-type: none"> • hoog 	<p>5.12 Selectiviteit</p> <ol style="list-style-type: none"> A. de functie en kenmerken aangeven van een hoge, gemiddelde en lage

<ul style="list-style-type: none"> • gemiddeld • laag 	selectiviteit
5.13 Actualiteit	5.13 Actualiteit A. de functie en invloed van actualiteit op het weefsel beschrijven
5.14 Reactiviteit <ul style="list-style-type: none"> • verlaagd • sterk verlaagd • verhoogd • sterk verhoogd • stomme zone • actieve zone • katabole toestand 	5.14 Reactiviteit <ul style="list-style-type: none"> A. de kenmerken aangeven van een verlaagde, sterk verlaagde, verhoogde en sterk verhoogde reactiviteit B. het verband tussen reactiviteit en een stomme zone en een actieve zone noemen C. het verband tussen reactiviteit en een katabole toestand noemen D. de invloed van reactiviteit op het lichaam beschrijven
6. Indicaties	6. Indicaties
6.1 Segmentaal, cosmetisch ondersteunend, cosmetisch <ul style="list-style-type: none"> • absolute contra-indicatie van plaats voor de lokale huidverbeterende massage/de huidverbeterende massage met een cosmetisch accent • acne met actieve ontsteking • rosacea met actieve ontsteking 	6.1 Segmentaal, cosmetisch ondersteunend, cosmetisch <ul style="list-style-type: none"> A. het verband noemen tussen de absolute contra-indicaties van plaats voor de lokale huidverbeterende massage/de huidverbeterende massage met een cosmetisch accent en de indicaties voor alleen de segmentale/cosmetisch ondersteunende/cosmetische bindweefselmassage B. van de volgende indicaties voor de segmentale/cosmetisch ondersteunende/cosmetische bindweefselmassage de oorzaken, kenmerken, lokalisatie en beïnvloedende factoren noemen: acne met actieve ontsteking, rosacea met actieve ontsteking
6.2 Lokaal, cosmetisch accent <ul style="list-style-type: none"> • rosacea zonder actieve ontsteking • teleangiëctasieën • slecht doorbloede huid • congestieve huid • panniculose • degeneratie van de huid <ul style="list-style-type: none"> • atrofie • elastosis 	6.2 Lokaal, cosmetisch accent <ul style="list-style-type: none"> A. van de volgende indicaties de globale oorzaken, kenmerken, lokalisatie en beïnvloedende factoren noemen: rosacea zonder actieve ontsteking, teleangiëctasieën, slecht doorbloede huid, congestieve huid, panniculose, gestuwde huid, reactieve huid, vette huid, gestabiliseerde littekens B. van de volgende vormen van degeneratie van de huid de globale oorzaken, kenmerken, lokalisatie en beïnvloedende factoren noemen: atrofie, elastosis, gedehydrateerde huid, kringen/wallen onder de ogen, rimpels

<ul style="list-style-type: none"> • gedehydrateerde huid • kringen/wallen onder de ogen • rimpels • gestuwde huid • reactieve huid • vette huid • gestabiliseerde littekens 	
7. Absolute contra-indicaties	7. Absolute contra-indicaties
7.1 Koorts	7.1 Koorts A. van koorts de-beïnvloedende factoren noemen en beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeterende massage toch wordt toegepast
7.2 Hartklachten	7.2 Hartklachten A. van hartklachten de beïnvloedende factoren noemen en beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeterende massage toch wordt toegepast
7.3 Bloeddrukproblemen	7.3 Bloeddrukproblemen A. van bloeddrukproblemen de beïnvloedende factoren noemen en beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeterende massage toch wordt toegepast
7.4 Algehele malaise	7.4 Algehele malaise A. van algehele malaise de beïnvloedende factoren noemen en beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeterende massage toch wordt toegepast
7.5 Bloederziekte/hemofilie	7.5 Bloederziekte/hemofilie A. van bloederziekte/hemofilie de beïnvloedende factoren noemen en beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeterende massage toch wordt toegepast
7.6 (Pre)maligne tumoren	7.6 (Pre)maligne tumoren A. van (pre)maligne tumoren de beïnvloedende factoren noemen en beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeterende massage toch wordt toegepast

<p>7.7 Periode na de zevende maand van de zwangerschap</p>	<p>7.7 Periode na de zevende maand van de zwangerschap A. van de periode na de zevende maand van de zwangerschap de kenmerken en beïnvloedende factoren noemen en beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeterende massage toch wordt toegepast</p>
<p>7.8 Specifieke medicatie</p> <ul style="list-style-type: none"> • corticosteroïden • Prednison • Bloedverdunners 	<p>7.8 Specifieke medicatie A. van het gebruik van corticosteroïden (waaronder Prednison) en bloedverdunners de beïnvloedende factoren noemen en beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeterende massage toch wordt toegepast</p>
<p>7.9 Infectiegevaar</p>	<p>7.9 Infectiegevaar A. van infectiegevaar beïnvloedende factoren noemen en beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeterende massage toch wordt toegepast</p>
<p>7.10 Werken op de huid van oogleden</p>	<p>7.10 Werken op de huid van oogleden A. van werken op de huid van de oogleden beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeterende massage toch wordt toegepast</p>
<p>7.11 Werken op ontstekingen</p>	<p>7.11 Werken op ontstekingen A. van werken op ontstekingen beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeterende massage toch wordt toegepast</p>
<p>7.12 Werken op onrustige hypertrofische littekens</p>	<p>7.12 Werken op onrustige hypertrofische littekens A. van werken op onrustige hypertrofische littekens beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeterende massage toch wordt toegepast</p>
<p>7.13 Acne met actieve ontsteking</p>	<p>7.13 Acne met actieve ontsteking A. van acne met actieve ontsteking de oorzaken, kenmerken en beïnvloedende factoren noemen en beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeterende massage op die plaats toch wordt toegepast</p>
<p>7.14 Rosacea met actieve ontsteking</p>	<p>7.14 Rosacea met actieve ontsteking A. van rosacea met actieve ontsteking de oorzaken, kenmerken en beïnvloedende factoren noemen en beschrijven welk risico ontstaat als de huidverbeterende massage op die plaats toch wordt toegepast</p>

8. Relatieve contra-indicaties	8. Relatieve contra-indicaties
<p>8.1 Pathologie van het zenuwstelsel</p> <ul style="list-style-type: none"> • status na cerebrovasculair accident • Parkinson • diabetes neuropathie • zenuwletsel 	<p>8.1 Pathologie van het zenuwstelsel</p> <p>A. van de volgende aandoeningen van het zenuwstelsel de oorzaken, kenmerken, lokalisatie en beïnvloedende factoren noemen, beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeterende massage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat: status na cerebrovasculair accident, Parkinson, diabetes neuropathie, zenuwletsel</p>
<p>8.2 Lage selectiviteit</p>	<p>8.2 Lage selectiviteit</p> <p>A. van een lage selectiviteit de oorzaken, kenmerken en beïnvloedende factoren noemen, beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeterende massage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat</p>
<p>8.3 Specifieke medicatie</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ pijnstillers ▪ bloeddrukverlagende middelen ▪ sederende medicatie 	<p>8.3 Specifieke medicatie</p> <p>A. van de volgende specifieke medicatie de beïnvloedende factoren noemen, beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeterende massage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat: pijnstillers, bloeddrukverlagende middelen, sederende medicatie</p>
<p>8.4 Eczeem</p>	<p>8.4 Eczeem</p> <p>A. van eczeem de beïnvloedende factoren noemen, beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeterende massage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat</p>
<p>8.5 Periode voor de zevende maand van de zwangerschap</p>	<p>8.5 Periode voor de zevende maand van de zwangerschap</p> <p>A. van de periode voor de zevende maand van de zwangerschap de kenmerken noemen, beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeterende massage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat</p>
<p>8.6 Periode tot negen maanden na de bevalling</p>	<p>8.6 Periode tot negen maanden na de bevalling</p> <p>A. van de periode tot negen maanden na de bevalling de kenmerken noemen, beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeterende massage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat</p>
<p>8.7 Wonden</p>	<p>8.7 Wonden</p>

	A. van wonden de kenmerken en beïnvloedende factoren noemen, beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeterende massage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat
8.8 Disfunctie van de schildklier	8.8 Disfunctie van de schildklier A. van disfunctie van de schildklier de beïnvloedende factoren noemen, beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeterende massage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat
8.9 Infecties <ul style="list-style-type: none"> • bacteriële infecties • parasitaire infecties • schimmelinfecties • virale infecties 	8.9 Infecties A. van de volgende vormen van infecties de lokalisatie en beïnvloedende factoren noemen, beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeterende massage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat: bacteriële infecties, parasitaire infecties, schimmelinfecties, virale infecties
8.10 Onrustige littekens	8.10 Onrustige littekens A. van onrustige littekens de beïnvloedende factoren noemen, beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeterende massage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat
8.11 Ontstekingen	8.11 Ontstekingen A. van ontstekingen de beïnvloedende factoren noemen, beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeterende massage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat
8.12 Voorbehandeling (cosmetische) chirurgische ingrepen	8.12 Voorbehandeling (cosmetische) chirurgische ingrepen A. van de voorbehandeling voor (cosmetische) chirurgische ingrepen beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeterende massage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat
8.13 Nabehandeling (cosmetische) chirurgische ingrepen	8.13 Nabehandeling (cosmetische) chirurgische ingrepen A. van de nabehandeling voor (cosmetische) chirurgische ingrepen beschrijven onder welke voorwaarden huidverbeterende massage mag worden toegepast en welk risico daarbij bestaat
9. Voorbereiding van de behandeling	9. Voorbereiding van de behandeling

<p>9.1 Installeren van de cliënt bij onderzoek</p>	<p>9.1 Installeren van de cliënt bij onderzoek</p> <p>A. factoren noemen die van belang zijn bij het installeren van de cliënt bij onderzoek</p> <p>B. het belang van het goed installeren van de cliënt bij segmentaal onderzoek noemen</p>
<p>9.2 Opstellen van het behandelplan</p> <ul style="list-style-type: none"> • anamnese/vraagstelling cliënt • inspectie • uitvoeren huidzonetechniek • palpatie • segmentaal • lokaal 	<p>9.2 Opstellen van het behandelplan</p> <p>A. de volgende onderdelen van de huidverbeterende massage in de juiste volgorde plaatsen en van ieder onderdeel de doelen noemen: anamnese/vraagstelling cliënt, inspectie, uitvoeren huidzonetechniek, palpatie</p> <p>B. de juiste opbouw van de huidverbeterende massage in segmentale massage en lokale massage noemen en van beide vormen van massage de belangrijkste functie noemen</p>
<p>9.3 Bepalen cosmetisch accent huidverbeterende massage</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ gezicht/hals/decolleté 	<p>9.3 Bepalen cosmetisch accent huidverbeterende massage</p> <p>A. noemen welke voorbereiding wenselijk is voor een huidverbeterende massage op gezicht/hals/decolleté</p>
<p>10. Bindweefselonderzoek</p>	<p>10. Bindweefselonderzoek</p>
<p>10.1 Segmentaal, cosmetisch ondersteunend, cosmetisch</p> <ul style="list-style-type: none"> • doorbloeding • temperatuur • aanzien van de huid • zones: huidzones, bindweefselzones 	<p>10.1 Segmentaal, cosmetisch ondersteunend, cosmetisch</p> <p>A. noemen welke factoren worden onderzocht bij segmentaal onderzoek</p> <p>B. noemen waarop een sterke doorbloeding na segmentaal onderzoek duidt</p> <p>C. noemen welke zones verbeterd kunnen worden door een segmentale huidverbeterende massage</p>
<p>10.2 Lokaal, cosmetisch accent</p> <ul style="list-style-type: none"> • spanningsverschillen • rimpels 	<p>10.2 Lokaal, cosmetisch accent</p> <p>A. de factoren noemen die onderzocht worden tijdens een lokaal, cosmetisch onderzoek</p> <p>B. noemen waarop het cosmetische accent ligt bij de huidverbeterende massage</p>
<p>10.3 Lokaal bindweefselonderzoek van gezicht/hals/decolleté</p> <ul style="list-style-type: none"> • visuele inspectie • littekens 	<p>10.3 Lokaal bindweefselonderzoek van gezicht/hals/decolleté</p> <p>A. de factoren noemen waarop gelet moet worden tijdens het lokale bindweefselonderzoek van het gezicht/de hals/het decolleté</p>

<ul style="list-style-type: none"> • afwijkingen • verkleuringen • huidsoort • haargroei • tactielonderzoek • doorbloeding • weefselspanning • hydratatie • reactiviteit 	
<p>10.4 Visuele inspectie van de rug</p> <ul style="list-style-type: none"> • littekens • afwijkingen • verkleuringen • doorbloeding • quellung • dellung • haargroei 	<p>10.4 Visuele inspectie van de rug</p> <ul style="list-style-type: none"> A. noemen welke aspecten worden onderzocht tijdens de visuele inspectie van de verschillende lichaamsdelen B. de relatie tussen de begrippen quellung, dellung en bindweefselzone noemen C. het belang noemen van het letten op veranderde haargroei
<p>10.5 Tactielonderzoek van de rug</p> <ul style="list-style-type: none"> • huid(zone) <ul style="list-style-type: none"> • weerstand • temperatuur • vochtigheid • bindweefsel(zone) <ul style="list-style-type: none"> • verschuifbaarheid • oppakbaarheid • consistentie • reactiviteit 	<p>10.5 Tactielonderzoek van de rug</p> <ul style="list-style-type: none"> A. de aspecten noemen die van belang zijn tijdens het zoeken naar huidzones en aangeven hoe deze onderdelen van het tactielonderzoek moeten worden uitgevoerd B. beschrijven hoe een huidzone kan worden vastgesteld C. de aspecten noemen die van belang zijn tijdens het zoeken naar bindweefselzones en aangeven hoe deze onderdelen van het tactielonderzoek moeten worden uitgevoerd D. beschrijven hoe een bindweefselzone kan worden vastgesteld E. het moment en de wijze noemen waarop de reactiviteit van het bindweefsel moet worden gecontroleerd
<p>11. Intensiteitskeuze</p>	<p>11. Intensiteitskeuze</p>
<p>11.1 Selectiviteit</p> <ul style="list-style-type: none"> • hoog • gemiddelde 	<p>11.1 Selectiviteit</p> <ul style="list-style-type: none"> A. de gevolgen van een hoge, gemiddelde en lage selectiviteit noemen voor de intensiteitskeuze

<ul style="list-style-type: none"> • laag 	
11.2 Actualiteit	11.2 Actualiteit A. het verband noemen tussen de actualiteit en de intensiteitskeuze
11.3 Reactiviteit	11.3 Reactiviteit A. het verband noemen tussen de reactiviteit en de intensiteitskeuze
12. Massagetechnieken	12. Massagetechnieken
12.1 Bindweefseltechnieken <ul style="list-style-type: none"> • huidtechnieken <ul style="list-style-type: none"> • klassieke huidtechnieken • overgangstechnieken <ul style="list-style-type: none"> • S-je • U-tje • harmonicagriff • plooi- en pluktechniek • spintechniek • onderhuidsbindweefseltechnieken <ul style="list-style-type: none"> • gewebswäsche <ul style="list-style-type: none"> • roltechniek/dynamisch • duimtechniek/statisch • diepere bindweefseltechnieken <ul style="list-style-type: none"> • haaktechniek/periosttechniek • haaltechniek 	12.1 Bindweefseltechnieken <ol style="list-style-type: none"> van de volgende huidtechnieken het doel, de werkwijze (eisen, houding, beweging, druk), invloeden en toepassing noemen: klassieke huidtechnieken van de volgende overgangstechnieken het doel, de werkwijze (eisen, houding, beweging, druk), invloeden en toepassing noemen: S-je, U-tje, harmonicagriff, plooi- en pluktechniek, spintechniek (verschillende varianten) het verschil noemen tussen een S-je en een U-tje in termen van handhouding en beweging het verschil noemen tussen de plooi- en pluktechniek en pincements van de volgende onderhuidsbindweefseltechnieken het doel, de werkwijze (eisen, houding, beweging, druk), invloeden en toepassing noemen: gewebswäsche (waaronder roltechniek, duimtechniek) van de volgende diepere bindweefseltechnieken het doel, de werkwijze (eisen, houding, beweging, druk), invloeden en toepassing noemen: haaktechniek/periosttechniek, haaltechniek
12.2 Pincementstechnieken <ul style="list-style-type: none"> • oppervlakkige pincements • middeldiepe pincements • diepe pincements 	12.2 Pincementstechnieken <ol style="list-style-type: none"> de opbouw van de pincementstechnieken noemen van de volgende pincementstechnieken de werkwijze (handhouding, vingerhouding, weefselopname, knijpdruk, tempo, richting, duur), invloeden en toepassing noemen: oppervlakkige pincements, middeldiepe pincements, diepe pincements
13. Effecten van de massage	13. Effecten van de massage

<p>13.1 Positieve effecten</p> <ul style="list-style-type: none"> • herstel vegetatief evenwicht <ul style="list-style-type: none"> • objectief <ul style="list-style-type: none"> • afname huidweerstand • afname bindweefselspanning • subjectief <ul style="list-style-type: none"> • loomheid • vermoeidheid • verbeterde circulatie 	<p>13.1 Positieve effecten</p> <p>A. de positieve effecten van huidverbeterende massage noemen inclusief een verklaring voor deze effecten: herstel vegetatief evenwicht (waaronder afname huidweerstand, afname bindweefselspanning, loomheid, vermoeidheid) en verbeterde circulatie</p> <p>B. noemen of de effecten die behoren tot het herstel van het vegetatieve evenwicht objectief of subjectief zijn</p>
<p>13.2 Negatieve effecten/fehlreactie</p> <ul style="list-style-type: none"> • verstoring vegetatief evenwicht <ul style="list-style-type: none"> • objectief <ul style="list-style-type: none"> • toename huidweerstand • toename huidvochtigheid • toename bindweefselspanning • kippenvel • subjectief <ul style="list-style-type: none"> • koude- en/of tochtgevoel • onrustgevoelens • misselijkheid • pijnlijke techniekervaring • hoofdpijn • benauwdheid 	<p>13.2 Negatieve effecten/fehlreactie</p> <p>A. de negatieve effecten van huidverbeterende massage (fehlreactie) noemen inclusief een verklaring voor deze effecten en noemen of deze effecten objectief of subjectief zijn</p> <p>B. situaties noemen waarin een fehlreactie kan optreden</p>
<p>14. Handelswijze bij een fehlreactie</p>	<p>14. Handelswijze bij een fehlreactie</p>
<p>14.1 Herhaling</p>	<p>14.1 Herhaling</p> <p>A. noemen wanneer herhaling van een massagegreep moet worden toegepast bij een fehlreactie</p>
<p>14.2 Mildere techniek</p>	<p>14.2 Mildere techniek</p> <p>A. het effect noemen van het uitvoeren van een mildere techniek bij een fehlreactie</p>
<p>14.3 Ontstoringstechnieken</p>	<p>14.3 Ontstoringstechnieken</p>

<ul style="list-style-type: none"> • bekkengang • borstgang • schedelrand • wenkbrauw • sacrumranden 	<p>A. de werkwijze van de verschillende ontstoringstechnieken bij een Fehlreactie noemen en de plek op het lichaam waar deze moeten worden uitgevoerd</p>
<p>14.4 Staken van de behandeling</p>	<p>14.4 Staken van de behandeling</p> <p>A. de aanleiding tot het staken van de behandeling bij een Fehlreactie noemen</p>
<p>14.5 Uitleg geven aan de cliënt</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ periode waarin kans bestaat op een Fehlreactie 	<p>14.5 Uitleg geven aan de cliënt</p> <p>A. de periode na de behandeling noemen waarin bij een cliënt een Fehlreactie kan optreden</p>
<p>15. Verklaringsmodellen massage</p>	<p>15. Verklaringsmodellen massage</p>
<p>15.1 Poorttheorie van Melzack en Wal</p>	<p>15.1 Poorttheorie van Melzack en Wal</p> <p>A. de Poorttheorie van Melzack en Wal beschrijven</p>
<p>15.2 Degranulatie van mestcellen</p>	<p>15.2 Degranulatie van mestcellen</p> <p>A. degranulatie van mestcellen beschrijven en de oorzaak hiervan noemen</p>
<p>15.3 Post-excitatoire depressie</p>	<p>15.3 Post-excitatoire depressie</p> <p>A. Post-excitatoire depressie beschrijven en de oorzaak hiervan noemen</p>
<p>15.4 Endorfines</p>	<p>15.4 Endorfines</p> <p>A. de werking van endorfines beschrijven</p>
<p>15.5 Placebo</p>	<p>15.5 Placebo</p> <p>A. het placebo-effect beschrijven inclusief merkbare effecten</p>

DEEL II: Praktische vaardigheden

Het praktijkexamen bestaat uit een massage, waarbij zowel bindweefsel- als pincements technieken worden ingezet. Voor een beschrijving van de correcte uitvoeringswijze van de diverse technieken wordt verwezen naar bijlage 1.

Algemene werkproces

1. Ontvangt de cliënt
2. Voert een anamnese en onderzoek uit
3. Stelt een behandelplan op (in overleg met de cliënt) en bereidt de behandeling voor
4. Voert de behandeling gestructureerd en cliëntgericht uit
5. Bewaakt de kwaliteit, veiligheid en hygiëne tijdens de behandeling (Code van de Schoonheidsspecialist)
6. Voorkomt complicaties / grijpt zo nodig adequaat in
7. Evalueert de behandeling en rondt deze af
8. Adviseert de cliënt over thuisgebruik
9. Verkoopt producten en diensten
10. Reageert correct op wensen, vragen en klachten

Huidverbeterende massage

1. Onderzoek, anamnese en analyse

- Verricht onderzoek op de rug en voert een anamnese uit en maakt een analyse.

2. Massage

De verhouding tussen bindweefseltechnieken en pincements dient bij uitvoering van de massage 2/3 respectievelijk 1/3 te zijn.

2.1 Rug

- Masseert de rug in het geheel, met de nadruk op de bovenrug.
- Maakt bij de rugmassage gebruik van zowel huidtechnieken, overgangstechnieken als bindweefselgrepen.

2.2 Decolleté

- Huidtechnieken of palperen
- Maakt bij weinig bindweefsel gebruik van middeldiepe of oppervlakkige pincements
- Maakt bij meer bindweefsel gebruik van overgangstechnieken en Gewebswäsche
- Haal- en/of haaktechniek onder het sleutelbeen

2.3 Hals: keuze uit twee varianten

2.3.1 Pincements

- Huidtechnieken
- Middeldiepe pincements, tweehandig, aan één kant, om en om of gelijktijdig aan beide zijden
- Oppervlakkige pincements, tweehandig, aan één kant, om en om of gelijktijdig aan beide zijden
- Omlopen en herhaling aan de andere kant

2.3.2 Bindweefsel

- Huidtechnieken
- Pluk- en plooitechniek
- Harmonicagriff (de schildklier dient ontzien te worden)
- Haal- en haak techniek onder de kin

2.4 Gezicht: keuze uit vier varianten

2.4.1 Huidtechniek

- Huidtechniek gezicht

2.4.2 Pincements

- Diepe pincements op wangen of boven de kaakrand
- Oppervlakkige pincements op de neus

- Middeldiepe en oppervlakkige pincements op de neus-lippenplooi
- Oppervlakkige pincements op de bovenlip
- Oppervlakkige pincements op de onderlip
- Middeldiepe of oppervlakkige pincements op de wangen

2.4.3 Bindweefsel

- Overgangstechnieken
- Gewebswäsche
 - Kaaklijn
 - Neus
 - Neus-lippenplooi (haak en haaltechniek)
 - Bovenlip
 - Onderlip

2.4.4 Combinatie

- Een combinatie van pincements en bindweefsel

2.5 Wangen: keuze uit twee varianten

2.5.1 Pincements

- Diepe pincements op wangen of boven de kaakrand
- Oppervlakkige pincements op de neus
- Middeldiepe en oppervlakkige pincements op de neus-lippenplooi
- Oppervlakkige pincements op de bovenlip
- Oppervlakkige pincements op de onderlip
- Middeldiepe of oppervlakkige pincements op de wangen

2.5.2 Bindweefsel

- Alle handelingen in het gezicht in het verloop van de slijtlijnen uitvoeren
- Wang voor wang
- Huidtechnieken
- Tenminste twee overgangstechnieken
- Gewebswäsche
- Haal- en/of haaktechniek

2.6 Ogen: keuze uit drie varianten

2.6.1 Pincements

- Oppervlakkig, op het verloop van de kraaienpootjes

2.6.2 Bindweefsel

- Haaltechniek, tweehandig symmetrisch met de duimen om het oog, uitlopend in een Gewebswäsche naar de haargrens

2.6.3 Combinatie

- Een combinatie van bindweefsel en pincements

2.7 Wenkbrauwen

- Middeldiepe pincements
- Oppervlakkige pincements
- Gewebswäsche van boven naar beneden, van mediaal naar lateraal en weer terug
- Haal- en haaktechniek onder de wenkbrauwen
- Ogen inclusief wenkbrauwen in één keer, vervolgens omlopen voor het andere oog

2.8 Glabella, tussen de wenkbrauwen

- Om en om pincements
- Overgangstechniek
- Gewebswäsche

2.9 Voorhoofd

- Huidtechnieken
- Pincements of bindweefseltechnieken

2.10 Afsluitende greep

DEEL III: Attitude / beroepshouding

- Nauwkeurig
- Bewust hygiënisch werkend
- Zorgvuldig
- Cliëntgericht
- Risico-mijdend
- Geconcentreerd
- Houdt relevante ontwikkelingen in het vakgebied bij

BIJLAGE 1: TECHNIEKEN

1. Huidtechniek

- Houdt de vingers ontspannen en iets gespreid
- Zorgt dat geen scherpe hoeken in de buiging van de gewrichten te zien zijn
- Maakt contact door een ontspannen aanzet van de vingertoppen
- Werkt in een ononderbroken beweging, hand over hand, over het weefsel
- Zorgt voor een ontspannen verbreking van het contact met het weefsel
- Werkt hand over hand, vanaf de plaats van inzet, over de volle omvang van het te masseren gebied
- Behandelt de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk
- Behandelt het gebied een dusdanige tijd dat de weerstand van de huid waarneembaar afneemt
- Houdt bij de terugkeer naar de plaats van inzet de handen op een afstand van maximaal 12 centimeter van het weefsel
- Zorgt ervoor dat de uitgeoefende druk centraalwaarts is en niet sterker dan het gewicht van de hand
- De tijd tussen inzet en einde van de beweging is, afhankelijk van het te behandelen gebied, circa 2 seconden per greep
- Voert opeenvolgende bewegingen in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit

2. Huidverschuivingstechniek ('S'-je)

- Strekt de duimen of de vingers en plaatst deze oppositieel in verticale richting van elkaar
- Zorgt dat de ruimte tussen duim en vingers maximaal 5 centimeter is
- Plaatst de duimtoppen ontspannen op het weefsel
- Beweegt de duimen zo naar elkaar toe te, dat mobilisatie van het weefsel over de dieper gelegen laag tot stand komt
- Laat de duimen of de vingers de eenmaal ingenomen plaats op het weefsel behouden
- Voert de techniek tweehandig over de gehele omvang van het te masseren gebied uit
- Behandelt de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk
- Verbreekt het contact met de huid niet
- Geeft op de plaats van inzet een aanzwellende loodrechte druk
- Optimaliseert de druk optimaliseren houdt deze aan gedurende de gehele greep
- Heft de druk aan het einde van de greep geleidelijk op
- Maakt een heen en weergaande beweging van de duimtoppen of vingertoppen gedurende 2 tot 3 seconden, afhankelijk van het te behandelen gebied
- Voert opeenvolgende bewegingen in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit

3. Huidverschuivingstechniek ('U'-tje)

- Plaatst één hand zoveel mogelijk aangesloten op het weefsel
- Houdt de vingers van deze hand gesloten tot iets gespreid
- Zorgt dat de ruimte tussen duim en wijsvinger maximaal 10 centimeter is
- Plaatst de duim- of vingertop van de andere hand tegenover de hoek tussen de duim en wijsvinger van de

aangesloten hand

- Zorgt voor ontspannen plaatsing van de aangesloten inactieve hand en de duimtop of vingertop van de actieve hand
- Beweegt de duim of vinger zo naar de inactieve hand, dat mobilisatie van het weefsel over de dieper gelegen laag tot stand komt
- Laat de duim eenmaal ingenomen plaats op het weefsel behouden

- Voert de techniek tweehandig over de gehele omvang van het te masseren gebied uit
- Behandelt de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk
- Zorgt dat de hand bij verplaatsing in de nabijheid van het weefsel blijft

- Geeft met de duim of een vinger van de actieve hand een aanzwellende druk
- Optimaliseert de druk en houdt deze aan gedurende de gehele greep
- Heft de druk aan het einde van de greep geleidelijk op en ondersteunt met de inactieve hand het weefsel

- Maakt de beweging van de duim of vinger per separaat punt in 2 tot 3 seconden, afhankelijk van het te behandelen gebied
- Voert de opeenvolgende bewegingen ritmisch, in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit

4. Harmonicagriff

- Houdt de vingers recht en aangesloten
- Zorgt dat er geen hoeken in de gewrichten te zien zijn

- Maakt een ontspannen inzet
Heft het tussenliggend weefsel, aangepast aan de plaats
- Brengt de handen naar elkaar toe en van elkaar af, zodat het weefsel gerekt wordt
- Laat de handen de ingenomen plaats op het weefsel behouden

- Voert de greep tweehandig symmetrisch en aansluitend over de gehele omvang van het te masseren gebied uit
- Behandelt de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk
- Houdt bij de verplaatsing de handen contact met het weefsel of houdt de handen in de nabijheid van het weefsel

- Geeft op de plaats van inzet met de vingers een aanzwellende druk
- Optimaliseert de druk en houdt deze aan gedurende de gehele greep
- Heft de druk op

- Maakt de beweging van de vingers in circa 4 seconden
- Voert de opeenvolgende bewegingen ritmisch, in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit

5. Plooi- en pluktechniek

- Buigt de vingers licht en plaatst de duimtoppen ontspannen tegenover de vingertop(pen)

- Neemt het tussenliggend weefsel op (plooi fase)
- Heft het weefsel van de onderlaag, zonder overrekking (pluk fase)
- Verbreekt het contact met het weefsel door duimtoppen en vingertoppen glijdend over de opgenomen plooi naar elkaar toe te bewegen tot ze elkaar raken, waarna het opgenomen weefsel weer in de oorspronkelijke stand terugveert

- Voert de techniek tweehandig gelijktijdig of tweehandig hand over hand uit, over de gehele omvang van het te masseren gebied
- Behandelt de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk (met uitzondering van het gezicht)
- Houdt de handen bij verplaatsing in de nabijheid van het weefsel
- Zorgt dat de druk duidelijk waarneembaar is, aangepast aan plaats en weefsel
- Voert iedere greep in circa 2 seconden uit
- Voert opeenvolgende bewegingen ritmisch, in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit

6. Spintechniek

- Buigt de vingers licht e plaatst duim- en vingertoppen ontspannen tegenover elkaar op het weefsel
- Geeft loodrechte druk in het bindweefsel
- Verplaatst duim- en vingertoppen met cirkelvormige bewegingen, zodat mobilisatie van het weefsel over de dieper gelegen laag tot stand komt
- Laat duim- en vingertoppen op de ingenomen plaats staan
- Voert de techniek tweehandig gelijktijdig of tweehandig hand over hand uit, over de gehele omvang van het te masseren gebied
- Behandelt de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk (met uitzondering van het gezicht)
- Houdt de handen bij verplaatsing in de nabijheid van het weefsel
- Maakt loodrechte cirkelvormige bewegingen en houdt de druk circa 3 seconden aan
- Heft de druk geleidelijk weer op
- Voert opeenvolgende bewegingen ritmisch, in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit

7. Gewebswäsche/roltechniek

- Houdt de handen met ontspannen aaneengesloten vingers in een V-vorm
- Zorgt dat de toppen van de wijsvingers elkaar raken
- Plaatst de duimen gestrekt oppositioneel ten opzichte van elkaar
- Laat de duimtoppen elkaar raken of houdt ze licht gebogen evenwijdig aan de wijsvingers
- Houdt de handen aangesloten aan het weefsel houden
- Heft het onderliggend weefsel
- Beweegt met de duimen het weefsel in tegenovergestelde richting
- Zorgt dat de handen de eenmaal ingenomen plaats op het weefsel houden
- Voert de techniek tweehandig uit over de gehele omvang van het te masseren gebied
- Behandelt de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk
- Behandelt zolang, dat de weerstand van de huid waarneembaar afneemt
- Houdt bij verplaatsing de handen in de nabijheid van het weefsel
- Geeft met de vingers druk, zodat het onderliggende weefsel kan worden geheven
- Geeft met de duimen een aanzwellende loodrechte druk
- Houdt de druk tijdens de gehele beweging van de duimen aan
- Heft aan het einde van de greep de totale druk geleidelijk op
- Voert de totale beweging uit in circa 2 tot 4 seconden, afhankelijk van het te behandelen gebied

- Voert de opeenvolgende bewegingen ritmisch, in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit

8. Gewebswäsche/duimtechniek

- Houdt de handen met ontspannen aaneengesloten vingers in een V-vorm
- Zorgt dat de toppen van de wijsvingers elkaar raken
- Plaatst de duimen gestrekt oppositioneel ten opzichte van elkaar
- Laat de duimtoppen elkaar raken of houdt ze licht gebogen evenwijdig aan de wijsvingers

- Houdt de handen aangesloten aan het weefsel houden
- Heft het onderliggend weefsel
- Zorgt dat de handen de eenmaal ingenomen plaats op het weefsel houden
- Voert de techniek tweehandig uit over de gehele omvang van het te masseren gebied
- Behandelt de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk
- Behandelt zolang, dat de weerstand van de huid waarneembaar afneemt
- Houdt bij verplaatsing de handen in de nabijheid van het weefsel

- Geeft met de vingers druk, zodat het onderliggende weefsel kan worden geheven
- Geeft met de duimen een aanzwellende druk dieper in het bindweefsel
- Houdt ieder separaat drukmoment circa 3 seconden aan
- Heft de druk op

9. Haaltechniek

- Plaatst de top van de wijsvinger of middelvinger op het weefsel (gestrekt of gebogen)
- Plaatst afhankelijk van de plaats op het weefsel de middelvinger op de wijsvinger

- Beweegt de vingertop in het weefsel
- Ondersteunt het weefsel zo nodig met de niet-actieve hand
- Maakt een ononderbroken beweging in het weefsel tot het einde van de greep

- Voert de techniek éénhandig uit over het gehele te masseren gebied
- Behandelt de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk (met uitzondering van het gezicht)
- Voert iedere greep maximaal 3 maal op één plaats uit
- Geeft met de vingertop een aanzwellende druk in het onderhuids bindweefsel
- Optimaliseert de druk en houdt deze gedurende de gehele beweging aan
- Verschuift de werkende vinger pas over de huid als de subcutis optimaal gerekt is ten opzichte van de cutis

- Beweegt de vingers in circa 2 seconden per 10 centimeter
- Voert de opeenvolgende bewegingen ritmisch, in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit

10. Haaktechniek / periosttechniek

- Plaatst de top van de wijsvinger of middelvinger op het weefsel (gestrekt of gebogen)
- Plaatst afhankelijk van de plaats op het weefsel de middelvinger op de wijsvinger

- Houdt de vingertop na plaatsing op dezelfde plek en beweegt deze in het weefsel
- Ondersteunt het weefsel zo nodig met de niet-actieve hand

- Voert de techniek éénhandig uit over het gehele te masseren gebied
- Behandelt de linker- en rechterhelft van het gebied afzonderlijk (met uitzondering van het gezicht)
- Voert iedere greep maximaal 3 maal op één plaats uit

- Geeft met de vingertop een aanzwellende druk in het onderhuids bindweefsel
- Optimaliseert de druk en heft deze op, zodat de subcutis optimaal gerekt wordt ten opzichte van de cutis.
- Verbreekt het contact met het weefsel
- Houdt de beweging van de vingers circa 3 seconden aan per separaat drukmoment
- Voert de opeenvolgende bewegingen ritmisch, in gelijkmatige overgangen met een vloeiende cadans uit

11. Pincements

- Begint de pincementsmassage op het decolleté
- Behandelt daarna hals en gezicht met uitzondering van de oogleden
- Eindigt de massage op het voorhoofd.
- Zorgt dat zowel de separate pincements als de banen waarin deze gegeven worden opeenvolgend aansluitend zijn.
- Past de pincementsgrepen waar mogelijk achtereenvolgend toe.
- Voert op plaatsen waar dat mogelijk is middeldiepe pincements uit, vóór de oppervlakkige pincements.
- Onderbreekt de pincements op gezette momenten en past effleurages, vibraties of drukzuiggrepen toe in het gebied dat behandeld wordt, zodat een ritmisch afwisselingspatroon ontstaat.
- Fixeert de hand vanuit de pols zodanig dat de pincementsbeweging alleen vanuit de vingers tot stand komt.
- Bij het opnemen van het weefsel staat de hand stil, de vingers worden niet in het weefsel geduwd en er wordt niet aan het weefsel getrokken.
- Houdt bij het opnemen van het weefsel de vinger(s) en de duim licht gebogen.
- Houdt gedurende het knijpmoment in het weefsel de duim zo tegenover de vinger(s) dat het weefsel kan worden opgenomen met de vingertop(pen) en de duimtop, zonder dat daarbij de nagels / het nagelbed het weefsel primair raken.
- Beweegt na een ontspannen inzet bij het opnemen van het weefsel de duim en de vinger(s) gelijkmatig naar elkaar toe zodat het weefsel wordt opgenomen zonder dat het verschuift.
- Laat nadat het knijpmoment heeft plaatsgevonden de vinger(s) en de duim gelijkmatig weer uit elkaar gaan voordat de hand wordt verplaatst.
- Gebruikt voor oppervlakkige en middeldiepe pincements de duim en de wijs- of middelvinger.
- Gebruikt voor diepe pincements de duim en drie of vier vingers.
- Geeft bij het uitvoeren van de pincements een duidelijk waarneembare knijpdruk zonder dat het weefsel wordt geplet.
- Zorgt dat bij de middeldiepe pincements de knijpdruk waarneembaar minder is dan bij de oppervlakkige- en diepe pincements.
- Voert de oppervlakkige pincements uit in een ritmische opeenvolging van circa drie pincements per seconde.
- Voert de middeldiepe pincements uit in een ritmische opeenvolging van circa één pincement per seconde.
- Voert de diepe pincements uit in een ritmische opeenvolging van circa twee pincements per seconde.
- Voert de oppervlakkige en middeldiepe pincements op het gezicht, de hals en het decolleté uit, dwars op de mimische plooi richting van de huid.

- Behandelt bij de middeldiepe pincements wanneer die in een strook worden uitgevoerd de strook minimaal één keer
- Behandelt bij de oppervlakkige pincements wanneer die in een strook worden uitgevoerd de strook drie maal opeenvolgend.

Literatuurbronnen

Dynamiek van het menselijk bindweefsel 2001

J. J. de Morree

Uitgeverij Bohn Stafleu van Loghum

ISBN 9789031351978

Bindweefselmassage

J.F.M Piet., J.J. Sachs

Uitgeverij Elsevier gezondheidszorg

ISBN 90 352 20609

Van segmentale verschijnselen

B. Cranenburgh

Uitgeverij Bohn Stafleu Van Loghum

ISBN 90 313 4318 8

Fysiologie en anatomie

Drs. C.A. Bastiaanssen, drs. A.A.F. Jochems, dr. M.J. Tervoort

Uitgeverij Bohn Stafleu Van Loghum

ISBN 978 90 313 4684 4

Toegepaste fysiologie 1 bindweefsel van het bewegingsapparaat

Frans van den Berg

Uitgeverij Lemma

ISBN90-5189-811-8