



FJÖLBRAUTASKÓLINN Í BREIÐHOLTI

Snyrtibraut

HAS2012 og FOS2012

Kennari: Alma Guðmundsdóttir

Dagsetning: 1.des. 2006 Próftími: Kl. 10.15 til 11.45

Nafn: _____

Kennitala: _____

Gangi ykkur vel

HAS1012 50%

1. **10% Fjölvalsspurningar Setjið X við réttasta svarið sem gefur +1% (aðeins eitt svar)**

Ef mismunur er á þykkt á nöglum milli fingra hjá einstaklingi ræðst það m.a. af því að:

- vaxtarvefur naglar er mismunandi stór
- naglgrópin er mismunandi löng
- mikil keratímyndun er í naglbeð þar sem neglur eru þykkari
- með aldrinum þykkna neglur mismunandi mikið

Fyrir frekar þunnar hrjúfar neglur er gott að nota grófasta hluta bónþjalar:

- einu sinni í mánuði
- á 3 til 6 mán. fresti
- á 10 til 12 mán. fresti
- aldrei

Fyrir mjög þykkar hrjúfar neglur er gott að nota grófasta hluta bónþjalar á:

- 2 til 3 vikna fresti
- 3 til 4 mánaða fresti
- 4 til 6 mán. fresti
- 10 til 12 mán. fresti

Í olíumeðferð fyrir hendur er olían látin bíða á í a.m.k.

- 5 mín.
- 10 mín.
- 15 mín.
- 20 mín.

Rétt hitastig á paraffinvaxi fyrir hendur er:

- 23° C
- 33° C
- 43° C
- 53° C

Ef viðkomandi er með of mikil naglabönd, hvað má ráðleggja honum að nota oft naglabandaeyðir Problem cuticul remover frá Sally Hansen.

- daglega
- tvisvar í viku
- vikulega
- einu sinni í mánuði

Ef viðkomandi nagar neglur mikið getur ástæðan ekki verið:

- ávani
- streita
- of hæg blóðrás
- efnaskortur

Ef neglur kloffna getur ástæðan ekki verið:

- erfðir
- efnaskortur
- röng þjölun
- of hæg blóðrás

Hvað af eftirfarandi á ekki við um notkun stálpinna í handsnyrtingu:

- er aðallega notaður til að fjarlægja naglabandahimnu
- nögl á að vera blaut þegar hann er notaður
- fara verður varlega þegar hann er notaðu undir lausu röndina
- ekkert af ofangreindu

Handanudd á báðar hendur í almennri handsnyrtingu á að taka:

- 4 mín.
- 8 mín.
- 10 mín.
- 20 mín.

**2. 8% Merkið X við réttar staðhæfingar. Rétt svar gefur +1 rangt - 0,5.
Frábendingar við að setja í paraffinvax er:**

- kona með giftingarhring og demantshring fyrir framan hann sem hún nær ekki af sér
- ung kona með vörtu á löngutöng
- kona með mikinn marblett á handarbaki eftir að hafa rekið sig í fyrir viku
- karlmaður með brunasár í lófa eftir smákökubakstur í gær
- viðskiptavinur sem er eldri en 85 ára
- karlmaður sem er mikið loðinn á handarbaki
- fermingarstelpa með mjög þurra húð á höndum
- sextíu ára kona með liðagigt í fingrum

3. **10% Tengisþurning (þarið saman)**

Færið tölu í auðu línubílin fyrir ALESSANDRO og SALLY HANSEN, sem besta kost sem ráðleggingu fyrir viðkomandi naglavandamál

Ath. Fyllið inn fyrir báðar vörutegundir.

<u>Sally Hansen</u>	<u>Alessandro</u>
1. ACE Correct Growth Treatment	13. Bónþjöl
2. No More Breaks	14. Mango Nail Serum
3. Maximum Growth	15. Coco Mango Nail Butter
4. Thicen upp	16. Norishing Base Coat
5. Instant Strength	17. Nail Grow Cream (bleika lína)
6. Dimond Cuticle + Nail Creme	18. Biotin Nail Hardener (bleika lína)
7. Maximum Support	19. Calaium Nail Hardener (bláa lína)
8. Natural Growth Activator	20. Nail Grow Pen (bláa lína)
9. Vitamin E Nail og Cuticle Oil	
10. Diamond Strength	
11. Nail Growth Miracle	
12. Bónþjöl	

<u>Sally Hansen</u>		<u>Alessandro</u>
	Hrjúfar þykkar (80 ára karlmaður)	
	Nagaðar sem rifna þegar vaxa (18 ára stelpa)	
	Harðar stökkar (30 ára kona)	
	Eðlilegar klofnar (25 ára kona) með þurr og tætt naglabönd	
	Þunnar sem vaxa hratt en rifna við laсурönd (25 ára kona)	
	Þunnar veikbyggðar sem eru lengi að vaxa (25 ára kona)	
	Þykkar klofnar (40 ára kona)	
	Í meðallagi þykkar en hrjúfar (70 ára kona)	
	Eðlilegar sem brotna þegar þær eru mjög langar (35 ára kona)	
	Góðar en illa farnar eftir gervineglur (19 ára stelpa)	

4. **7% Skilgreinið eftirfarandi :**
- a) Þegar neglur klofna hvað er að gerast í naglplötunni.

b) Af hverju er óæskilegt að viðskiptavinur klippi naglaböndin

Svarið spurningu nr. 5 á auka blað

5. **15% Nýtið ykkur eftirfarandi upplýsingar til að svara næstu spurningu.**

Um er að ræða 48 ára konu sem var að flytja í nýtt hús. Hendurnar eru illa farnar eftir steinryk og málningu. Húðin er þurr og gróf, naglaböndin föst, tætt og hún er með sár á nokkrum fingrum. Neglurnar hafa verið langar en núna eru þær flestar brotnar og hrjúfar. Hún er að fara á árs hátíð 6. janúar. Ath. Nafngreinið vörur sem þið ráðleggið og hvernig hún á að nota hana.

- a. Hvað getur hún gert til að koma húðinni og naglaböndunum í lag?
- b. Til að neglurnar verði eins langar og hægt er í janúar hvað á hún að gera?
- c. Hvenær vilt þú fá hana aftur í handsnyrtingu?
- d. Dóttir hennar sem er 10 ára nagar mikið neglurnar en vill hætta því. Hvað getur þú ráðlagt henni?

FOS201 50%

6. 8% Fjölvalsspurningar Setjið X við réttasta svarið sem gefur +1%
(aðeins eitt svar)

Vörtur eru:

- bakteríusýking sem smitast við snertingu
- bakteríusýking sem smitast ekki við snertingu
- veirusýking sem smitast við snertingu
- veirusýking sem smitast ekki við snertingu

Grófleiki (grit) naglapjala fyrir eðlilegra til fingerðra nagla er:

- 80 grit
- 120 grit
- 240 grit
- 400 grit

Hart líkþorn er:

- hörð húð sem vex upp frá botnlagi
- veira sem notar frumu sem hýsil og vex út frá henni
- samanþjappaðar hýrnisfrumur
- ekkert af ofangreindu

Lélegt blóðstreymi til fóta hjá heilbrigðum einstaklingi getur ekki verið vegna:

- hreyfingaleysis
- reykinga
- mataræðis
- rangrar líkamsstöðu

Hallux Valgus er:

- skekkja milli efri og neðri kjúku stórutáar
- skekkja milli efri kjúku stórutáar og miðfótabeins
- skekkja milli efri kjúku litlutáar og miðfótabeins
- ekkert af ofangreindu

Ein af ástæðum fyrir hamartám getur ekki verið:

- tábersig
- slakir vöðvar
- lélegur skófatnaður
- hreyfingaleysi

Rósmarín olía er mikið notuð í GEHWOL áhrif hennar er:

- kælendi styrkjandi og bólgueyðandi
- svitahamlandi, frískandi og örvandi
- sótthreinsandi og góð gegn kláða
- örvandi, styrkjandi og sótthreinsandi.

Þegar stáláhöld eru sótthreinsuð í bakarofni heima er hann stilltur á:

- 90° í 20-30 mín.
- 170° í 20-30 mín.
- 120° í 80-90 mín.
- 190° í 80-90mín.

7. 12% Rétt og rangt spurningar (rétt svar gefur +1 og rangt – 0,5)

	Rétt	Rangt
Barnaskór eiga að hafa 3mm aukalengd til vaxtarýmis	_____	_____
Sigg er húðþykkun ásamt hörðu líkþorni	_____	_____
Sigg getur myndast vegna lélegrar blóðrásar til fóta	_____	_____
Vegna frumulaga hyrnislags skiptir ekki máli hvernig fótaraspi er beitt á sigg á hælum	_____	_____
Latneskt heiti naglabanda er cuticle	_____	_____
Fótasveppur getur horfið án þess að notuð séu lyf	_____	_____
GEHWOL med. flokkast undir sérkrem fyrir íþróttafólk	_____	_____
GEHWOL Fusskraft Red er fyrir heitar fætur	_____	_____
GEHWOL Fusskraft Blue er fyrir þurra húð	_____	_____
Naglabjalir í fót snyrtingu eru sótthreinsaðar með því að úða á þær hreinsi- sótthreinsilegi og láttnar þorna	_____	_____
Þegar rafmagnsbor er notaður á sigg er nauðsynlegt að bleyta húðina áður með 6% vetnisperoxið	_____	_____
Latneska heiti á mjúku líkþorni er Heloma molle	_____	_____

Svarið spurningum nr.9 og 10 á auka blað

9. 16% Skilgreinið eftirfarandi:

- Fóturinn verður fjarðrandi vegna
- Þau fótamein sem hafa þannig áhrif að fóturinn verður ekki fjarðrandi, lýsið þeim og hvaða áhrif það getur haft á fætur og líkama
- Hvað ber að varast við meðhöndlun á fæti með sveppasýkingu og rökstyðjið af hverju?

10. 14% Nýtið ykkur eftirfarandi upplýsingar til að svara næstu spurningu.

Um er að ræða sextíu ára konu í góðri þjálfun. Hún er með tábergssig, of mikinn holfót og tærnar farnar að bogna töluvert og litlutær fara undir næstu tá. Hún missti báðar neglurnar á stórutám eftir mikla göngu í byrjun október. Núna eru þær búnar að vaxa $\frac{1}{4}$ fram. Hún er að fara að ganga frekar erfiða göngu um páskana í byrjun apríl. . Ath. Nafngreinið vörur sem þið ráðleggið og hvernig hún á að nota hana.

- hvenær verður nöglin vaxin fram yfir kviku?
- hvað getur hún gert og eða notað til að neglurnar vaxi hraðar fram?
- hvar er líklegast að að siggmyndun verði hjá henni?
- hvernig og hversvegna myndast siggið?
- hvað ráðleggur þú henni varðandi siggið?
- hvaða krem á hún að taka með sér í gönguna fyrir fæturnar og hvernig á hún að nota það?
- Hvenær er best að fá hana aftur í fót snyrtingu