

15. 림프를 이용한 피부관리

WEBVTT

00:00:39.498 --> 00:00:40.713
안녕하세요?

00:00:40.887 --> 00:00:43.669
에르모소 뷰티 아카데미 피부 강사 채다연입니다.

00:00:43.948 --> 00:00:48.472
피부 미용사 국가 자격증 실기과정에 대해 배워보도록 하겠습니다.

00:00:49.178 --> 00:00:53.687
오늘은 림프를 이용한 피부관리를 해보겠습니다.

00:00:54.270 --> 00:00:58.857
오늘의 준비물은 건타월과 소독용 에탄올입니다.

00:00:59.693 --> 00:01:02.256
오늘 과제를 시작하겠습니다.

00:01:03.265 --> 00:01:06.505
림프를 이용한 피부관리는 쓰다듬기,

00:01:06.802 --> 00:01:10.682
고정원돌리기, 쓰다듬기 순으로 하시면 됩니다.

00:01:11.311 --> 00:01:20.263
건타월은 반을 접고 또 반을 접어 사용하시면 됩니다.

00:01:22.393 --> 00:01:29.920
관리가 시작되면 제일 먼저 모델 목에 건타월을 베어줍니다.

00:01:33.491 --> 00:01:37.027
그다음 손을 소독해줍니다.

00:01:41.627 --> 00:01:46.518
쓰다듬기는 가슴 중앙에서부터 시작합니다.

00:01:49.633 --> 00:01:50.618
턱.

00:01:55.322 --> 00:01:56.918
목 중앙.

00:01:57.580 --> 00:01:58.682
쇄골.

00:02:00.313 --> 00:02:01.782
턱.

00:02:05.490 --> 00:02:06.890
인중.

00:02:09.983 --> 00:02:11.289
귀 중앙.

00:02:12.624 --> 00:02:14.111
눈 앞.

00:02:15.735 --> 00:02:17.241
관자놀이.

00:02:19.007 --> 00:02:22.751
코 쓸어서 이마 중앙.

00:02:24.152 --> 00:02:37.647
관자놀이, 귀 중앙,
턱 끝, 귀 뒤, 목 중앙, 쇄골.

15. 림프를 이용한 피부관리

00:02:40.757 --> 00:02:46.632

고정원 돌리기는 한 손가락을 이용해 원을 그려주시면 됩니다.

00:02:49.057 --> 00:02:53.049

고정원 돌리기는 귀 뒤에서부터 시작합니다.

00:04:14.112 --> 00:04:17.415

코 부분 고정원 돌리기 시작합니다.

00:05:51.995 --> 00:05:59.079

고정원 굴리기는 아래에서 위로 올라오게 되는데 눈 쪽 시작해보겠습니다.

00:06:22.260 --> 00:06:30.284

엄지로 코를 쓸어 눈썹 앞부분, 중간, 끝부분을 집어줍니다.

00:07:48.691 --> 00:07:51.307

쓰다듬기를 시작하겠습니다.

00:07:52.927 --> 00:07:56.591

이마 중앙, 관자놀이.

00:08:00.614 --> 00:08:03.891

눈앞, 관자놀이.

00:08:05.377 --> 00:08:08.438

인중, 귀 중앙.

00:08:09.888 --> 00:08:13.127

턱, 귀 뒤.

00:08:19.836 --> 00:08:22.845

목 중앙, 쇄골.

00:08:24.476 --> 00:08:30.368

가슴 중앙에서 쓰다듬기로 마무리해줍니다.

00:08:32.705 --> 00:08:37.497

이렇게 해서 림프를 이용한 피부관리를 마치겠습니다.

00:08:51.638 --> 00:08:54.091

오늘 과제를 해보았는데요.

00:08:55.036 --> 00:09:02.500

림프를 이용한 피부 관리가 시작되면 제일 먼저 건타월을 이용해 목베개를 해줍니다.

00:09:04.349 --> 00:09:08.277

그리고 시술자의 손을 소독해줍니다.

00:09:09.043 --> 00:09:13.734

그다음 쓰다듬기 고정원돌리기, 쓰다듬기 순으로

00:09:14.125 --> 00:09:17.812

림프를 이용한 피부관리를 해주시면 됩니다.

00:09:18.601 --> 00:09:27.270

림프를 이용한 피부 관리를 손바닥을 이용한 쓰다듬기를 가슴 부위에서 이마까지 하시면 됩니다.

00:09:28.076 --> 00:09:35.156

그다음 중지를 이용한 고정원돌리기는 턱부터 이마까지 해주시면 됩니다.

00:09:36.116 --> 00:09:44.026

15. 림프를 이용한 피부관리

그다음 마지막으로 손바닥을 이용한
쓰다듬기는 이마에서 가슴으로 해주시면 됩니다.

00:09:45.408 --> 00:09:51.847
림프를 이용한 피부관리는 적절한
압력과 속도를 유지하며 목과 얼굴 부위에

00:09:52.193 --> 00:09:56.496
림프절 방향에 맞춰 피부관리를 하시면 됩니다.

00:09:57.553 --> 00:10:01.654
피부미용사 국가 자격증 실기 과정에 대해 배워보았는데요.

00:10:02.046 --> 00:10:05.330
여러분도 열심히 준비해서 꼭 합격하시기 바라겠습니다.

00:10:05.811 --> 00:10:08.184
감사합니다.