Skill India
कौशल भारत - कुशल भारत

सत्यमेव जयते
GOVERNMENT OF INDIA
MINISTRY OF SKILL DEVELOPMENT
& ENTREPRENEURSHIP

N·S·D·C
National
Skill Development
Corporation
Transforming the skill landscape

B&WSSC
BEAUTY & WELLNESS
SECTOR SKILL COUNCIL

प्रतिभागी पुस्तिका

सेक्टर
ब्यूटी एंड वेलनेस

उप–क्षेत्र
ब्यूटी और सैलून

व्यवसाय
नेल केयर सर्वीसेज़

संदर्भ सूचक - BWS/Q0401, Version 4.0
NSQF Level 3

अस़िस्टेंट नेल टेक्नीशियन

द्वारा प्रकाशित
ब्यूटी एंड वेलनेस सेक्टर स्किल काउंसिल
5बी, अपर ग्राउंड फ्लोर
23, हिमालय हाउस, कस्तूरबा गांधी मार्ग,
कनॉट प्लेस, नई दिल्ली-110001
कार्यालय: 011-40342940, 42, 44 और 45
ईमेल: info@bwssc.in
वेबसाइट: www.bwssc.in

यह पुस्तक **ब्यूटी एंड वेलनेस सेक्टर स्किल काउंसिल** द्वारा प्रायोजित है

क्रिएटिव कॉमन्स लाइसेंस के तहत: CC-BY -SA
आरेख युक्त एक चित्र
Attribution-ShareAlike: CC BY-SA

विवरण स्वचालित रूप से उत्पन्न
यह लाइसेंस अन्य लोगों को व्यावसायिक उद्देश्यों के लिए भी आपके काम को रीमिक्स, ट्वीक और निर्माण करने देता है, जब तक कि वे आपको श्रेय देते हैं और समान शर्तों के तहत अपनी नई रचनाओं का लाइसेंस देते हैं। इस लाइसेंस की तुलना अक्सर "कॉपीलेफ्ट" फ्री और ओपन-सोर्स सॉफ्टवेयर लाइसेंस से की जाती है। आपके आधार पर सभी नए कार्यों में एक ही लाइसेंस होगा, इसलिए कोई भी डेरिवेटिव व्यावसायिक उपयोग की भी अनुमति देगा। यह विकिपीडिया द्वारा उपयोग किया जाने वाला लाइसेंस है और उन सामग्रियों के लिए अनुशंसित है जो विकिपीडिया और इसी तरह के लाइसेंस प्राप्त परियोजनाओं से सामग्री को शामिल करने से लाभान्वित होंगे।

कौशल से बेहतर भारत का निर्माण होता है।
यदि हमे भारत को विकास की ओर ले जाना है तो
कौशल का विकास हमारा मिशन होना चाहिए।

श्री नरेन्द्र मोदी
प्रधानमंत्री भारत

Skill India
कौशल भारत-कुशल भारत

B&WSSC

N·S·D·C
National
Skill Development
Corporation
Transforming the skill landscape

Certificate

COMPLIANCE TO QUALIFICATION PACK-NATIONAL OCCUPATIONAL STANDARDS

is hereby issued by the

SKILL COUNCIL FOR BEAUTY AND WELLNESS

for

SKILLING CONTENT : PARTICIPANT HANDBOOK

Complying To National Occupational Standards Of

Job Role/ Qualification Pack: 'Assistant Nail Technician' QP No. 'BWS/Q0401 NSQF Level 3'

Date of Issuance 17 Nov 2022
Valid up to* 17 Nov 2025

**Valid up to next review date of the qualification or the 'Valid up to' date mentioned above (whichever is earlier)*

Authorised signatory
(Skill Council for Beauty and Wellness)

आभार

ब्यूटी और वेलनेस सेक्टर स्किल काउंसिल उन सभी व्यक्तियों और संगठनों के प्रति आभार व्यक्त करता है जिन्होने इस प्रशिक्षार्थी पुस्तिका को तैयार करने में योगदान दिया है। उन सभी व्यक्तियों का विशेष धन्यवाद जिन्होने अलग–अलग मॉड्यूल को तैयार करने में अपना सहयोग दिया हैं। उन सभी की हम प्रशंसा करते है जिन्होने अलग–अलग मॉड्यूल के लिए विषय–वस्तु उपलब्ध करने में और इसकी समीक्षा करने में सहयोग किया है।

ब्यूटी और वेलनेस उद्योग के समर्थन के बिना इस पुस्तिका को तैयार करना संभव नहीं था। इस पुस्तिका के शुरुआत से अंत तक उद्योग का फीडबैक बेहद उत्साहवर्धक रहा है और यह उनकी सलाह का ही नतीजा है कि हमने अपने उद्योग में मौजूदा कौशल अंतर को कम करने की कोशिश की है। हम विशेष रूप से **गुरप्रीत सिबल, नेल सपा** का शुक्रिया अदा करना चाहते हैं।

यह प्रशिक्षार्थी मैनुअल उन सभी महत्वाकांक्षी युवाओं को समर्पित करते है जिनकी रूचि उस विशेष कौशल को प्राप्त करने की है जो स्थाई होने के साथ उनके भविष्य के प्रयासों और ब्यूटी और वेलनेस क्षेत्र में एक चमकदार कैरियर बनाने में मदद करे।

इस पुस्तक के बारे में

भारत में ब्यूटी और वेलनेस उद्योग 18.6% की सि.ए.जी. आर से विकास कर रहा हैं और जल्दी ही 1,00,000 करोड़ का आंकड़ा पार करने की संभावना है। इस क्षेत्र का विकास अमीर और मध्यम वर्ग की बढ़ती आबादी पर निर्भर करता हैं इसके साथ इस क्षेत्र की उन्नति इससे भी तय है क्योंकि साथ ही मध्यम वर्ग ने ब्यूटी और वेलनेस को एक आवश्यकता के रूप में विचार शुरू कर दिया है। लोगों के अच्छा और युवा सौंदर्य की इच्छा भी वेलनेस उद्योग के लिए एक प्रेरणा का स्रोत हैं। वर्ष 2016 में ब्यूटी (सौंदर्य) के क्षेत्र में रोजगार के अवसर 20% की सि.ए.जी. आर से और असंगठित क्षेत्रों में संगठित में क्रमशः 23% और 15% के साथ बढ़ने की संभावना है यह भी अनुमान है कि इस साल के अंत में 600,000 से अधिक कुशल कर्मियों की कमी इस क्षेत्र में होगी गुणवत्ता वाली सेवा को आधार बनाने के कारण और क्षेत्र में विकास को बनाये रखने के लिये उद्योग कुशल काम करने वालों को इस क्षेत्र में लाने पर विचार कर रहा हैं।

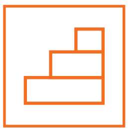
इस प्रतिभागी पुस्तिका में एक कुशल सहायक नाखून (नेल) तकनीशियन बनने के लिये प्रायोगिक और सैद्धांतिक विषयों को शामिल किया गया है। एक सहायक नेल तकनीशियन की योग्यता पैक सभी राष्ट्रीय व्यावसायिक मानकों को इस ट्रेनी मैनुअल में शामिल किया गया हैं जो नीचें बताये गये हैं:

1. **परिचय**
2. **कार्यक्षेत्र की तैयारी और रखरखाव**
3. **मैनीक्योर और पैडीक्योरसेवाएं प्रदान करना**
4. **यूवी जेल और एक्रिलिक नेल एन्हैन्स्मन्ट**
5. **रिफिल करना**
6. **नाखूनों के देखभाल की परिष्कृत सेवाएं प्रदान करने के लिए नेल तकनीशियन की सहायता करना**
7. **व्यावसायिक और भाषा कौशल**
8. **कार्यस्थल स्वास्थ्य और सुरक्षा**
9. **कार्यक्षेत्र में सकारात्मक प्रभाव बनाना**

इस प्रतिभागी हैंडबुक सहायक नाखून (नेल) तकनीशियनों की न्यूनतम शिक्षा योग्यता यदि आठवीं कक्षा पास हो तो बेहतर होगा को ध्यान में रखकर तैयार किया गया हैं। इस पुस्तिका में प्रशिक्षार्थी को दी जाने वाली शिक्षा के मुख्य उद्देश्यों और कौशल को संबधित यूनिट में बताया गया हैं। हम ब्यूटी और वेलनेस कौशल परिषद की अध्यक्षा सुश्री वंदना लूथरा को उनके मार्गदर्शन और सहयोग के लिए शुक्रिया अदा करना चाहते हैं। इस प्रतिभागी हैंडबुक बनाने में हम ब्यूटी और वेलनेस कौशल परिषद की पूरी टीम, मास्टर ट्रेनर, सलाहकार और हमारे सहयोगी उद्योगिक प्रतिष्ठानों का बहुमूल्य जानकारी देने के लिये आभार व्यक्त करते हैं। हमें उम्मीद है कि यह प्रतिभागी हैंडबुक हमारे मित्रों को सौंदर्य और वेलनेस उद्योग में अपने कैरियर को बनाने के लिये प्रेरित करेगी।

Symbol Used

Key Learning Outcomes


Steps

Notes

Objectives

Practical

Exercise

विषय—सूची

क.सं.	मॉड्यूल और इकाइयों	पेज संख्या
1.	**परिचय**	**1**
	यूनिट 1.1- इस कार्यक्रम के उद्देश्य	3
	यूनिट 1.2- सौंदर्य और वेलनेस उद्योग	6
2.	**कार्यक्षेत्र की तैयारी और रखरखाव**	**13**
	यूनिट 2.1- सर्विस कार्यक्षेत्र की तैयारी और रखरखाव	15
3.	**मैनीक्योर और पैडीक्योर सेवाएं प्रदान करना**	**31**
	यूनिट 3.1- शारीरिक प्रणाली और शरीर रचना विज्ञान	33
	यूनिट 3.2- मैनीक्योर	64
	यूनिट 3.2- पैडीक्योर	74
4.	**यूवी जेल और एक्रिलिक नेल एन्हैन्स्मन्ट**	**87**
	यूनिट 4.1- सर्विस के लिए स्वयं और ग्राहक को तैयार करना	89
	यूनिट 4.2- यूवी जेल नेल एन्हैन्स्मन्ट	93
	यूनिट 4.3- एक्रिलिक नेल एन्हैन्स्मन्टे	95
5.	**रिफिल करना**	**103**
	यूनिट 5.1- रिफिल करना	105
6.	**नाखूनों के देखभाल की परिष्कृत सेवाएं प्रदान करने के लिए नेल तकनीशियन की सहायता करना**	**113**
	यूनिट 6.1- नाखूनों को निखारने वाली सेवाएं	115
7.	**व्यावसायिक और भाषा कौशल**	**133**
	यूनिट 7.1- व्यावसायिक कौशल	135
	यूनिर्ट 7.2- भाषा कौशल	142
8.	**कार्यस्थल स्वास्थ्य और सुरक्षा**	**149**
	यूनिट 8.1- कार्यस्थल स्वास्थ्य और सुरक्षा	151

क.सं.	मॉड्यूल और इकाइयों	पेज संख्या
9.	कार्यक्षेत्र में सकारात्मक प्रभाव बनाना	165
	यूनिट 9.1- कार्यक्षेत्र में सकारात्मक प्रभाव बनाना	167
10.	DGT/VSQ/N0102 रोजगार कौशल (60 घंटे)	183
	Scan this QR Code to access the Employability skills module https://www.skillindiadigital.gov.in/content/detail/1-10d218cd-31f0-41d0-a276-b41ec3b52013	
11.	एनैक्सचर	185

सत्यमेव जयते
GOVERNMENT OF INDIA
MINISTRY OF SKILL DEVELOPMENT
& ENTREPRENEURSHIP

Skill India
कौशल भारत-कुशल भारत

N S·D·C
National
Skill Development
Corporation
Transforming the skill landscape

B&WSSC
BEAUTY & WELLNESS
SECTOR SKILL COUNCIL

1. परिचय

यूनिट 1.1- इस कार्यक्रम के उद्देश्य
यूनिट 1.2- सौंदर्य और वेलनेस उद्योग

ब्रिज मोडयूल

इस मॉड्यूल से मिलने वाली महत्वपूर्ण जानकारी

इस मॉड्यूल के अंत में आप समर्थ होंगें:

1. इस कोर्स के उद्देश्यों को समझानें में
2. सहायक नेल (नाखून या नख) तकनीशियन की भूमिका और जिम्मेदारी का वर्णन करने में
3. ब्यूटी और वेलनेस से जुड़े उद्योग का वर्णन करने में

यूनिट 1.1: इस कार्यक्रम के उद्देश्य

यूनिट उद्देश्य

आप इस यूनिट के बाद निम्नलिखित काम करने में सक्षम हो जायेगें :

1. इस कोर्स के उद्देश्यों को समझाने में
2. सहायक नेल (नाखून या नख) तकनीशियन की भूमिका और जिम्मेदारी का वर्णन करने में

1.1.1 परिचय

आज के दौर मे भारत मे ब्यूटी और वेलनेस क्षेत्र उभर कर सामने आया है और इसमे लगातार और उल्लेखनीय वृद्धि हो रही है। जिससे इस क्षेत्र मे राष्ट्रीय स्तर पर आर्थिक विकास और लाखों लोगो को रोजगार देने की महत्वपूर्ण संभावनाए पैदा हुई है। इस अभूतपूर्व संभावना के पीछे उपभोक्तावाद, वैश्वीकरण (ग्लोबलाइजेशन), भारतीय उपभोक्ताओं की अपनी जीवन शैली को बदलने की चाहत और इस क्षेत्र से जुड़े पर्यटन मे विकास मुख्य कारण है।

चित्र 1.1- सहायक नेल तकनीशियन

राष्ट्रीय और अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर बड़े ब्रांडों के आने के साथ–साथ ब्यूटी और वेलनेस उद्योग तेजी से बढ़ा है जिसके कारण इस क्षेत्र मे काम करने के लिये प्रशिक्षित लोगों की भारी मांग है। जबकि, सच्चाई यह है कि कुशल और प्रशिक्षित काम करने वालों की बहुत ज्यादा कमी है। इस क्षेत्र मे प्रतिभा या कुशल काम करने वालों की कमी ने पूरे ब्यूटी और वेलनेस उद्योग के विस्तार और विकास मे सबसे बड़ी रुकावट खड़ी की है। कुशल और प्रशिक्षित काम करने वालों की कमी को पूरा करना इस क्षेत्र से जुड़े बिजनेस और प्रशिक्षण पर काम करने वाली संस्थाओं के सामने सबसे बड़ी चुनौती है।

1.1.2 सहायक नेल (नाखून या नख) तकनीशियन

ब्यूटी और वेलनेस क्षेत्र में सहायक नेल (नाखून या नख) तकनीशियन एक महत्वपूर्ण काम करने वाला व्यक्ति होता है। जिसकी भूमिका सैलून और स्पा में ब्यूटी (सुंदरता) से जुड़ी विभिन्न प्रकार की सेवाओं को देना है।

एक सहायक नेल तकनीशियन के लिये ज़रूरी है कि उसको सुंदरता और थेरपी से जुड़े सभी कामों की अच्छी तरह से जानकारी, व्यवहार कुशलता और लोगों को सेवा देने की चाहत ग्राहकों को विश्व स्तरीय सेवाएं प्रदान करने में मदद करती है।

तकनीकी तौर पर सहायक नेल तकनीशियन को मानव शरीर रचना विज्ञान की जानकारी होना ज़रूरी है ताकि वह अच्छी तरह हाथ और पैरों की हड्डियों, मांसपेशियों और नसों के काम और शरीर मे उनकी जगह को समझे। उनके लिए यह भी ज़रूरी है कि वह नाखून के अलग–अलग हिस्सों को पहचान करने के साथ इसके विकास, नाखून से जुड़ी खामियों और संबंधित सेवाओं या कामों की जानकारी रखता हो। सहायक नेल तकनीशियन को नाखून से जुड़े विभिन्न उत्पादों, उपकरणों और सेवाओं के बारे मे भी जानकारी होना जरूरी है।

सहायक नेल (नाखून या नख) तकनीशियन :

ब्यूटी और वेलनेस क्षेत्र में सहायक नेल (नाखून या नख) तकनीशियन एक महत्वपूर्ण काम करने वाला व्यक्ति होता है । जिसकी भूमिका सैलून और स्पा में ब्यूटी (सुंदरता) से जुड़ी विभिन्न प्रकार की सेवाओं को देना है।

एक सहायक नेल तकनीशियन के लिये ज़रूरी है कि उसको सुंदरता और थेरपी से जुड़े सभी कामों की अच्छी तरह से जानकारी, व्यवहार कुशलता और लोगो को सेवा देने की चाहत उसकी ग्राहकों को विश्व स्तरीय सेवाएं प्रदान करने में मदद करती है।

तकनीकी तौर पर सहायक नेल तकनीशियन को मानव शरीर रचना विज्ञान की जानकारी होना ज़रूरी है ताकि वह अच्छी तरह हाथ और पैरों की हड्डियों, मांसपेशियों और नसों के काम और शरीर मे उनकी जगह को समझे। उनके लिए यह भी ज़रूरी है कि वह नाखून के अलग–अलग हिस्सों को पहचान करने के साथ इसके विकास, नाखून से जुड़ी खामियों और संबंधित सेवाओं या कामों की जानकारी रखता हो। सहायक नेल तकनीशियन को नाखून से जुड़े विभिन्न उत्पादों, उपकरणों और सेवाओं के बारे मे भी जानकारी होना जरूरी है।

सहायक नेल तकनीशियन की भूमिका और जिम्मेदारियाँ:

सहायक नेल तकनीशियन को मैनीक्योर और पैडीक्योर, स्वास्थ्य और स्वच्छता और सुरक्षा से जुड़ी बुनियादी बातों के बारे में पता होने के साथ विभिन्न सौंदर्य उत्पादों के बारे में जानकारी होना जरूरी है।

सहायक नेल तकनीशियन से यह उम्मीद की जाती है कि वह मैनीक्योर और पैडीक्योर का बुनियादी काम कर लेने के साथ स्पा मैनीक्योर और पैडीक्योर का भी काम करने मे कुशल है।

सहायक तकनीशियन को सैलून के रख–रखाव मे सहायता करने के साथ सैलून के और दूसरे कामों की जानकारी लेकर उनको करना पड़ता है जिसमें सैलून मे इस्तेमाल होने वाले उत्पादों को बेचना आदि शामिल है।

सहायक नेल तकनीशियन के निम्नलिखित गुण हैं:

- **ग्राहक से जुड़े** - ग्राहक को सहज बनाना ग्राहकों के बिना बताये समझ जाना की उनको क्या चाहिये। काम की जगह को साफ रखना क्योकि सफाई ग्राहक को आपकी सेवा लेने के लिये प्रेरित करने की पहली शर्त है।
- **व्यक्तिगत सफाई** - अपने पहनावें/कपड़े को साफ–सुथरा बनाये रखना। ग्राहक आपके गंदे और बुरे पहनावें और व्यवहार के कारण सेवा लेना पसंद नही कर सकते है। आपको अपनी शरीर की गंध, मुह की बदबू और अपनी पूरी स्वच्छता के बारे मे हमेशा सतर्क रहना जरूरी है।

चित्र 1.2- सहायक नेल तकनीशियन सेवायें देते हुए

- **उत्पादों के बारे में जानकारी**– आप के लिए ज़रूरी है कि आप अपने ग्राहकों को यह बताने मे सक्षम हो कि उनके के लिये कौन से प्रोडक्ट (उत्पाद) ठीक है, उदाहरण के लिए यदि सूखी त्वचा वाला ग्राहक एक फेस क्रीम को माँगता है तो आपको उसकी त्वचा के प्रकार को ध्यान मे रखते हुये आपको उपलब्ध सबसे अच्छे उत्पाद का सुझाव देना चाहिये। यह तभी हो सकता है यदि आपको उपलब्ध उत्पादों के बारे में जानकारी है।

चित्र 1.3- सहायक नेल तकनीशियन के उपकरण और सामग्री

- **सही सलाह -** यदि आप अपने ग्राहक को भ्रमित और दुविधा मे पाते हैं तो इस स्थिति/मौके का इस्तेमाल ग्राहक को सबसे अच्छा सुझाव देने मे करना चाहिये। ग्राहक आपके इस व्यवहार को पसंद और इसकी सराहना कर सकते हैं। ऐसा करने से आप को किसी प्रकार का नुकसान नही होगा।
- **जल्दबाजी नही-** ग्राहक के साथ किसी भी प्रकार की जल्दबाज़ी नही करनी चाहिये। यदि आप ग्राहक के साथ है तो उसको पूरा उचित समय देकर उसको संतुष्ट करना ज़रूरी होता है।
- **संवाद कुशलता -** एक सहायक नेल तकनीशियन को अपने काम में कुशल होने के साथ यह ज़रूरी है कि वह संवाद मे भी कुशल हो क्योकि वह पहले अपने संवाद कौशल के साथ ग्राहक से जुड़ता है और बाद में सौंदर्य कौशल के साथ। इसलिए उसको विनम्र होने के साथ वह जो कहना चाहता है उसे साफ कहना चाहिये।
- **अच्छा स्वभाव -** सहायक नेल तकनीशियन को ग्राहकों के साथ काम करते समय तनाव नही रखना चाहिये। स्वभाव सरल लेकिन फुर्तीला होना चाहिये। तकनीशियन काम को लेकर खुश दिखना चाहिये और अपनी सेवाओं को देते समय तेज और मुस्कुराता हुआ होना चाहिये।

1.1.3 कार्यक्रम का मुख्य आधार और संक्षिप्त विवरण

इस कार्यक्रम मे निम्नलिखित के बारे में संक्षिप्त विवरण बताया गया है :

- ब्यूटी और वेलनेस उद्योग
- कार्य क्षेत्र का रख–रखाव
- मैनीक्योर और पैडीक्योर सेवाओं को करना
- स्पा मैनीक्योर और पैडीक्योर सेवाओं को करना
- कार्यस्थल पर स्वास्थ्य और सुरक्षा को बनाए रखना
- कार्यस्थल पर एक सकारात्मक माहौल को बनाना

यूनिट 1.2: ब्यूटी और वेलनेस उद्योग

यूनिट उद्देश्य

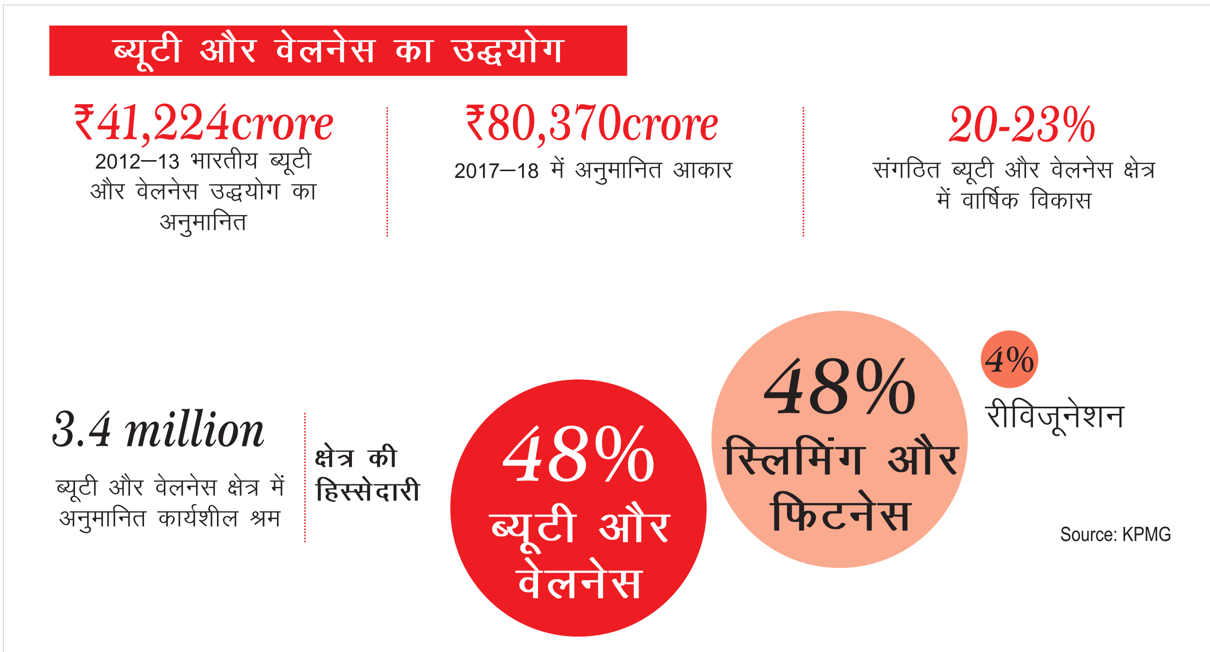
आप इस यूनिट के बाद निम्नलिखित काम करने में सक्षम हो जायेगें:

1. भारत के ब्यूटी और वेलनेस से जुड़े उद्योग का वर्णन करने में

1.2.1 भारत में सौंदर्य उद्योग

हालांकि ब्यूटी और वेलनेस उद्योग भारत में नया है, स्वस्थ जीवनशैली को अपनाने को लेकर लोगों में जागरूकता बढ़ रही है। देश में ब्यूटी और वेलनेस उद्योग तेज़ी से आंगे बढ़ रहा है और इसके लिये पुरुषों और महिलाओं को धन्यवाद देना चाहिये क्योकि दोनों में स्टाइलिश दिखने और अच्छा महसूस करने की इच्छा तेज़ी से बढ़ रही है जिसके कारण इस उद्योग को फायदा हो रहा है।

भारत में शहरी सैलून बाजार दुनिया के मानकों से छोटा है लेकिन तेज़ी से बढ़ रहा है। साल अप्रैल में जारी के.पी.एम.जी की वेलनेस से जुड़ी रिपोर्ट का अनुमान है कि भारत की ब्यूटी और वेलनेस से जुड़े बाजार का आकार 2017–18 मे लगभग 80,370 करोड़ रुपये होगा जो 2012–13 के 41,224 करोड़ रुपये की तुलना में दोगुना होगा। यह बिजनेस इतना अच्छा है कि इसने निजी इक्विटी फर्म (कंपनी) का ध्यान अपनी ओर आकर्षित किया है।



चित्र1.4- भारत में ब्यूटी और वेलनेस उध्योग से जुड़े आंकड़ा

हेयरकेयर (बालों की देखभाल), ब्यूटी और वेलनेस बिजनेस का एक मुख्य भाग है। एसी नीलसन की एक रिपोर्ट के अनुसार भारत में हेयरकेयर का बाजार 3,630 करोड़ रुपये के स्तर पर है जो 20 प्रतिशत की औसत वार्षिक वृद्धि के साथ आंगे बढ़ रहा है।

ब्यूटी और वेलनेस का एक और क्षेत्र - दुल्हन का श्रृंगार तेजी से विस्तार कर रहा है। इससे पहले आमतौर पर केवल दुल्हन शादी समारोह से पहले सैलून जाया करती थी लेकिन अब अक्सर दोस्त और रिस्तेदार दुल्हन के साथ सैलून जाते है और सैलून उनको विशेष पैकेज देते है।

गुणवत्ता वाले सौंदर्य उपचार के लिये विशेष ज्ञान की जरूरत होती है – इस कारण से सौंदर्य उपचार वाले ट्रेनिंग स्कूलों की संख्या भी बढ़ रही हैं। अधिकांश बड़े सैलुनों की अपनी स्वयं की ट्रेनिंग अकादमी भी है। उदाहरण के लिए, वीएलसीसी अलग–अलग 75 ट्रेनींग कोर्स को चलाता है। सरकार की ब्यूटी और वेलनेस क्षेत्र कौशल परिषद भी विभिन्न ट्रेनिंग की योजनाओं को चलाता है। स्वाभाविक रूप से, इस क्षेत्र में रोजगार के अवसरों में बढ़ोत्तरी हुई है। के.पी.एम.जी की वेलनेस से जुड़ी रिपोर्ट का अनुमान है कि सौंदर्य और सैलून क्षेत्र में काम करने वालों की संख्या 2013 में 34 लाख थी और 2022 में 12.1 मिलियन लोगों की ज़रूरत इस क्षेत्र को होगी। इस क्षेत्र मे काम करने वाले पेशेवर लोगों का वेतन 15,000 रुपये और 65,000 रुपये प्रति माह के बीच होती हैं।

विकास के कारण

ब्यूटी और वेलनेस क्षेत्र के विकास के निम्नलिखित कारण है :

- बढ़ता उपभोक्तावाद, तेजी से शहरीकरण और बढ़ती आय को ब्यूटी और वेलनेस के बाजार की मजबूती का कारण माना जाता हैं
- युवा उपभोगताओं का मीडिया के साथ बढ़ता संबंध सुंदरता की चाहत को बढ़ता है

त्वचा को यूवा रखने का अत्यधिक जुनून इस सेक्टर को और विकास की ओर ले गया है और इसके लिये अधिकतर लोगों की कॉस्मेटिक उपचार के साथ एंटी–एजिंग उत्पादों की बढ़ती माँग ने इस क्षेत्र में भविष्य में उल्लेखनीय विकास के रास्ते को तैयार किया है।

1.2.2 ब्यूटी और वेलनेस उद्योग का वर्गीकरण

ब्यूटी सेंटर (सौंदर्य केंद्र) और हेयर सैलून (बाल सैलून) -ब्यूटी और सैलून क्षेत्र में त्वचा, बाल और नाखून देखभाल सेवाये शामिल हैं। सेवाओं को ग्राहक की अच्छा दिखाने की चाहत से जुड़ी आवश्यकता को पूरा करने के लिए दिया जाता है।

उत्पाद और बिक्री काउंटर – इससे सुंदरता और सैलून से जुड़े उत्पादों की बिक्री की जाती है जिसमे सौंदर्य प्रसाधन और उम्र से संबंधित स्वास्थ्य और रूप–रंग से जुड़े मुद्दें शामिल हैं।

स्वास्थ्य और स्लिमिंग – इसमे दी जाने वाली सेवाओं मे शारीरिक व्यायाम, योग और अन्य सेवाओं में मन–शरीर का व्यायाम और वजन घटाना और पतला होना शामिल है।

चित्र 1.5- ब्यूटी और वेलनेस उध्योग का वर्गीकरण

कायाकल्प केंद्र - इसमें स्पा संचालन, स्पा शिक्षा, उत्पाद और इससे जुड़े कार्यक्रमों का आयोजन शामिल है इसमें मुख्य रूप से शरीर और मन को आराम पहुचाने की सेवाओं को दिया जाता है।

वैकल्पिक चिकित्सा केंद्र - वैकल्पिक चिकित्सा के तहत क्लिनिकल डाइगोनीसिस और उपचार कर सकते हैं।

उभरती यूनिसेक्स सेवा - विभिन्न संगठित सेंटर इससे जुड़ी सेवाओं को देते है और यूनिसेक्स ब्यूटी और वेलनेस की संख्या लगातार बढ़ रही है और लोग इसकी सेवाओं को ले रहे हैं।

अलग–अलग क्षेत्रों में विस्तार - शहरी क्षेत्रों और मेट्रो शहरों के अलावा अन्य क्षेत्रों में इस उद्योग का विस्तार अच्छी तरह से हो रहा है। उद्योग का विस्तार में कम किराया और काम करने वालो पर आने वाली लागत भी एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं।

अन्तर्राष्ट्रीय ब्यूटी ब्रांड - बढ़ते ग्राहकों की संख्या के कारण अन्तर्राष्ट्रीय ब्रांडों की भारतीय बाजार में प्रवेश बढ़ रहा है।

सार

राष्ट्रीय और अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर बड़े ब्रांडों के आने के साथ–साथ ब्यूटी और वेलनेस उद्योग तेजी से बढ़ा है जिसके कारण इस क्षेत्र मे काम करने के लिये प्रशिक्षित लोगों की भारी मांग है। जबकि, सच्चाई यह है कि कुशल और प्रशिक्षित काम करने वालों की बहुत ज्यादा कमी है। इस क्षेत्र मे प्रतिभा या कुशल काम करने वालों की कमी ने पूरे ब्यूटी और वेलनेस उद्योग के विस्तार और विकास मे सबसे बड़ी रुकावट खड़ी की है। कुशल और प्रशिक्षित काम करने वालों की कमी को पूरा करना इस क्षेत्र से जुड़े बिजनेस और प्रशिक्षण पर काम करने वाली संस्थाओं के सामने सबसे बड़ी चुनौती है।

ब्यूटी और वेलनेस क्षेत्र मे एक सहायक नेल (नाखून या नख) तकनीशियन सैलून और स्पा में ब्यूटी (सुंदरता) से जुड़ी विभिन्न प्रकार की सेवाओं को देना है।

सुंदरता और थेरपी से जुड़े सभी कामों की अच्छी तरह से जानकारी हों और उसकी व्यवहार कुशलता और लोगो को सेवा देने की चाहत ग्राहकों को विश्व स्तरीय सेवाएं प्रदान करने में मदद करेगी।

ज़रूरी है कि वह संवाद मे भी कुशल हो पहले वह अपने संवाद कौशल के साथ ग्राहक से जुड़ता है और बाद में सौंदर्य कौशल के साथ। इसलिए उसको विनम्र और जो कहना चाहते है उसे साफ तरह से कहना चाहिये।

सहायक नेल तकनीशियन के गुण

- ग्राहक से जुड़े
- व्यक्तिगत सफाई
- सही सलाह
- जल्दबाजी नही
- ताजा जानकारी
- अपने ग्राहक का सम्मान करें
- संवाद कुशलता
- अच्छा हाव–भाव

हालांकि ब्यूटी और वेलनेस उद्योग भारत में नया है, स्वस्थ जीवनशैली को अपनाने को लेकर लोगों में जागरूकता बढ़ रही है। देश में ब्यूटी और वेलनेस उद्योग तेज़ी से आंगे बढ़ रहा है और इसके लिये पुरुषों और महिलाओं को धन्यवाद देना चाहिये क्योकि दोनों में स्टाइलिश दिखने और अच्छा महसूस करने की इच्छा तेज़ी से बढ़ रही है जिसके कारण इस उद्योग को फायदा हो रहा है।

ब्यूटी और वेलनेस क्षेत्र के विकास के निम्नलिखित कारण हैं

- बढ़ता उपभोक्तावाद, तेजी से शहरीकरण और बढ़ती आय को ब्यूटी और वेलनेस के बाजार की मजबूती के पीछे माना जाता है
- युवा उपभोगताओं का मीडिया के साथ बढ़ता संबंध सुंदरता की चाहत को बढ़ता है
- त्वचा जवान रखने का अत्यधिक जुनून
- नवीन उत्पाद

ब्यूटी और वेलनेस उद्योग का वर्गीकरण

- ब्यूटी सेंटर (सौंदर्य केंद्र) और हेयर सैलून (बाल सैलून)
- उत्पाद और बिक्री काउंटर
- स्वास्थ्य और स्लिमिंग
- कायाकल्प केंद्र
- वैकल्पिक चिकित्सा केंद्र
- उभरती यूनिसेक्स सेवा
- अलग–अलग क्षेत्रों में विस्तार
- अंतरराष्ट्रीय ब्यूटी ब्रांड

अभ्यास

1. **नीचे बताये गये गुणों में से कौन से गुण एक सहायक नेल तकनीशियन के गुण नही है? सबसे उपयुक्त जवाब का चुनाव करे**
   a. उत्पादों के बारे में जानकारी होना
   b. अच्छा हाव–भाव
   c. स्वच्छ व्यक्तिगत रूप–रंग
   d. जल्दी में होना
2. **ब्यूटी और वेलनेस उद्योग का रुझान या ट्रेंड क्या हैं?**
   a. उपभोक्ता की इच्छा मे बदलाव
   b. उभरते यूनिसेक्स सैलून
   c. अंतरराष्ट्रीय सौंदर्य ब्रांड
   d. उपरोक्त सभी
3. **ब्यूटी और वेलनेस उद्योग के विभिन्न क्षेत्रों को बताये?**

नोट्स

2. कार्यक्षेत्र की तैयारी और रखरखाव

यूनिट 2.1- सर्विस कार्यक्षेत्र की तैयारी और रखरखाव

BWS/N9001

इस मॉड्यूल से मिलने वाली महत्वपूर्ण जानकारी

इस मॉड्यूल के अंत में, आप समर्थ होंगे:

1. सर्विस कार्यक्षेत्र की तैयारी और रखरखाव करने में
2. कार्य क्षेत्र साफ रखने में
3. आवश्यक उपकरण सेट अप करने में
4. कचरे का सही ढंग से निपटान करने मे

यूनिट 2.1: सर्विस कार्यक्षेत्र की तैयारी और रखरखाव

यूनिट के उद्देश्य

इस इकाई के अंत में, आप समर्थ होंगे:

1. सर्विस कार्य क्षेत्र तैयार करने में
2. सर्विस कार्य क्षेत्र का रखरखाव करने मे

2.1.1 परिचय

प्रत्येक सौंदर्य सेवा के लिए साफ सुथरे, स्वच्छतापूर्ण और आकर्षक कार्य क्षेत्र की आवश्यकता होती है। यह इकाई मैनीक्योर और पैडीक्योर के लिए कार्य क्षेत्र की तैयारी और रखरखाव के संबंध में है। सेटिग अप में सर्विस संचालित करने के लिए आवश्यक औजारों, उपकरणों और सामग्रियों के साथ ही ग्राहक और सहायक नेल तकनीशियन के लिए बैठने की व्यवस्था शामिल होती है।

आप सर्विस के बाद कचरे के निपटान, ग्राहक रिकॉर्ड और अपनी व्यक्तिगत स्वच्छता और रंगरूप के महत्व के बारे में भी जानेंगे।

कुछ महत्वपूर्ण शब्द:

- निपटान
- भस्मीकारक
- निजर्मीकरण
- सजावट
- रिकार्ड कार्ड

सैलून में आपका एक मुख्य कर्तव्य एक विशेष सर्विस या सर्विस के लिए आवश्यक सही सामग्रियों और उपकरणों की सेटिंग करके और ग्राहक को तैयार करके अधिक वरिष्ठ सहायक नेल तकनीशियन की सहायता करना होगा।

आपको जानना होगा कि श्रृंखला में प्रत्येक सर्विस के लिए किन उत्पादों, औजारों और उपकरणों की आवश्यकता होती है और साथ ही उन सामग्रियों का चयन करने के लिए जो एक विशेष ग्राहक के लिए उपयुक्त होंगी, ग्राहक के रिकॉर्ड कार्ड का उपयोग करने मे समर्थ होना होगा।

2.1.2 रिकॉर्ड कार्ड

- ग्राहक का रिकॉर्ड कार्ड सर्विस या उन सर्विसेज का पेशेवर रिकॉर्ड है जो ग्राहक पहले से ही आपके सैलून में ले चुका है और जहां सहायक नेल तकनीशियन भविष्य की सर्विसेज के लिए टिप्पणियां या सुझाव रिकॉर्ड कर सकता है।
- सर्विस के लिए आपकी तैयारी के भाग में रिसेप्शन से ग्राहक का रिकॉर्ड कार्ड प्राप्त करना और निम्नलिखित काम करना शामिल होगा:
- आपको यह पता लगाने के लिए कार्ड की आवश्यकता होगी कि ग्राहक ने क्या सर्विस बुक की है ताकि आपको पता हो कि आप को क्या सेट अप करने की आवश्यकता है।

चित्र 2.1- रिकार्ड कार्ड भरना

- ग्राहक के रिकॉर्ड कार्ड से आपको ग्राहक की पसंद और नापसंद, त्वचा के प्रकार, उपयोग किए गए पिछले उत्पादों और सहायक नेल तकनीशियन के तरीकों के बारे में अधिक जानकारी मिल सकती हैं जिससे किन उत्पादों का चयन करना है, तय करने में आपको सहायता मिलेगी
- जब आप रिसेप्शन से ग्राहक का रिकॉर्ड लेते हैं तो यह सुनिश्चित करने के लिए कि आपके पास सही कॉर्ड है, ग्राहक के पहले नाम, उपनाम और पते की ध्यान से जांच करना सुनिश्चित करें।
- सुनिश्चित करें कि आपको ग्राहक का सही रिकॉर्ड मिला है क्योंकि कुछ ग्राहक सिर्फ उपनाम या यहां तक कि केवल पहला नाम बता सकते हैं।
- आपको सर्विस शुरू करने से पहले सहायक नेल तकनीशियन को ग्राहक का रिकॉर्ड कॉर्ड सौंपना होगा।

2.1.3 नेल सैलून

चूंकि नेल सैलून रूम का कई प्रकार की अलग–अलग सर्विसेज के लिए इस्तेमाल किया जाता है, इसलिए यह जरूरी है कि कई प्रकार की सर्विसेज की जरूरतें पूरा करने के लिए इसे अनुकूलित किया जा सके और अच्छी तरह से सुसज्जित हो।

हर सर्विस के लिए सैलून रूम:

- गर्मियों में अच्छी तरह से हवादार ठंडा, सर्दियों में गर्म होना चाहिए
- स्वच्छ और व्यवस्थित और ताजगी भरी खुशबू वाला होना चाहिए
- ग्राहक के कपड़े लटकाने की व्यवस्था होनी चाहिए
- उत्पादों और तौलिये के लिए अलमारियां या स्टोरेज होना चाहिए
- शांत और बाहरी शोर–शराबे से मुक्त होना चाहिए; आराम बढ़ाने के लिए धीमा संगीत बजाया जा सकता है
- अच्छी प्रकाश व्यवस्था होनी चाहिए जिसे मालिश के लिए धीमा किया जा सके
- कमरे में चारों ओर नेल तकनीशियन के लिए पर्याप्त जगह होने के साथ, तंग नहीं होना चाहिए
- आपकी सर्विस के लिए जरूरी सभी चीजें मौजूद होना चाहिए और अच्छी तरह से व्यवस्थित होनी चाहिए
- चलते गर्म और ठंडे पानी वाला सिंक होना चाहिए

चित्र 2.2- नेल सैलून

सर्विस के लिए सेटिंग अप

आपको कार्य क्षेत्र व्यवस्थित करना होगा ताकि सब कुछ स्वच्छतापूर्ण और पहुंच के भीतर हो और ट्राली या स्टेशन में आवश्यक औजारों, उपकरणों और उत्पादों के साथ ही पर्याप्त कॉटन और टिश्यू पेपर काम करने के लिए मौजूद हों।

किसी भी सर्विस के लिए कार्यक्षेत्र की सेटिंग तैयारी की जाँच करने के लिए—चेकलिस्ट:

- कंसल्टेशन के लिए तैयार ग्राहक का रिकॉर्ड कार्ड और पेन ट्राली/टेबल पर होना चाहिए।
- सर्विस के दौरान ग्राहक को पहनाने वाला गाउन तैयार होना चाहिए और कोट हैंगर या यदि आवश्यक हो तो ग्राहक के कपड़ों के लिए हुक उपलब्ध होना चाहिए।
- साफ तौलिए पास ही रखे जाने चाहिए।
- सर्विस सोफा पहले से ही फिट बॉटम शीट और डिस्पोजेबल सोफे के साथ तैयार होना चाहिए।
- टेबल/ट्राली का टॉप और काम की सतह कीटाणुरहित होनी चाहिए और ताजा काउच रोल से ढंकी होनी चाहिए।
- सर्विस के दौरान इस्तेमाल किए जाने वाले उत्पाद ट्राली/शेल्फ/टेबल के टॉप पर रखे जाने चाहिए।
- सर्विस के दौरान इस्तेमाल किए जाने वाले औजार निजर्मीकृत किए जाने चाहिए और फिर एंटीसेप्टिक से भरे जार में ट्राली/टेबल/शेल्फ के टॉप पर रखे जाने चाहिए।
- पूरी सर्विस पूरा करने के लिए ट्रॉली/टेबल/शेल्फ पर पर्याप्त कॉटन और टिश्यू पेपर होना चाहिए।

2.1.4 स्टरलाइज और कीटाणुशोधन के तरीके

सर्विसेज की सेटिंग करते समय स्वच्छता के उत्कृष्ट मानक बनाए रखना उतना ही जरूरी है जितना कि सर्विस करते समय खुद की स्वच्छता बनाए रखना। बीमारी पैदा कर सकने वाले सूक्ष्म जीव साफ—सफाई, कीटाणुशोधन या निजर्मीकरण (स्टरलाइज)के माध्यम से नियंत्रित किए जाने चाहिए।

सफाई भौतिक प्रक्रिया है, जिससे वस्तु से सूक्ष्म जीवों के बड़े अनुपात के साथ—साथ मिट्टी, धूल, मैल और कार्बनिक पदार्थ दूर हो जाते हैं। औजारों और उपकरणों की सफाई से पहले निजर्मीकरण और कीटाणुशोधन जरूरी है।

ग्राहक और थेरेपिस्ट को कोइ भी सर्विस शुरू करने से पहले लिक्विड सोप और पानी से अपने हाथ धोने चाहिए। साबुन साफ डिस्पेंसर में रखा जाना चाहिए। हाथ सुखाने के लिए डिस्पोजेबल पेपर तौलिए की सिफारिश की जाती है।

चित्र 2.3- बोतल से लोशन निकाला

क्रीम, लोशन और स्प्रे प्रयोजन विशिष्ट पंप या स्प्रे बोतल से प्रदान किया जाना चाहिए। या फिर, डिस्पोजेबल उत्पादों को वितरित किया जाना चाहिए।

सर्विस के प्रयोजन के लिए, कीटाणुरहित बनाई जा सकने वाली सभी सतहें (जैसे धातु के पुन: उपयोग में आने वाले औजार और काम की सतहें) सर्विसेज के बीच पूरी तरह से साफ—सफाई के बाद कीटाणुरहित बनाई जानी चाहिए।

कीटाणुशोधन से बीजाणुओं (कीटाणु) और कुछ वायरसों को छोड़कर अधिकांश सूक्ष्मजीव नष्ट हो जाएंगे। कीटाणुनाशक का इस्तेमाल रोगाणुओं का विकास सीमित करने और रोकने के लिए किया जाता है।

इनका सोफे, ट्रॉलियों, दीवारों, और फर्श जैसे सर्विस क्षेत्रों को साफ करने के लिए इस्तेमाल किया जा सकता है। सर्विस में इस्तेमाल के दौरान सामान कीटाणुरहित बनाने और रखने के लिए कीटाणुशोधक जार उपयोगी होते हैं, लेकिन नियमित रूप से इनहें बदलते रहना चाहिए।

त्वचा के न कटने या छिलने पर कीटाणुशोधन सूक्ष्म जीवों के नियंत्रण का पर्याप्त स्तर है। कीटाणुनाशकों को जीवाणुओं, कवकों और वायरसों को मार देना चाहिए और निर्माता के निर्देशानुसार इसका इस्तेमाल किया जाना चाहिए। ऐसे कीटाणुनाशकों के लिए जिसमें रोलर/क्लिपर का सिरा, कैंची और चिमटी जैसे औजारों/उपकरणों को डुबोया जाता है, कीटाणुनाशक विलयन निर्माता के निर्देशानुसार नियमित रूप से बदलते रहना चाहिए।

निजर्मीकरण वह प्रक्रिया है जिससे सबसे अधिक आम रूप से आटोक्लेव के उपयोग से बीजाणुओं सहित सभी सजीव पूरी तरह से नष्ट हो जाते हैं। निजर्मीकरण केवल कैंची और चिमटी जैसे धातु के औजारों का किया जा सकता है। एकल उपयोग, डिस्पोजेबल उपकरणों का उपयोग करने और उपकरण निजर्मीकृत करने या दोनों से यह खतरा काफी कम हो जाएगा। प्री–वैक्स लोशन और हैड क्लींनर जैसे जीवाणुरोधी एजेंटों का उपयोग कर साफ–सफाई से त्वचा की सतह से सूक्ष्म जीव काफी कम हो जाते हैं। प्रत्येक ग्राहक के लिए साफ तौलिए और लिनेन उपलब्ध कराए जाने चाहिए। यह सिफारिश की जाती है कि डिस्पोजेबल काउच रोल के साथ प्लास्टिक के पोंछने योग्य सोफा कवर का इस्तेमाल किया जाए। गंदे लिनन न्यूनतम 60 डिग्री सेल्सियस तापमान पर धुले जाने चाहिए।

निजर्मीकरण के तरीके – ऐसे 3 मुख्य तरीके हैं जिनके नाम हैं गर्माना, विकिरण और रासायन।

गर्माना – गर्माना नम (आटोक्लेव) या शुष्क (ओवन या ग्लासबीड स्टर्लाइजर) हो सकता है। इस विधि का प्रयोग धातु के छोटे औजारों का निजर्मीकरण करने के लिए किया जाता है। इसका ब्यूटी सैलून में चिमटी, कैंची आदि के लिए प्रयोग किया जाता है

विकिरण – यूवी लाइट कैबिनेट

रासायनिक – जैसे ग्लूटरएल्डीहाइड, अल्कोहल आदि

कुछ निजर्मीकारक रसायन कुछ समय बाद कम प्रभावशाली रह जाते हैं और निर्माता के निर्देशानुसार उन्हें बदलने की जरूरत होती है।

स्वच्छता (सैनिटाइजेशन) वह प्रक्रिया है जिससे कुछ लेकिन सभी नहीं ज्ञात हानिकारक सूक्ष्मजीव जैसे जीवाणु और वायरस नष्ट हो जाते हैं। रोगों का प्रसार रोकने के लिए स्वच्छता (सैनिटाइजेशन) का इस्तेमाल किया जाता है और इसमें कीटाणुशोधक और एंटीसेप्टिक शामिल हैं।

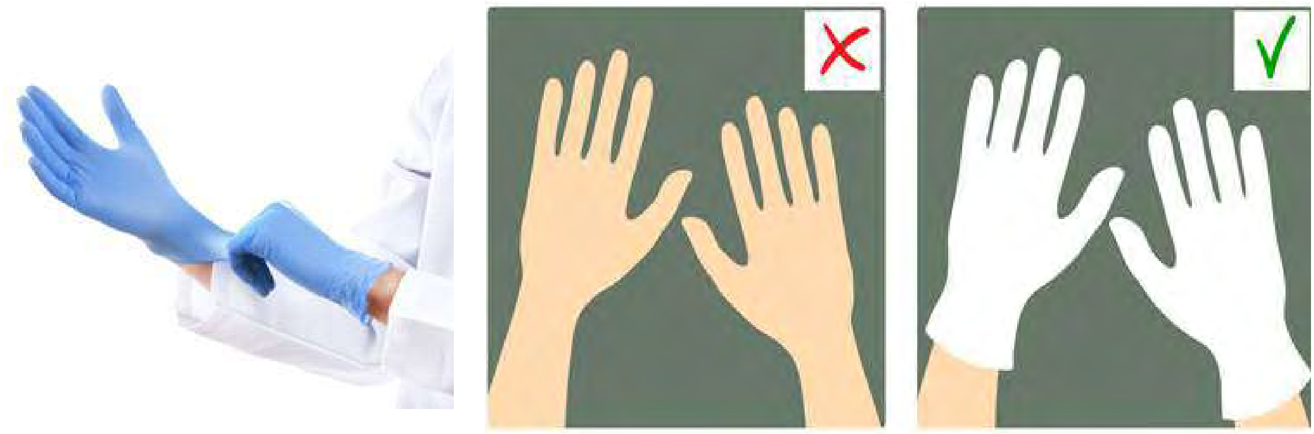
रोगाणुओं का विकास सीमित करने और रोकने के लिए एंटीसेप्टिक का उपयोग किया जाता है और इसका त्वचा पर इस्तेमाल किया जा सकता है। इनका हाथ धोने और हाथ और पैरों पर पोंछने करने के लिए इस्तेमाल किया जाना चाहिए।

उपयोग करने से पहले कुछ स्वच्छता (सैनिटाइजेशन) उत्पादों को पतला बनाए जाने की जरूरत होती है। निजर्मीकरण और स्वच्छता (सैनिटाइजेशन) उत्पादों और उपकरणों के उपयोग के संबंध में हमेशा निर्माताओं के निर्देशों को पढ़ें और पालन करें।

2.1.5 व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (पीपीई)

व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (पीपीई) क्रास संक्रमण या चोट का जोखिम कम करने के लिए सर्विस के दौरान उपलब्ध उपकरणों से संबंधित होते हैं।

प्रत्येक सर्विस से ठीक पहले एक नई जोड़ी डिस्पोजेबल दस्ताना पहना जाना चाहिए और सर्विस के दौरान कपड़ों की सुरक्षा करने के लिए डिस्पोजेबल एप्रन की सलाह दी जाती है। सर्विस के बाद इसका सीधे निपटारा कर दिया जाना चाहिए।



चित्र 2.4- सर्विस के दौरान दस्ताने हमेशा पहनें

सभी सर्विस के दौरान ग्राहक के कपड़े अच्छी तरह से सुरक्षित किए जाने चाहिए।

2.1.6 सर्विस कार्य क्षेत्र तैयार करें

चित्र 2.5- सर्विस कार्य क्षेत्र तैयार करें

वातावरण संबंधी

यह जरूरी है कि सर्विस रूम में वातावरण संबंधी दशाएं ग्राहक और सर्विस के लिए उपयुक्त हों। सुविधाजनक सर्विस क्षेत्र से यह सुनिश्चित करने में मदद मिलती है कि ग्राहक के लिए सैलून पर आगमन सुखद हो और सहायक नेल तकनीशियन के लिए संतोषजनक काम का माहौल हो।

यह जरूरी है कि सर्विस रूम में वातावरण संबंधी दशाएं ग्राहक और सर्विस के लिए उपयुक्त हों। सुविधाजनक सर्विस क्षेत्र से यह सुनिश्चित करने में मदद मिलती है कि ग्राहक के लिए सैलून पर आगमन सुखद हो और सहायक नेल तकनीशियन के लिए संतोषजनक काम का माहौल हो।

प्रकाश व्यवस्था: प्रकाश व्यवस्था सैलून का माहौल बनाती है इसलिए रिसेप्शन में आने पर ग्राहक को कैसा लगता है, सर्विस रूम में होने पर उसके आराम के स्तर और क्या उसे अंत में संतोषजनक सर्विस मिली है पर इसका शक्तिशाली प्रभाव पड़ता है।

किसी भी स्थिति में प्रकाश व्यवस्था होनी चाहिए:

- सर्विस करने के लिए पर्याप्त प्रकाश।
- ग्राहकों का आराम संभव बनाने के लिए पर्याप्त धीमा।

इसलिए, यह सिफारिश की जाती है कि सर्विस रूम में मद्धम स्विच पर अच्छा ओवरहेड प्रकाश, और त्वचा के निरीक्षण जैसे बारीक काम के लिए आवर्धक (बड़ा दिखाने वाला) लैंप हो।

सुनिश्चित करें कि:

- आप हमेशा स्पष्ट रूप से देख सकें।
- प्रकाश व्यवस्था घटिया होने के कारण आप और आपका ग्राहक परेशान न हों या बहुत चमकीली रोशनी से चकाचौंध न हो जाएं।
- आप हमेशा अपने सुपरवाइजर को टिमटिमाने वाली या दोषपूर्ण रोशनी की सूचना दें।

गर्माहट: सर्विस लेते समय ग्राहकों की प्रवृत्ति आराम करने की होती है, और इसलिए उनके शरीर का तापमान गिर सकता है, इसलिए यह जरूरी है कि सैलून गर्म हो लेकिन इतना गर्म और घुटनभरा न हो कि यह असुविधाजनक हो जाए या रोगाणुओं की वृद्धि प्रोत्साहित करने वाला न हो। ब्यूटी थेरेपी के काम के लिए हवा में 40 और 60 प्रतिशत के बीच नमी के स्तर के साथ सुविधाजनक तापमान 20 और 24 डिग्री सेल्सियस के बीच होना चाहिए। यह भी जरूरी है कि ग्राहकों को सर्विस के लिए अपने कपड़ों को उतारने के लिए सैलून ग्राहकों के लिए पर्याप्त गर्म होना चाहिए।

हवादार: यह सुनिश्चित करने के लिए कि ग्राहक और स्टॉफ नींद से भरे और ऊर्जाहीन न हो जाएं और साथ ही यह सुनिश्चित करने के लिए कि लोग उत्पादों से उठने वाले धुंए से असहज न हो जाएं, ताजी हवा का सर्कुलेशन जरूरी है।

- ताजी हवा खुले दरवाजे और खिड़कियों सेऔर सैलून में एयर कंडीशनिंग प्रणाली लगवाकर प्राप्त की जा सकती है।
- स्टीम और साउना (भाप स्नान का स्थान) क्षेत्र वाले सैलून और स्पा में, यह जरूरी है कि हवा बहुत नम और आर्द्र न बन जाए, इसलिए अच्छी
  तरह से हवादार होना जरूरी है।
- अगर ताजी हवा की कमी है तो:

सैलून में चारों और घूमने वाले कीटाणुओं और जीवाणुओं के कारण बीमारियां फैलती हैं, बदबूदार और घुटनभरा माहौल बन जाता है, जो स्टॉफ और ग्राहकों के लिए अप्रिय होता है।

ग्लू, वार्निश और सफाई उत्पादों से कुहासे का निर्माण होता है, जिससे सिरदर्द और बीमारी हो सकती है।
हवादार बनाने के तरीके में निकासी पंखें, खिड़कियां, चिमनी और दरवाजे शामिल हैं।

2.1.7 सर्विस के लिए ग्राहक को तैयार करना

जब ग्राहक सीधे आपके पास लाया जाता है, या रिसेप्शन से उसे लेने आप जाते हैं, तो सुनिश्चित करें कि आपकी खुली, विश्वास से अभिव्यक्ति से भरी और दोस्ती वाली है।

मुस्कराएं और आँखों का संपर्क बनाएं। ग्राहक का उसके नाम से अभिवादन करें, फिर अपना परिचय दें और बताएं कि आप उन्हें उनकी सर्विस के लिए तैयार कर रहे हैं।

ग्राहक से सर्विस रूम/क्षेत्र तक अपने साथ चलने के लिए कहें।

सर्विस शुरू होने से पहले अच्छा संबंध बनाने और ग्राहक को सहज महसूस कराने के लिए विनम्रतापूर्वक बातचीत करें।

चित्र 2.6- एक ग्राहक के लिए सेवा की तैयारी

विनम्र बातचीत है:

- पूछना कि क्या वे पहले भी सैलून आ चुके हैं।
- पूछना कि क्या वे नियमित रूप से सर्विस लेते हैं।
- अन्य सर्विसेज के बारे में पूछना जिन्हें ग्राहक अतीत में ले चुका है।
- पूछना कि क्या सर्विस किसी विशेष अवसर के लिए है।
- ग्राहक की छुट्टियों या परिवार के बारे में बातचीत करना।

चित्र 2.7- ग्राहक से विनम्र बात करना

विनम्र बातचीत नहीं है:

- स्टॉफ के दूसरे सदस्यों से बात करने के क्रम में ग्राहक को नजरंदाज करना।
- अपने या किसी अन्य व्यक्ति के बारे में बात करना और ग्राहक से उसके बारे में न पूछना।
- अपने पिछले ग्राहक या अपने काम के बारे में शिकायत करना।
- ग्राहक को अपने जीवन की कहानी और घर पर अपनी समस्याओं के बारे में बताना।
- गंभीर समाचार के विषयों, धर्म या राजनीति पर चर्चा करना।

2.1.8 ग्राहक की देखभाल

ग्राहक की सामान्य सहजता में सुनिश्चित करना शामिल हैं:

- वह आराम से बैठा है।
- वह गर्म है।
- वह अपने परिवेश से खुश है।
- शोर का स्तर बहुत अधिक नहीं हैं।
- पृष्ठभूमि में आरामदायक संगीत बज रहा है।
- अच्छी खुशबू आ रही हैं।
- सजावट सुखद और आकर्षित करने वाली है।
- स्टॉफ विनम्र, सम्मान देने वाला और पेशेवर हैं।

- ग्राहक का कोट निकालें और लटकाएं, फिर उसे उसकी सीट दिखाएं।
- सुनिश्चित करें कि वह सहज रहे और जहां जरूरी हो सहायता प्रदान करें।
- तौलिए या गाउन से ग्राहक के कपड़े सुरक्षित करें।
- मैनीक्योर के लिए: विशेष रूप से सावधान रहें कि वे वार्निश या अन्य उत्पादों से सुरक्षित हैं जिससे उनपर दाग–धब्बा लग सकता है। सुरक्षा के लिए, ग्राहक की आस्तीन कोहनी तक लपेट दें और फिर उनके चारों ओर टिशू पेपर लपेट दें।

2.1.9 इससे पहले कि आप शुरू करें

ग्राहकों ने यदि कोई आभूषण पहने हो तो निकालने और अपने हैंडबैग के अंदर या टिशू पेपर का अस्तर लगे कटोरे में रखने के लिए कहना चाहिए जो हर समय ग्राहक की नजर में रहे। ग्राहक से अपने आभूषण निकालने के कहें और उन्हें वह कटोरा दिखाएं जिसमें आप उसे रखेंगे। इंगित करें कि, अगर वे पसंद करें, तो ग्राहक (न कि आप) आभूषण अपने हैंडबैग में रख सकते हैं।

अपने हाथ साफ करना, ग्राहक को बताएं कि आप अपने हाथ धोने जा रहे हैं क्योंकि इससे उन्हें आपकी साफ–सफाई में भरोसा होता है। सुनिश्चित करें कि आपने अपने हाथ अच्छी तरह से सुखा लिए हैं क्योंकि गीले हाथ साफ हाथ नहीं होते हैं।

प्रक्रिया के दौरान उत्पादों के किसी भी दुर्घटनावश फैलाव या बहाव से ग्राहकों के कपड़ों को बचाने के लिए, उन्हें साफ, हल्का गाउन पेश करें।

2.1.10 व्यक्तिगत प्रस्तुति और व्यवहार

याद रखें कि यह ग्राहक के आगमन के सभी पहलुओं के प्रति पेशेवर दृष्टिकोण प्रदर्शित करना जरूरी है। आपका अपनी खुद की व्यक्तिगत प्रस्तुति और व्यवहार हर समय बहुत महत्वपूर्ण होता है। स्मार्ट दिखने और सैलून यूनीफॉर्म जैसे उपयुक्त सुरक्षात्मक कपड़े पहनने से, आप में ग्राहक का भरोसा मजबूत होता है।

सहायक नेल तकनीशियन का काम ग्राहक के पैरों से जुड़ा होता है। ग्राहकों के साथ बहुत निकटता से काम करते हैं, सुनिश्चित करें कि आप व्यक्तिगत स्वच्छता का अच्छा मानक बनाए रखते/रखती हैं जिसका मतलब है कि ग्राहक की सुविधा किसी भी तरह से शरीर की किसी भी गंध से प्रभावित न हो।

चित्र 2.8- अच्छी तरह से तैयार सैलून तकनीशियन

रंगरूप – चेकलिस्ट:

- स्मार्ट कपड़े या यूनीफॉर्म पहनें – ये नए धुले होने चाहिए और इनसे धुएं या तेज इत्र की गंध नहीं आनी चाहिए।
- आपकी यूनीफॉर्म या कपड़े बहुत छोटे या बहुत तंग नहीं होने चाहिए, और सर्विस करते समय आसानी से चलन–फिरने में सहायक होने चाहिए।

- आपके बाल साफ और स्वच्छ होने चाहिए।
- हल्का, लेकिन आकर्षक, दिन का मेकअप करें – निश्चित तौर पर भारी मेकअप नहीं।
- आपके नाखून आकर्षक तरीके से संवरे होने चाहिए – कोई चिप्ड नेल वार्निश नहीं।
- अपनी सांसें ताजा रखें – तंबाकू की बदबू न आए।
- यदि आप आभूषण पहनते/पहनती हैं, तो उसे सरल और कम से कम रखा जाना चाहिए।

2.1.11 सर्विस कार्य क्षेत्र का रखरखाव करना

संपूर्ण कार्यक्षेत्र तैयार करना ही पर्याप्त नहीं है। हर समय उसे साफ, स्वच्छ रखना और पेशेवर लगना भी आप ही की जिम्मेदारी है। ऐसा करने के लिए आपको हमेशा साफ–सुथरा रहना चाहिए, सुनिश्चित करें कि कचरे का निपटान सुरक्षित है और, सर्विस के बाद, सुनिश्चित करें कि वह क्षेत्र ऐसी स्थिति में छोड़ा गया है कि जो अगली सर्विस के लिए उपयुक्त है (बेशक याद रखें कि अगली बार उपयोग करने वाला अलग सहायक नेल तकनीशियन और अलग ग्राहक हो सकता है)।

2.1.12 कचरे का सुरक्षित निपटान

जैसे ही आप कॉटन वूल, टिशू पेपर या अन्य डिस्पोजेबल्स का इस्तेमाल कर चुके हों, आपको तुरंत ही उन्हें फुट पेडल बिन में डाल देना चाहिए।
हर समय साफ–सुथरे रहें – इससे बाद में समय की बचत होगी।
बोतल का सिरा सीधे बदलें।
कचरा सीधे कूड़ेदान में डालें।
यह स्वास्थ्य और सुरक्षा के संबंध में भी अच्छी पद्धति है क्योंकि:

- नेल वार्निश से बहुत धुआं निकलता है
- प्रयुक्त कॉटन वूल, टिशू पेपर में रोगाणु होते हैं

चित्र 2.9- प्रयुक्त कॉटन में रोगाणु होते हैं

मैनीक्योर और पैडीक्योर के दौरान मैनीक्योर कटोरे में गंदे तौलिए और पानी जैसी चीजें साफ करने के लिए नेल वार्निश के सूखने में लगने वाले समय का उपयोग करें।

औजार साफ करें और उन्हें स्टर्लाइजर में वापस रखें।

जब आपका वरिष्ठ सहायक नेल तकनीशियन अन्य सर्विसेज कर रहा हो, यदि आप उस समय सहायता कर रहे हैं तो, नजर रखें:

- फर्श पर पड़े टुकड़े जिन्हें कूड़ेदान में डालने की जरूरत पड़ सकती है।
- औजार और उपकरण को धोने या कीटाणुशोधन करने की जरूरत पड़ सकती है।
- बोतल के सिरे को बदलने की जरूरत हो सकती है।

चित्र 2.10- प्रयुक्त तौलिए कूड़ेदान/कचरे की टोकरी में डालें

2.1.13 उपकरण की जाँच और सफाई करना

इस्तेमाल किए जाने वाले उपकरणों का जीवनकाल निर्माता के निर्देशों का पालन कर पूरी तरह से और सुरक्षित साफ–सफाई के तरीकों पर निर्भर करता है। नया आने वाला प्रत्येक उपकरण साफ और रखरखाव करने के तरीके पर निर्देश के साथ आता है ताकि वह लंबे समय तक चले। किसी भी संभावित समस्या की सूचना देना आपकी जिम्मेदारी है जिसे आप उपकरण के साथ देख सकते हैं जैसे:

- घिसटने वाले तार
- दोषपूर्ण प्लग
- गंदी मशीनें और अटैचमेंट
- टूटे भाग।
- सभी उपकरणों की योग्य इलेक्ट्रिशियन द्वारा प्रतिवर्ष जाँच की जानी चाहिए।

जाँच हो जाने के बाद उस पर हरे रंग का सुरक्षा स्टीकर लगाया जाना चाहिए जिससे लोगों को पता चले कि इसका इस्तेमाल करना सुरक्षित है और जाँच हो गई है। स्टीकर पर वह तारीख भी होनी चाहिए जब उसकी जांच की गई थी और कब अगली जांच की जाएगी।

2.1.14 कार्य क्षेत्र साफ–सुथरा और स्वच्छतापूर्ण छोड़ना

ग्राहक द्वारा सर्विस एरिया छोड़ देने पर, निम्नलिखित काम किए जाने चाहिए :

- सभी बेडिंग और तौलिए धुले हों।
- उत्पाद साफ किए और दूर रखे गए हों।
- कार्यशाला, सतहें और ट्रॉलियां कीटाणुरहित हों।
- औजार निजर्मीकृत हों।
- डिस्पोजेबल फेंक दिए गए हों।
- उपकरण साफ किए गए हों।
- नई बेडिंग या काउच रोल बिछाया गया हो।
- आप सर्विस पूरा कर लेने पर, सुनिश्चित करें कि आपने सही कार्यस्थल छोड़ा है।

2.1.15 रिकॉर्ड्स, सामग्री और उपकरण ग्राहकों का रिकॉर्ड का भंडारण

ग्राहक की निजता और गोपनीयता सुरक्षित करने के लिए सभी ग्राहक रिकॉर्ड विधिवत भरे जाने चाहिए, इसलिए सभी ग्राहक रिकॉर्ड सुरक्षित तरीके से स्टोर किए जाने चाहिए जैसे तालाबंदी योग्य फाईलिंग कैबिनेट में या, यदि कंप्यूटर पर इलेक्ट्रॉनिक रूप से स्टोर हो तो, यह पासवर्ड संरक्षित होना चाहिए।

- सभी ग्राहक रिकॉर्ड गोपनीय हैं और किसी भी व्यक्ति को नहीं दिखाए जाने चाहिए।
- दर्ज की गई सूचना सही होनी चाहिए।
- अगर आवश्यकता हो तो ग्राहक को देखने के लिए ग्राहक रिकॉर्ड उपलब्ध कराया जाना चाहिए।

2.1.16 औज़ार और उपकरण

सुनिश्चित करें कि क्रास संक्रमण से बचने के लिए रखने से पहले सभी औजार और उपकरण साफ, कीटाणुरहित और निजर्मीकृत हों।

- तीखे उपकरण हमेशा स्टोर किए जाना चाहिए, क्योंकि वे किसी के पैरों पर गिर सकते हैं। साथ ही उन्हें कभी भी यूनीफॉर्म पॉकेट में स्टोर नहीं किया जाना चाहिए।
- उपयोग में न होने पर विद्युत चालित उपकरण हमेशा बंद और अनप्लग कर दिए जाने चाहिए है और इलेक्टिंकल लीड फर्श पर घिसटने के लिए नहीं छोड़ी जानी चाहिए।
- आवर्धक लैंप स्टोर करते समय याद रखने वाली एक महत्वपूर्ण बात यह है कि उन्हें धूप में कभी भी नहीं छोड़ा जाना चाहिए, क्योंकि इससे परावर्तन हो सकता है जिसके परिणामस्वरूप आग लग सकती है।

सार

हर सौंदर्य सेवा के लिए ऐसे कार्य क्षेत्र की आवश्यकता होती है, जो साफ सुथरा, स्वच्छ और आकर्षक हो। यह इकाई मैनीक्योर और पैडीक्योर के लिए कार्य क्षेत्र तैयार करने और बनाए रखने के संबंध में है। सर्विस करने के लिए आवश्यक औजारों, उपकरणों और सामग्रियों के साथ ही ग्राहक और सहायक नेल तकनीशियन के लिए बैठने की व्यवस्था शामिल होती है।

सैलून में आपका एक मुख्य कर्तव्य विशेष सर्विस या सर्विसेज के लिए आवश्यक सही सामग्री और उपकरणों की सेटिंग करके और ग्राहक तैयार करके अधिक वरिष्ठ सहायक नेल तकनीशियन की सहायता करना होगा।

रिकार्ड कार्ड – ग्राहक का रिकॉर्ड कार्ड उस सर्विस या उन सर्विसेज का पेशेवर रिकॉर्ड होता है जो ग्राहक पहले से ही आपके सैलून में ले चुका है और जहां सहायक नेल तकनीशियन भविष्य की सर्विसेज के लिए टिप्पणी या सुझाव रिकॉर्ड कर सकता है। सर्विस के लिए आपकी तैयारी के भाग में रिसेप्शन से ग्राहक का रिकॉर्ड कार्ड प्राप्त करना, जिक्र करना और उसे अपडेट करना शामिल होगा।

हर सर्विस के लिए, सर्विस रूम:

- गर्मियों में अच्छी तरह से हवादार, ठंडा, सर्दियों में गर्म होना चाहिए।
- स्वच्छ और व्यवस्थित होना चाहिए और ताजा खुशबू आनी चाहिए।
- में ग्राहक के कपड़ों को रखने के लिए जगह होनी चाहिए।
- उत्पादों और तौलिए के लिए अलमारियां या स्टोरेज होना चाहिए।
- शांत और बाहरी शोर–शराबे से अबाधित होना चाहिए; विश्राम बढ़ाने के लिए हल्का संगीत बजाया जा सकता है।
- अच्छी प्रकाश व्यवस्था होनी चाहिए जिसे मालिश के लिए धीमा किया जा सके।
- कमरे में चारों ओर ब्युटी थेरेपिस्ट के लिए पर्याप्त जगह के साथ आरामदेह होना चाहिए।
- आपकी सर्विस के लिए जरूरी सभी चीजें मौजूद होनी चाहिए और अच्छी तरह से व्यवस्थित होनी चाहिए।
- चलते गर्म और ठंडे पानी वाला सिंक होना चाहिए।

साफ–सफाई भौतिक प्रक्रिया है, जिससे वस्तु से सूक्ष्म जीवों के बड़े अनुपात के साथ–साथ मिट्टी, धूल, मैल और कार्बनिक पदार्थ दूर होते हैं। औजार और उपकरणों के कीटाणुशोधन या निजर्मीकरण से पहले सफाई जरूरी है।

कीटाणुशोधन से कुछ बीजाणुओं और कुछ वायरसों को छोड़कर अधिकांश सूक्ष्म जीव नष्ट हो जाते हैं। रोगाणुओं का विकास सीमित करने और रोकने के लिए कीटाणुनाशक का इस्तेमाल किया जाता है। इनका सोफे, ट्रॉलियों, दीवारों, और फर्श जैसे सर्विस क्षेत्रों को साफ करने के लिए इस्तेमाल किया जा सकता है।

निजर्मीकरण वह प्रक्रिया है जिससे सबसे अधिक आम आटोक्लेव के उपयोग से बीजाणुओं सहित सभी सजीव पूरी तरह से नष्ट हो जाते हैं। निजर्मीकरण केवल कैंची और चिमटी जैसे धातु के औजारों का किया जा सकता है। एकल उपयोग, डिस्पोजेबल उपकरणों का उपयोग करने और उपकरण निजर्मीकृत करने या दोनों से यह खतरा काफी कम हो जाएगा। निजर्मीकरण के तरीकों में गर्माना, रासायन और विकिरण शामिल हैं।

स्वच्छता (सैनिटाइजेशन) वह प्रक्रिया है जिससे कुछ लेकिन सभी नहीं ज्ञात हानिकारक सूक्ष्म जीव जैसे जीवाणु और वायरस नष्ट हो जाते हैं। रोगों का प्रसार रोकने के लिए स्वच्छता (सैनिटाइजेशन) का इस्तेमाल किया जाता है और इसमें कीटाणुशोधक और एंटीसेप्टिक शामिल हैं।

रोगाणुओं का विकास सीमित करने और रोकने के लिए एंटीसेप्टिक का उपयोग किया जाता है और इसका त्वचा पर इस्तेमाल किया जा सकता है। इनका हाथ धोने और हाथ और पैरों पर पोंछने करने के लिए इस्तेमाल किया जाना चाहिए।

व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (पीपीई) क्रास संक्रमण या चोट का जोखिम कम करने के लिए सर्विस के दौरान उपलब्ध उपकरणों से संबंधित होते हैं। प्रत्येक सर्विस से ठीक पहले एक नई जोड़ी डिस्पोजेबल दस्ताना पहना जाना चाहिए और सर्विस के दौरान कपड़ों की सुरक्षा करने के लिए डिस्पोजेबल एप्रन की सलाह दी जाती है। सर्विस के बाद इसका सीधे निपटारा कर दिया जाना चाहिए। सभी सर्विसेज के दौरान ग्राहक के कपड़े अच्छी तरह से सुरक्षित किए जाने चाहिए।

यह जरूरी है कि सर्विस रूम में वातावरण संबंधी दशाएं ग्राहक और सर्विस के लिए उपयुक्त हों। सुविधाजनक सर्विस क्षेत्र से यह सुनिश्चित करने में मदद मिलती है कि ग्राहक के लिए सैलून पर आगमन सुखद हो और सहायक नेल तकनीशियन के लिए संतोषजनक काम का माहौल हो। इसमें प्रकाश व्यवस्था, गर्माहट और हवादार बनाना शामिल है।

सर्विस शुरू करने से पहले अच्छा संबंध बनाने और ग्राहक को सहज महसूस कराने के लिए विनम्रतापूर्वक बातचीत करें।

विनम्र बातचीत है:

- पूछना कि क्या वे पहले भी सैलून आ चुके हैं।
- पूछना कि क्या वे नियमित रूप से सर्विस लेते हैं।
- अन्य सर्विसेज के बारे में पूछना जिन्हें ग्राहक अतीत में ले चुका है।
- पूछना कि क्या सर्विस किसी विशेष अवसर के लिए है।
- ग्राहक की छुट्टियों या परिवार के बारे में बातचीत करना।
- मौसम या छिटपुट खबर के विषयों पर चर्चा करना।

विनम्र बातचीत नहीं हैं:

- स्टॉफ के दूसरे सदस्यों से बात करने के क्रम में ग्राहक को नजरंदाज करना।
- अपने या किसी अन्य व्यक्ति के बारे में बात करना और ग्राहक से उसके बारे में न पूछना।
- अपने पिछले ग्राहक या अपने काम के बारे में शिकायत करना।
- ग्राहक को अपने जीवन की कहानी और घर पर अपनी समस्याओं के बारे में बताना।
- गंभीर समाचार के विषयों, धर्म या राजनीति पर चर्चा करना।
- इस के अलावा आपको कार्य क्षेत्र सुरक्षित, स्वच्छ और व्यवस्थित बनाए रखना है। कचरे का निपटारा सुरक्षित और स्वच्छ ढंग से किया जाना चाहिए।

Click/ Scan this QR Code to access the related video

अभ्यास

सबसे उपयुक्त जवाब पर निशान लगाएं

1. निजर्मीकरण में शामिल है:

    क. उबालना
    ख. पकाना
    ग. भाप देना
    घ. ये सभी

2. सैलून में बुनियादी स्वच्छता तरीकों में शामिल है:

    क. हवादार कमरे
    ख. सुरक्षित पीने का पानी
    ग. साफ तौलिए और गाउन
    घ. ये सभी

3. इनमें से कौन सा कीटाणुनाशक है?

    क. लाइसोल
    ख. अल्कोहल
    ग. नमक
    घ. क) और ख) दोनों

नोट्स

Skill India
कौशल भारत-कुशल भारत

सत्यमेव जयते
GOVERNMENT OF INDIA
MINISTRY OF SKILL DEVELOPMENT
& ENTREPRENEURSHIP

N S·D·C
National
Skill Development
Corporation
Transforming the skill landscape

B&WSSC
BEAUTY & WELLNESS
SECTOR SKILL COUNCIL

3. मैनीक्योर और पैडीक्योर सेवाएं प्रदान करना

यूनिट 3.1- शारीरिक प्रणाली और शरीर रचना विज्ञान
यूनिट 3.2- मैनीक्योर
यूनिट 3.2- पैडीक्योर

BWS/N0401

इस मॉड्यूल से मिलने वाली महत्वपूर्ण जानकारी

इस मॉड्यूल के अंत में आप समर्थ होंगे :

1. हाथ और पैर साफ करने में
2. ग्राहक के अनुरोध के अनुसार नाखून फाइल करने में
3. हाथ/पैरों की मसाज करने में
4. ग्राहक की इच्छा अनुसार नेल पॉलिश करने में

यूनिट 3.1: बॉडी सिस्टम और एनाटॉमी

यूनिट का उद्देश्य

इस इकाई के अंत में आप समर्थ होंगे:

1. शारीरिक प्रणालियों और हड्डियों, मांसपेशियों और धमनियों के स्थान की पहचान करने और बताने में
2. नाखून के भागों और रचना विज्ञान, नाखून और त्वचा की बीमारियां समझाने में
3. मैनीक्योर के लिए औजारों और उपकरणों की पहचान, चयन और व्यवस्था करने में

3.1.1 परिचय

शरीर रचना विज्ञान शरीर की संरचना और किससे यह बना है उदाहरण के लिए हड्डियों, मांसपेशियों और त्वचा का अध्ययन है।

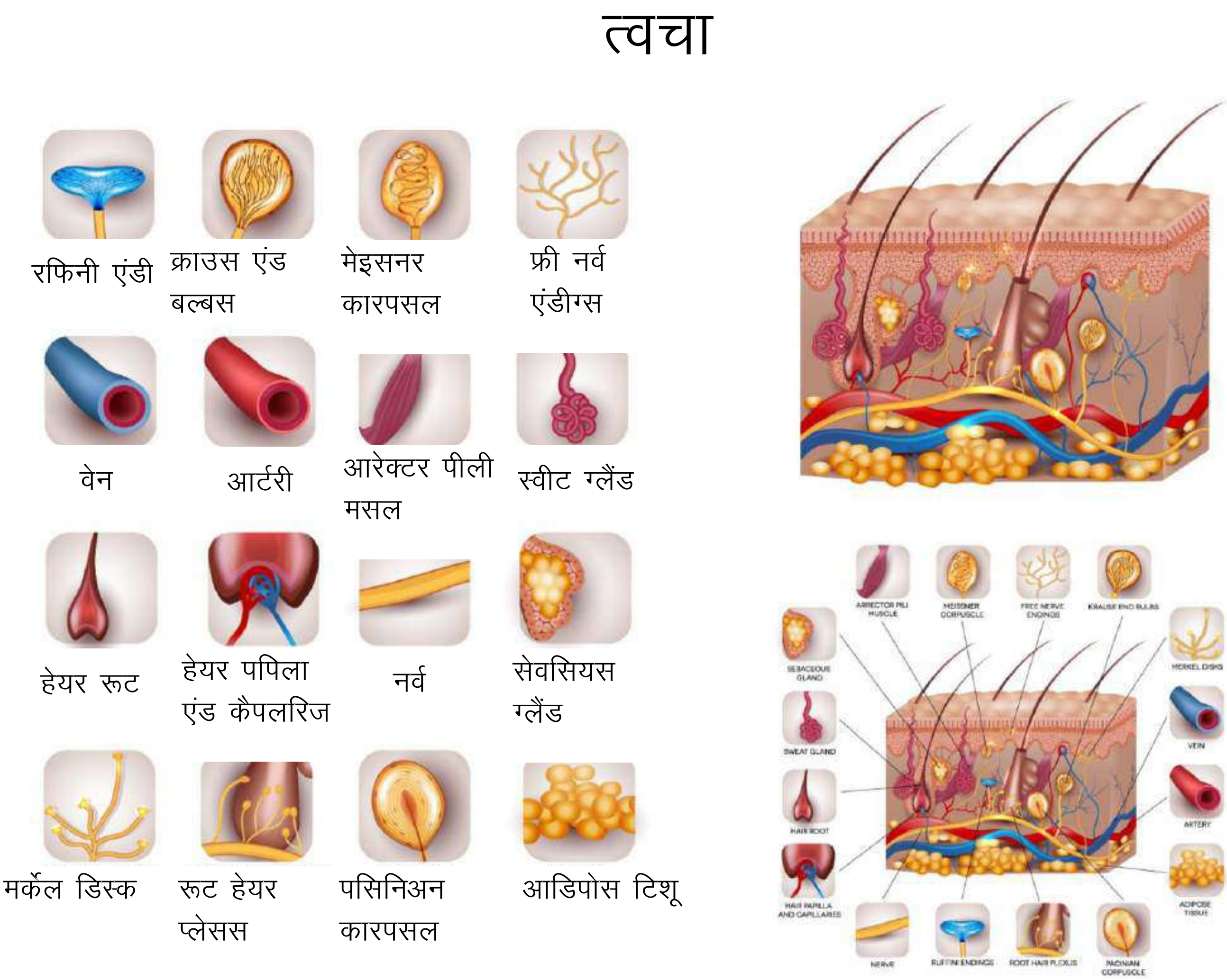
शरीरिक प्रणालियां

प्रणालियां अंगों का समूह हैं जो एक साझा उद्देश्य, यानी समस्त शरीर के चलाने के लिए सहयोग करती हैं। मानव शरीर महत्वपूर्ण प्रणालियों से बना है।

चित्र 3.1- मुख्य शारीरिक प्रणालियां

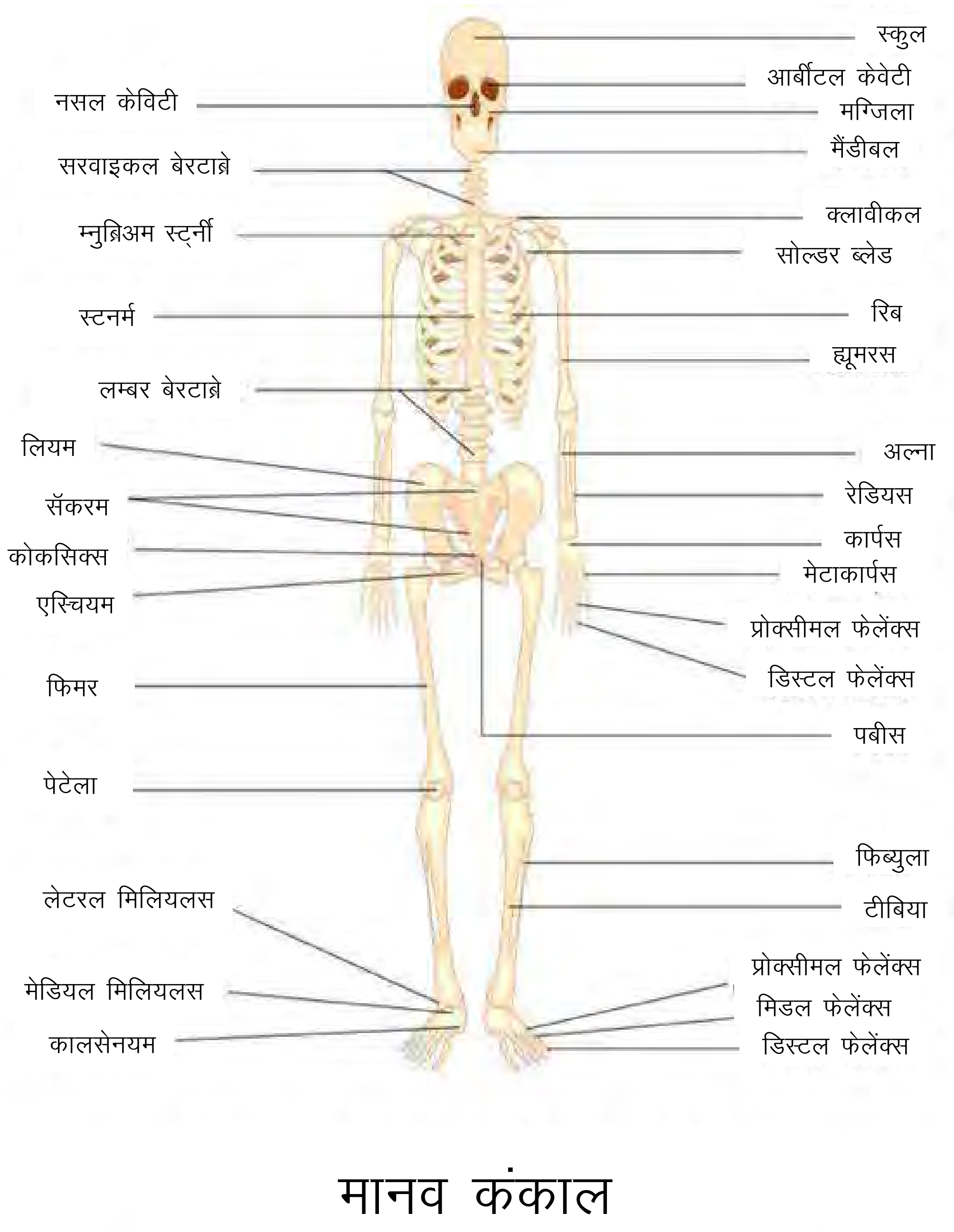
कुछ प्रणालियों का ब्यूटीइंडस्ट्री के वर्कर्स के लिए विशेष महत्व की है खासकर क्योंकि वे उत्पादों और मसाज आदि जैसी सर्विसेज में इन प्रणालियों पर काम करते हैं। इन शारीरिक प्रणालियों में शामिल हैं :

इन्टेग्यूमेन्टरी प्रणाली त्वचा और तैल और पसीना ग्रंथियों, सेंसरी रिसेप्टर्स, बालों और नाखूनों जैसे विभिन्न गौण अंगों मिलकर से बनी होती है। यह प्रणाली दो अलग परतों, अन्तरत्वचा(डर्मिस) और बाहरीत्वचा(एपिडर्मिस) से मिलकर बनी होती है। यह सुरक्षा कवर के रूप में कार्य करती है और इसमें सेंसरी रिसेप्टर्स(सेंस को ग्रहण करने वाले) होते हैं जिससे हमें स्पर्श की हमारी अनुभूति मिलती है। यह प्रणाली शरीर का तापमान नियंत्रित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है।



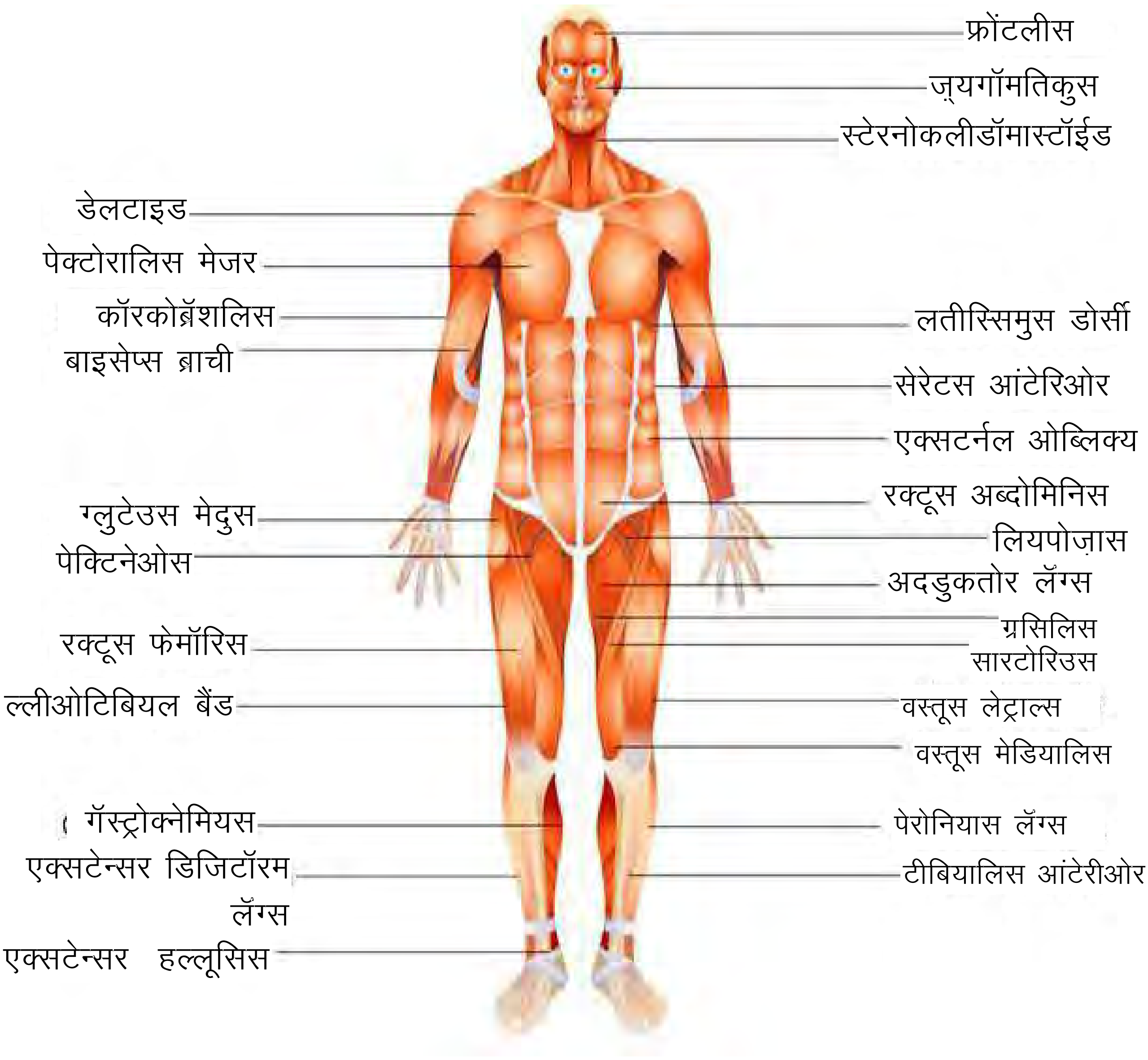
चित्र 3.2- त्वचा रचना विज्ञान (इन्टेग्यूमेन्टरी प्रणाली)

कंकाल प्रणाली शरीर की भौतिक नींव या रूपरेखा है। कंकाल प्रणाली की हड्डियां सुरक्षा, समर्थन और चलने–फिरने (गति) के साधन के रूप में काम करती है।



चित्र 3.3- मानव कंकाल

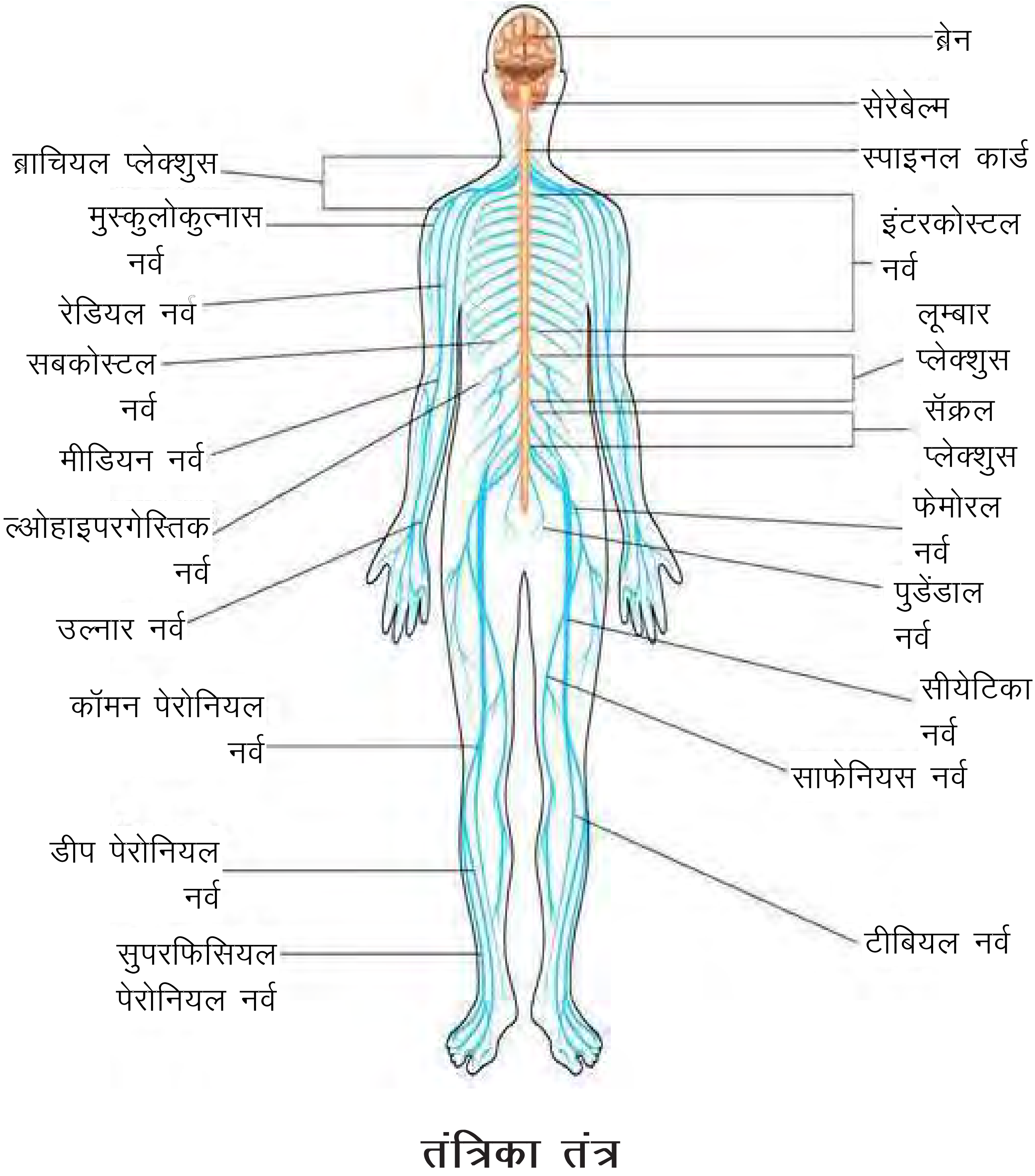
मांसपेशिय प्रणाली में आकार शामिल हैं और कंकाल को समर्थन देती है। इसका कार्य शरीर की सभी गतियां उत्पन्न करना होता है।



मासपेशीय तंत्र

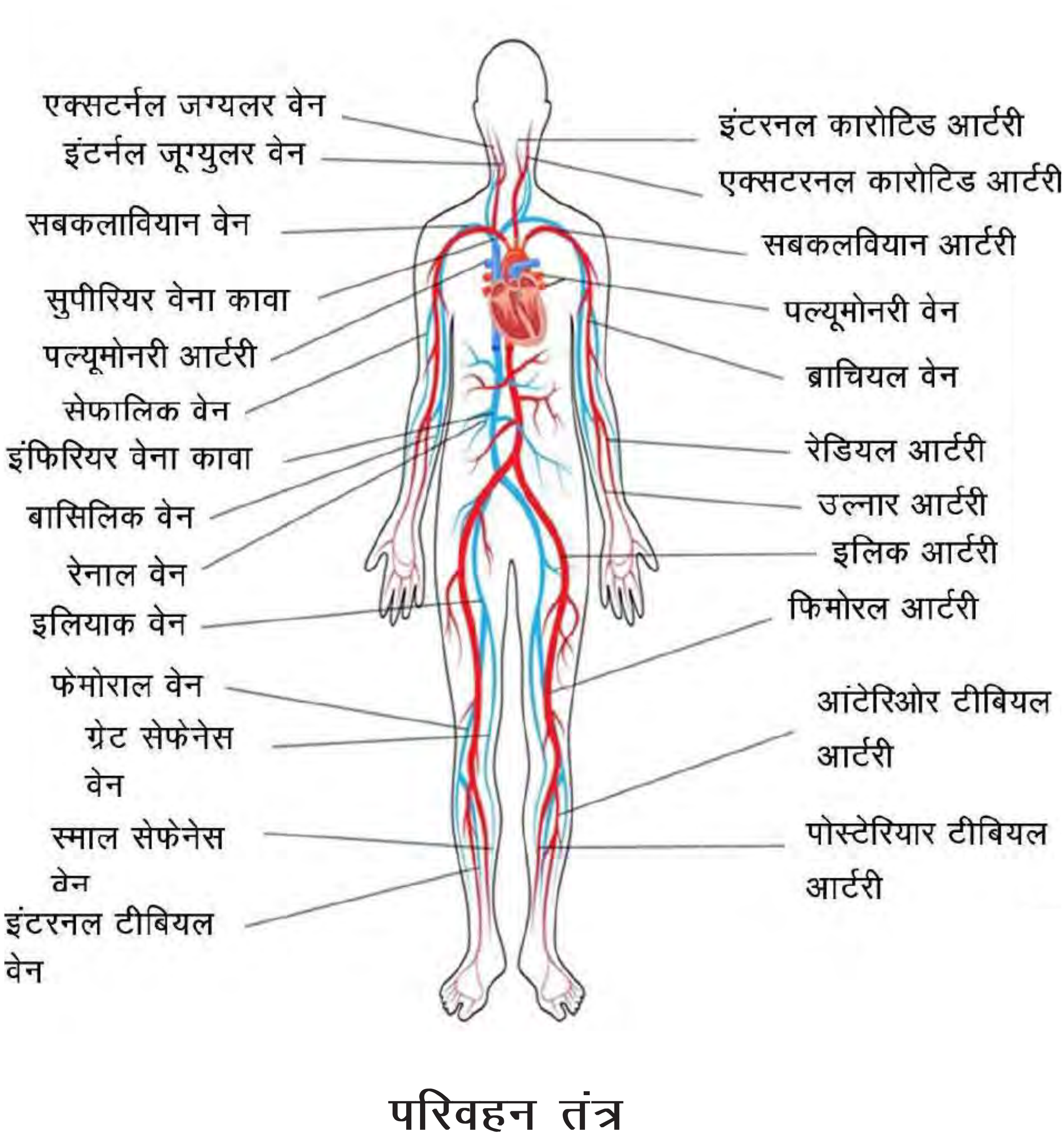
चित्र 3.4- मांसपेशिय प्रणाली

तंत्रिका तंत्र शरीर की अन्य सभी प्रणालियों के कार्यों का नियंत्रण और समन्वय करता है।



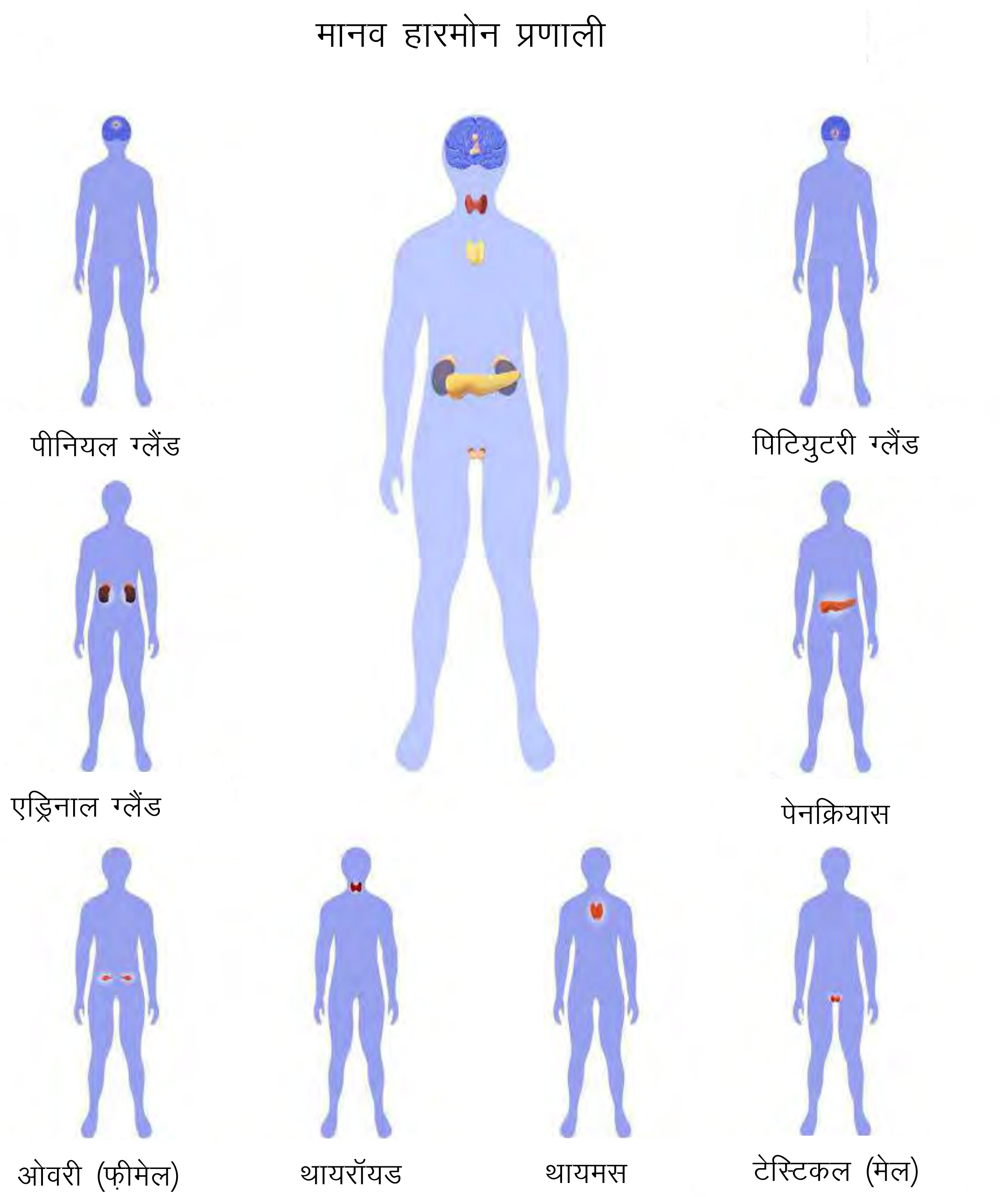
चित्र 3.5- तंत्रिका तंत्र

परिसंचरण (सर्कुलेटरी) प्रणाली पूरे शरीर में रक्त की आपूर्ति करती है।



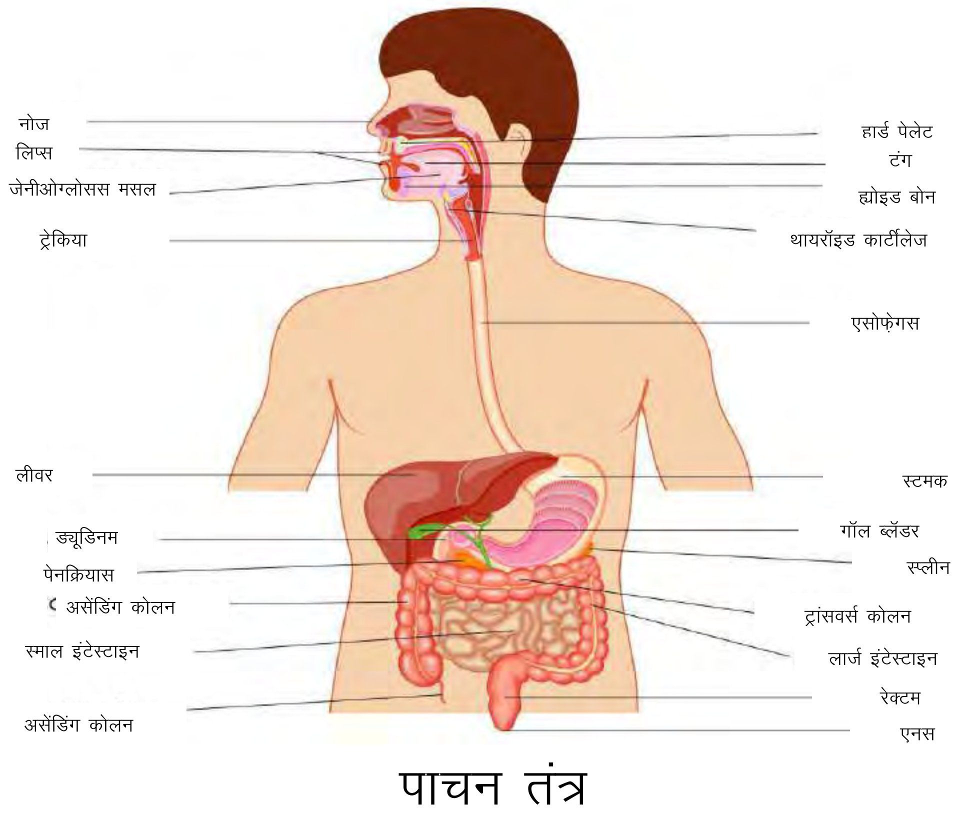
चित्र 3.6- परिसंचरण प्रणाली

अंतःस्रावी (एंडोक्राइन) प्रणाली नलिका विहीन ग्रंथियों से बनी है जो हार्मोन स्रावित करती हैं।



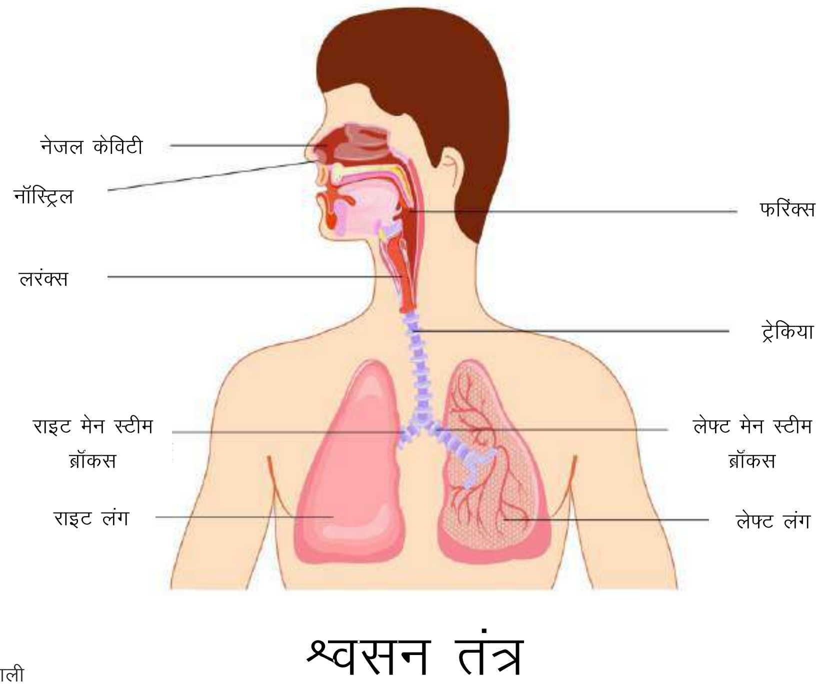
चित्र 3.7- मानव अंतःस्रावी प्रणाली

पाचन तंत्र भोजन को उन पदार्थों में बदलता है जिनका शरीर की कोशिकाओं द्वारा इस्तेमाल किया जा सकता है।



चित्र. 3.8 पाचन तंत्र

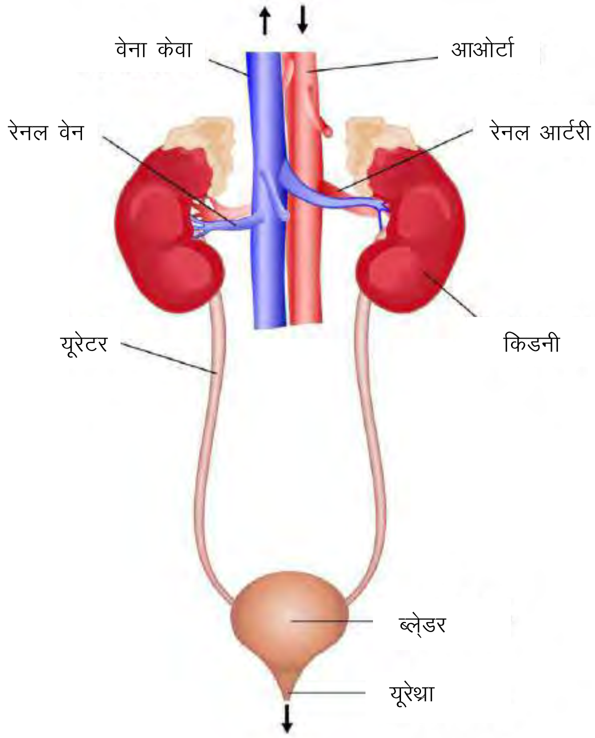
श्वसन प्रणाली शरीर को ऑक्सीजन की आपूर्ति करती है।

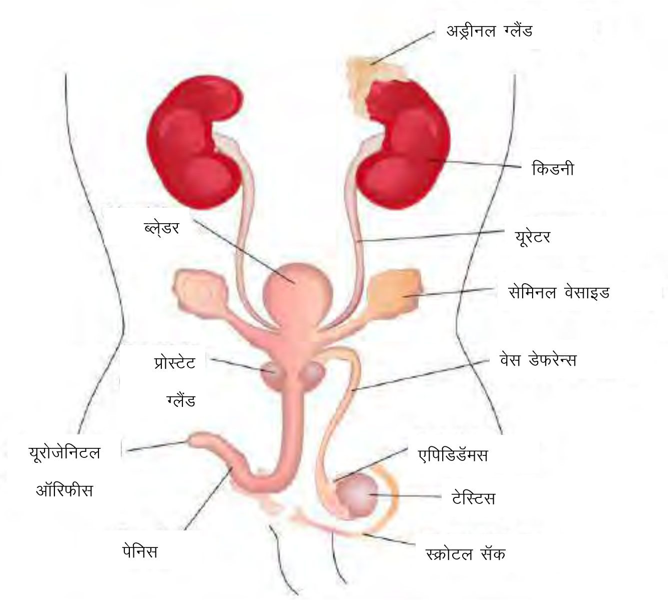


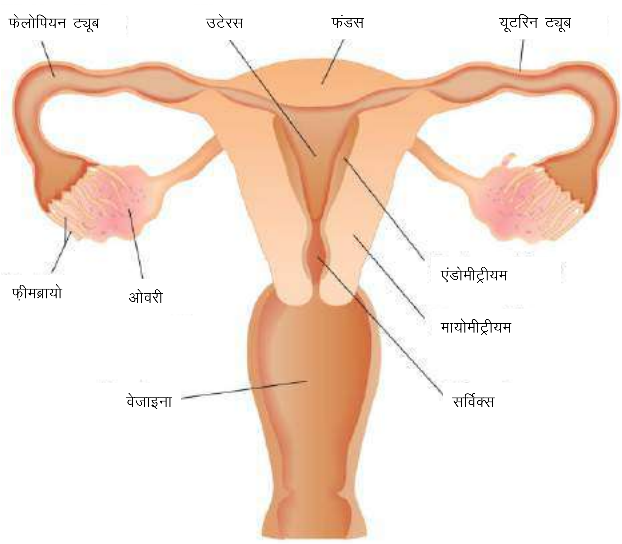
चित्र 3.9- स्वशन प्रणाली

अन्य प्रणालियों में शामिल हैं :

- उत्सर्जन तंत्र शरीर से अपशिष्ट पदार्थों को निकालता है
- प्रजनन प्रणाली मनुष्यों को प्रजनन करने से जुड़ी हुई है। एक साथ मिलाकर, इस पूरी प्रणाली को मूत्रजननांग प्रणाली कहा जाता है।





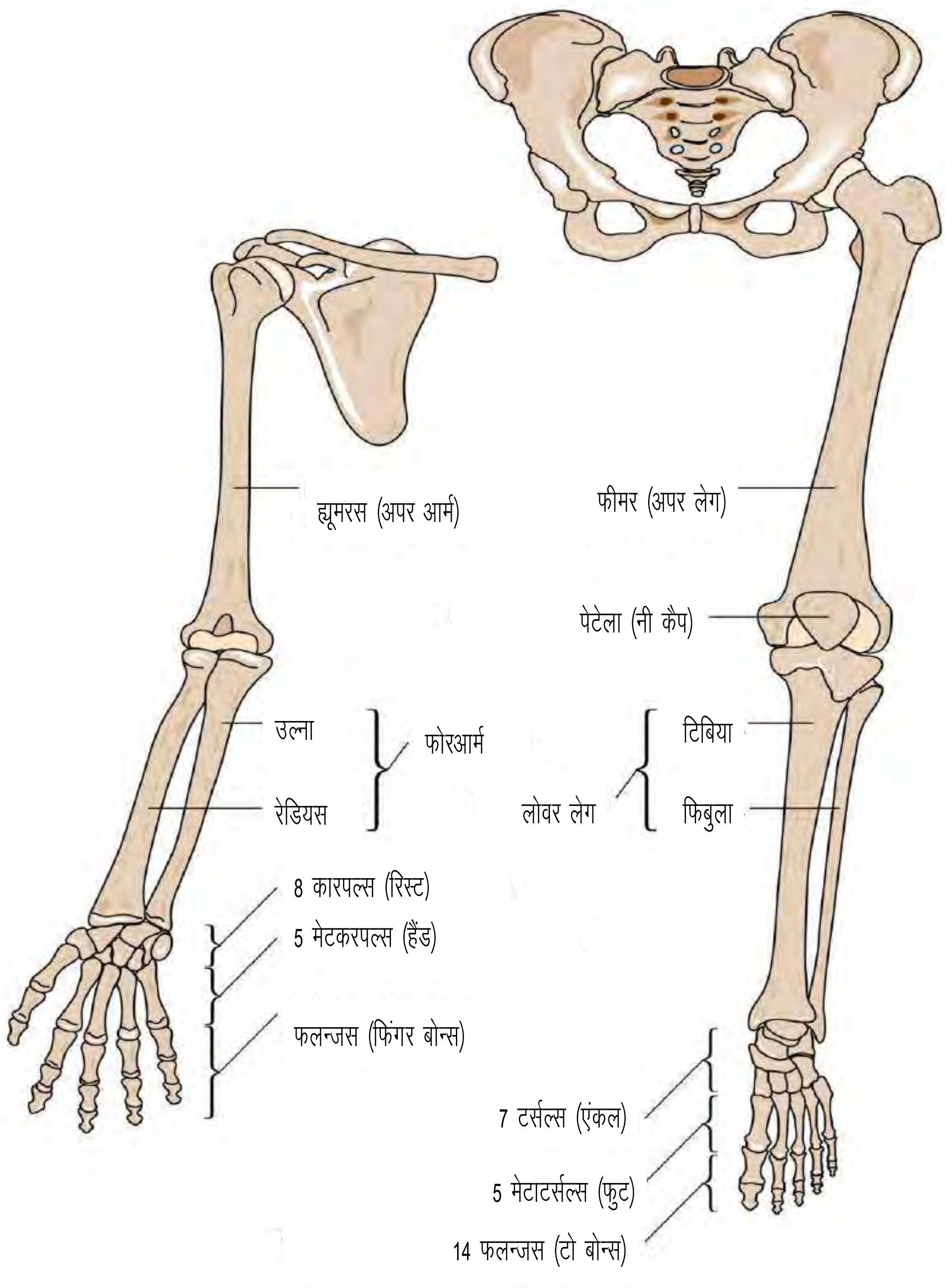


चित्र 3.10- मूत्रजननांग प्रणाली

3.1.2 हाथ और पैरों की हड्डियां, मांसपेशियां और धमनियां

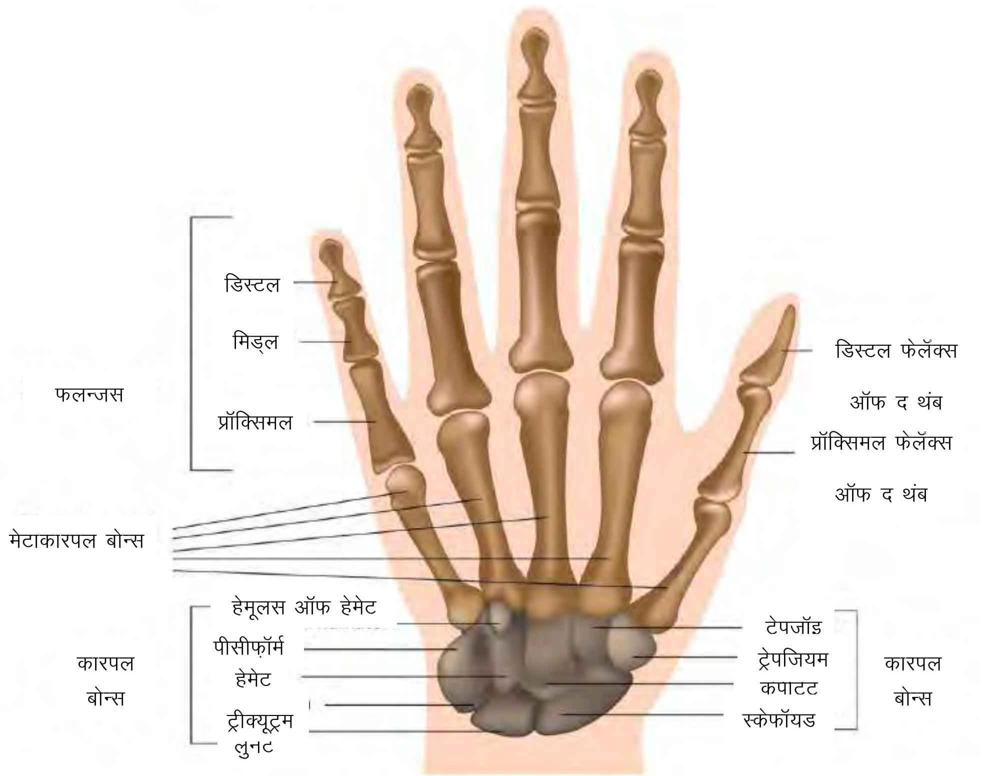
नाखून तकनीशियन (सहायकों सहित) के लिए हाथ और पैरों की रचना पता होना महत्वपूर्ण है क्योंकि यह देखते हुए कि इन भागों की मसाज की जाती है और इन आंतरिक शारीरिक अंगों की स्थिति पर विभिन्न तकनीकें आधारित होती हैं, मैनीक्योर और पैडीक्योर सर्विस के लिए ये अंग मायने रखते हैं। नीचे इनका विवरण दिया गया है।

हाथ और पैर की हड्डियां

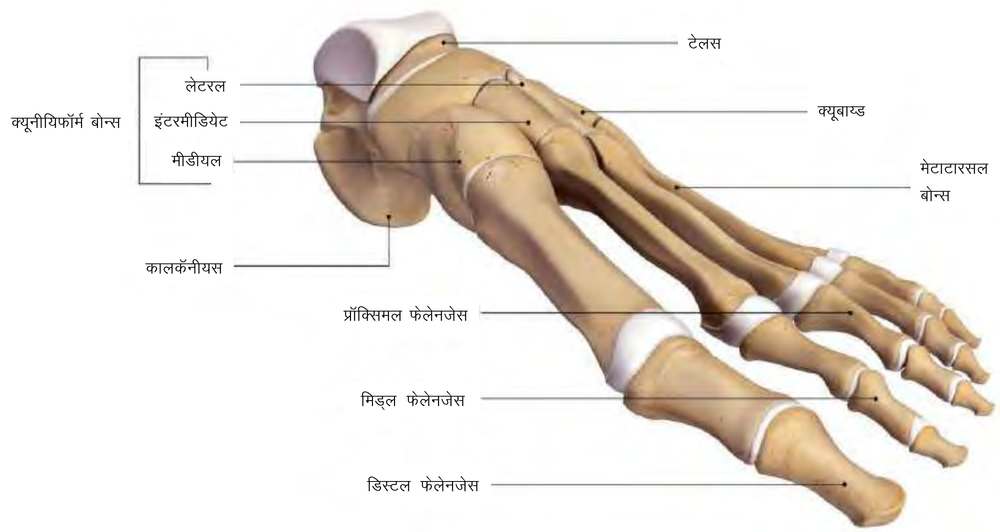


चित्र 3.11- हाथ और पैर की हड्डियां

हाथ और कलाई की हड्डियाँ



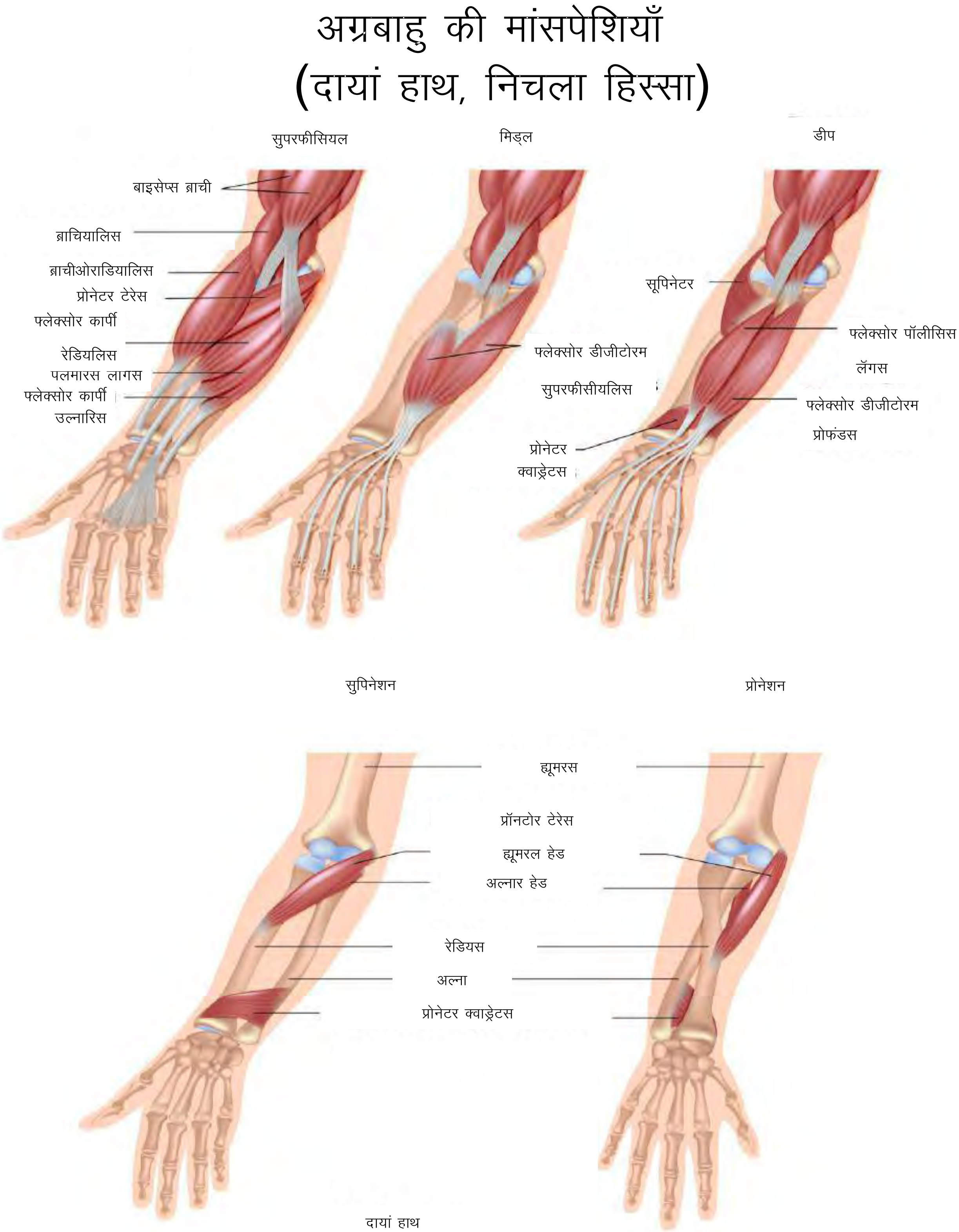
चित्र 3.12- मनुष्य के हाथ और कलाई की हड्डियां



पैर की हड्डियाँ

चित्र 3.13- पैर की हड्डियां

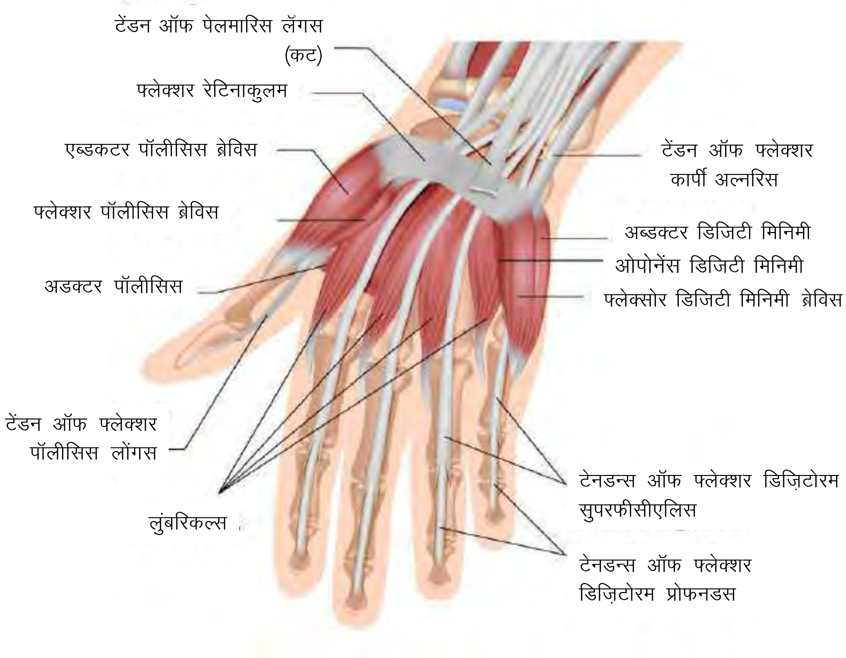
हाथ की मांसपेशियां



चित्र 3.14- आगे के हाथों की मांसपेशियां

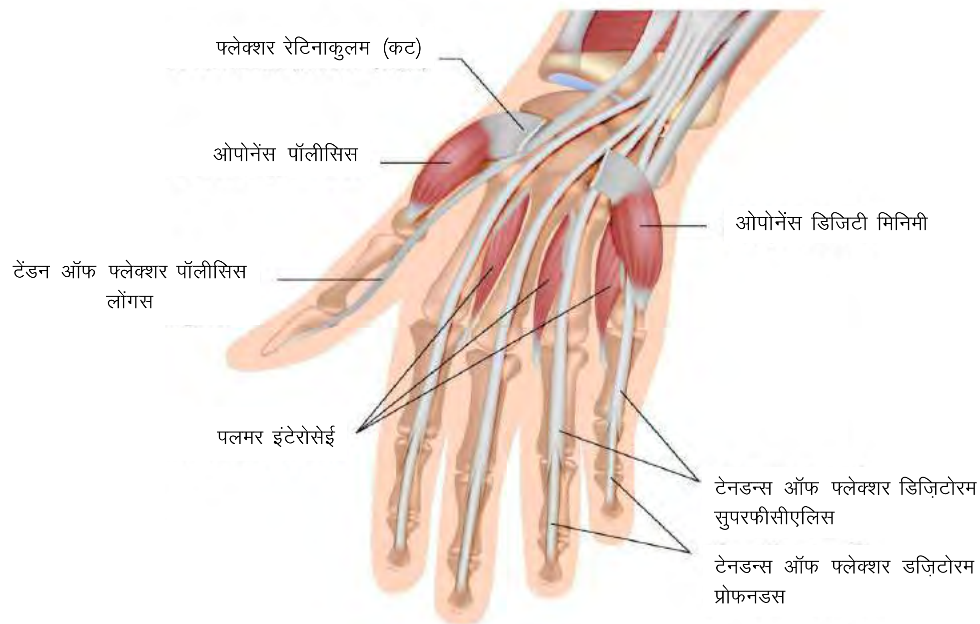
हाथ की माँसपेशियाँ
(दायां हाथ, हथेली का हिस्सा)

सुपरफीसीयल

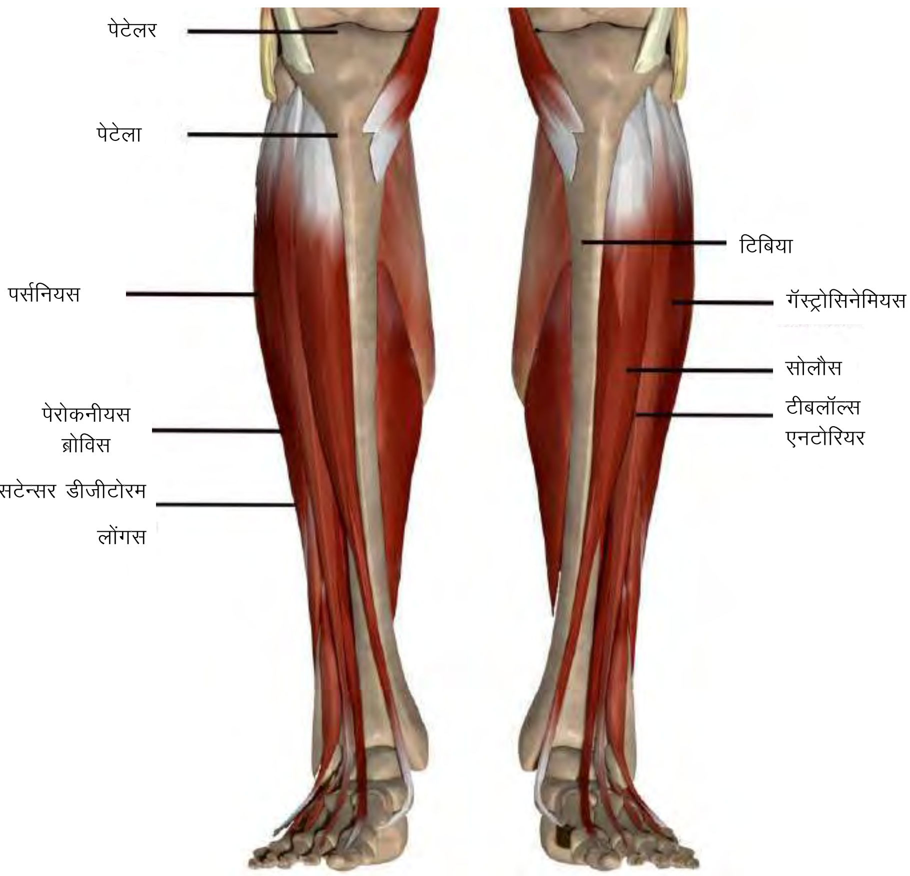


हाथ की माँसपेशियाँ
(दायां हाथ, हथेली का हिस्सा)

डीप

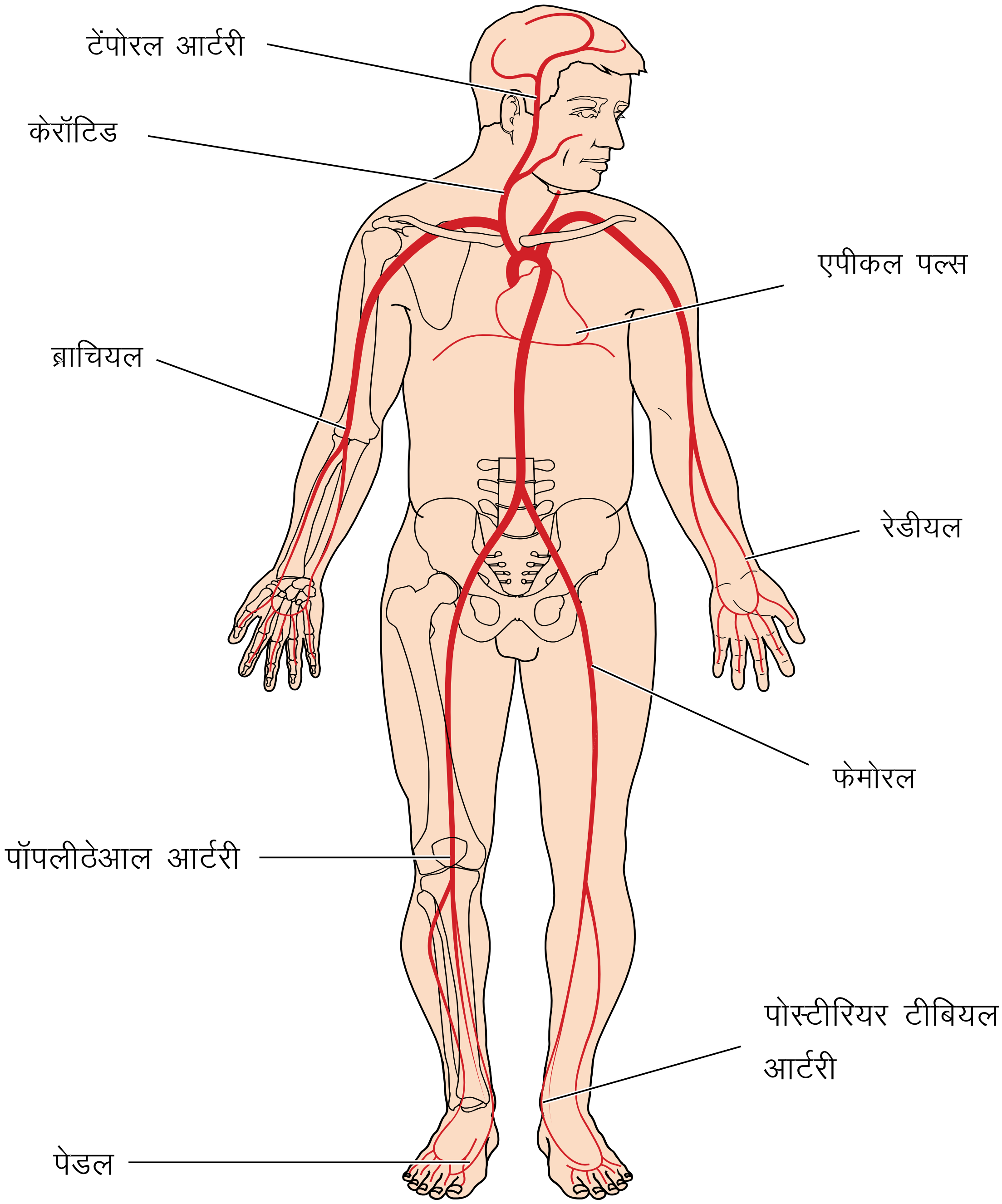


चित्र 3.15- हाथ की मांसपेशियां (दाहिने हाथ की हथेली का चित्र)



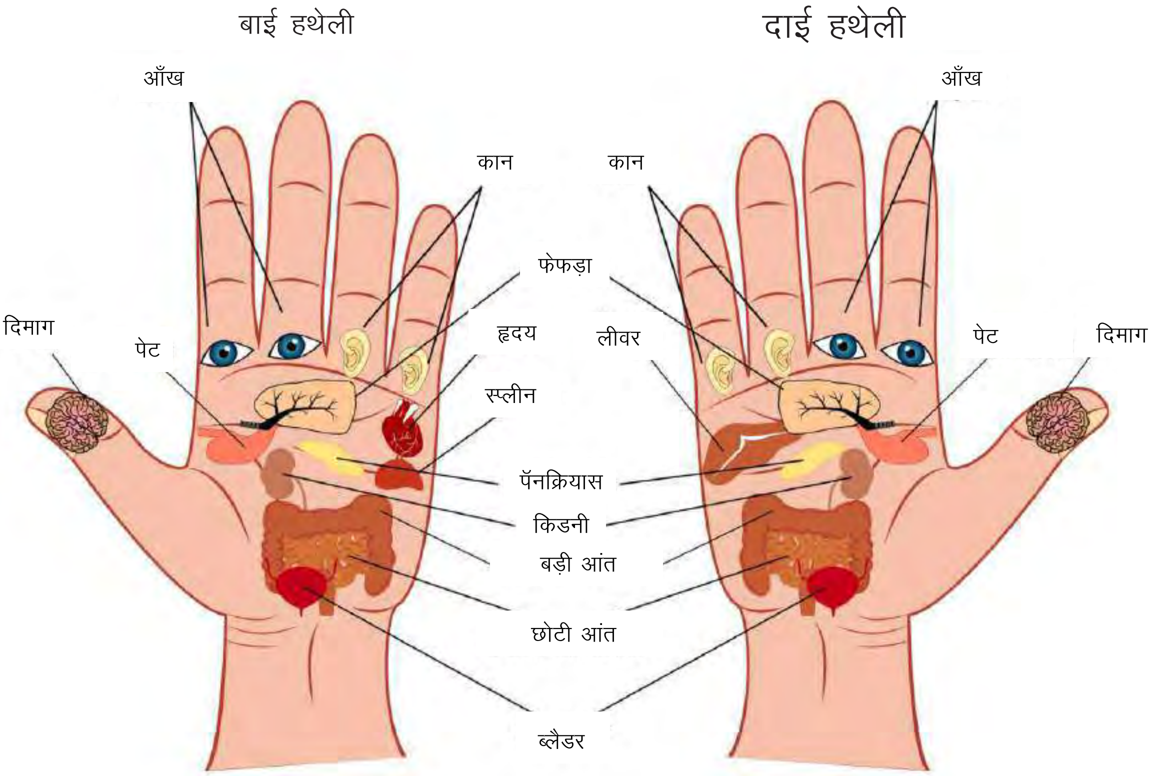
चित्र 3.16- निचले पैर और पंजों की मांसपेशियां

शरीर की धमनियां



चित्र 3.17- शरीर की धमनियां

3.1.3 हाथ में दबाव बिंदु



चित्र 3.18- हाथ में दबाव बिंदु

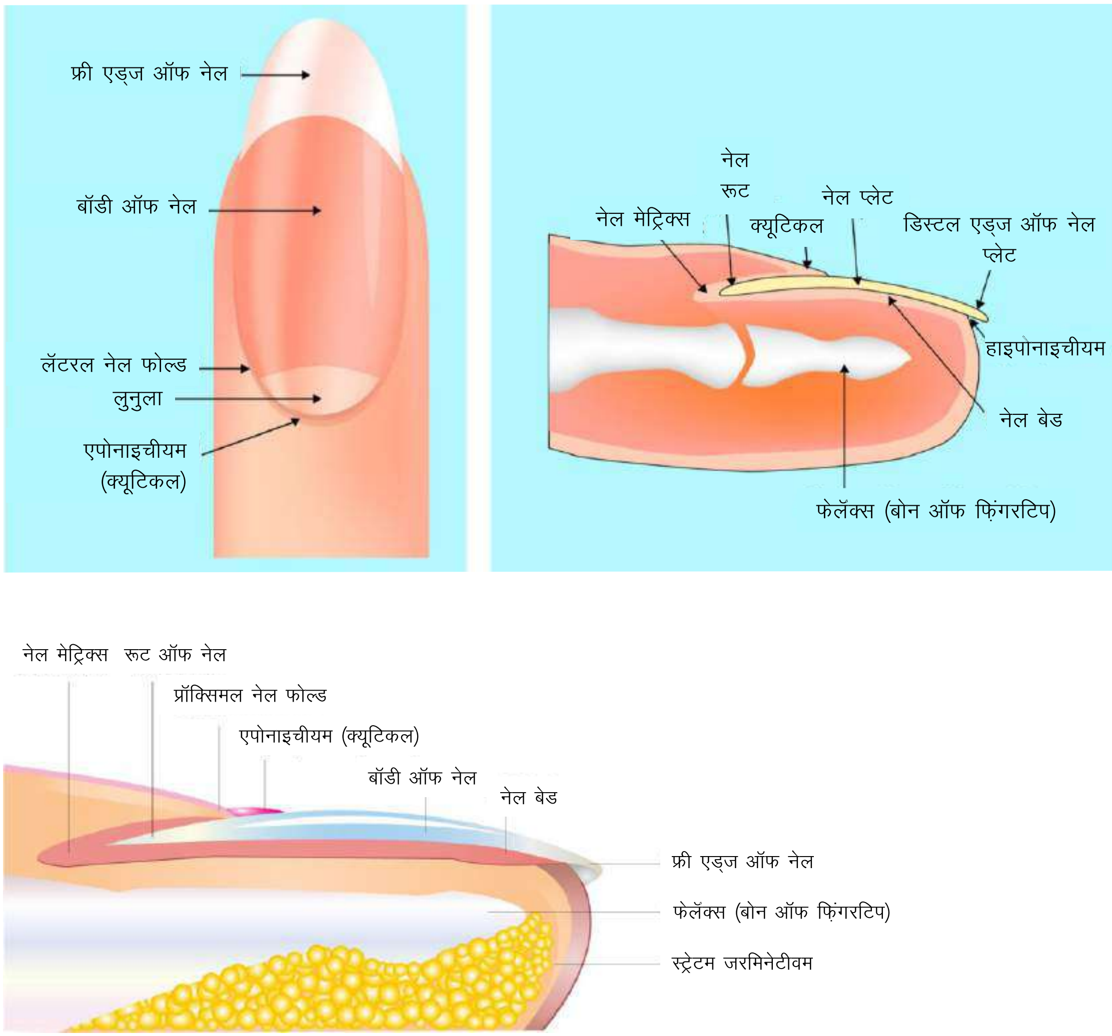
3.1.4 नाखून की संरचना

अपने ग्राहक को पेशेवर और जिम्मेदारीभरी सर्विस और देखभाल देने के लिए आपको नाखून की संरचना और कार्य के बारे में पता होना चाहिए। आपको यह भी जानने में सक्षम होना चाहिए कि कब ग्राहकों पर काम करना सुरक्षित है और कब उन्हें त्वचा विशेषज्ञ से मिलने की जरूरत होता है।

नाखून मानव शरीर के रोचक और आश्चर्यजनक अंग हैं। ये शरीर के सामान्य स्वास्थ्य के छोटे दर्पण होते हैं। स्वस्थ नाखून, चिकने, चमकदार और पारदर्शी गुलाबी होते हैं। शरीर में प्रणालीगत समस्याएं नाखून के विकारों या नाखूनों के खराब विकास के रूप में नाखूनों में दिखाई दे सकती हैं।

त्वचा और बालों की तरह नाखून केराटिन नामक प्रोटीन से बने होते हैं। नाखून का उद्देश्य उंगलियों और पैर की उंगलियों के सिरों की रक्षा करना और छोटी वस्तुएं पकड़ने में उंगलियों की सहायता करना होता है। वयस्क उंगलियों के नाखून 1/8 इंच प्रतिमाह की औसत दर से बढ़ते हैं। पैर की उंगलियों के नाखून और भी धीमी गति से बढ़ते हैं। आमतौर पर, नाखून हर 4 महीने पर खुद को बदल देते हैं और सर्दियों की तुलना में गर्मियों में अधिक तेजी से बढ़ते हैं। बीच की उंगलियों का नाखून सबसे तेजी से बढ़ता है और अंगूठे का सबसे धीमी गति से।

नाखून की बनावट



चित्र 3.19- नाखून की संरचना

3.1.5 नाखून का विकास और संरचना

नाखून का विकास

नाखून हर समय बढ़ते रहते हैं, लेकिन इनकी विकास दर उम्र और खराब परिसंचरण के साथ धीमी होती जाती है। उंगलियों के नाखून पैर की उंगलियों के नाखून की तुलना में को प्रति माह 3 मि.मी. की दर से अधिक तेज गति से बढ़ते हैं। जड़ से खुले सिरे तक बढ़ने में नाखून को 6 महीने लगते हैं। पैर की उंगलियों के नाखून प्रति माह लगभग 11 मि.मी. बढ़ते हैं और पूरी तरह से बदलने में 12–18 महीने का समय लेते हैं।

नाखून की संरचना

संरचना जैसाकि हम जानते हैं नाखून छह विशिष्ट भागों में बंटा होता है – जड़, नाखून के नीचे का आधार, नेल प्लेट, एपोनीकियम (उपचर्म (क्युटिकल)), पेरीओनीकियम और हाइपोनीकियम। इनमें से प्रत्येक संरचना का एक विशिष्ट कार्य होता है, और अगर गड़बड़ी पैदा होती है तो इसका परिणाम असामान्य दिखाई देनेवाले उंगलियों के नाखून हो सकते हैं।

नाखून की जड़

उंगलियों के नाखून की जड़ को जर्मिनल मैट्रिक्स के रूप में भी जाना जाता है। नाखून का यह हिस्सा वास्तव में उंगलियों के नाखून के पीछे त्वचा के नीचे होता है और उंगली में कई मिलीमीटर तक फैला होता है। उंगलियों के नाखून की जड़ नाखून और नाखून के आधार का अधिकांश हिस्सा पैदा करती है। नाखून के इस हिस्से में कोई भी मेलानोसाइट्स या मेलानिन उत्पादक कोशिकाएं नहीं होती हैं। जर्मिनल मैट्रिक्स का किनारा सफेद, ल्युनुला नामक चंद्राकार संरचना के रूप में दिखाई देता है।

नाखून के नीचे का आधार

नाखून के नीचे का आधार स्टराइल मैट्रिक्स नामक नाखून के मैट्रिक्स का हिस्सा होता है। यह जर्मिनल मैट्रिक्स, या ल्युनुला के किनारे से लेकर हाइपोनिकियम तक फैला होता है। नाखून के आधार में रक्त वाहिकाएं, नसें, और मेलानोसाइट्स या मेलानिन उत्पादक कोशिकाएं शामिल होती हैं। जब जड़ से नाखून उत्पन्न होता है, तो यह नाखून के आधार के साथ–साथ सीधे नीचे जाता है, इससे नाखून की निचली सतह में सामग्री का एकत्र होता है जिससे नाखून मोटा होता है। सामान्य नाखून के विकास के लिए महत्वपूर्ण है कि नाखून के नीचे का आधार चिकना हो। अगर ऐसा नहीं है, तो नाखून फट सकता है या खांचे विकसित हो सकते हैं जो कॉस्मेटिक रूप से भद्दे हो सकते है।

नेल प्लेट

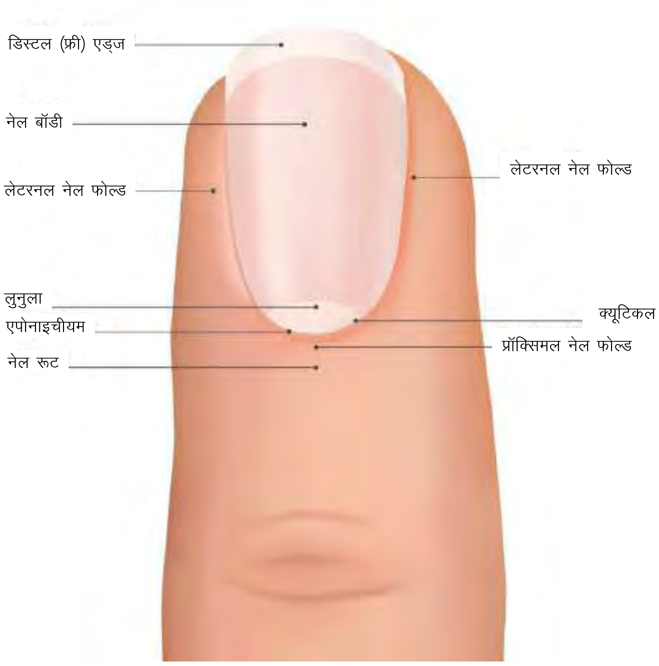
नेल प्लेट ही उंगलियों के असली नाखून होते हैं, जो पारदर्शी केराटिन से बने होते हैं। नाखून का गुलाबी रंग नाखून के नीचे की रक्त वाहिकाओं से आता है। नेल प्लेट की निचली सतह में नाखून की लंबाई के साथ–साथ खांचे होते हैं जो इसे नाखून के नीचे के आधार से फंसाने में सहायता करते हैं।

उपचर्म (क्युटिकल)

उंगलियों के नाखून के उपचर्म (क्युटिकल) को एपोनीकियम भी कहा जाता है। उपचर्म (क्युटिकल) उंगलियों की त्वचा और नेल प्लेट के बीच इन संरचनाओं को एक साथ जोड़ते हुए और जलरोधी बाधा प्रदान करते हुए स्थित होता है।

पेरीओनीकियम

पेरीओनीकियम वह त्वचा होती है जो नेल प्लेट को उसके साइड पर रखती है। इसे पैरोनीकियल किनारे के रूप में भी जाना जाता है। पेरीओनीकियम हैंगनेल्स, अंदर की ओर बढ़ने वाले नाखूनों और पैरोनिकिया नामक त्वचा के संक्रमण की जगह होती है।



चित्र 3.20- पेरीओनीकियम

हाइपोनिकियम

हाइपोनिकियम नेल प्लेट और उंगली के पोर के बीच का क्षेत्र होता है। यह नाखून के मूक्त किनारे और उंगली के पोर की त्वचा के बीच मिलनबिंदु होता है, साथ ही पानी को अन्दर जाने से रोकता है।

3.1.6 मैनीक्योर और पैडीक्योर

प्राकृतिक नाखून और उपचर्म (क्युटिकल) के रंगरूप में सुधार लाने की पद्धति मैनीक्योर और पैडीक्योर के रूप में जानी जाती है। यह इकाई हाथों और पैरों पर प्राकृतिक नाखूनों और उपचर्म (क्युटिकल) के उपचार पर केंद्रित है।

मैनीक्योर – हाथ और उंगलियों के नाखून की देखभाल।

पैडीक्योर – पैर, पैर की उंगलियों और नाखूनों का पेशेवर उपचार।

मैनीक्योर सैलूनों में एक लोकप्रिय सर्विस है क्योंकि चिकनी त्वचा, अच्छी तरह से आकार दिए गए और वार्निस्ड नाखून अच्छी तरह से तैयार रंगरूप को बढ़ावा देने में महत्वपूर्ण होते हैं। मैनीक्योर और पैडीक्योर में उपचार करने वाले सहायक नाखून तकनीशियन के रूप में आपको पता होना चाहिए कि एक ऐसी आचार संहिता है जिसका यह सर्विस प्रदान करते समय पालन किया जाना चाहिए है। नाखून की सर्विस की आचार संहिता सहायक नाखून तकनीशियन और ग्राहक की सुरक्षा के लिए दिशा निर्देश प्रदान करती है और यह महत्वपूर्ण है कि आपको पता हो कि यह क्या कहती है।

नियमित देखभाल से नाखून का मामूली से मामूली नुकसान रोकने में सहायता मिलती है। यह सर्विस पुरुषों में अधिक से अधिक से लोकप्रिय होती जा रही है जो अपने पेशेवर जीवन के हिस्से के रूप में नियमित रूप से उपचार करवाते हैं।

पैडीक्योर पैर, पैर की उंगलियों और नाखूनों का पेशेवर उपचार है। इस सर्विस से पैर और पैर की उंगलियों के नाखूनों के रंगरूप में बहुत सुधार आता है, जो अक्सर शरीर का उपेक्षित हिस्सा माना जाता हैं।

चित्र 3.21- मैनीक्योर उपचार

ग्राहक के लिए लाभ :

- नाखूनों के रंगरूप में सुधार आता है
- आसपास की त्वचा मुलायम होती है
- संवरने के समग्र रंगरूप को बढ़ाता है (पुरुषों और साथ ही महिलाओं के लिए भी महत्वपूर्ण है)
- तत्काल और देखने में प्रभाव।

सहायक नाखून तकनीशियन के लिए लाभ :

- सैलून सर्विस का मुख्य आधार

3.1.7 कार्य क्षेत्र और वातावरण तैयार करना

उपचार की सही तैयारी के लिये ज़रूरी है कि आप अपने काम से किसी भी तरह से समझौता नही करे। कई सैलूनों में मैनीक्योर और पैडीक्योर उपचार के लिए काम का विशेष क्षेत्र होता है। आप चाहे जहाँ कहीं भी उपचार करें, आपको सुनिश्चित करना चाहिए कि सभी सामग्रियां, उपकरण और उत्पाद आसान पहुंच के भीतर हों।

स्वच्छता

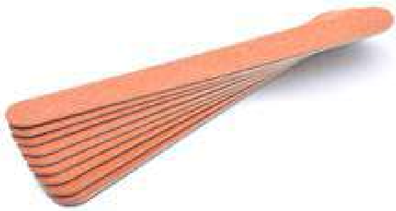
- ट्रॉलियां/काम की सतहें/अलमारियां सर्जिकल स्पिरिट से साफ करे।
- इस्तेमाल करने से पहले काम की सतह साफ करे।
- प्रत्येक ग्राहक के लिए स्वच्छ गर्म तौलिए और बेडरोल का इस्तेमाल करें
- डिस्पोजेबल उत्पादों का इस्तेमाल करें।
- कंटेनर से उत्पादों को निकालने के लिए स्पैचुला का इस्तेमाल करें।
- ढक्कन लगाने से पहले एनामेल की बोतल साफ करें।
- साफ–सुथरा/स्वच्छ कार्य क्षेत्र बनाए रखें।
- प्रत्येक उपचार से पहले और बाद थेरेपिस्ट को अपने हाथ धो लेने चाहिए।
- इस्तेमाल से पहले और इस्तेमाल के बाद सभी उपकरण को कीटाणु खुले या ज़रूरत के अनुशार उनको फेके या निपाटन करें।

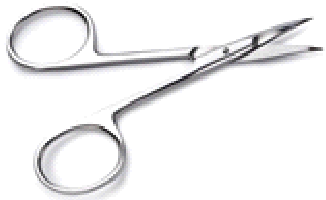
पैडीक्योर की तुलना में मैनीक्योर में अधिक विविधता के साथ मैनीक्योर और पैडीक्योर के लिए आवश्यक क्षेत्र काफी बदलता रहता है।

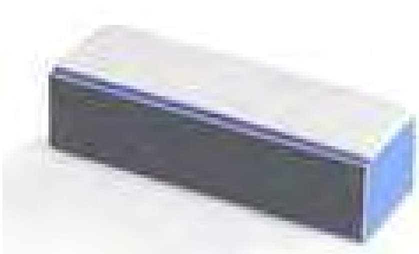
मैनीक्योर	**पैडीक्योर**
सोफे के पर ग्राहक	केवल बैठा हुआ दृ पेडिक्योर करवा रहे ग्राहक का मेनीक्योर साथ में किया जा सकता है
मेज के पर बैठा हुआ ग्राहक	
मैनीक्योर स्टेशन पर	
बाल कटवाते समय हेयर सैलून	
फेसियल करवाते समय ब्यूटी काउच पर लेटा ग्राहक	

3.1.8 मैनीक्योर और पैडीक्योर उपकरण और सामग्री

कोई क्रास संक्रमण या संदूषण न हो यह सुनिश्चित करने के लिए, मैनीक्योरिस्ट को सुनिश्चित करना चाहिए कि सब कुछ साफ–सुथरा है।

एमरी बोर्ड इसके दो साइड होते हैंरू नाखून छोटा करने के लिए एक मोटा साइड और एक चिकना साइड जिसका आकार देने और बेवलिंग के लिए इस्तेमाल किया जाता है । एमरी बोर्ड को साफ करना मुश्किल होता है हालांकि कुछ निर्माताओं ने साफ करने वाली चीज़ों को बनाया है। अगर आप फाइल साफ नहीं कर सकते हैं, तो इसका निपटान किया जाना चाहिए, या ग्राहक को दे देना चाहिए।	 चित्र 3.22- एमरी बोर्ड
ऑरेंज स्टिक ऑरेंज स्टिक के दोनों सिरों का अलग–अलग उद्देश्य होता है। नुकीलें सिरे का उपचर्म (क्युटिकल) या बफिंग क्रीम लगाने के लिए इस्तेमाल किया जाता है। दूसरा सिरा, कॉटन वूल से लिपटे होने पर, खुले किनारे के नीचे साफ करने, अतिरिक्त एनामेल हटाने और उपचर्म (क्युटिकल) आसानी से वापस बैठाने के लिए इस्तेमाल किया जा सकता है। कॉटन वूल से लिपटे होने पर, इसका प्रत्येक इस्तेमाल के बाद निपटान किया जाना चाहिए। ये केवल एक ही बार इस्तेमाल के लिए होते हैं।	 चित्र 3.23- ऑरेंज स्टिक
क्युटिकल चाकू उपचर्म (क्युटिकल) वापस डालने और नाखून के प्लेट से जुड़ा कोई भी अतिरिक्त भाग हटाने के लिए इसका इस्तेमाल किया जाता है।	 चित्र 3.24- क्युटिकल चाकू

क्युटिकल चिमटी उपचर्म (क्युटिकल) के आसपास हैंगनेल्स और मृत त्वचा हटाने के लिए इसका इस्तेमाल किया जाता है।	 चित्र 3.25- क्युटिकल चिमटी
नाखून काटने की कैंची नाखून काटने के लिए इस्तेमाल किया जाता है।	 चित्र 3.26- नाखून काटने की कैंची
पैर की उंगली के नाखून की कतरनी फाईलिंग से पहले नाखून काटने और छोटा करने के लिए इस्तेमाल किया जाता है।	 चित्र 3.27- पैर की उंगली के नाखून की कतरनी

नेल बफर सांबर के चमड़े से ढंका और हैंडल युक्त पैड। बफिंग पेस्ट के साथ इस्तेमाल किया जाता है। बफिंग, मैट्रिक्स में चमक लाता है, परिसंचरण और विकास को बढ़ावा देता है। पैडीक्योर, पुरुष मैनीक्योर या जब नेल पॉलिश नहीं लगाया जाने वाला हो तो उपयोगी। साफ करने के लिए, उपयुक्त क्लींसिंग साल्यूशन से पोंछे	 चित्र 3.28- नेल बफर
नेल बफर 3—वे बफर नाखून चिकना बनाने के लिए और अनुदैर्ध्य और क्षैतिज रेखाएं हटाने के लिए इसका इस्तेमाल किया जाता है। उपयुक्त क्लींसिंग साल्यूशन से इस्तेमाल के बीच पोंछें	 चित्र 3.29- 3—वे बफर
नेल ब्रश नाखून ब्रश करने और उन्हें असरदार तरीके से साफ करने के लिए। इसके अलावा थेरेपिस्ट के नाखून साफ करने के लिए भी इस्तेमाल किया जाता है। गरम साबुन पानी में धोएं या रासायनिक साल्यूशन में कीटाणु मुक्त करें। उपचर्म (क्युटिकल) की वापसी आसान बनाने के लिए रबर के सिरे के साथ आमतौर पर प्लास्टिक का होता है, लेकिन लकड़ी का भी हो सकता है। तीखा, और खुले किनारे के नीचे साफ करने के लिए कॉटन वूल से लिपटा भी हो सकता है। नाखून से नाखून तक इस्तेमाल करते समय, स्टरलाइज़र से साफ करें। उपचार पूरा होने पर, ठंडे स्टरलाइज़ साल्यूशन में स्टरलाइज़ करें।	 चित्र 3.30- नेल ब्रश

हूफ स्टिक उपचर्म (क्युटिकल) की वापसी आसान बनाने के लिए रबर के सिरे के साथ आमतौर पर प्लास्टिक का होता है, लेकिन लकड़ी का भी हो सकता है। तीखा, और खुले किनारे के नीचे साफ करने के लिए कॉटन वूल से लिपटा भी हो सकता है। नाखून से नाखून तक इस्तेमाल करते समय, स्टरलाइज़र से साफ करें। उपचार पूरा होने पर, ठंडे स्टरलाइज़ साल्यूशन में स्टरलाइज़ करें।	 चित्र 3.31- हूफ स्टिक
कठोर त्वचा की रेती/ कश (ग्रेटर) पैर भीग जाने के बाद इस्तेमाल करने के लिए और कठोर त्वचा के रिमूवर के साथ इस्तेमाल किया जा सकता है। हल्के दबाव के साथ रगड़ने की क्रिया करते हुए कठोर त्वचा के क्षेत्रों पर इस्तेमाल करें। इस्तेमाल के बाद गर्म साबुन के पानी में धोएं और मैल निकाल दें; रासायनिक साल्यूशन में स्टरलाइज़ करें।	 चित्र 3.32- कठोर त्वचा की रेती/ कश (ग्रेटर)
झावां पत्थर (प्युमिस स्टोन) कठोर त्वचा की रेती के साथ।	 चित्र 3.33- झावां पत्थर (प्युमिस स्टोन)

3.1.9 विपरीत संकेत

विपरीत संकेत वह कारण, लक्षण, या हालत है जो संपूर्ण उपचार या उसका कोई भाग सुरक्षित रूप से संचालित करने से रोकता है।

विपरीत संकेत का वर्गीकरण है:

- उपचार रोकने (उपचार नहीं हो सकता है) वाले विपरीत संकेत
- उपचार सीमित करने (आसपास काम) वाले विपरीत संकेत

निम्नलिखित कुछ विपरीत संकेत है, जिन्हें क्लाइंट कंसल्टेशन के दौरान पहचानने में आपको सक्षम होना चाहिए।

- त्वचा बीमारी जैसे एक्जिमा और सोरायसिस
- बैक्टीरियल संक्रमण जैसे पैरेन्किया और बिसहरी
- वायरल संक्रमण जैसे मस्से और वेरूका
- अंदर की ओर बढ़ने वाले (इन्ग्रोइंग) पैरों की उंगलियों के नाखून
- सूजन
- टूटी हड्डियां
- कवक (फंगल) संक्रमण जैसे दाद या एथलीट फुट
- छिलना
- परजीवी जैसे खुजली
- नाखून की बीमारी जैसे झुर्री
- घाव और खरोंच

उपचार रोकने वाले विपरीत संकेत

- हीमोफीलिया – दुर्लभ रक्तस्राव बीमारी है, जिसमें सामान्य रूप से रक्त का थक्का नहीं बनता है
- अर्थराइटिस – शरीर में एक या एक से अधिक जोड़ों की सूजन है
- तीव्र गठिया
- घबराहट की स्थिति
- हाल का हाथ का ऑपरेशन
- मधुमेह / जलनकारी तंत्रिका / गैर निदानित दर्द

सर्विस सीमित कर सकने वाले विपरीत संकेत

- ऐसी अन्य स्थितियां भी है जिनके लिए उपचार में संशोधन की जरूरत पड़ सकती है, लेकिन उपचार बंद करने के लिए ये जरूरी कारण नहीं हैं।

नाखून अलग होना

- यह वह बीमारी है जहां नाखून के आधार (आमतौर पर केवल एक हिस्सा न कि पूरा नाखून) से अलग हो जाता है। ऐसा अंकों के बीच नम गर्म स्थान में पाई जाने वाली मैल के निर्माण के परिणामस्वरूप होता है, जो, बैक्टीरियल और फंगल जीवों को आकर्षित करती है और गंभीर मामलों में नेल प्लेट गहरे हरे रंग या काले रंग में बदल देती है। असंक्रमित नेल प्लेट की तुलना में संक्रमित नेल प्लेट तेजी से बढ़ती है।
- पैरों में, ऐसा तंग जूता पहनने, खराब सामान्य परिसंचरण और पैरों की देखभाल की कमी से होता है।
- जब तक कोई फंगल या बैक्टीरियल संक्रमण न हो गैर संक्रामक नाखून मैनीक्योर या पेडीक्योर किए जा सकते हैं।
- हालांकि, गंभीर अलगाव का उपचार नहीं किया जाना चाहिए।

अंदर की ओर बढ़ने वाले नाखून

यह या तो हाथ या पैर की उंगलियों को प्रभावित कर सकता है। इस स्थिति में, नाखून मांस के किनारे की ओर बढ़ते हैं और संक्रमण का कारण बन सकते हैं। कोनों में नाखून की बहुत अधिक फाइलिंग या जोरदार कटाई अक्सर अंदर की ओर बढ़ने वाले नाखूनों के लिए जिम्मेदार होती है। अगर वह क्षेत्र खुला है या संक्रमण मौजूद है, तो यह उपचार होने से रोकेगा।

विभाजित नाखून, भुरभुरे नाखून

आम तौर पर यह कठोर डिटर्जेंट, क्लीनर,पॉलिश स्ट्रिपर्स और फिल्म का विकास करने वाले तरल में पाए जाने वाले सुखाने वाले एजेंटों के दुरुपयोग के परिणामस्वरूप होते हैं। रूई का अस्तर लगे, रबर के दस्ताने अच्छी सुरक्षा हैं। चूंकि नाखून लगभग अंतिम उंगली जोड़ पर बनने शुरू होते हैं, इसलिए कभी कभी नाखूनों में चोट या गठिया जैसी बीमारियों के परिणामस्वरूप नाखून विभाजित हो सकते हैं।

अगर त्वचा और बालों के समग्र सूखेपन के साथ है, तो विभाजित नाखूनों से खराब परिसंचरण का संकेत मिलता है। कोशिकाओं के पुनर्जनन में सहायता करने वाले और अधिक पोषक तत्व और ऑक्सीजन लाने वाले उपचार से परिसंचरण बढ़ जाएगा।
गर्म तेल या पैराफिन मोम से नेल प्लेट और आसपास की त्वचा गीली करें। घरेलू उपयोग के लिए क्युटिकल क्रीम या तेल का उपयोग उपचार के बीच असरदार होगा। मैनीक्योर दिया जाना चाहिए।

चित्र 3.34- पैरोंकिया क्लब और अंदर की ओर बढ़ने वाले नाखून

3.1.10 नाखून की स्थितियों की पहचान

कमजोर नाखून – कमजोर नाखून मुलायम होते हैं। ये विभाजित हो और छिल जाते हैं। और जब ये टूटते हैं दृ तो ये फट जाते हैं और दांतेदार किनारा छोड़ते हैं। इस प्रकार के नाखूनों के लिए एक मुख्य कारण उन्हें पानी में भिगोना है। ऐसा आमतौर पर तब होता जब व्यक्ति बर्तन साफ करता है या स्नान में भिगोता है। पानी आपके नाखून में चला जाता है और उसे फैला देता है। जब पानी सूख जाता है, तो नाखून सिकुड़ता है। लगातार फैलने और सिकुड़ने से अंत में नाखून कमजोर हो जाते हैं।

भुरभुरे नाखून – चिकना सीधा किनारा छोड़ते हुए चटक जाते हैं। इन्हें मोड़ना मुश्किल होता है। इनमें दरारे पड़ने की प्रवृत्ति होती है। एक आम कारण आपके नाखूनों में नमी की कमी होती है। कमजोर नाखूनों के विपरीत जो बहुत अधिक नमी होने से प्रभावित होते हैं, इस प्रकार के नाखूनों में पर्याप्त नमी नहीं होती है।

लकीरदार नाखून – किसी के नाखून पर खड़ी लाइनें एक आम घटना है जो अक्सर उम्र के साथ और अधिक स्पष्ट हो जाती हैं। इसे उम्र में सामान्य वृद्धि और नमी बनाए रखने में नाखून की बढ़ती असमर्थता से जोड़ा जाता है। क्षैतिज लकीरों से किसी समस्या का संकेत होने की अधिक संभावना होती है। एक स्थिति, जिसे बांके की लाइनें कहा जाता है, जिसकी विशेषता नाखून के आधार के आर–पार दांते हैं, बीमारी की वजह से बाधित विकास का संकेत है।

चित्र 3.35- लकीरदार नाखून

बाहर की ओर निकला उपचर्म (क्युटिकल) – उपचर्म (क्युटिकल) बेतहाशा बढ़ता है और अधिक जीवाणु संक्रमण, हैंगनेल्स, विभाजित उपचर्म (क्युटिकल) और इसी तरह की समस्याओं की स्थापना करते हुए नाखून की सतह का अनुचित क्षेत्र कवर कर सकता है।

3.1.11 त्वचा संबंधी बीमारियां

नाखून तकनीशियन के रूप में अपने ग्राहकों की जिम्मेदारी से और पेशेवराना ढंग से सेवा करने के लिए आपके पास त्वचा और नाखून और साथ ही उनके विकारों की बुनियादी समझ होनी चाहिए। आपके पास हाथ और पैरों की त्वचा के रंगरूप में सुधार करने और इसलिए अपने ग्राहक का रंगरूप संवारने का अवसर होगा। तैयार नाखून सुंदर, स्वस्थ त्वचा से घिरे होने पर अपना सबसे अच्छा काम पेश करेंगे। इसके अलावा, कब आप ग्राहक पर काम नहीं कर सकते/सकती हैं या त्वचा या नाखून की हालत की वजह से अपने ग्राहक पर कुछ विशेष उत्पादों का प्रयोग नहीं करना चाहिए यह पता होना आपकी जिम्मेदारी है। त्वचा और नाखून के बारे में जानकारी होने से संक्रामक बिमारी के और त्वचा की स्थिति या संवेदनशीलता की उत्तेजना में प्रसार से बचने में आपको सहायता मिलेगी। इससे पहले कि आप आगे बढें और परखें कि क्या कोई विशेष सर्विस या उत्पाद आपके ग्राहक की त्वचा या नाखूनों के लिए उपयुक्त है या नहीं और वे कैसे कार्य करते हैं।

स्वस्थ त्वचा थोड़ा नम और अम्लीय, मुलायम और लचीली होती है। जब तक त्वचा बूढ़ी न हो जाए, स्वस्थ त्वचा में लोच होता है जिससे हड्डी से दूर खींचने के तुरंत बाद अपना आकार वापस पाना इसके लिए संभव होता है। स्वस्थ त्वचा दागधब्बों और बीमारियों से खुले होती है और बनावट चिकनी और बढ़िया दानेदार होती है। मानव शरीर की त्वचा मोटाई में अलग–अलग होती है। यह पलकों पर सबसे पतली और हथेली और पैर के तलवों पर सबसे मोटी होती है। नाखून तकनीशियन के रूप में आपको त्वचा की बीमारियों के बारे में जानना चाहिए ताकि आप तय कर सकें कि कब ग्राहक पर काम करना सुरक्षित और उचित है और कब नहीं। आपका लक्ष्य संक्रामक बिमारी का प्रसार रोकना और वह स्थिति बदतर होने देने से बचना है जो आपके ग्राहक में पहले से ही है। कंसल्टेशन के दौरान आप ग्राहक की त्वचा का निरीक्षण करेंगे/करेंगी और अपने ग्राहक की सर्विस करने के बारे में समझदारी भरा निर्णय करने के लिए अपने विशेष ज्ञान का उपयोग करेंगे/करेंगी। त्वचा की बीमारियों का नियम यह है कि अगर काम किया जाने वाला त्वचा का क्षेत्र संक्रमित, जलनयुक्त, टूटा या उभरा है तो नाखून तकनीशियन को ग्राहक की सर्विस नहीं करना चाहिए। ग्राहक को त्वचा विशेषज्ञ के पास भेजा जाना चाहिए।

- जलनयुक्त त्वचा लाल, दुखने वाली और सूजी होती है। जलनयुक्त त्वचा संक्रमित त्वचा जैसी नहीं होती है
- संक्रमित त्वचा में मवाद का प्रमाण होगा
- टूटी हुई त्वचा तब होती जब बाहरीत्वचा (एपिडर्मिस) कट या फट जाती है, जिससे त्वचा की गहरी परत उभर आती है
- उभरी त्वचा विभिन्न प्रकार की त्वचा की स्थितियों का लक्षण है, जिनमें से कुछ घाव होते हैं और इनका नीचे वर्णन किया जाएगा। अगर कुल मिलाकर त्वचा उभरी है तो उस पर काम न करें अपने ग्राहक को डॉक्टर के पास भेजें।

त्वचा की चोटें या घाव

घाव चोट और बीमारी की वजह से ऊतक (टिशू) में संरचनात्मक परिवर्तन है। ये दो मुख्य प्रकार के होते हैं

- प्राथमिक घाव मूल घाव होते हैं जो कोई बिमारी प्रकट करते हैं।
- माध्यमिक घाव वे घाव होते हैं जो बीमारी के बाद के चरणों में विकसित होते हैं।
- त्वचा की बीमारियों के लक्षण या संकेत दो समूहों में बांटे जाते हैं
- व्यक्तिपरक लक्षण जिन्हें महसूस किया जा सकता है, जैसे खुजली, जलन या दर्द।
- वस्तुनिष्ठ लक्षण वे होते हैं जो दिखाई नहीं देते हैं जैसे मुहांसे, फुंसी, या जलन।
- ब्युल्ला पानीनुमा तरल पदार्थ युक्त छाला होता है।
- पपड़ी (क्रस्ट) बाहरीत्वचा(एपिडर्मल) की पपड़ियों के साथ मिश्रित सीरम और मवाद का संग्रह है। पपड़ी का एक उदाहरण जख्म पर पड़ने वाली पपड़ी है।
- पुटी (सिस्ट) त्वचा की सतह के ऊपर और नीचे अर्धठोस या तरल गांठ है।
- छिलका छिलने या कतरने की वजह से होने वाला जख्म या खरोंच है।
- विदर (फिश्र) त्वचा में दरार है जो उस डर्मिस में प्रवेश करती है। फटे हाथ या होंठ इसका उदाहरण है।
- धब्बा (मैकुल) त्वचा की सतह पर छोटा सा, बेरंग दाग या चकत्ता है। कुछ धब्बे सुरक्षित होते हैं और कुछ नहीं।
- पिटिका (पैप्यूल) छोटे दाने होते हैं जिसमें तरल पदार्थ नहीं होता है, लेकिन मवाद विकसित हो सकता है।
- मवाद युक्त फुंसी (पसचूलस) दर्दयुक्त आधार और मवाद वाले शिरे के साथ त्वचा पर गांठ है।

- बाहरीत्वचा(एपिडर्मिस) के झड़ने के दौरान छिलके उत्पन्न होते हैं। गंभीर रूसी (डैंड्रफ) छिलके का एक उदाहरण है।
- दाग त्वचा पर हल्के रंग का थोड़ा उठा हुआ निशान होता है जो त्वचा की चोट या घाव भरने के बाद पडता है।
- बाहरीत्वचा(एपिडर्मिस) के झड़ने के दौरान छिलके उत्पन्न होते हैं। गंभीर रूसी (डैंड्रफ) छिलके का एक उदाहरण है। दाग त्वचा पर हल्के रंग का थोड़ा उठा हुआ निशान होता है जो त्वचा की चोट या घाव भरने के बाद पडता है।
- दाग असामान्य मलिनीकरण है जो तिल, चकत्ता या लीवर स्पॉट गायब होने के बाद या कुछ बीमारियों के बाद भी बना रहता है।
- बीजदाना या गुलिका (टूबरक्यूल) पुटिका या फुंसी से बड़ी ठोस गांठ है; इसका आकार मटर के दाने से लेकर हिकॉरी नट तक अलग–अलग होता है।
- ट्यूमर असामान्य कोशिकाओं (सेल) का समूह होता है जो आकार, रूप और रंग में अलग–अलग होते हैं। गांठें छोटा ट्यूमर होती हैं।
- अल्सर शरीर की त्वचा या श्लेष्मा झिल्ली (म्युकस मेम्बरेन) पर खुला घाव होता है। अल्सर मवाद और त्वचा की गहराई के नुकसान के साथ होता है।
- फफोला (वेसिकेल) स्पष्ट तरल पदार्थ युक्त छाला होता है। प्वाइजन आइवी उस स्थिति का उदाहरण है जिससे फफोले (वेसिकेल) पैदा होते हैं।
- व्हील्स या पित्ती त्वचा पर सूजी हुई, खुजलीयुक्त उभार है जो कई घंटों तक बनी रहती है। यह अक्सर कीड़ों के काटने या एलर्जी की वजह से होता है।

त्वचा की जलन या सूजन

त्वचा में कई प्रकार की जलन या सूजन होती है जिसे डर्माटाइटिस के रूप में भी जाना जाता है। अगर जलन या सूजन, संक्रमण या उभरी हुई या टूटी हुई त्वचा मौजूद है, तो जलन या सूजन वाले क्षेत्र पर काम न करें। इन बीमारियों से ग्रस्त ग्राहक पर काम करते समय बहुत सतर्क रहें क्योंकि त्वचा संवेदनशील होती है और यह स्थिति रसायनों के इस्तेमाल से बढ़ सकती है।

एक्जिमा अज्ञात कारण वाली पुरानी, लंबे समय तक चलने वाली बीमारी है। इसकी विशेषता खुजली, जलन और छिल्कों और बहते फफोलों का निर्माण है। यह गैर–संक्रामक होता है।	चित्र 3.36- एक्जिमा
सोरायसिस मोटे चांदीनुमा छिल्कों से ढंका गोल, सूखे चकत्तों वाला पुरानी जलन या प्रदाह है। यह आमतौर पर खोपड़ी, कोहनी, घुटने, छाती और नीचे पीठ पर और कभी–कभी चेहरे पर पाया जाता है। यह गैर–संक्रामक होता है।	चित्र 3.37- सोरायसिस

डर्माटाइटिस जलन या सूजन युक्त त्वचा की बिमारी है जिसमें त्वचा विशेष रूप से खुजलीयुक्त सूजी हुई और लाल होती है। ऐसा एक विशेष पदार्थ के प्रति त्वचा की असहनशीलता के कारण होता है जिसके परिणामस्वरूप त्वचा लाल, सूजी हुई होती है और कभी–कभी फफोले पड़ सकते हैं। अगर त्वचा शरीर के बाहर उत्तेजक के प्रति प्रतिक्रिया करती है, तो प्रतिक्रिया स्थानीय होती है। अगर उत्तेजक शरीर में प्रवेश कर जाता है तो इसे रक्तधारा द्वारा ले जाया जा सकता है और त्वचा की सामान्य प्रतिक्रिया हो सकती है।

चित्र 3.38- डर्माटाइटिस

पपप) त्वचा के संक्रमण

आप ऐसे ग्राहक पर नाखून की सर्विस नहीं कर सकते हैं जिसे या तो कवक (फंगल) संक्रमण या वायरल संक्रमण है दोनों में से किसी भी प्रकार के संक्रमण वाले ग्राहक चिकित्सक के पास भेजे जाने चाहिए।

एथलीट फुट जिसे टिनिआ पेडिस या पैर की दाद के रूप में भी जाना जाता है, पैर का कवक (फंगल) संक्रमण है। दोनों पैर की उंगलियों या तलवों के आसपास छोटे, गुलाबी धब्बे या छाले और खुजली इसके लक्षण हैं। गंभीर मामलों में नाखून संक्रमित हो सकते हैं। एथलीट फुट अत्यधिक संक्रामक होता है और इसे नाखून तकनीशियन द्वारा नहीं छुआ जाना चाहिए।

चित्र 3.39- एथलीट फुट

हर्पीज सिंप्लेक्स डेंटल स्टॉफ और मुंह की देखभाल में लगे अन्य लोगों में एक आम त्वचा संक्रमण है। यह दर्दनाक पैरोनीकिया (बैक्टीरियल संक्रमण) के रूप में शुरू हो सकता है। यह एक गंभीर वायरल संक्रमण है जो समय समय पर हो सकता है।

चित्र 3.40- हरपीज सिंप्लेक्स

हाथ की दाद कवक (फंगस) से होने वाली बेहद संक्रामक बीमारी है। इसके मुख्य लक्षण हाथ पर चकत्तों या छल्लों में होने वाले लाल घाव हैं। मामूली या गंभीर खुजली हो सकती है।	चित्र 3.41- दाद
स्केबीज अक्सर उंगलियों के बीच और हाथ की हथेली पर होता है। यह त्वचा में ग्रे/काली लकीरों के रूप में दिखाई देता है और इसके कारण लगातार खुजली होती है। यह अत्यधिक संक्रामक होता है।	चित्र 3.42- खुजली
मस्से (वार्ट) आकार, रूप, रंग और बनावट में अलग–अलग होते हैं आम तौर पर उभरी हुई और खुरदुरी सतह के साथ अक्सर हाथ पर पाए जाते हैं। यह संक्रामक होता है।	चित्र 3.43- मस्से

अ) त्वचा की रंजकता (पिगमेंटेशन)

त्वचा का रंग आंशिक रूप से त्वचा को होने वाली रक्त की आपूर्ति लेकिन ज्यादातर मेलानिन या रंगने वाले पदार्थ द्वारा निर्धारित होता है। असामान्य रंजकता की स्थिति आंतरिक या बाह्य कारकों के कारण हो सकती है। कुछ दवाएँ भी रंजक संबंधी अनियमितताएं पैदा करने के लिए जानी जाती है। इन अनियमितताओं वाले ग्राहक नाखून की सर्विस प्राप्त कर सकते हैं।

- ल्युकोडर्मा त्वचा, बाल और आँखों सहित शरीर में मेलानिन रंजक का जन्मजात अभाव है। बाल रेशमी सफेद होते हैं। त्वचा गुलाबी सफेद होती है और भूरापन या टैन नहीं होता है। आंखें गुलाबी होती हैं और त्वचा जल्दी बूढ़ी हो जाती है।

चित्र 3.44- ल्युकोडर्मा

- पुल्टिस (क्लोआज्मा) विशेष रूप से चेहरे और हाथ की त्वचा पर भूरे रंग के धब्बे हैं। पुल्टिस को लीवर स्पॉट या मोथ पैचष भी कहा जाता है।
- लेंटीजीनीज असामान्य रंजकता या फैली हुई केशिकाओं के कारण होने वाली त्वचा की बीमारी है। यह स्थिति विरासत में मिल सकती है।
- भूरापन या टैन सूर्य की पराबैंगनी किरणों के संपर्क की वजह से होने वाला त्वचा का गहरापन है।

अ) त्वचा का हाइपरट्रॉफीज (अतिवृद्धि)

- केराटोमा या घट्टा (कैलस) हाथ और पैरों पर दबाव या घर्षण के कारण एपिडर्मिस का उपार्जित उथला,गोल, मोटा चकत्ता है। अगर मोटाई अंदर की ओर बढ़ती है तो इसे कॉर्न कहा जाता है।
- तिल त्वचा पर एक छोटा सा, भूरे रंग का ध्ब्बा है। तिल विरासत में मिला माना जाता है। इनका रंग पीले भूरे से लेकर भूरा या नीला काला होता है। कुछ तिल छोटे और चपटे होते हैं और चकत्तो की तरह दिखते हैं। अन्य उभरे और रंग में चकत्तों से अधिक गहरे होते हैं। तिल में अक्सर उनसे निकले बाल होते हैं। तिल स्पर्श न करें या उससे बालों को न निकालें।

चित्र 3.45- त्वचा का हाइपरट्रॉफीज (अतिवृद्धि)

यूनिट 3.2: मैनीक्योर

यनिट का उद्देश्य

इस इकाई के अंत में, आप समर्थ होंगे:

1. मैनीक्योर के लिए औजारों और उपकरणों की पहचान, चयन और व्यवस्था करने में
2. मैनीक्योर करने में

3.2.1 मैनीक्योर

मैनीक्योर उंगलियों के नाखून और हाथों के लिए घर पर या नेल सैलून में किया जाने वाला कॉस्मेटिक सौंदर्य उपचार है। अंग्रेजी शब्द मैनीक्योर फ्रेंच उपयोग, जिसका अर्थ ''हाथों की देखभाल'' से निकला है जो बदले में ''हाथ'' के लिए लैटिन शब्द मैनुस और "देखभाल" के लिए लैटिन शब्द "क्योरा" से निकला है। मैनीक्योर 5000 साल पहले शुरू हुआ था। फ्रांसीसी मैनिक्योर कृत्रिम नाखूनों से बनाया जा सकता है जो प्राकृतिक नाखूनों के समान तैयार किए जाते हैं और आधार रंग या सफेद पोर वाले प्राकृतिक गुलाबी आधार वाले नाखूनों की कमी इनकी विशेषता है ।

3.2.2 सुझाई गई मैनीक्योर प्रक्रिया

मैनीक्योर में फाईलिंग, खुले किनारे को आकार देना, उपचार, हाथ की मसाज और पॉलिश लगाना शामिल है। हाथों के लिए, मुलायम बनाने वाले पदार्थ में भिगोना और लोशन लगाना विशेषता है।
मैनीक्योर और पैडीक्योर के बुनियादी सिद्धांत एक ही हैं।
उपचार शुरू करने से पहले, हमेशा निम्नलिखित कदम उठाएं।

- सुनिश्चित करें की उपकरण कीटाणु मुक्त है और सभी सामग्रियां और उत्पाद आसानी से उपलब्ध हैं।
- कंसल्टेशन फॉर्म पूरा करें, विपरीत संकेत की जाँच (ऊपर देखें) करें और ग्राहक से ऐसी सर्विस पर चर्चा करें और सहमति प्राप्त करें जो उनकी जरूरतें पूरी करती हो।
- घड़ी सहित ग्राहक के सभी आभूषण निकालवा दें, ताकि पूरी तरह से उपचार किया जा सके और इनको सुरक्षित जगह पर रखें।

स्टेप बाई स्टेप मैनीक्योर

कंसल्टेशन के दौरान ग्राहक की जरूरतों पर चर्चा करें और सूट करने वाली सर्विस अपनाएं। आपको पसंदीदा नाखून की लंबाई और आकार और आवश्यक पॉलिश का प्रकार कवर करना चाहिए। अगर कोई विपरीत संकेत मौजूद नहीं है तो आप शुरू करने के लिए तैयार हैं।	
ग्राहक से अपनी पसंद का पॉलिश – गहरा, सादा, फ्रोस्टेड या फ्रेंच मैनीक्योर चुनने के लिए कहें। आपको ग्राहक के लिए उपयुक्त नेल फिनिश की सिफारिश करनी चाहिए। याद रखें, काले रंग से नाखून छोटे दिखाई देते हैं, इसलिए छोटे या कटे हुए नाखूनों के लिए यह उपयुक्त रंग नहीं हो सकता है।	

पुरान पॉलिश हटा दें और जैसे–जैसे आप आगे बढ़े लकीरों और समस्याओं के लिए नाखूनों की जांच करें। पॉलिश हटाने से नेल प्लेट की प्राकृतिक स्थिति में जांच करना संभव होता है। विपरीत संकेतों की मैनुअल जांच करते समय क्रास संक्रमण रोकने के लिए हाथ सैनिटाइज करें।	
अगर जरूरी हो तो कीटाणु मुक्त कैंची का इस्तेमाल करते हुए आकार में नाखून काटें। नाखून की कतरन टिशू पेपर में पकड़ी जानी और निपटाई जानी चाहिए।	
एक ओर से एक तरीके से और फिर दूसरी ओर से काम करते हुए एमरी बोर्ड का इस्तेमाल करते हुए नाखून फाइल करें - आरी की तरह इस्तेमाल करने से बचें।	
बेवलिंग से पानी का नुकसान और क्षति रोकने के लिए खुले किनारे की परतें सील हो जाती हैं।	

स्टिक का इस्तेमाल कर क्युटिकल क्रीम डालें और उपचर्म (क्युटिकल) के चारों ओर लगाएं।	
उपचर्म (क्युटिकल) में धीरे–धीरे क्रीम की मसाज करें। इससे त्वचा मुलायम हो जाती है, जिससे क्युटिकल हटाना आसान हो जाता है।	
क्युटिकल क्रीम सोखने के लिए और उन्हें नरम बनाने के लिए गर्म पानी (पहले आपको जांचना चाहिए) में हाथ भिगोएं।	
एक बार में एक हाथ निकालें और अच्छी तरह से हाथ सुखाएं।	

कॉटन वूल टुकड़े से क्युटिकल रिमूवल क्रीम लगाएं। यह कास्टिक होती है, इसलिए संयम से लगाने और आसपास की त्वचा पर न लगने का ध्यान रखें।	
नेल प्लेट से अतिरिक्त उपचर्म (क्युटिकल) दूर करना आसान बनाने के लिए आपको क्युटिकल चाकू का इस्तेमाल करना पड़ सकता है। इसे समतल रखा जाना चाहिए और नेल प्लेट गीली होनी चाहिए, ताकि नेल प्लेट में खरोंच न आए। उपचर्म (क्युटिकल) काटने से बचने के लिए चाकू भी समतल रखा जाना चाहिए।	
अतिरिक्त उपचर्म (क्युटिकल) कतरने के लिए क्युटिकल चिमटी का इस्तेमाल किया जा सकता है; कचरे का निपटान करने के लिए टिशू पेपर का इस्तेमाल करें। खुले किनारे को चिकनी फिनिश देने के लिए फिर से बेवल करें।	
उपयुक्त माध्यम का इस्तेमाल करते हुए मालिश करते समय थपथपाने की हल्की गति के साथ अपनी हाथ की मसाज शुरू करें। कोहनी पर हाथ को सहारा दें और मालिश करते समय थपथपाएं।	

अंगूठे के गोलाकार घर्षण से हाथ के फ्लेक्सर्स और एक्सटेंसर्स में तनाव से छुटकारा मिलता है	
हाथ के पीछे गोलाकार से तरीके मालिश करें	
हाथ को सहारा दें और प्रत्येक उंगली को कोमल मालिश करें – इससे पोर तनाव खुले होगा। उंगलियां खींचे नहीं या सर्कल बहुत बड़ा न बनाएं।	
अपनी मुड़ी हुई पहली और बीच की उंगलियों के बीच ग्राहक की उंगलियां पकड़ें और धीरे–धीरे उंगली की लंबाई में नीचे की ओर ऐंठे।	

3.2.3 नेल पॉलिश लगाना :

बेस कोटरू उपचर्म (क्युटिकल) से शुरू करके बेस कोट लगाएं। जब आप टिप की ओर नाखून पर ब्रश करें ब्रश को नाखून पर फैलने दें। हमेशा अपने नाखून के बाईं से दाईं ओर काम करें, इस तरह से आप निश्चित तौर पर कोई जगह नहीं चूकेंगे।

अपना रंग चुनें

ब्रश तैयार करें : बोतल में अपना ब्रश डुबोएं। बोतल के रिम पर ब्रश पोंछते हुए ब्रश बोतल से बाहर खींचें। बिना ब्रश फिर से डुबोएं, मजबूती से दबाते हुए ताकि ब्रश थोड़ा फैल जाए, ब्रश का दूसरी ओर का भाग धीरे धीरे रिम की उल्टी ओर पोंछें; । इस दौरान रिम परपॉलिश पोंछते हुए ब्रश बोतल से बाहर खींचना जारी रखें।

मकसद ब्रश के एक तरफ टिप की ओर को धकेलना है। जब सफलतापूर्वक हो जाए तो ब्रश का थोड़ा अर्धचंद्राकार आकार होना चाहिए।

पहला कोट : उपचर्म (क्युटिकल) से शुरू करके, ब्रश की टिप नाखून से लगाएं। नीचे दबाएं, जिससे ब्रश फैल जाए और नाखून के टिप तक ब्रश खींचे, एक समान कोट पाने के लिए फिर से बाएं से दाएं चलाएं ।

दूसरा कोट : दोनों हाथों पर उंगलियों के नाखूनों पर पहला कोट लगाने के बाद, आप दूसरा कोट शुरू कर सकते हैं।

- **टिप सील करना :** दूसरा कोट लगाने के बाद, नाखून के सबसे बाईं ओर के टिप पर वापस जाएं और किनारे के साथ–साथ अपना ब्रश खींचें। इससे नाखून के टिप पर पॉलिश सील हो जाता है और मैनीक्योर लंबे समय तक रहता है।
- **टॉप कोट :** बेस कोट लगाते हुए हमने जैसा किया था बिल्कुल वैसे ही करें।

चित्र 3.46- नेल पालिश का इस्तेमाल करना

3.2.4 देखभाल के बाद सुझाव

अपने नए नवेले मैनीक्योर किए गए हाथ को सबसे अच्छा बनाने के लिए, इन सरल दिशा–निर्देशों का पालन करें :

- अपने नाखूनों को सुखाने के लिए उपचार के बाद पर्याप्त समय छोड़ें
- बागवानी या घर का काम करते समय सुरक्षात्मक दस्ताने पहनें
- धोने के बाद हाथ अच्छी तरह सुखाएं
- नियमित रूप से हाथ की क्रीम का इस्तेमाल करें
- औजार के रूप में अपनी उंगलियों के नाखून का इस्तेमाल न करें, इसकी बजाय उंगलियों के पैड का इस्तेमाल करें
- धुंधलापन रोकने के लिए पॉलिश से पहले हमेशा बेस कोट का इस्तेमाल करें और चिपिंग रोकने के लिए अच्छी गुणवत्ता के टॉप कोट का इस्तेमाल करें
- एसीटोन खुले नेल पॉलिश रिमूवर का इस्तेमाल करें
- कभी भी धातु की फाइल्स का इस्तेमाल न करें
- नाखून की व्यावहारिक लंबाई रखें
- सूखा उपचर्म (क्युटिकल) नम करने के लिए क्युटिकल क्रीम या तेल का इस्त्ेमाल करें
- खूब पानी पिएं और अच्छी तरह से खाएं
- जोड़ों को कोमल रखने के लिए हाथों की आसान कसरत करें
- कठोर और सुखाने वाले साबुन से बचें
- रखरखाव और आगे के उपचार के लिए कम से कम हर 2–4 सप्ताह पर नियमित, पेशेवर मैनिक्योर के लिए अपने मैनीक्योरिस्ट के पास वापस जाएं

3.2.5 अतिरिक्त रीडिंग - नाखून की आकृतियाँ

नाखून प्राकृतिक रूप से विभिन्न प्रकार की आकृति और आकार में आते हैं, और प्रत्येक व्यक्ति के नाखून की विशेषताएं अनूठी होती हैं। नाखून के नीचे के चौड़े आधार वाली लंबी उंगलियां, छोटे आधार वाली छोटी उंगलियां और इनके बीच में हर संयोजन वाली उंगलियां होती हैं। लेकिन अच्छा थेरेपिस्ट जानता है कि कैसे व्यक्ति की प्राकृतिक खूबियों को पूरा करना है और इसकी नींव नाखून का आकार होता है।

ज्यादातर ग्राहक पांच बुनियादी आकारोंरू चौकोर, गोल, अंडाकार, स्कोवल, या नुकीले में से एक की ओर झुकाव रखते हैं। हालांकि इन आकृतियों के अन्य मिश्रित संयोजन भी मौजूद हैं, ये पांचों निश्चित तौर पर सबसे आम हैं।

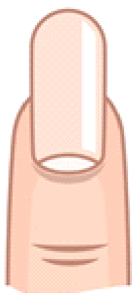
चित्र 3.47- नाखूनों के विभिन्न आकार

3.2.6 अण्डाकार

अंडाकार आकार ज्यादातर महिलाओं के हाथों के लिए आकर्षक नाखून का आकार होता है। यह स्त्रीत्व और सौंदर्य पर जोर दे सकता है। अंडाकार नाखून नाखून के नीचे के लंबे आधार पर दबाव डालने के लिए लंबे हो सकते हैं, या नाखून के नीचे के छोटे आधार का पूरक बनने के लिए छोटे हो सकते हैं। अण्डाकार नाखून गोल आकार का मुलायम घुमाव बनाए रखते हुए नाखून की लंबाई बढ़ा सकता है।

फाइल कैसे करें

- अंडाकार आकार प्राप्त करने के लिए,
- सबसे पहले अपनी बगल की दीवारें सीधा करें और सुनिश्चित करें कि वे बराबर हैं।
- फाइल के साथ सुचारू, धनुषाकार गति का उपयोग करते हुए, नाखून के बगल से ऊपर की ओर फाइल करें, ।
- इच्छित अंडाकार आकार में चिकना बनाने के लिए दोनों ओर से और खुले किनारे के आसपास कोणों पर काम करें।
- तैयार अंडाकार नाखून का उपचर्म (क्युटिकल) के आकार और खुले किनारे के बीच अच्छा संतुलन होना चाहिए।



चित्र 3.48- अण्डाकार नाखून

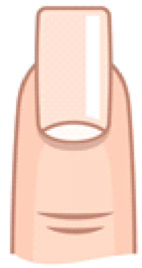
3.2.7 चौकोर

चौकोर नाखून क्लासिक एक्रिलिक आकार के होते है दृ बगल की सीधी दीवारें, टिप पर दो तीखे बिंदु, और संतुलित सी वक्र । यह पारंपरिक फ्रेंच मैनीक्योर के लिए प्रधान आकार है और विस्तृत नेल आर्ट डिजाइन के लिए अक्सर इस्तेमाल किया जाता है। लेकिन चौकोर नाखून हमेशा कुछ विशेष नाखूनों के नीचे के आधार के लिए सबसे अच्छे विकल्प नहीं होते हैं क्योंकि तेज चौकोर नाखून से नाखून छोटा और भद्दा दिखाई दे सकता है । लेकिन नाखून के नीचे के लंबे आधार के लिए, चौकोर आकार नाखून का पूरक हो सकता है और उंगली की लंबाई बढ़ा सकता है।

फाइल कैसे करें

क्लासिक चौकोर आकार में फाइल करना,

- सबसे पहले खुले किनारे और बगल की दीवारों को आकार देने के लिए मध्यम ग्रेड के फाईल (150 ग्रिट) का इस्तेमाल किया जाना चाहिए।
- ध्यान देते हुए कि इस पर देखते समय कठोर चौकोर आकार प्राप्त करने के लिए फाइल नाखून से लम्बवत होना चाहिए, खुले किनारा सीधा करने के लिए चारों ओर हाथ घुमाएं ।
- सीधे ऊपर की ओर की बगल की दीवार पर फ़ाइल करें और फिर मिश्रित करने के लिए कोण बदलें। इसे दूसरी तरफ भी दोहराएँ।
- एक बार जब दोनों साइड पूरे हो जाएं, नाखून हल्का सा पंखदार और ढलुआ बनाने और कोनों को पैना करने के लिए कोण का इस्तेमाल करें।



स्क्वेयर

चित्र 3.49- चौकोर आकार का नाखून

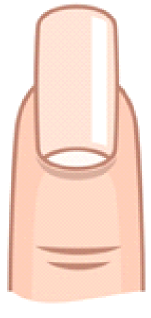
3.2.8 स्कोवल

नाखून की चौकोर लंबाई, लेकिन अंडाकार नाखून के नरम किनारों के साथ परंपरागत चौकोर आकार, इसलिए नाम स्कोवल आकार है। स्कोवल नाखून चंचलता लाते हैं, बिना बड़े आकार का दिखे लंबाई संभालना नाखून के नीचे के छोट, चौडे आधार के लिए संभव बनाते हैं।

फाइल कैसे करें

स्कोवल फाइल करने के लिए,

- सर्वप्रथम चौकोर के साथ शुरू करें। यह हर आकार के लिए एक अभ्यास है।
- सबसे पहले इसे चौकोर बनाएं ताकि आप सुनिश्चित कर सकें कि बगल की दीवारें सीधी हैं।
- एक बार जब बगल की दीवारें सीधी हो जाएं, फाइल कोनों के नीचे झुकाएं और नीचे से ऊपर की ओर आगे और पीछे फाइल करें। इससे धीरे–धीरे कोने अलग हो जाएंगे।
- ध्यान रखें कि आप केवल खुले किनारे से आगे बढ़े टिप का हिस्सा गोल बनाना चाहते/चाहती हैं, इस तरह से आप तनाव के क्षेत्र में बगल की दीवारों से कुछ भी हटाएंगे/हटाएंगी नहीं।



स्क्वेर्ड ओवल
स्कुवल

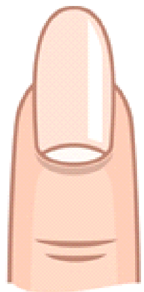
चित्र 3.50- स्कोवल आकार का नाखून

3.2.9 गोलाकर

गोल आकार अधिक परंपरागत होता है। इसका अक्सर मुलायम, कम ध्यान देने लायक लुक बनाने के लिए इस्तेमाल किया जाता है, और यह पुरुष ग्राहकों के लिए भी एक आम पसंद है क्योंकि यह आकार नाखून का प्राकृतिक स्वरूप प्रतिबिंबित करता है। अगर ग्राहक का नाखून के नीचे का चौड़ा आधार और बड़ा हाथ है, तो गोल आकार से हाथ थोड़ा सा पतला दिख सकता है। गोलाकार नाखून अच्छी तरह से रखकर और नाखून की सूक्ष्म रूपरेखा प्रदान करके हाथ की आकृति को मुलायम बनाया जा सकता है।

फाइल कैसे करें

- गोल आकार पाने के लिए,
- बगल की दीवारें सीधे फाइल करें और फिर एक अच्छे घुमावदार आकार में किनारों को सिर्फ गोल करने के लिए फाइल करें।
- प्रत्येक साइड पर बहुत ज्यादा अलग न करने के लिए सावधान रहें नहीं तो यह असंतुलित दिखेगा ।
- याद रखने के लिए एक अच्छा सुझाव है कि चौकोर बनाते हुए कल्पना करना, बगल की दीवारें सीधे फाइल करना और फिर आकार पूरा करने के लिए मध्यम कोण के साथ कोनों को बस गोल बनाना है ।
- तैयार नाखून थोड़ा पतला होना चाहिए और सिर्फ उंगली की नोक के आगे बढ़ा होना चाहिए।



राउंडेड

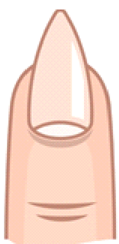
चित्र 3.51- अंडाकार आकार का नाखून

3.2.10 नुकीला

नुकीला नाखून अन्य आकृतियों की तरह प्रचलित नहीं दिखाई देता है। नुकीली आकृति अण्डाकार, स्कोवल, या यहां तक कि चौकार जैसी आकृतियों की तुलना में थोड़ा अधिक एडवेंचरस होती है, लेकिन सही परिस्थितियां देखते हुए नुकीला नाखून लंबाई बढ़ा सकता है और हाथ पर बनावटी प्रभाव ला सकता है। नाखून के नीचे के छोटे आधार वाले छोटे हाथों के लिए लंबाई की सूक्ष्म प्रलंबाई दिखाने के लिये नुकीले नाखून का इस्तेमाल किया जा सकता है, जबकि लंबे, पतले नाखून के नीचे का आधार नुकीले नाखून को अधिक उल्लेखनीय और चरम स्तर की ओर ले जाता है।

फाइल कैसे करें

- यह तकनीक "I" अक्षर पर आधारित है जहां "I" आकृति का केंद्र नाखून के आधार से नीचे की ओर जाने वाली लाइन बनाने वाला ऊपरी आर्क होता है। "I" का शीर्ष प्राकृतिक नाखून के साथ उपचर्म (क्युटिकल) फ्लश मोड़ने वाला होता है, और "I" का तल सी–वक्र समतलहै सुनिश्चित करने के लिए नाखून का बैरल नीचे देख रहा होता है।
- नुकीला टिप "I" का शीर्ष ऐसे बिंदु पर ले जाने की मांग करता है जो शीर्ष के केंद्र पर मिलते हों।
- जब "I" बनने लगता है, तो बस इसमे सब कुछ मिलाना होता है ताकि आपको नाखून के आकार में सही सामंजस्य मिले।



माउनटेन पीक

चित्र 3.52- नुकीला नाखून

Click/ Scan this QR Code to access the related video

यूनिट 3.3: पेडीक्योर

यूनिट उद्देश्य

इस इकाई के अंत में, आप समर्थ होंगे :

1. पैडीक्योर के लिए औजारों और उपकरणों की पहचान, चयन और व्यवस्था करने में
2. पैडीक्योर करने में

3.3.1 परिचय

पैडीक्योर पैरों और नाखूनों के रंगरूप में सुधार लाने का तरीका है। यह मैनीक्योर के लिए भी ऐसी ही सर्विस प्रदान करता है। पैडीक्योर शब्द पैरों और पैर की उंगलियों के नाखूनों के सरसरी कॉस्मेटिक उपचार को बताता है। पैडीक्योर से नाखून की बीमारियों और नाखून के विकारों को रोकने में सहायता मिल सकती है। पेडीक्योर कॉस्मेटिक, चिकित्सीय और उपचार के लिए किया जाता है। यह दुनिया भर में मुख्य रूप से महिलाओं के बीच बेहद लोकप्रिय है।

पेडीक्योर सिर्फ नाखून तक सीमित नहीं होता हैं; आम तौर पर झांवां (प्युमिस) नामक खुरदुरे पत्थर का इस्तेमाल कर पैरों के नीचे की मृत त्वचा कोशिकाओं को मला जाता है। इसके अतिरिक्त, घुटने के नीचे पैरों की देखभाल एक आम और अब पेडीक्योर में शामिल है। पैरों की देखभाल में शेविंग या वैक्सिंग के माध्यम से बाल उड़ाने के बाद दानेदार छिलाई, मॉइस्चराइजिंग क्रीम लगाना, और पैरों की संक्षिप्त (थोड़ी) मसाज शामिल है।

लोग धीरे–धीरे, पैरों के देखभाल के महत्व के बारे में और अधिक जानकार होते जा रहे हैं और नियमित रूप से मासिक उपचार को पैरों और पैर की उंगलियों के नाखूनों को अच्छी हालत में रखना चाहिए, हालांकि अत्यधिक कठोर त्वचा की समस्याओं के लिए बार–बार कम समय के अंतर में उपचार की जरूरत हो सकती है।

पैडीक्योर का उद्देश्य:

- पैर और नाखूनों के रंगरूप में सुधार लाना
- दर्द कर रहे और थके हुए पैरों को आराम देना
- पैर पर कठोर त्वचा में कमी लाना
- पैरों की देखभाल पर सुझाव और किरोपोडिस्ट के पास रेफरल जैसे आवश्यक हो प्रदान करना

पैडीक्योर में शामिल है :

- नाखूनों को आकार देना
- उपचर्म (क्युटिकल) का उपचार
- कठोर त्वचा हटाना
- पैरों का विशेष उपचार
- पंजों और पैरों की मसाज
- जरूरत के अनुशार नेल पॉलिश लगाना

मैनीक्योर का अधिकांश रूटीन पैडीक्योर के लिए भी लागू होता है, प्रमुख अंतर हैं:

- ग्राहक की स्थिति
- कठोर त्वचा का उपचार
- पंजों और पैर की मसाज का रूटीन

चित्र 3.53- पैडीक्योर की प्रक्रिया से जुड़ी ज़रूरी चीजें

3.3.2 पैडीक्योर के लिए औजार और उपकरण

औजार	नेल कॉस्मेटिक्स
एसीटोन	बेस कोट
रुई के गोले	क्युटिकल क्रीम
क्युटिकल क्रीम	क्युटिकल ऑयल
क्युटिकल पुशर या क्युटिकल चिमटी	क्युटिकल रिमूवर
फुट बाथ	सूखी नेल पॉलिश
लोशन	तरल नेल पॉलिश
नेल फाईल	नेल ब्लीच
नेल पॉलिश	नेल कंडीशनर
आरेंजवुड स्टिक	नेल ड्रायर
पैर की उंगलियों के नाखूनों का क्लिपर	नेल पॉलिश रिमूवर
तौलिए	नेल पॉलिश थिनर
पैडीक्योर स्पा	
झांवां (प्युमिस) पत्थर (पैर के तलवों से मृत त्वचा हटाता है)	
पेपर तौलिया (पैर की उंगलियों के बीच उन्हें अलग करने रोल किया जाता है)	

उपचार से जुड़े विपरीत–संकेत

- यह वह स्थिति है जो या तो उपचार रोकती है या उपचार सीमित कर सकती है।
- जैसे चोटिल नाखून उस नाखून के लिए उपचार सीमित कर सकता है जबकि बैक्टीरियल या फंगल संक्रमण क्रास संक्रमण के जोखिम के कारण उपचार पूरी तरह से रोक देगा।

उपचार रोकने वाले विपरीत–संकेत

- कई मस्से (वार्ट)
- बैक्टीरियल संक्रमण
- फंगल संक्रमण

उपचार सीमित करने वाले विपरीत–संकेत

- चोटिल नाखून
- एक हाथ या उंगली पर घाव या खरोंच

3.3.3 पैडीक्योर रूटीन

- अपने हाथ धो लें
- विपरीत संकेतों के लिए ग्राहक की जाँच करें
- एंटीसेप्टिक सोकिंग साल्यूशन में दोनों पैरों को भिगोएं
- नेल एनामेल का रंग चुनें और बनावट की जांच करें
- दोनों पैर अच्छी तरह से सूखाएं और साफ तौलिए पर रखें
- दोनों पैरों से पुराना एनामेल हटा दें और नाखूनों की जांच करें
- कतरनी (क्लिपर्स) से छोटा करें अगर जरूरी हो (अंदर की ओर
- बढ़ रहे नाखूनों बचने के लिए आर–पार सीधा रखें)
- पहले पैर एमरी बोर्ड से खुले को किनारों फाईल करें और चिकना बनाएं
- क्युटिकल क्रीम लगाएं और मसाज करें और भीगने के लिए पैर रखें। दूसरे पैर पर भी यही स्टेप्स दोहराएं
- कठोर त्वचा पर कैलस फाईल और या स्क्रब या एक्सफ़ोलीएटर का इस्तेमाल करें
- पहले पैर को सुखाएं पैर की उंगलियों के बीच विशेष ध्यान दें
- क्युटिकल रिमूवर लगाएं, वापस धकेलें, उठाएं और उपचर्म (क्युटिकल) और खुले किनारे के आसपास साफ करें
- क्युटिकल चाकू या दोहरे औजार और निपर्स का इस्तेमाल करें, अगर जरूरी हो। दूसरे पैर पर दोहराएँ
- नाखून स्क्रब करके साफ करें,धुलें और सूखाएं
- नाखूनों पर कोई भी रूखा किनारा हो तो फाइल करके दूर करें
- बारी–बारी से पैरों की मसाज करें
- सारी ग्रीस का निकलना सुनिश्चित करने के लिए नाखून, प्लेट चरमराएं और साफ करें
- डिवाइडर या टिशूपेपर से पैर की उंगलियां अलग करें
- बेस कोट, नेल एनामेल और टॉप कोट लगाएं अगर जरूरी होग्राहक को उन उत्पादों के बारे में सलाह दे जिन्हें घर पर देखभाल के लिए खरीदा जा सकता है, उपचार का विवरण दर्ज करें
- घर पर देखभाल की सलाह दें

चित्र 3.54- पैर भिगोना

चित्र 3.55- झांवां पत्थर से छीलना

चित्र 3.56- नेल बफिंग

चित्र 3.57- नेल पॉलिश

3.3.4 पैडीक्योर मसाज रूटीन

- एक हाथ से टखने को सहारा दें और अलग से प्रत्येक हाथ से घुटने तक मालिश करते हुए 6 बार थपथपाएं। निचले पैर का सामने, बगल और पीछे का भाग कवर करें।
- घुटने तक गोलाकार उंगली की गूंथाई
- पिण्डली तक हथेली की गूंथाई
- टखने से घुटने तक पैर के आगे गोलाकार अंगूठे की गूंथाई
- घुटने तक मालिश करते हुए तीन बार थपथपाना
- टखने के आसपास गोलाकार उंगली की गूंथाई
- 6 बार स्नायुजाल (टखने के पीछे) की गूंथाई
- पंजे के शीर्ष तक पैर की उंगलियों से टखने तक अंगूठे का घर्षण
- पैर (एक साथ) के पृष्ठीय (ऊपरी) और तल (नीचे) के पहलू तक हथेली की गहरी पथपथाहट
- पैर की उंगलियों तक हथेली की गूंथाई (एक साथ दोनों हाथ)
- 6 बार पैर के तलवों तक हथेली की गूंथाई
- पैर की उंगलियों से एड़ी तक और एड़ी से पैर की उंगलियों तक पैर के तलवों के लिए गहरा अंगूठे का घर्षण (चिराई क्रिया)
- अलग–अलग पैर की उंगलियों के लिए गोलाकार घर्षण
- 10 बार पैर की उंगलियां झटके
- पंजे से टखने तक मालिश करते हुए 6 बार थपथपाएं
- अति संवेदनशीलता और गुदगुदी रोकने के लिए पैर क्षेत्र पर मजबूत दबाव का इस्तेमाल करें

चित्र 3.58- पैडीक्योर के दौरान किए जाने वाले मसाज के प्रकार

3.3.5 घर पर देखभाल की सलाह

घर पर देखभाल की सलाह हर पैडीक्योर उपचार के बाद दी जानी चाहिए। इसे प्रस्तुत पैर और नाखूनों की हालत और ग्राहक की जीवन शैली को ध्यान मे रखकर करना चाहिए। इसके लिये कंसल्टेशन के दौरान दी गई जानकारी और उपचार के दौरान थेरेपिस्ट द्वारा किए गए अवलोकनों के आधार बनाना चाहिए।

- स्नान के बाद पैरों पर रोजाना मॉइस्चराइजिंग लोशन लगाएं
- धोने के बाद अच्छी तरह से पैर सुखाएं, विशेष रूप से पैर की उंगलियों के बीच

- कई मस्से।
- फंगल संक्रमण।
- बैक्टीरियल संक्रमण।
- चोटिल नाखून।
- एक हाथ या उंगली पर घाव या खरोंच।
- नमी सोखने में सहायता के लिए पैर की उंगलियों के बीच टाल्क या विशेष फुट पाउडर लगाएं
- दिन के दौरान पैर ताज़ा करने के लिए पुदीना या खट्टे तेल युक्त स्प्रे उपयोगी होते हैं और क्युटिकल क्रीम या तेल से उपचर्म की मालिश करें
- गैर–एसीटोन पॉलिश रिमूवर का प्रयोग करें और लंबी अवधि के सुधार के लिए नियमित पेडीक्योर के लिए बुक करें
- विशेष रूप से नेल पॉलिश हटाने के बाद अपने नाखून मास्चराइज करने के लिए क्रीम लगाएं क्योंकि अधिकांश रिमूवर में ऐसे रसायन होते हैं जो नाखून को सूखा बना देते हैं।
- संक्रमण रोकने के लिए, अपना उपचर्म (क्युटिकल) कभी भी काटें या जबरदस्ती पीछे न धकेलें। अगर आपको उन्हें पीछे धकेलना भी पड़े, तो ऐसा शावर या स्नान के बाद धीरे से करें।
- पैडीक्योर करवाने के बाद अपने निचले पैर शेव करें। इसका मतलब पैडीक्योर करवाने से पहले कम से कम 24 घंटे तक अपने पैर की शेव नहीं करना है। अगर शेविंग के दौरान आप खुद को काट लेते हैं तो पैडीक्योर आपको संक्रमण के जोखिम में डाल सकता है।
- अगर आप अक्सर मैनीक्योर और पेडीक्योर करवाते हैं तो सैलून में इस्तेमाल किए जाने के लिए अपने खुद के औजार खरीदने पर विचार करें।

3.3.6 अतिरिक्त रीडिंग – नाखून की बिमारियां और नाखून के विकार

नाखून की बीमारी और नाखून के विकार के बीच अंतर निर्धारित करना बहुत महत्वपूर्ण है, क्योंकि ये एक ही नहीं हैं और इनके लिए अलग–अलग प्रकार की देखभाल की आवश्यकता होती है।

मैनीक्योर या पैडीक्योर का बुनियादी नियम– अगर नाखून या त्वचा संक्रमित, जलनयुक्त, टूटनयुक्त या सूजन है तो इस पर काम पर न करें, विशेष रूप से अगर यदि आपको कारण नही पता है तो।

बीमारी या संक्रमण में मवाद, जलन संक्रमण का प्रमाण होता है। अगर संक्रमण नाखून में मौजूद है, तो अपने स्वास्थ्य सलाहकार से सलाह ली जानी चाहिए। आप मैनीक्योर / पैडीक्योर इन नाखूनों पर मत करें।

विकार शरीर में चोट या असंतुलन के कारण होता है। किसी व्यक्ति के नाखूनों और बालों की हालत अक्सर आन्तरिक पोषण की बाहरी अभिव्यक्ति होती है।

नाखून की आम बीमारियां और विकार

- **टिनिआ या दाद** – इस बीमारी के कारण विभिन्न प्रकार की नाखून की विरूपताएं होती हैं। विशेष रूप से, नाखून के कुछ हिस्सों के वास्तव में टूटन के साथ नेल प्लेट नरम हो सकती है, या नाखून मोटा और अनियमित हो सकता है। सुझाव – डॉक्टर से सलाह लें।

चित्र 3.59- टिनिआ या दाद

- **उपचर्म(क्युटिकल) का संक्रमण** – लगातार नमी के संपर्क में रहने वाले हाथों के बीच आम। इस हालत से अक्सर या उपचर्म (क्युटिकल) में और के आसपास जलन, मवाद और दर्द होता है। सुझाव – हाथ सूखा रखें और डॉक्टर से सलाह लें।

- **नीले नाखून** – नीले नाखून रंग में नीले होते हैं जो अक्सर हृदय की समस्या का संकेत करते हैं । सुझाव – डॉक्टार से सलाह लें।
- **अपक्षयित (एट्रोफाइड) नाखून** – इस स्थिति के परिणामस्वरूप ऐसे नाखून होते हैं जिनमें चमक की कमी होती है, जो छोटे होते हैं और नाखून से अलग हो सकते हैं। अक्सर मैट्रिक्स की चोट या खराब सेहत की वजह से ऐसा होता है। नाखून की वृद्धि क्षति की सीमा पर निर्भर करती है। कार्रवाई का सुझाव मामूली मामलों का एमरी बोर्ड और कोमल देखभाल से उपचार किया जा सकता है। क्षारीय साबुन या डिटर्जेंट का इस्तेमाल न करें।

- **नाखून का मोटा होना** – यह एक दुर्लभ जन्मजात दोष, नेल प्लेट की अत्यधिक मोटाई और घुमाव के साथ नाखून की हाइपरट्रॉफी या अतिवृद्धि है। चोट या खराब सेहत की वजह से हो सकता है।
- **पंजा नाखून** – पंजा नाखून वे नाखून होते हैं जो नाखून की अत्यधिक मोटाई, ऐंठन या अंदर की ओर घुमाव वाले होते हैं, अक्सर चोट की वजह से ऐसा होता है।
- **नाखून विलगाव** – इस स्थिति में नाखून नाखून के आधार से अलग हो जाता है। हालांकि सोरायसिस औरदाद आम कारण है, लेकिन यह कुछ विशेष एंटीबायोटिक दवाओं से भी हो सकता है। सुझाव – डॉक्टार से सलाह लें।
- **नाखून की भंगुरता** – इस स्थिति का खुले किनारे से नाखून के मोड़ तक चलने वाले समानांतर विभाजन से संकेत मिलता है। शायद नाखून के मैट्रिक्स को हुए नुकसान या चोट की वजह से होता है।कार्रवाई का सुझाव – डॉक्टार से सलाह लें।
- **आम मस्सेदृ मस्से सामान्यत** – उंगलियों और हाथों पर पाए जाते हैं और अक्सर आकार में भिन्न होते हैं।कार्रवाई का सुझाव – मैनीक्योर/पैडीक्योर मस्से के स्थान और गंभीरता पर निर्भर करता है। मस्सा सहज बनाने में सहायता के लिए नींबू के सार का तेल लगाया जा सकता है।

सार

प्राकृतिक नाखून और उपचर्म (क्युटिकल) के रंगरूप में सुधार लाने की पद्धति को मैनीक्योर और पैडीक्योर के रूप में जाना जाता है।

मैनीक्योर – हाथ और उंगलियों के नाखून की देखभाल।
पैडीक्योर – पैर, पैर की उंगलियों और नाखूनों का पेशेवर उपचार।

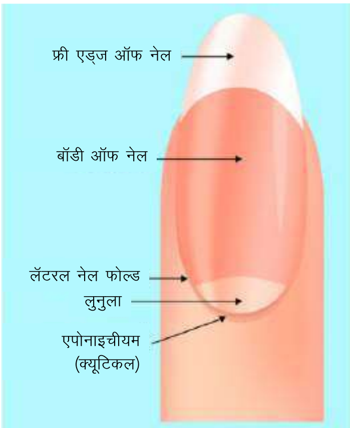
ग्राहक के लिए लाभ:

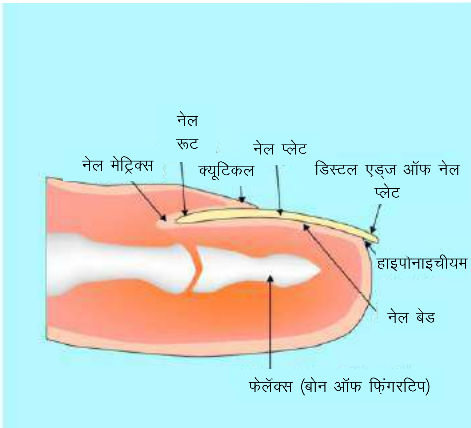
नाखूनों के रंगरूप में सुधार आता है
आसपास की त्वचा मुलायम होती है

- संवरने के समग्र रंगरूप को बढ़ाता है (पुरुषों और साथ ही महिलाओं के लिए भी महत्वपूर्ण है)
- तत्काल और दृश्य प्रभाव।

सहायक नाखून तकनीशियन के लिए लाभ:

- सैलून सर्विस का मुख्य आधार
- बुनियादी उपचार बढ़ाने और सैलून का राजस्व बढ़ाने के लिए विभिन्न प्रकार के उपचार किए जा सकते हैं
- सैलून के प्रचार के हिस्से के रूप में इस्तेमाल किया जा सकता है जैसे गर्मियों के लिए लेग वैक्स और पेडीक्योर।





उपकरण और मैनीक्योर के लिए उपकरण

- एमरी बोर्ड
- ऑरेंज स्टिक
- क्युटिकल चाकू
- क्युटिकल चिमटी
- नाखून काटने की कैंची
- पैर की उंगलियों के नाखून की कतरनी
- नेल बफर
- 3–वे बफर
- नेल ब्रश
- हूफ स्टिक
- कठोर त्वचा की रेती / कश (ग्रेटर)
- झांवां (प्युमिस) पत्थर
- विपरीत संकेत

विपरीत संकेत वह कारण, लक्षण, या हालत है जो संपूर्ण उपचार या उसका कोई भाग सुरक्षित रूप से संचालित करने से रोकता है।

विपरीत संकेत का वर्गीकरण है:

- उपचार रोकने (उपचार नहीं हो सकता है) वाले विपरीत संकेत
- उपचार सीमित करने (आसपास काम) वाले विपरीत संकेत

उपचार रोकने वाले विपरीत संकेत

- हीमोफीलिया – दुर्लभ रक्त स्राव की बीमारी है, जिसमें सामान्य रूप से रक्त का थक्का नहीं बनता है
- अर्थराइटिस – शरीर में एक या एक से अधिक जोड़ों की सूजन है
- तीव्र गठिया
- घबराहट की स्थिति
- हाल का हाथ का ऑपरेशन
- मधुमेह/जलनकारी तंत्रिका/गैर निदानित दर्द

सर्विस सीमित कर सकने वाले विपरीत संकेत

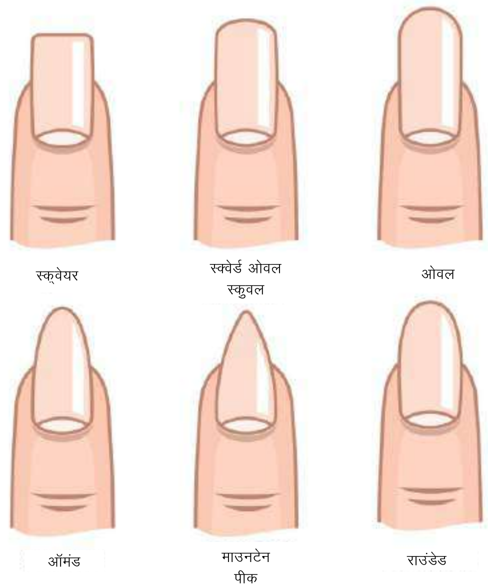
ऐसी अन्य स्थितियां भी है जिनके लिए उपचार में संशोधन की जरूरत पड़ सकती है, लेकिन उपचार बंद करने के लिए जरूरी कारण नहीं हैं।

- नाखून अलग होना,
- अंदर की ओर बढ़ने वाले नाखून विभाजितनाखून,
- भुरभुरे नाखून

मैनीक्योर के चरण

- कंसल्टेशन के दौरान ग्राहक की जरूरतों पर चर्चा करें और सूट करने वाली सर्विस अपनाएं। आपको पसंदीदा नाखून की लंबाई और आकार और आवश्यक पॉलिश का प्रकार कवर करना चाहिए। अगर कोई विपरीत संकेत मौजूद नहीं है तो आप शुरू करने के लिए तैयार हैं।
- ग्राहक से अपनी पसंद का पॉलिश – गहरा, सादा, फ्रोस्टेड या फ्रेंच मैनीक्योर चुनने के लिए कहें। आपको ग्राहक के लिए उपयुक्त नेल फिनिश की सिफारिश करनी चाहिए।
- याद रखें, काले रंग से नाखून छोटे दिखाई देते हैं, इसलिए छोटे या कटे हुए नाखून के लिए यह उपयुक्त रंग नहीं हो सकता है।
- पुराना पॉलिश हटा दें और जैसे–जैसे आप आगे बढ़े लकीरों और समस्याओं के लिए नाखूनों की जांच करें। पॉलिश हटाने से नेल प्लेट की प्राकृतिक स्थिति में जांच करना संभव होता है। विपरीत संकेतों की मैनुअल जांच करते समय क्रास संक्रमण रोकने के लिए हाथ सैनिटाइज करें।
- अगर जरूरी हो तो कीटाणु मुक्त कैंची का इस्तेमाल करते हुए आकार में नाखून काटें। नाखून की कतरन टिश्यू पेपर में पकड़ी जानी और निपटाई जानी चाहिए।
- एक ओर से एक तरीके से और फिर दूसरी ओर से काम करते हुए एमरी बोर्ड का इस्तेमाल करते हुए नाखून फाइल करें दृ आरी की तरह इस्तेमाल करने से बचें।
- बेवलिंग से पानी का नुकसान और क्षति रोकने के लिए खुले किनारे की परतें सील हो जाती हैं।
- आरेंज स्टिक का इस्तेमाल करते हुए क्युटिकल क्रीम उड़ेलें और उपचर्म (क्युटिकल) के चारों ओर लगाएं।
- उपचर्म (क्युटिकल) में धीरे–धीरे क्रीम मसाज करें। इससे त्वचा मुलायम हो जाती है, जिससे हटाना आसान हो जाता है।
- क्युटिकल क्रीम सोखने के लिए और उन्हें नरम बनाने के लिए गर्म पानी (पहले आपको जांचना चाहिए) में हाथ भिगोएं।
- एक बार में एक हाथ निकालें और अच्छी तरह से हाथ सुखाएं।

- कॉटन वूल की कली से क्युटिकल रिमूवल क्रीम लगाएं। यह कास्टिक होती है, इसलिए संयम से लगाने और आसपास की त्वचा पर न लगने का ध्यान रखें।
- हूफ स्टिक का इस्तेमाल करते हुए नेल प्लेट समतल बनाएं, गोलाकर गति का प्रयोग करते हुए उपचर्म (क्युटिकल) पीछे ढकेलें
- नेल प्लेट से अतिरिक्त उपचर्म (क्युटिकल) हटाना आसान बनाने के लिए आपको क्युटिकल चाकू का इस्तेमाल करना पड़ सकता है। इसे समतल रखा जाना चाहिए और नाखून की प्लेट गीली होनी चाहिए, ताकि नेल प्लेट में खरोंच न आए। उपचर्म (क्युटिकल) काटने से बचने के लिए भी चाकू समतल रखा जाना चाहिए।
- अतिरिक्त उपचर्म (क्युटिकल) कतरने के लिए क्युटिकल चिमटी का इस्तेमाल किया जा सकता है; कचरे का निपटान करने के लिए टिश्यू पेपर का इस्तेमाल करें।
- खुले किनारे को चिकनी फिनिश देने के लिए फिर से बेवल करें।
- उपयुक्त माध्यम का इस्त्ेमाल करते हुए मालिश करते समय थपथपाने की हल्की गति के साथ अपनी हाथ की मसाज शुरू करें। हाथ को सहारा दें और कोहनी तक मालिश करते समय थपथपाएं।
- अंगूठे के गोलाकार घर्षण से हाथ के फ्लेक्सर्स और एक्सटेंसर्स में तनाव से छुटकारा मिलता है
- हाथ के पीछे गोलाकार घर्षण करें
- हाथ को सहारा दें और प्रत्येक उंगली को कोमल हेरफेर दें – इससे पोर तनाव खुले होगा। उंगलियां खींचे नहीं या सर्कल बहुत बड़ा न बनाएं।



नाखून के आकार

पैडीक्योर का उद्देश्य :

- पैर और नाखूनों के रंगरूप में सुधार लाना
- दर्द कर रहे और थके हुए पैरों को आराम देना १ पैर पर कठोर त्वचा में कमी लाना
- पैरों की देखभाल पर सुझाव और किरोपोडिस्ट के पास रेफरल जैसे आवश्यक हो प्रदान करना

पैडीक्योर में शामिल है :

- नाखूनों को आकार देना
- उपचर्म (क्युटिकल) का उपचार
- कठोर त्वचा हटाना
- पैरों का विशेष उपचार
- पंजों और पैरों की मसाज
- नेल पॉलिश लगाना जैसी ज़रूरत हो

मैनीक्योर का अधिकांश रूटीन पैडीक्योर के लिए भी लागू होता है, प्रमुख अंतर हैंरू

- ग्राहक की स्थिति
- कठोर त्वचा का उपचार
- पंजों और पैर की मसाज का रूटीन

औजार	**नेल कॉस्मेटिक्स**
एसीटोन	बेस कोट
रुई के गोले	क्युटिकल क्रीम
क्युटिकल क्रीम	क्युटिकल ऑयल
क्युटिकल पुशर या क्युटिकल चिमटी	क्युटिकल रिमूवर
फुट बाथ	सूखी नेल पॉलिश
लोशन	तरल नेल पॉलिश
नेल फाईल	नेल ब्लीच
नेल पॉलिश	नेल कंडीशनर
आरेंजवुड स्टिक	नेल ड्रायर
पैर की उंगलियों के नाखूनों का क्लिपर	नेल पॉलिश रिमूवर
तौलिए	नेल पॉलिश थिनर
पैडीक्योर स्पा	
झांवां (प्युमिस) पत्थर (पैर के तलवों से मृत त्वचा हटाता है)	
पेपर तौलिया (पैर की उंगलियों के बीच उन्हें अलग करने रोल किया जाता है)	

विपरीत–संकेत

- यह वह स्थिति है जो या तो उपचार रोकती है या उपचार सीमित कर सकती है।

उपचार रोकने वाले विपरीत–संकेत

- फंगल संक्रमण

उपचार सीमित करने वाले विपरीत–संकेत

- चोटिल नाखून
- एक हाथ या उंगली पर घाव या खरोंच
- अपने हाथ धो लें
- विपरीत संकेतों के लिए ग्राहक की जाँच करें
- एंटीसेप्टिक सोकिंग साल्यूशन में दोनों पैरों को भिगोएं
- नेल एनामेल का रंग चुनें और बनावट की जांच करें

- दोनों पैर अच्छी तरह से सूखाएं और साफ तौलिए पर रखें
- दोनों पैरों से पुराना एनामेल हटा दें और नाखूनों की जांच करें
- कतरनी (क्लिपर्स) से छोटा करें अगर जरूरी हो (अंदर की ओर बढ़ रहे नाखूनों बचने के लिए आर–पार सीधा रखें)
- पैर 1 एमरी बोर्ड से खुले किनारा फाईल करें और चिकना बनाएं
- क्युटिकल क्रीम लगाएं और मसाज करें और भीगने के लिए पैर रखें। पैर 2 पर भी यही स्टेप्स दोहराएं
- कठोर त्वचा पर कैलस फाईल और या स्क्रब या एक्सफ़ोलीएटर का इस्तेमाल करें
- पैर 1 सुखाएं पैर की उंगलियों के बीच विशेष ध्यान दें
- क्युटिकल रिमूवर लगाएं, वापस धकेलें, उठाएं और उपचर्म (क्युटिकल) और खुले किनारे के आसपास साफ करें
- उपचर्म (क्युटिकल) चाकू या दोहरे औजार और निपर्स का इस्तेमाल करें, अगर जरूरी हो। पैर 2 पर दोहराएँ

Click/ Scan this QR Code to access the related video

अभ्यास

1. सबसे उचित जवाब पर निशान लगाएं

ए. निम्नलिखित में से क्या नाखून की संरचना का हिस्सा नहीं बनाता है?

क. नेल प्लेट
ख. नाखून के नीचे का आधार
ग. उपचर्म (क्युटिकल)
घ. ये सभी

बी. निम्नलिखित में से कौन सा नाखून का आकार नहीं है?

क. अंडाकार
ख. चौकोर
ग. नुकीला
घ. त्रिभुज

सी. नेलपॉलिश हटाते समय याद रखें :

क. अच्छी गुणवत्ता का रिमूवर चुनना
ख. नेलपॉलिश हटाने के बाद नाखून मास्चराइज करना
ग. एक बार पूरी तरह से इस्तेमाल हो जाने पर कॉटन बदलना
घ. ये सभी

2. नेल पॉलिश हटाने की उचित प्रक्रिया बताएं।

3. नेल पॉलिश के टॉप कोट का कार्य बताएं।

4. क्युटिकल क्रीम का इस्तेमाल क्या है?

5. नीला नाखून होने का क्या कारण है?

नोट्स

Skill India
कौशल भारत-कुशल भारत

सत्यमेव जयते
GOVERNMENT OF INDIA
MINISTRY OF SKILL DEVELOPMENT
& ENTREPRENEURSHIP

N·S·D·C
National
Skill Development
Corporation
Transforming the skill landscape

B&WSSC
BEAUTY & WELLNESS
SECTOR SKILL COUNCIL

4. यूवी जेल और एक्रिलिक नेल एन्हैन्स्मन्ट

यूनिट 4.1- सर्विस के लिए स्वयं और ग्राहक को तैयार करना
यूनिट 4.2- यूवी जेल नेल एन्हैन्स्मन्ट
यूनिट 4.3- एक्रिलिक नेल एन्हैन्स्मन्ट

BWS/N0415

इस मॉड्यूल से मिलने वाली महत्वपूर्ण जानकारी

इस मॉड्यूल के अंत में, आप समर्थ होंगे :

1. नेल एन्हैन्स्मन्ट के लिए के लिए स्वयं और ग्राहक को तैयार करने में
2. नेल एन्हैन्स्मन्ट सर्विसेज के लिए पसंद को तय करने में
3. नेल सर्विसेज से जुड़े नाखून के लक्षण पहचान करने में
4. यूवी जेल नेल की पर्त लगाने में
5. एक्रिलिक नेल की पर्त लगाने में

यूनिट 4.1: सर्विस के लिए स्वयं और ग्राहक को तैयार करना

यूनिट उद्देश्य

इस यूनिट के अंत में, आप समर्थ होंगे :

1. नेल एन्हैन्स्मन्ट के लिए के लिए स्वयं और ग्राहक को तैयार करने में
2. नेल एन्हैन्स्मन्ट सर्विसेज के लिए पसंद को तय निर्धारित करने में

4.1.1 नेल एन्हैन्स्मन्ट के लिए तैयारी

सबसे पहले यह सुनिश्चित करे की कार्य क्षेत्र सुरक्षित और साफ है। बिजली के लगे सभी उपकरणों, शरीर से जुड़े खतरों, अव्यवस्थित सामानों आदि की जाँच या देख–रेख करना चाहिए। ऐसी किसी भी समस्या में सुधार करें जो सर्विस, ग्राहक या स्टॉफ के लिए कोई भी जोखिम बढ़ा सकता है। उत्पादों की वैधता और सभी उपकरणों की सुरक्षित इस्तेमाल की जाँच करें।

आरंभ करने से पहले पसंद को जानने और उनको सुनिश्चित करने को लेकर यदि कोई संदेह होतो दूर करना चाहिए। नाखूनों को सुंदर बनाने के लिये ग्राहक की क्या पसंद है और वह क्या चाहता / चाहती है से जुड़े सवाल करना चाहिए।

विपरीत लक्ष्ण

किसी भी ऐसे विपरीत लक्ष्ण की जाँच करें जो मौजूद हो सकता है, जो सर्विस रोक या सीमित कर सकता है।

विपरीत लक्ष्ण	कारण	लक्ष्ण	उपाय
पैरोन्किया	बैक्टीरियल संक्रमण	त्वचा की जलन,टपटपाना	सीमित करें
हाथों की एक्जिमा	त्वचा उत्तेजक	शुष्क जलनयुक्त त्वचा	सीमित करें
चोटिल नाखून	नाखून के नीचे के आधार म चोटें	बेरंग नाखून	रोके

नाखून का सोरायसिस	गैर संक्रामक विकार	नाखून के नीचे के आधार का गहरा गढ्ढा	रोकें
ओनीकोरेक्जिस	सूखा और भुरभुरा	नाखूनका खड़ा–खड़ा विभाजन	सीमित करें
ओनीकोलाईसिस	मुक्त किनारे का आघात	नाखून के नीचे के आधार का विलगाव	रोकें
ल्युकोनाइसिया	नाखून को चोट	नेल प्लेट के भीतर सफेद धब्बे	सीमित करें
झुर्री	आघात, आयु, चोट, खराब स्वास्थ्य	नाखून में लकीरें	सीमित करें
टिनिआ उनगुइयम	दाद (फंगल संक्रमण)	पीले या सफेद चकत्ते	रोकें
ब्युस लाइन्स	खराब स्वास्थ्य या खराब मैनीक्योर	नाखून के आर–पार लकीरें	सीमित करें
ओनीकोफैगी	नाखन और आसपास की	बहत थोडा मक्त किनारा	सीमित करें

ग्राहक को प्रक्रिया और उसमें लगने वाला समय बताएं। विपरीत लक्षण के मामले में ग्राहक को सूचित करें कि क्या सर्विस संभव है या नहीं, अगर संभव है तो सर्विस और परिणाम पर इसका जो उपाय हो सकता है, बताएं।

ग्राहक की जरूरत के अनुकूल कुशलतापूर्वक और सुरक्षित रूप से सर्विस देने के लिए उत्पाद, औजार, उपकरण और तकनीक सेट–अप करें। निर्माता के निर्देशों और संगठन के मानकों अनुसार सही अनुपात में सामग्री मिलाकर लगाने के लिए उत्पादों को तैयार करें और इस तरह से रखे कि इस्तेमाल मे आसानी हो। खुद को इस तरह से ऐसी स्थिति में रखें कि ग्राहक का निजी निजीपन प्रभावित नही होना चाहिए और काम प्रभावी ढंग से होना चाहिए ।

उपचार के लिए ग्राहक को तैयार करें और एप्रन या पर्दे जैसा उपयुक्त सुरक्षात्मक पहनने के कपड़े उपलब्ध कराएं। उपचार प्रारंभ होने से पहले हैंड सैनीटाइजर का इस्तेमाल कर या एंटी–बैक्टीरियल साबुन और सैनिटाइजिंग स्प्रे से धोकर अपने हाथ साफ करें।

ग्राहक का नाखून साफ करें, यह सुनिश्चित करने के लिए वे बैक्टीरिया से मुक्त हैं सोखते, हैंडवाश, सैनीटाइजर, डिस–इनक्रस्टेशन वाइप, एंटीसेप्टिक साल्यूशन का प्रयोग करें, कोई भी सर्विस शुरू करने से पहले ऐसा करने से स्वच्छता में सुधार आता है और नेल एन्हैन्स्मन्ट के नीचे मोल्ड और कवक का विकास रोकने में सहायता मिलती है। सलूशन और मिश्रण तैयार करने के लिए दिए गए निर्देशों का पालन करें।

चित्र 4.1- एंटीसेप्टिक सलूशन में भीगा नाखून

यदि आवश्यक हो तो नाखून की प्राकृतिक स्थिति बहाल करने के लिए कोई भी मौजूदा नेल पॉलिश या नेल एन्हैन्स्मन्ट हटा दें। ग्राहक के प्राकृतिक नाखून के आकार और स्थिति के अनुरूप नाखून की स्थिति और किसी भी सुधारात्मक काम की पहचान करें। इसमें फिल इन, बैक फिल, ओवरले या नेल टिप जोड़ना शामिल हो सकता है।

चित्र 4.2- नेल पॉलिश हटाएं

उपचर्म (क्युटिकल) काटने या धीरे से पीछे धकेलने की जरूरत होती है। यह इस बात पर निर्भर करता है की यह कितना बढ़ गया है। इससे उपचर्म (क्युटिकल) के पास यूवी जेल का उठान बंद हो जाता है। उपचर्म (क्युटिकल) काटने के लिए क्युटिकल चाकू या क्युटिकल चिमटी का इस्तेमाल किया जा सकता है। उपचर्म (क्युटिकल) पीछे धकेलने के लिए क्युटिकल पुशर या लकड़ी की डंडी का इस्तेमाल किया जा सकता है। अपनी पसंद की लंबाई में काटने के बाद, यदि जरूरी हो, तो नाखूनों की नोक (या खुला किनारा) फाइल करें। सुखाने और फाईलिंग के बाद, यूवी जेल प्राइमर लगाया जाता है। प्राकृतिक नाखून पर पतली पर्त लगाई जाती है। प्राइमर से बाकी के एप्लीकेशंस प्राकृतिक नाखून से चिपके रहते हैं। इसे केवल प्राकृतिक नाखूनों लगाया जाता है न कि टिप पर लगाया जाता है।

प्राइमर उपचारित करने (सख्त बनाने) के लिए 2 मिनट तक अपने यूवी लैंप के नीचे रखें। उत्पाद के निर्माता के निर्देशों का पालन सुनिश्चित करने के लिए आपको यूवी उपचार के समय पर निगाह रखनी चाहिए। उपचार का समय लैंप की वाट क्षमता पर निर्भर करता है इसलिए, निर्देशों का पालन करना जरूरी है।

जेल से उपचार हो जाने के बाद, बिल्डर जेल लगाया जाता है। जेल नाखून के बीच में रखा जाता है और धीरे–धीरे टिप के छोर तक ऊपर की ओर फैलाया जाता है। जब नीचे की ओर फैल जाता है, तो कोई भी के संपर्क मे आये बिना जहां तक संभव हो इसे उपचर्म (क्युटिकल) क्षेत्र के करीब रखें। ऐसा ही बगल दीवारों के लिए भी किया जाता है। अगर जेल त्वचा पर आ जाता है तो उपचार हो जाने पर इसके उठने की अधिक के संपर्क

संभावना होती है। सख्त करने के लिए यूवी लैंप के नीचे नाखून रखने से पहले त्वचा से कोई भी जेल हटाने के लिए कपास की कली का इस्तेमाल करें।

ऐसे नाखूनों के लिए जिनमें टिप है आपको मुस्कान रेखा (स्माइल लाइन) के आसपास जेल सबसे अधिक गहरा करना चाहिए क्योंकि यहीं नाखूनों पर सबसे अधिक दबाव पड़ता है।

एक बार कोट हो जाने पर, आपको नाखूनों पर जेल का टॉप कोट लगाना होता है। नाखून पर एक अच्छी पर्त लगाएं, सावधान रहें कि आसपास की त्वचा पर कोई भी फैलाव न हो। आप कितना मोटा कोट चाहते हैं इसके आधार पर प्रत्येक पर्त के बीच उपचार के साथ एक या कई परतें लगा सकते हैं। एक बार कोट उपचारित हो जाने पर नाखून पर बचा कोई भी चिपचिपा भाग बिना रूई वाला वाइप या क्लींनर का इस्तेमाल कर हटाया जा सकता है।

यूवी जेल से बने नाखून पर सही ढंग से बफिंग तकनीक का इस्तेमाल करें और चाही गयी आकार और मोटाई प्राप्त करते हुए अधिक चमक वाली फिनिश के लिए सील कर दें। ऐसा थ्री वे बफर का इस्तेमाल करके किया जा सकता है।

4.2 यूवी जेल नेल एन्हैन्स्मन्ट

इकाई का उद्देश्य

इस इकाई के अंत में, आप समर्थ होंगे :

1. यूवी जेल नेल एन्हैन्स्मन्ट के लिए सामग्रियों की पहचान और व्यवस्था करने में
2. यूवी जेल नेल की पर्त लगाने में

4.2.1 यूवी जेल नेल अप्लीकेशन

यूवी जेल एन्हैन्स्मन्ट प्राकृतिक दिखता है, यह स्पष्ट, पतला, हल्के वजन का, लचीला, बिना छेद वाला, कई डिजाइन क्षमताओं वाला, उठान और रंग उतरने का विरोधी होता।

जेल नेल का इस्तेमाल किया जाता है :

- टिप ओवरले के लिए
- अक्सर दरार पड़ने, छिलने, विभाजित होने, छिलका उतरने आदि से बचाने के लिए प्राकृतिक नाखून की पर्त के लिए
- छोटे विस्तार (एक्सटेंशन) के लिए संवारने के लिए
- बाहर निकलने वाला क्षतिग्रस्त खुला किनारा कवर करने के लिए।

जेल नेल ग्राहकों को एक्रिलिक नेल की सुविधा और स्थायित्व के साथ प्राकृतिक नाखून का रंगरूप और अनुभव प्रदान करता है। जेल नेल साँचे में ब्रश किए गए फिर यूवी लैम्प से उपचारित बेस जेल की पर्त से बनाया जाता है। यूवी लैंप 9 वाट, 18 वाट, या 36 वाट जैसे अलग–अलग वाट क्षमता के साथ उपलब्ध है और वांछित उपचार दर के आधार पर इनका इस्तेमाल किया जा सकता है। कभी कभी अतिरिक्त मजबूती के लिए जेल में फाइबर या रेशम मिलाया जाता है।

यूवी जेल नेल एन्हैन्स्मन्ट लगाने के लिए की आवश्यक सामग्री और उपकरण :

- मैनीक्योर टेबल सेट–अप
- फाइल
- बफर
- नेल टिप
- कपास की कलियां
- नाखून कतरनी (नेल क्लिपर)
- तौलिया
- भिगोने वाला कटोरा
- क्युटिकल चाकू और पुशर
- नेल ग्लू
- यूवी लाइट लैम्प
- जेलरू प्राइमर, बांडर, बेसकोट जेल, बिल्डर जेल, बहु प्रयोजन, चमकदमक लाने वाला कोट, सीलर, व्हाइट बिल्डर, सफेद मुक्त किनारा, रंगीन जेल, आदि
- जेल ब्रश जेल क्लीनर
- जेल वाइप (बिना रूई वाला)

यूवी जेल नेल एन्हैन्स्मन्ट के लिए पालन किए जाने वाले स्क्षेप

यूवी जेल नेल बनाने के लिए निम्नलिखित आवश्यक है :

- कोई भी जेल लगाने से पहले अपना प्राकृतिक नेलप्लेट सुखाने के लिए नेल फाइल
- नाखून लगाने से पहले उपचर्म (क्युटिकल) अंदर ध्केलने के लिए क्युटिकल पुशर
- जेल लगाने के लिए जेल ब्रश और नाखून के आसपास धूल हटाने के लिए डस्टिंग ब्रश
- यदि टिप लगाया जा रहा है तो नकली नेल टिप
- टिप के लिए नेल ग्लू
- नाखून से नमी दूर करने के लिए नेल डिहाइड्रेटर
- कोई भी पुराना नेल पॉलिश हटाने के लिए नेल पॉलिश रिमूवर और कॉटन पैड
- यूवी जेल प्राइमर जो पहले बेस कोट के रूप में इस्तेमाल किया गया हो जिसका इस्तेमाल जेल साफ करने के लिए होता है
- यूवी बिल्डर जेल। यह आम तौर पर प्राइमर और टॉप कोट से अधिक गहरा जेल होता है जो आपके नाखूनों को मजबूत पर्त देता है– यह कई किस्म के रंगों में आता है
- यूवी जेल टॉप कोट– यह एक स्पष्ट जेल है जिसका बढ़िया चमक के साथ पूरा डिजाइन सुरक्षित करने के लिए इस्तेमाल किया जाता है
- जेल को उपचारित या कड़ा करने के लिए यूवी लैंप
- कड़ा करने के बाद अपने ब्रश और नाखून से चिपचिपा अवशेष हटाने के लिए क्लींसर
- क्लींशिंग के लिए कॉटन पैड या फाहा मुक्त वाइप

नाखून से कचड़ा निकालकर खुले किनारा फाइल करके नेल प्लेट तैयार करें, चमक हटाएं और प्राकृतिक नाखून को सूखा बनाएं।

चित्र 4.3- जेल लगाने से पहले नाखूनों की फाइलिंग

यूनिट 4.3: एक्रिलिक नेल एन्हैन्स्मन्ट

यूनिट उद्देश्य

इस इकाई के अंत में, आप समर्थ होंगे :

1. एक्रिलिक नेल एन्हैन्स्मन्ट के लिए सामग्री की पहचान करने और व्यवस्था करने में
2. एक्रिलिक नेल पर्त लगाने में

4.3.1 एक्रिलिक नेल एन्हैन्स्मन्ट

एक्रिलिक्स आधुनिक सौंदर्य उद्योग में नाखून विस्तार (नेल एक्सटेंशन) का सबसे पुराना रूप हैं और बहुत मजबूत और टिकाऊ माना जाता है। एक्रिलिक तरल मोनोमर और पाउडर पॉलीमर का मिश्रण होता है, जो संयुक्त होने पर कठोर सुरक्षात्मक पर्त बनाता है जिसे प्राकृतिक नाखून के ऊपर संवारा जाता है। यह आम तौर पर यूवी जेल नेल की तुलना में सस्ता होता है और यूवी जेल नेल के विपरीत जिसे यूवी लैंप के नीचे उपचारित करना पड़ना पड़ता है, एक्रिलिक नेल विस्तार (नेल एक्सटेंशन) केवल हवा के संपर्क में आने पर सख्त हो जाता है। सख्त बनाने से इन्हें मजबूत और चमकदार आधार मिलता है जो रंग लगाने के लिए शानदार होता है। इससे नेल एन्हैन्स्मन्ट की प्रक्रिया पूरी हो जाती है। यह यूवी जेल नेल की तुलना में अधिक कृत्रिम नजर आता है और इसलिए इसकी आलोचना की जाती है क्योंकि इससे नीचे स्थिति नाखून द्वारा साँस लेना संभव नहीं होता है और इस प्रकार यह नाखूनों को कमजोर और / या भुरभुरा बना सकता है। एक्रिलिक विस्तार (एक्सटेंशन) एसीटोन में नाखून को भिगोकर हटाया जा सकता है, जबकि जेल हटाने के लिए यूवी जेल बफ करना पड़ता है, यह एसीटोन से नहीं छूटता है।

सुरक्षा जरूरतें

एक्रिलिक नेल एन्हैन्स्मन्ट लगाने के लिए काम करते समय निम्नलिखित जरूरतों को ध्यान में रखा जाना चाहिए :

एक्रिलिक नेल एप्लीकेशंस में ऐसे रसायन होते हैं जो धुआं देते हैं और इसलिए तकनीशियन और ग्राहक दोनों की ओर से अत्यंत सावधानी की जरूरत होती है।

- कमरा अच्छी तरह से हवादार होना चाहिए।
- अधिकांश एक्रिलिक नेल उत्पाद ज्वलनशील होते हैं। इसलिए इन्हें गर्मी और सीधे धूप से दूर रखा जाना चाहिए और ठंडी और सूखी जगह पर स्टोर किया जाना चाहिए।
- गलत तरीके से इस्तेमाल करने पर एक्रिलिक नेल उत्पाद शरीर और पर्यावरण के लिए हानिकारक हो सकते हैं। इनके सुरक्षित इस्तेमाल, हैंडलिंग, भंडारण और निपटान (खराब चीज़ों को फेकना) के संबंध में निर्माताओं के निर्देशों का पालन करें।
- नाखून और / या त्वचा की बीमारियों/विकारों से पीड़ित होने पर ऐक्रेलिक नाखून उत्पादों का इस्तेमाल नहीं करना चाहिए।
- गर्भवती महिलाओं को एक्रिलिक नेल उत्पादों का इस्तेमाल नहीं करना चाहिए या इन्हें लगाना नहीं चाहिए।
- एक्रिलिक उत्पाद लगाते समय सुरक्षा चश्मा और डिस्पोजेबल मास्क पहनने की सलाह दी जाती है।
- एक्रिलिक नेल एन्हैन्स्मन्ट लगाते समय किसी भी असुविधा या बेचैनी की अनुभूति होने पर लगाना तत्काल रोक दिया जाना चाहिए। अगर कोई चकत्ता/लाली या विपरीत क्रिया होती है, तो तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें।
- एक्रिलिक पाउडर और तरल पदार्थ के साथ संपर्क में आने से त्वचा, आंखों और मुंह को बचाया जाना चाहिए
- सही ढंग से एक्रिलिक नेल हटाने की प्रक्रिया का पालन करें। कभी प्राकृतिक नाखूनों से एक्रिलिक नेल जबरदस्ती नहीं निकालें ।

- एक्रिलिक उत्पादों के निपटान के लिए निर्माता के निर्देशों का पालन करें और वॉश बेसिन/सिंक में कभी भी एक्रिलिक नेल उत्पाद न बहाएं। तरल पदार्थ सोखने और सुरक्षित रूप से इनका निपटान करने के लिए पेपर तौलिए का इस्तेमाल करें।
- एक्रिलिक नेल उत्पाद हैंडल करने के बाद अपने हाथ अच्छी तरह से धोएं।

यूवी जेल नेल एन्हैन्स्मन्ट लगाने करने के लिए आवश्यक सामग्रियां और उपकरण :

- नेल फाइल (180 – 240 ग्रिट)
- क्युटिकल चाकू
- डस्ट ब्रश
- एंटी बैक्टीरियल स्प्रे
- पेपर तौलिया
- एक्रिलिक लिक्विड
- एक्रिलिक पाउडर (सफेद और साफ़/गुलाबी)
- एक्रिलिक नेल ब्रश
- मोनोमर (एथिल मेथाक्राइलेट)
- डिहाड्रेटर
- प्राइमर
- नोंक कतरनी (टिप क्लिपर)
- पुशर
- डैप्पेन बर्तन और ब्रश

एक्रिलिक नेल एन्हैन्स्मन्ट का इस्तेमाल

यह प्रक्रिया कई चरणों की प्रक्रिया होती है जिसमें आम तौर पर पहले साफकर, आकार देकर, बफिंगकर और उपचर्म (क्युटिकल) का काम करके प्राकृतिक नाखून तैयार करना फिर लंबाई बढ़ाने के लिए (यदि आवश्यक हो) कृत्रिम टिप और टॉप पर एक्रिलिक लगाना शामिल होता है। चित्र 4.1 में बतायी गयी प्रक्रिया का नाखून तैयार करने के लिये पालन करे ।

कचड़ा निकालकर, मुक्त किनारा फाइल करके नेल प्लेट तैयार करें, चमक हटाएं और प्राकृतिक नाखून सूखा बनाएं।उपचर्म (क्युटिकल) काटने या धीरे से पीछे धकेलने की जरूरत होती है। यह इस बात पर निर्भर करता है यह कितना बढ़ गया है।

चित्र 4.4- एक्रिलिक मिश्रण लगाना

मिश्रण तैयार करना

उत्पाद को ध्यान से पढ़े और देखे कि मोनोमर में एम. एम. ए. (मिथाइल मेथाक्राइलेट) न हो, जोकि डेंटल एक्रिलिक है। एमएमए प्राकृतिक नाखून के लिए बहुत कठोर होता है। ईएमए – इथाइल मेथाक्राइलेट वह चीज है जिसकी जरूरत होती है। पाउडर और तरल पदार्थ अच्छी तरह से हवादार कमरे में अलग–अलग कटोरों या डैप्पेन बर्तन में डालना चाहिए।

एक्रिलिक तरल में ब्रश डुबोंए और इसे पर्याप्त तरल पदार्थ सोखने दें। बर्तन के किनारे पोंछकर कोई भी अतिरिक्त तरल पदार्थ हो तो निकाल दें। एक्रिलिक पाउडर लेने के लिए ब्रश के एक साइड से एक्रिलिक पाउडर की सतह हल्का सा और थोड़ा सा दबाएं। बॉल बनाएं और धीरे–धीरे ब्रश बाहर निकालें। इस गीले एक्रिलिक बॉल को एक्रिलिक मिश्रण कहा जाता है।

पेज 100 मिश्रण ब्रश में तरल पदार्थ की मात्रा के आधार पर बहुत ज्यादा सूखा या गीला हो सकता है। यदि ऐसा होता है तो अलग करने और नया मिश्रण लेने के लिए इसे पेपर तौलिए पर पोंछे। अगर मिश्रण थोड़ा अधिक मुलायम हो जाए, तो अतिरिक्त तरल पदार्थ हटाने के लिए ब्रश हल्के से पेपर तौलिए पर रखें। अलग–अलग आकारों में मिश्रण लेने के लिए समर्थ बनने के लिए अभ्यास करें। ब्रश और तरल पदार्थ दोनों को साफ रखने के लिए हर बार लेते समय बीच–बीच में पेपर तौलिए पर ब्रश पोंछना जरूरी है। बचा हुआ तरल पदार्थ पेपर तौलिए के टुकड़ों से सोखवाएं और उन्हें कचरे के थैले में डाल दें। सिंक में कभी भी नहीं बहाएं।

मिश्रण लगाना

इस बॉल को अपने नाखून के आधार पर रखें और इसे सारे नाखून पर फैलाते हुए, आधार से सिरे की ओर ब्रश ले जाते हुए सावधानीपूर्वक ब्रश से फैलाएं। जहां आवश्यक हो एक्रिलिक का अतिरिक्त बॉल लगाएं। अब, जैसा जरूरत है अपने नाखूनों को आकार दें और रंगे। अगले चरण / स्टेप पर जाने से पहले सुनिश्चित करें एक्रिलिक सूख गया है।

इस एप्लीकेशन के बाद नाखूनों की सतह बफ करने के लिए बफर का इस्तेमाल करें, वांछित चमक हासिल करने के लिए बढ़ते हुए ग्रिट से फाइल करें। साफ पॉलिश के कोट का प्रयोग करें या रंगीन नेल पॉलिश से उन्हें रंगे, जैसी जरूरत हो।

सार

नेल एन्हैन्स्मन्ट की तकनीक के अभ्यास के दौरान सहायक नाखून तकनीशियन को गुणवत्ता परक काम सुनिश्चित करने के लिए निम्नलिखित बातें ध्यान में रखनी चाहिएरू

- सुनिश्चित करें कि कार्य क्षेत्र सुरक्षित और साफ है।
- ग्राहक से नेल एन्हैन्स्मन्ट, जो सर्विस वह चाहता/चाहती है और जो रंगरूप वह चाहता/चाहती है के लिए उसकी जरूरत और पसंद पूछें।
- यूवी जेल एन्हैन्स्मन्ट प्राकृतिक दिखता है, यह स्पष्ट, पतला, हल्के वजन का, लचीला, बिना छेद वाला, कई डिजाइन क्षमताओं वाला, उठान और रंग उतरने का विरोधी होता।
- एक्रिलिक्स आधुनिक सौंदर्य उद्योग में नाखून विस्तार (नेल एक्सटेंशन) का सबसे पुराना रूप हैं और बहुत मजबूत और टिकाऊ माना जाता है।
- एक्रिलिक तरल मोनोमर और पाउडर पॉलीमर का मिश्रण होता है, जो संयुक्त होने पर कठोर सुरक्षात्मक पर्त बनाता है जिसे प्राकृतिक नाखून के ऊपर संवारा जाता है।

नाखून तकनीशियन यह सुनिश्चित करने के लिए ग्राहक का नाखून साफ करने की तकनीकों का प्रयोग करता है कि वे बैक्टीरिया मुक्त हैं, सोखते, हैंडवाश, सैनीटाइजर, डिस–इनक्रस्टेशन वाइप, एंटीसेप्टिक साल्यूशन का प्रयोग करता है, कोई भी सर्विस शुरू करने से पहले ऐसा करने से स्वच्छता में सुधार आता है और नेल एन्हैन्स्मन्ट के नीचे मोल्ड और कवक का विकास रोकने में सहायता मिलती है।

यूवी जेल नेल एप्लीकेशन

जेल नेलका इस्तेमाल किया जाता है :

1) टिप ओवरले के लिए
2) अक्सर दरार पड़ने, छिलने, विभाजित होने, छिलका उतरने आदि से बचाने के लिए प्राकृतिक नाखून की पर्त के लिए
3) छोटा विस्तार (एक्सटेंशन) के लिए संवारने के लिए
4) बाहर निकलने वाला क्षतिग्रस्त मुक्त किनारा कवर करने के लिए।

जेल नेल साँचे में ब्रश किए गए फिर यूवी लैम्प से उपचारित बेस जेल की पर्त से बनाया जाता है।

यूवी जेल नेल एन्हैन्स्मन्ट के लिए पालन किए जाने वाले चरण

यूवी जेल नेल बनाने के लिए निम्नलिखित आवश्यक है :

- कोई भी जेल लगाने से पहले अपना प्राकृतिक नेलप्लेट निर्जलीकृत करने के लिए नेल फाइल
- नाखून लगाने से पहले उपचर्म (क्युटिकल) अंदर धकेलने के लिए क्युटिकल पुशर
- जेल लगाने के लिए जेल ब्रश और नाखून के आसपास धूल हटाने के लिए डस्टिंग ब्रश
- यदि टिप लगाया जा रहा है तो नकली नेल टिप
- टिप के लिए नेल ग्लू
- नाखून से नमी दूर करने के लिए नेल डिहाइड्रेटर
- कोई भी पुराना नेल पॉलिश हटाने के लिए नेल पॉलिश रिमूवर और कॉटन पैड
- यूवी जेल प्राइमर जो पहले बेस कोट के रूप में इस्तेमाल किया गया जेल साफ करने के लिए होता है
- यूवी बिल्डर जेल। यह आम तौर पर प्राइमर और टॉप कोट से अधिक गहरा जेल होता है जो आपके नाखूनों को मजबूत पर्त देता है – कई किस्म के रंगों में आता है
- यूवी जेल टॉप कोट। यह एक और स्पष्ट जेल है जिसका बढ़िया चमक के साथ पूरा डिजाइन सुरक्षित करने के लिए इस्तेमाल किया जाता है

- जेल उपचारित या कड़ा करने के लिए यूवी लैंप
- उपचार करने के बाद अपने ब्रश और नाखून से चिपचिपा अवशेष हटाने के लिए क्लींसर
- क्लींशिंग के लिए कॉटन पैड या बिना रूई वाला वाइप

कचड़ा निकालकर, मुक्त किनारा फाइल करके नेल प्लेट तैयार करें, चमक हटाएं और प्राकृतिक नाखून सूखा बनाएं।

नोटरू जेल नेल के साथ, अगर इसका छिलका निकलता या नाखून बाहर बढ़ने लगता है, तो आपको सारा जेल हटा देना चाहिए और फिर से शुरूआत करनी चाहिए।

एक्रिलिक नेल एन्हैन्स्मन्ट

एक्रिलिक्स आधुनिक सौंदर्य उद्योग में नाखून विस्तार (नेल एक्सटेंशन) का सबसे पुराना रूप हैं और बहुत मजबूत और टिकाऊ माना जाता है। एक्रिलिक तरल मोनोमर और पाउडर पॉलीमर का मिश्रण होता है, जो संयुक्त होने पर कठोर सुरक्षात्मक पर्त बनाता है जिसे प्राकृतिक नाखून के ऊपर संवारा जाता है।

मिश्रण तैयार करना

मिश्रण का इस्तेमाल करने के लिए मिश्रण तैयार करते समय निम्नलिखित बातें ध्यान में रखें :

- पाउडर और तरल पदार्थ अच्छी तरह हवादार कमरे में अलग–अलग कटोरों या डैप्पेन बर्तन में डालना चाहिए।
- एक्रिलिक तरल में ब्रश डुबोंए और इसे पर्याप्त तरल पदार्थ सोखने दें।
- बर्तन के किनारे पोंछकर कोई भी अतिरिक्त तरल पदार्थ निकाल दें।
- एक्रिलिक पाउडर लेने के लिए ब्रश के एक साइड से एक्रिलिक पाउडर की सतह हल्का सा और थोड़ा सा दबाएं।
- बॉल बनाएं और धीरे–धीरे ब्रश बाहर निकालें। इस गीले एक्रिलिक बॉल को एक्रिलिक मिश्रण कहा जाता है।

  मिश्रण ब्रश में तरल पदार्थ की मात्रा के आधार पर बहुत ज्यादा सूखा या गीला हो सकता है। यदि ऐसा होता है तो अलग करने और नया मिश्रण लेने के लिए इसे पेपर तौलिए पर पोंछे।

मिश्रण को लगाना

नाखूनों पर मिश्रण को लगाते समय एएसटी को निम्नलिखित चरणों का पालन करना चाहिए :

- इस बॉल को अपने नाखून के आधार पर रखें और इसे सारे नाखून पर फैलाते हुए, आधार से सिरे की ओर ब्रश ले जाते हुए सावधानीपूर्वक ब्रश से फैलाएं।
- जहां आवश्यक हो एक्रिलिक का अतिरिक्त बॉल लगाएं। अब, जैसा वांछित है अपने नाखूनों को आकार दें और रंगे।
- अगले चरण पर जाने से पहले सुनिश्चित करें एक्रिलिक सूख गया है।
- इस एप्लीकेशन के बाद नाखूनों की सतह बफ करने के लिए बफर का इस्तेमाल करें, वांछित चमक हासिल करने के लिए बढ़ते हुए ग्रिट से फाइल करें।
- साफ पॉलिश के कोट का प्रयोग करें या रंगीन नेल पॉलिश से उन्हें रंगे, जैसी जरूरत हो।

अभ्यास

1. निम्नलिखित विपरीत संकेतों का कारण और विवरण लिखें

विपरीत संकेत	कारण	विवरण
हाथों का एक्जिमा		
चोटिल नाखून		
ल्युकोनीकिया		
झुर्री		
ब्युस लाइन्स		

2. मोनोमर में एमएमए क्यों नहीं होना चाहिए?

   क. यह प्राकृतिक नाखून के लिए बहुत ज्यादा मुलायम होता है
   ख. यह प्राकृतिक नाखून के लिए बहुत ज्यादा कठोर होता है
   ग. एमएमए युक्त मोनोमर बहुत महंगा होता है
   घ. एमएमए युक्त मोनोमर का इस्तेमाल पॉलिश तीखा बनाने के लिए किया जाता है

3. मोनोमर में कौन सा वांछनीय यौगिक (कंपाउंड) है?

   क. एफएमए
   ख. ईएमए
   ग. एमएमए
   घ. डीएमए

4. यूवी जेल नेल एन्हैन्स्मन्ट लगाने करने के लिए जरूरी सामग्रियां और उपकरण बताएं।

5. सुरक्षित एक्रिलिक नेल एप्लीकेशन सुनिश्चित करने के लिए कोई भी 5 सुरक्षा जरूरतें लिखें

नोट्स

Skill India
कौशल भारत - कुशल भारत

सत्यमेव जयते
GOVERNMENT OF INDIA
MINISTRY OF SKILL DEVELOPMENT
& ENTREPRENEURSHIP

N·S·D·C
National
Skill Development
Corporation
Transforming the skill landscape

B&WSSC
BEAUTY & WELLNESS
SECTOR SKILL COUNCIL

5. रिफिल करना

यूनिट 5.1- रिफिल करना

BWS/N0406

इस मॉड्यूल से मिलने वाली कुछ महत्वपूर्ण जानकारियां

इस मॉड्यूल के अंत में आप समर्थ होंगे :

1. फिल या बैकफिल सर्विस के लिए कुछ जरूरी औजारों और सामग्रियों की पहचान करने में
2. फिल और बैकफिल सर्विस के लिए इस्तेमाल किए जाने वाले विभिन्न औजारों का इस्तेमाल करने में
3. फिल–इन सर्विस करने में
4. बैकफिल सर्विस करने में

यूनिट 5.1: रिफिल करना

यूनिट उद्देश्य

इस यूनिट के अंत में आप समर्थ होंगे :

1. फिल या बैकफिल सर्विस के लिए जरूरी औजारों और सामग्रियों की पहचान करने में
2. फिल और बैकफिल सर्विस के लिए इस्तेमाल किए जाने वाले विभिन्न औजारों का इस्तेमाल करने में
3. फिल–इन सर्विस करने में
4. बैकफिल सर्विस करने में

5.1.1 परिचय

फिल और बैकफिल (फ्रेंच फिल–इन) के रूप में ज्ञात रिफिल की सामान्य परिस्थितियों में नाखून अप्लीकेशन की तारीख से लगभग दो और चार सप्ताह का समय–सीमा में जरूरत हो सकती है लेकिन इस्तेमाल और अन्य कारणों से घिसपिट के आधार पर यह समय सीमा अलग–अलग हो सकती है।

जब कुछ नाखून बढ़ चुके होते हैं और उन्हें फिल–अप की जरूरत होती है तो दो सप्ताह के फिल की जरूरत पड़ती है। 2–3 सप्ताह के समय के दौरान नाखून बढ़ चुके होते हैं जिस कारणवश निचली त्वचा के पास कोई एक्रिलिक नहीं होता है।

आकार बदल चुका होता है क्योंकि आर्क स्थानांतरित हो चुका होता है। स्माइल लाइन भी स्थानांतरित हो चुकी होती है और इसलिए अब उपयुक्त नहीं होती है। इसके साथ ही घिसपिट के कारण ऐसी अन्य समस्याएं भी हो सकती हैं जो नाखून को प्रभावित कर सकती हैं जैसे दरारें, हवा के बुलबुले, कोने के आसपास टूट–फूट आदि

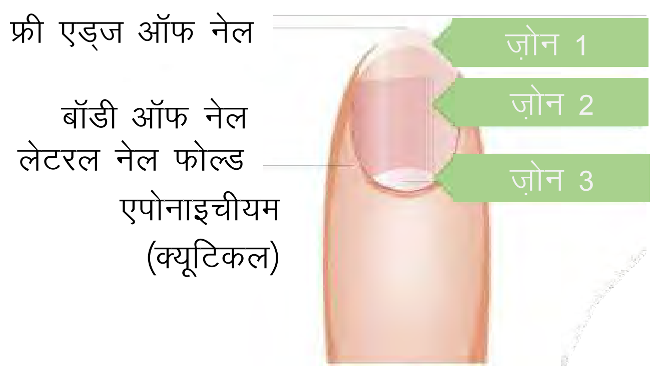
फिल–अप प्रक्रिया का उद्देश्य यह सुनिश्चित करने के लिए बदलाव संतुलित करना और टूट–फूट के लिए सुधार करना होता है कि नाखून नए जैसे चमकदार, फिटिंग और पतले बने रहें जैसे पहली बार लगाया गया था।

फ्रेंच नाखून के लिए बैकफिल ऐसे नाखून पर किया जाता है जो बढ़ गए होते हैं, जहां सफेदी वापस मूल स्थिति में चली जाती है, और फिर निचली त्वचा क्षेत्र भी भर जाता है। इस अभ्यास के लिए हम निम्नलिखित जोन का इस्तेमाल करेंगेरू

जोन 1 मुक्त किनारा है (जहां नाखून उंगली छोड़ता है)

जोन 2 नाखून का बीच वाला भाग है

जोन 3 एपोनीकियम है (कभी–कभी निचली त्वचा क्षेत्र के रूप में जाना जाता है)



चित्र 5.1- उंगली के नाखून के जोन

औजार और सामग्रियां

रीफिल के लिए आवश्यक औजारों और सामग्रियों में शामिल हैंरू

- नाखून फाइल (100 / 180 / 240ग्रिट)
- क्युटिकल चाकू और पुशर
- फ्रेंच फिल डायमंड बिट या बैरल के आकार के स्विस कार्बाइड बिट वाली नाखून मशीन
- एक्रिलिक पाउडर (सफेद और साफ या गुलाबी)
- एक्रिलिक नाखून ब्रश (अलग–अलग आकार)
- एक्रिलिक लिक्विड (ईएमए)
- डैप्पेन बर्तन
- गंदा ब्रश
- एंटी बैक्टीरियल स्प्रे
- पेपर तौलिया
- शाइन या सीलर
- डिहाइड्रेटर

फिल के लिए प्रक्रिया

सर्विस की शुरुआत में एंटी बैक्टीरियल साबुन और सैनिटाइजिंग स्प्रे से धोकर अपना और ग्राहक का हाथ स्वच्छ बनाने से स्वच्छता में सुधार आता है और नाखून एनहान्समेंट के नीचे मोल्ड और कवक का विकास रोकने में मदद मिलती है।

निचली त्वचा की वृद्धि के आधार पर उसे पीछे धकेलकर और काटकर शुरूआत करें। 100 / 180 फ़ाइल का इस्तेमाल कर नाखून को लगभग आधा पतला बनाएं। एक्रिलिक की मोटाई कम करने के लिए 180 ग्रिट फाइल से फाइल करें। एक्रिलिक पर्याप्त रूप से पतला हो जाने पर वाहा से हटाने के लिए 240 ग्रिट फाइल से फाइल बदल दें।

अनुभवहीन तकनीशियन अक्सर अपने ग्राहकों के एक्रिलिक नाखून की मोटाई बढ़ा देते हैं। इसका कारण यह होता है कि तकनीशियन नया सफेद एक्रिलिक लगाने से पहले एक्रिलिक नहीं हटाते हैं। नया उत्पाद लगाने से पहले एक्रिलिक की लगभग पूरी परत मुक्त किनारे से हटा दी जाती हैं। केवल एक्रिलिक की सबसे पतली परत नाखून प्लेट पर रहनी चाहिए ताकि मोटे बिल्ड–अप से बचा जा सके।

चित्र 5.2- मशीन से और मशीन के बिना नाखून से पुराना उत्पाद हटाना

फ्रेंच फिल–इन (बैकफिल)

एक्रिलिक बैक फिल से स्माइल लाइन की स्थिति फिर से बाहर हो जाती है जो नाखून की वृद्धि के साथ आगे बढ़ चुका होता है। इस विधि को फिर से लाइन मिलाना भी कहा जाता है। नाखून की वृद्धि की गति के आधार पर अप्लीकेशन से लगभग 4–5 सप्ताह में इसकी जरूरत पड़ सकती है।

फ्रेंच नाखून फिर से संतुलित करने के दो तरीके हैं। पहली विधि में इलेक्ट्रिक फाईल का इस्तेमाल होता है और मुक्त किनारे पर खांचा बनाना और फिर नया उत्पाद लगाना शामिल होता है। इस विधि में फ्रेंच फिल डायमंड बिट या बैरल के आकार के स्विस कार्बाइड बिट वाली नाखून वाली मशीन का इस्तेमाल होता है।

चित्र 5.3- फ्रेंच फिल डायमंड बिट

चित्र 5.4- स्विस कार्बाइड बिट

पूरे नाखून पर पिछला उत्पाद लगभग दो तिहाई तक कम करना फिर पहली बार सफेद और गुलाबी रंग लगाना है जैसाकि कोई व्यक्ति करता । ऐसा हाथ वाला फाईल से किया जा सकता है।

बैकफिल प्रक्रिया

नाखून फाईल का इस्तेमाल करें और नए नाखून के लुक के लिए स्माइल लाइन से ऊपर फाइल करें, मुक्त किनारे और जोन 2 के बीच खांचा बनाएं। स्माइल लाइन के साथ–साथ खांचा बनाने के बाद मुक्त किनारे से अतिरिक्त एक्रिलिक निकाल दें। पहले गुलाबी और सफेद फिल करने पर एक्रिलिक पूरी तरह से हटाना संभव नहीं हो सकता है क्योंकि एक्रिलिक के नीचे प्राकृतिक नाखून नहीं भी हो सकता है। कमजोर किए या चटकाए बिना जहां तक संभव हो ज्यादा से ज्यादा निकाल दें। बाद में फिल के दौरान मुक्त किनारे से सारा पुराना एक्रिलिक निकाल दें।

नाखून फाईल का इस्तेमाल करें और नए नाखून के लुक के लिए स्माइल लाइन से ऊपर फाइल करें, मुक्त किनारे और जोन 2 के बीच खांचा बनाएं। स्माइल लाइन के साथ–साथ खांचा बनाने के बाद मुक्त किनारे से अतिरिक्त एक्रिलिक निकाल दें। पहले गुलाबी और सफेद फिल करने पर एक्रिलिक पूरी तरह से हटाना संभव नहीं हो सकता है क्योंकि एक्रिलिक के नीचे प्राकृतिक नाखून नहीं भी हो सकता है। कमजोर किए या चटकाए बिना जहां तक संभव हो ज्यादा से ज्यादा निकाल दें। बाद में फिल के दौरान मुक्त किनारे से सारा पुराना एक्रिलिक निकाल दें।

चित्र 5.5- नाखून मशीन का इस्तेमाल करते हुए तकनीशियन

किसी भी खुले प्राकृतिक नाखून पर एडहेरेंट या प्राइमर लगाएं।

अच्छी तरह हवादार कमरे में अलग–अलग कटोरों या डैप्पेन बर्तन में एक्रिलिक पाउडर और लिक्विड डाला जाना चाहिए।

एक्रिलिक लिक्विड में ब्रश डुबोएं और इसे पर्याप्त लिक्विड सोखने दें। मध्यम आकार की बॉल बनाते हुए बर्तन के किनारे पोंछकर अतिरिक्त लिक्विड निकाल दें। एक्रिलिक पाउडर लेने के लिए ब्रश के एक साइड से एक्रिलिक पाउडर की सतह को थोड़ा सा दबाएं। बॉल बनाएं और धीरे–धीरे ब्रश बाहर निकालें।

स्माइल लाइन बनाने के लिए जोन 1 पर सफेद बॉल लगाएं। सफेद एक्रिलिक को गुलाबी लगाने से पहले सेट होने के लिए समय देने के लिए पहले टिप फिल करें।

मुक्त किनारे के बीच में बॉल रखें और ब्रश की डंडी का इस्तेमाल करते हुए स्माइल की गहराई का निर्माण करते हुए एक कोने तक और फिर दूसरे कोने तक उत्पाद गाइड करें। ब्रश के टिप का इस्तेमाल करते हुए स्माइल डिफाइन करें और आकार दें। एक्रिलिक के एप्लीकेशन के बीच पोंछे पर ब्रश पोंछकर साफ करें।

पसंद के पाउडर रंग से दूसरी बॉल बनाएं और उसे जोन 2 में रखें। साइड से साइड तक उत्पाद दबाने और मुक्त किनारे पर हल्का सा फैलने से पहले कुछ सेकंड तक मिश्रण को अपने आप लेवल होने दें। जोन 2 अत्यंत महत्वपूर्ण है। यह नाखून का सबसे मोटा हिस्सा होता है और तनाव क्षेत्र मजबूत बनाता है। अंतिम बॉल जोन 3 में रखी जाती है। उत्पाद की अपेक्षाकृत यह छोटी बॉल साइड से साइड तक दबाई जाती है और जोन 2 और 1 के माध्यम से हल्के से फैलाई जाती है। बगल की दीवारों और उपचर्म (क्युोटिकल) क्षेत्र के चारों ओर उत्पाद–मुक्त मार्जिन छोड़ें।

फिनिशिंग विकल्प

ज्यादा चमकीली चमक, टिकाऊपन और लंबे समय तक बनी रहने वाली सुरक्षा प्राप्त करने के लिए साइन या सीलर लगाएं और यूवी लैंप के नीचे उपचारित करें, यदि आवश्यक हो। निचली त्वचा क्षेत्र पर इसे लगाने से बचें और सिकुड़न संभव बनाने के लिए मुक्त किनारे पर फैलाएं। नगभग तीन मिनट का उपचार का समय पर्याप्त होगा।

सार

रीफिल

फिल और बैकफिल (फ्रेंच फिल–इन) के रूप में ज्ञात रिफिल की सामान्य परिस्थितियों में नाखून अप्लीकेशन की तारीख से लगभग दो और चार सप्ताह की समय–सीमा में जरूरत हो सकती है।

इसलिए फिल–अप प्रक्रिया का उद्देश्य यह सुनिश्चित करने के लिए बदलाव संतुलित करना और टूट–फूट के लिए सुधार करना होता है कि नाखून नए जैसे, चमकदार, फिटिंग और पतले बने रहें जैसे वे तब थे जब पहली बार लगाया गया था, लेकिन इस्तेमाल और अन्य कारणों से घिसपिट के आधार पर यह अलग–अलग हो सकता है।

जब नाखून कुछ बढ़ चुके होते हैं और उन्हें फिल–अप की जरूरत होती है तो दो सप्ताह के फिल की जरूरत पड़ती है ।
2–3 सप्ताह के समय के दौरान नाखून तक बढ़ चुके होते हैं, जिस कारणवश निचली त्वचा के पास कोई एक्रिलिक नहीं होता है।

आकार बदल चुका होता है क्योंकि आर्क स्थानांतरित हो चुका होता है।
स्माइल लाइन भी स्थानांतरित हो चुकी होती है और इसलिए अब उपयुक्त नहीं होती है।
इसके साथ ही घिसपिट के कारण ऐसी अन्य समस्याएं भी हो सकती हैं जो नाखून को प्रभावित कर सकती हैं जैसे दरारें, हवा के बुलबुले, कोने के आसपास टूट–फूट आदि दिखाई देना।
नोटरू फ्रेंच नाखून के लिए बैकफिल ऐसे फ्रेंच नाखून पर किया जाता है जो बढ़ गए होते हैं, जहां सफेदी वापस मूल स्थिति में चली जाती है, और फिर निचली त्वचा क्षेत्र भी भर जाता है।
फिल के लिए प्रक्रिया

- सर्विस की शुरुआत में एंटी बैक्टीरियल साबुन और सैनिटाइजिंग स्प्रे से धोकर अपना और ग्राहक का हाथ स्वच्छ बनाने से स्वच्छता में सुधार आता है और नाखून एनहान्समेंट के नीचे मोल्ड और कवक का विकास रोकने में मदद मिलती है।
- निचली त्वचा की वृद्धि के आधार पर निचली त्वचा पीछे धकेलकर और काटकर शुरूआत करें। 100/180 फ़ाइल का इस्तेमाल कर नाखून लगभग आधा पतला बनाएं।
- एक्रिलिक हटाने के दौरान, ग्राहक का प्राकृतिक नाखून फाईल न करने के लिए सावधान रहें। यह सुनिश्चित करते हुए निचली त्वचा क्षेत्र के साथ–साथ फ़ाइल करें कि उत्पाद का मार्जिन प्राकृतिक नाखून के साथ सपाट हो जाए।
- साफ मैनीक्योर स्क्रब से धूल निकाल दें। डिहाइड्रेटर से सतह नमी मुक्त बनाएं और फाहा मुक्त पोंछे से पोंछकर सुखाएं।

फ्रेंच फिल–इन (बैकफिल)

एक्रिलिक बैक फिल से स्माइल लाइन की स्थिति फिर से बहाल हो जाती है जो नाखून की वृद्धि के साथ आगे बढ़ चुका होता है। इस विधि को फिर से लाइन मिलाना भी कहा जाता है।

फ्रेंच नाखून फिर से संतुलित करने के दो तरीके हैं:

- पहली विधि में इलेक्ट्रिक फाईल का इस्तेमाल होता है और मुक्त किनारे पर खांचा बनाना और फिर नया उत्पाद लगाना शामिल होता है।
- दूसरी विधि पूरे नाखून पर पिछला उत्पाद लगभग दो तिहाई तक कम करना, फिर पहली बार सफेद और गुलाबी रंग लगाना है जैसाकि कोई व्यक्ति करता। ऐसा हैंड फाईल से किया जा सकता है।

फिनिशिंग विकल्प

ज्यादा चमकीली चमक, टिकाऊपन और लंबे समय तक बनी रहने वाली सुरक्षा प्राप्त करने के लिए साइन या सीलर लगाएं और यूवी लैंप के नीचे उपचारित करें, यदि आवश्यक हो। उपचर्म (क्युटिकल) क्षेत्र पर इसे लगाने से बचें और सिकुड़न संभव बनाने के लिए मुक्त किनारे पर फैलाएं। नगभग तीन मिनट का उपचार का समय पर्याप्त होगा।

अभ्यास

1. रीफिल लिए जरूरी चीज़े और उपकरण बताएं।

1. रीफिल लिए जरूरी चीज़े और उपकरण बताएं।

जोन 1	**नाखून का मध्य भाग**	
जोन 2	**एपोनिकियम (कभी–कभी निचली त्वचा क्षेत्र के रूप में भी जाना**	
जोन 3	**मुक्त किनारा (जहां नाखून उंगली छोड़ता है)**	

1. सही या गलत बताएं

क. दो सप्ताह की फिल प्रक्रिया के दौरान, एक्रिलिक बॉल जोन 3 में सेट होता है। (   )

ख. बैकफिल प्रक्रिया के दौरान, एक्रिलिक बॉल जोन 1 में सेट होता है। ( )

ग. स्माइल लाइन जोन 3 में होती है और अर्धचंद्र का हिस्सा होती है। ( )

घ. कुछ मामलों में एक्रिलिक पाउडर अनुपात मिश्रण में मौसम की दशाएं संशोधन की मांग कर सकती हैं। ( )

ङ. अनुभवहीन तकनीशियन अक्सर अपने ग्राहकों के एक्रिलिक नाखून की मोटाई बढ़ा देते हैं क्योंकि तकनीशियन नया सफेद एक्रिलिक लगाने से पहले पर्याप्त लिक्विड नहीं डालते हैं। (   )

नोट्स

Skill India
कौशल भारत-कुशल भारत

सत्यमेव जयते
GOVERNMENT OF INDIA
MINISTRY OF SKILL DEVELOPMENT
& ENTREPRENEURSHIP

N·S·D·C
National
Skill Development
Corporation
Transforming the skill landscape

6. नाखूनों के देखभाल की परिष्कृत सेवाएं प्रदान करने के लिए नेल तकनीशियन की सहायता करना

B&WSSC
BEAUTY & WELLNESS
SECTOR SKILL COUNCIL

यूनिट 6.1- नाखूनों को निखारने वाली सेवाएं

BWS/N0416

इस मॉड्यूल से मिलने वाली महत्वपूर्ण जानकारी

मॉड्यूल के अंत में आप सक्षम होंगे:

1. परामर्श के बाद ग्राहक के लिए सेवाएं प्रदान करने में
2. एडवांस नेल केयर सेवाएं प्रदान करने के लिए सहायक कामों को करने में
3. ज़रूरतों के अनुसार नेल के टिप्स को जोड़ने में
6. निर्देश के तहत सामान्य नाखूनों को सजाने की कला सेवाएं प्रदान करने में

यूनिट 6.1: नाखूनों को निखारने वाली सेवाएं

यूनिट उद्देश्य

यूनिट के अंत में आप सक्षम होंगें

1. परामर्श के बाद ग्राहक के लिए सेवाएं प्रदान करने में
2. एडवांस नेल केयर सेवाएं प्रदान करने के लिए सहायक कामों को करने में
3. ज़रूरतों के अनुसार नेल के टिप्स को जोड़ने में
4. निर्देश के तहत सामान्य नाखूनों को सजाने की कला सेवाएं प्रदान करने में

6.1.1 परिचय

नाखूनों की खूबसूरती बढ़ाने से संबधित सेवाओं में शामिल हैं, क्षतिग्रस्त नाखूनों की मरम्मत करना, कृत्रिम नाखून उपलब्ध कराना, नेल टिप्स और नाखूनों को कलात्मक रूप देना इत्यादि। नेल केयर सेवा तेजी से उभरता हुआ क्षेत्र है तथा अधिक से अधिक संख्या में लोग अपने क्षतिग्रस्त नाखूनों की मरम्मत के लिए या अपने सौंदर्य में चार चाँद लगाने के लिए इन सेवाओं का उपयोग कर रहे हैं।

चित्र 6.1- नाखूनों की मैचिंग सजावट

कृत्रिम नाखूनों को बनाने के दो मुख्य तरीके हैं – टिप्स और फार्म्स

टिप्स नाखूनों : के आकार के होते हैं जो कि हल्के प्लास्टिक के प्लेटों से बने होते हैं। इन्हें प्राकृतिक नाखूनों के अंत पर चिपकाया जाता है और इसके बाद तरल एक्रिलिक को पूरे नाखून पर लगाया जाता है।

फार्म : को नाखूनों के ऊपर लगाया जाता है। इसके बाद कृत्रिम नाखून को एक्रिलिक से बाहर ढाला जाता है। फिर इसके बाद फार्म को निकाल दिया जाता है और नाखून के नये आकार और प्रकार में एक चमक आ जाती है। नाखूनों को निखारने के लिए कुछ महत्वपूर्ण नुस्खे इस प्रकार हैं

नेल ओवरले : ओवरले में एक्रिलिक, जेल, फाइबर ग्लास या सिल्क को बिना कोई अतिरिक्त लंबाई जोड़े सिर्फ प्राकृतिक नाखून कोट करने के लिए इस्तेमाल किया जाता है, और ऐसा आमतौर प्राकृतिक नाखूनों को मजबूत करने के लिए या क्षतिग्रस्त नाखूनों को मास्क करने के लिए किया जाता है।

नेल एक्सटेंशन : एक्रिलिक, जेल, फाईबरग्लास या सिल्क नाखून के टिप पर लगाए जाते हैं या एक स्वरूप में ढाले जाते हैं जिसके फलस्वरूप तैयार नाखून प्राकृतिक नाखून की लंबाई की तुलना में ज्यादा लंबाई वाले होते हैं।

नाखूनों को सजाने की कला : नाखूनों को सजाने की कला का मतलब नाखूनों को सजावट प्रदान करना होता है, और यह एक व्यापक शब्द है जिसमें पॉलिश, रंग, पैटर्न, स्टिकर और सजावटी गोटे आदि शामिल होते हैं।

नेल स्टिकर : स्टिकर और ट्रांसफर की सहायता से नाखूनों को सजाने की एक अन्य विधि उपयोग में लायी जाती है, ये नाखून के कुछ हिस्सों या पूरे नाखून को कवर करने के लिए छोटे और बड़े आकार में उपलब्ध होते हैं।

नेल स्टैम्प : नाखूनों पर एक खास पैटर्न लगाना: नेल पॉलिश में स्टैम्प की कोटिंग की जाती है और फिर एक समान स्वरूप प्रदान के लिए उन्हें प्रत्येक नाखून पर दबाया जाता है।

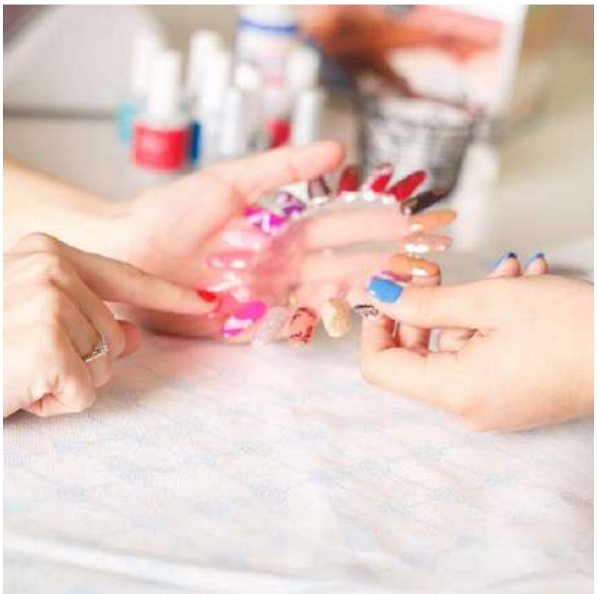
गोटे : ये नाखूनों को सजाने की एक लोकप्रिय कला है, जिसमें स्फटिक, चपटे मोती, मोती, मनके आदि इस्तेमाल में लाए जाते हैं

चित्र 6.2- नाखूनों को सवाँरने की विभिन्न शैलियाँ

6.1.2 ग्राहकों को परामर्श देना

नाखून संवारने की सेवा प्रदान करने से पहले ग्राहक को परामर्श देना हमेशा महत्वपूर्ण होता है। अगर ग्राहक पहले कभी किसी सैलून में नहीं गया, तो यह आपके लिए बेहतरीन एक मौका है, कि आप उस ग्राहक का स्वागत करें, उसे सहज महसूस कराएं और पता लगाएं कि उन्हें किस प्रकार की सेवा चाहिए। यदि वह एक नियमित ग्राहक है तो भी आपको पता करना चाहिए कि ग्राहक कौन कौन सी सेवाओं का उपयोग कर रहा है और क्या वह उन सेवाओं के परिणामों से संतुष्ट हैं।

अगर आप ग्राहक को सेवा प्रदान करने को लेकर बहुत आश्वस्त नहीं हैं तो वैसी स्थिति में हमेशा चतुराई से काम लेते हुए ग्राहक को आगे की सेवा और सलाह के लिए अपने वरिष्ठ नेल तकनीशियन के पास भेज दें, तथा सुनिश्चित करें कि आपके वरिष्ठ नेल तकनीशियन द्वारा सेवा प्रारंभ करने से पहले ग्राहक परामर्श विवरण को चेक किया गया है।



चित्र 6.3- ग्राहकों को परामर्श देना

निम्न को करने क्रम में, किसी भी प्रकार की सेवा प्रदान करने से पहले परामर्श का कार्य करना बेहद महत्वपूर्ण है :

- ग्राहक की सेवा से किस प्रकार की उम्मीदें है, इस बारे में जानकारी प्राप्त करें।
- उनके आने का कारण पता करें।
- वे दशाएं और विकार जिनके कारण सेवा कार्य को अमल में लाने में रुकावट या परेशानी आ सकती है।
- जिस स्थान का इलाज कया जाना है और जिस प्रकार की सेवा प्रदान की जानी है, उस पर सहमत हों।
- ग्राहक को सहज और सुखद महसूस कराएं।
- किसी अन्य उपलब्ध सेवा के बारे में बताएं।
- ग्राहक के किसी भी सवाल का जवाब दें।

ग्राहकों के सैलून में आने के अलग अलग कारण हो सकते हैं, इनमें से कुछ इस प्रकार हो सकते हैंरू

- खुद का इलाज करने के लिए।
- अपने हाथ और नाखूनों को बेहतर हालत में रखने के लिए।
- अपने हाथों और नाखूनों की खूबसूरती में निखार लाने के लिए।
- अपने आत्मविश्वास को बढ़ावा देने के लिए।
- किसी विशेष अवसर के लिए।

ग्राहकों को परामर्श देना – बातचीत के तरीके

यह बहुत जरूरी है कि ग्राहक को सैलून में आना अच्छा लगे और इस दौरान वे बिल्कुल सहज और सुखद महसूस करें।

एक सौंदर्य चिकित्सक अपने ग्राहक से किस प्रकार बातचीत करती है और किस तरह से उसके साथ पेश आती है, यह चीज़ ग्राहक द्वारा सेवा से खुश और संतुष्ट होने में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है।

यहाँ तक कि आप के द्वारा बातचीत शुरु किए जाने से पहले, आप जिस प्रकार से ग्राहक की तरफ मुखातिब होते हैं, वह भी कम्युनिकेशन का ही एक रूप है।

यह आपके चेहरे की अभिव्यक्ति, आपके हावभाव या यहां तक कि आपके द्वारा ग्राहक की ओर जाने के माध्यम से भी हो सकता है। यह सभी बातें ग्राहक के लिए एक संकेत भेजती हैं। यहाँ दो प्रकार के कम्यूनिकेशन के बारे में बताया जा रहा है जिससे आपको परिचित होना जरुरी है:

- गैर मौखिक संवाद
- मौखिक संवाद

गैर मौखिक संवाद

- इस तरीके से आप ग्राहक से बात किए बिना ही यह जता देते हैं कि आपको कैसा महसूस हो रहा है। आप अपने शरीर के हावभाव के माध्यम से ग्राहक के साथ संवाद करते हैं, उदाहरण के लिए आपके चेहरे की अभिव्यक्ति। अगर आप ग्राहक से बात करते समय आँख चुरा कर बातें कर रहे हैं तो, यह दर्शाता है कि आप बहुत आश्वस्त नहीं हैं और असहज महसूस रहे हैं। इससे आपकी ग्राहक भी असहज महसूस कर सकती है।

मौखिक संवाद

- यह आप के द्वारा ग्राहक के साथ की जाने वाली बातचीत है। इसमें चिल्लाए बिना बिल्कुल स्पष्ट रूप से बात करना, हमेशा विनम्रता के साथ बोलना और विश्वास से भरपूर तरीके से संवाद करना बेहद महत्वपूर्ण होता है। आपको अपनी आवाज की टोन और भाषा के उपयोग के बारे में भी सोचना चाहिए। तकनीकी शब्दावली जिसे ग्राहक को समझने में दिक्कत हो या अशिष्ट भाषा का प्रयोग करने से बचने की कोशिश करें।
- बोलने के साथ साथ ही सुनना भी उतना ही जरूरी है, जिससे आप जान कर सकते हैं कि ग्राहक वास्तव में चाहते क्या हैं और किस प्रकार की सेवा प्रदान की जाए जिससे ग्राहक प्रसन्न् और संतुष्ट हो जाए।
- जब ग्राहक कुछ बोल रहे हों तो बीच में दखल देने से परहेज करें। आपको परामर्श के दौरान सवाल पूछना होगा, मगर इसके साथ ही साथ ग्राहक को यह भी समझाने की कोशिश करें कि आपको ग्राहक से इन सवालों को पूछने की जरूरत क्यों है।
- ग्राहक को सवाल पूछने का अवसर दें और उन्हें सहज महसूस कराने की कोशिश करें ।
- आप जिन विषयों पर अपने ग्राहक के साथ बात करते हैं उनके बारे में क्लाइंट रिकॉर्ड कार्ड पर एक नोट बनाना एक अच्छा विचार है, जैसे कि हाल की कोई पार्टी या छुट्टी के बारे में नोट बना लेना। इससे जब वे अगली बार आपके पास वापस आएंगे तो उन्हें बेहद खुशी होगी कि आपको उनकी बातें याद हैं।
- सिर्फ काम को लेकर आपकी दक्षता के संबध में ही नहीं बल्कि आपके साथ निजी संबंधों के मामले में भी ग्राहकों का विश्वास हासिल करना अत्यंत महत्वपूर्ण है। जब आपके ग्राहक आपके साथ घुल मिल जाते हैं तो वह आपसे अपने स्वास्थ्य या परिवारिक जीवन जैसे व्यक्तिगत और निजी मामलों के बारे में भी बात कर सकते हैं। आपको हमेशा अपने ग्राहक के विश्वास को अवश्य कायम रखना होगा और ग्राहक द्वारा आपको बताईं गई बातों को कभी भूल कर भी दूसरों को बताने से परहेज करना होगा।

6.1.3 नेल टिप्स और उन्हें लगाना

कृत्रिम नाखून टिप्स की लोकप्रियता दिनोंदिन बढ़ती जा रही है। कृत्रिम नाखून टिप्स, मुख्य रूप से दो प्रकार के होते हैं – जेल और एक्रिलिक

चित्र 6.4- एक्रिलिक नेल टिप्स

इन टिप्स को नाखून पर लगाया जाता है और उसके बाद उसे कठोर किया जाता है।
जेल टिप्स यूवी लैंप में रखने पर सख्त हो जाते हैं, जबकि एक्रिलिक लगे नाखून हवा के संपर्क में आने पर कठोर हो जाते हैं।

चित्र 6.5- जेल नेल टिप्स को यूवी लैंप के नीचे कठोर किया जा रहा है

जेल सुझावों का आमतौर पर एक्रिलिक सुझावों के तुलना में अधिक महंगे हैं।

वहाँ रंग, पूर्व डिजाइन और चमक सुझावों सहित उपलब्ध सुझावों के विभिन्न प्रकार हैं।

चित्र 6.6- पूर्व निर्मित नेल टिप्स

नाखून लगाने का कार्य

हमेशा काम शुरू करने से पहले, निम्न चरणों का पालन करें

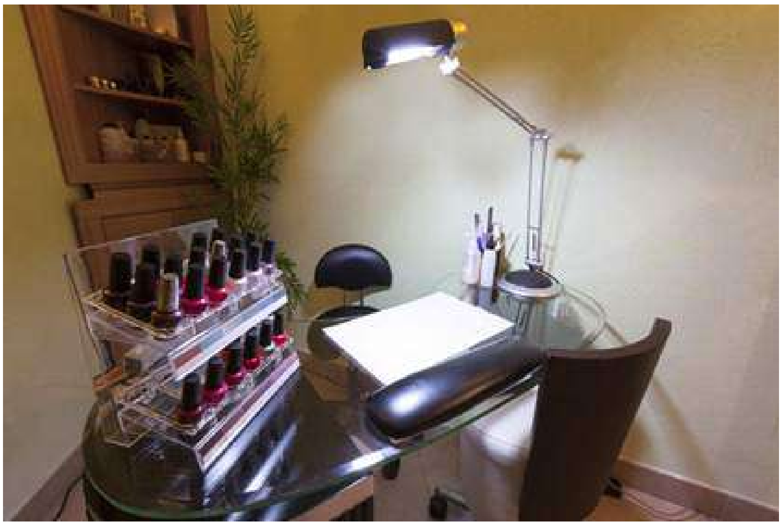
- सुनिश्चित कर लें कि सारे औज़ार स्टेरेलाइज किए जा चुके हैं और सभी सामग्री तथा उत्पाद आसानी से सुलभ हैं।
- कन्सल्टेशन फॉर्म को पूरा करें, कंट्रा इंडिकेशन को चेक करें (ऊपर देखें) और ग्राहक के जरूरतों को पूरा करने वाली सेवा के संबध में चर्चा करें तथा सहमति बनाएं।
- ग्राहक के घड़ियों सहित, सारे आभूषणों को निकाल दें, ताकि एक मुकम्मल सेवा को निष्पादित किया जा सके। उन्हें किसी सुरक्षित जगह पर रख दें।

6.1.4 नेल टिप को लगाने के उपकरण

उपकरण सूची:

नेल डेस्क को तैयार करना

- टेरी टावेल
- हैंड रेस्ट/ टेरी टावेल
- ढक्कन और लाइनर के साथ धातु का डिब्बा
- कठोर सतह वाला कीटाणुनाशक
- उपयुक्त कुर्सियाँ और नेल टेबल



चित्र 6.7- नेल डेस्क

डिस्पोजेबल

- लिंट /काटन वूल का पैड
- कागज के तौलिये का रोल
- टूथपिक या लकड़ी की सींक

औजार और उपकरण

- त्वचा के लिए स्टील का पुशर या भोजवृक्ष का तिनका
- त्वचा के लिए चिमटी
- एमरी बोर्ड (100 से 180 ग्रिट)
- ब्लॉक बफर (100 से 120 ग्रिट तक)
- टिप क्लिपर
- नेल की सफाई हेतु ब्रश
- पूफी ब्रश

उत्पाद

- हैंड सैनिटाइजर
- एसीटोन मुक्त रिमूवर
- इंस्टेंट नेल ग्लू
- नेल टिप्स

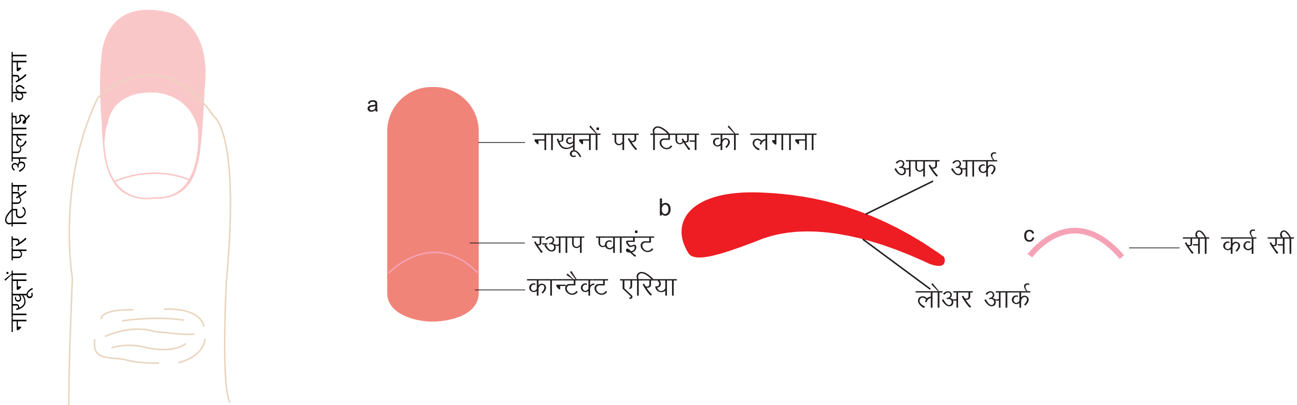
चित्र 6.8- कृत्रिम नाखून को निखारने वाली सामग्री

नेल टिप को लगाए जाने से पहले किए जाने वाले कार्य

- मूल सेवा से पहले की जाने स्वच्छता की प्रक्रिया को पूरा करें।
- अपने लिए स्टैंडर्ड मैनीक्यूरिंग टेबल को सेट करें। एमरी बोर्ड, ब्लॉक बफर, नेल ग्लू और नेल टिप्स रखें।
- ग्राहक का अभिवादन करें और उन्हें जीवाणुरोधी साबुन या हैंड सेनेटाइजर से हाथ धोने के लिए कहें।
- प्रतिक्रियाओं और प्रेक्षण को ग्राहक रिकॉर्ड कार्ड या स्वास्थ्य कार्ड में दर्ज करते हुए ग्राहक को परामर्श परामर्श दें। नाखून से जुड़े विकारों की जाँच करें और तय करें कि क्या इस ग्राहक के लिए आपकी सेवा सुरक्षित और उचित रहेगी।

नेल टिप को लगाने की प्रक्रिया

- ग्राहक की बाएं हाथ की छोटी उंगली से पुराने पॉलिश को साफ करना शुरू करें और ऐसा करते अंगूठे की दिशा में आगे बढ़ते जाएं। फिर यही प्रक्रिया दाहिने हाथ पर दोहराएँ।
- भोजवृक्ष की लकड़ी या स्टील के पुषर की सहायता से कठोर त्वचा को सावधानी के साथ आहिस्ता से पीछे की ओर पुश करें। चूँकि कठोर त्वचा सूखी हुई है अतः उसे बेहद हल्के से स्पर्श करें।



कमजोर भाग को सुदृढ़ किए जाने को प्रदर्शित करने के लिए नाखून का टिप वाला भाग को हाईलाइट किया गया है।

चित्र 6.9- कृत्रिम नाखूनों के टिप की विषेषताएं

- चमक को हटाने के लिए नाखून को बफ करें – प्राकृतिक नाखून से चमक को हटाने के लिए 120 ग्रिट साईड वाले ब्लॉक बफर का प्रयोग करें। अत्यंत सावधानी बरतें कि कहीं नेल प्लेट आवष्यकता से अधिक बफ न हो जाएं।
- टिप को अच्छी तरह से फिट करने के लिए एमरी बोर्ड शेप की सहायता से मुक्त किनारों को आकार दें।
- नेल टिप का आकार – उचित आकार के टिप्स का चुनाव करें। सुनिश्चित करें कि आपके द्वारा चुनी गई टिप्स के सभी किनारे एक दूसरे के साथ अच्छी तरह से मिल कर नाखून को अच्छी तरह से कवर करते हैं।
- नेल ग्लू को लगाया जाना– नेल टिप को अच्छी तरह से कवर करने के क्रम में नेल ग्लू की एक बूंद डालें। नेल ग्लू को त्वचा पर बहने न दें।
- टिप्स को स्लाइड करना – स्टाप, रॉक और होल्ड प्रक्रिया को याद रखें। स्टाप – मुक्त किनारों के विपरीत 65 डिग्री के कोण पर विराम लगाएं। राक – टिप को धीरे धीरे हिला कर सेट करें। होल्ड – उसके सूख जाने तक उसी जगह 5 से 10 सेकंड तक पकड़ कर रखें। सुनिश्चित करें कि नेल ग्लू में हवा का कोई फंस बुलबुले न रहे।
- टिप का मिश्रण करना –एमरी बोर्ड की सहायता से नेल टिप का मिश्रण करना शुरू करें। मिश्रण लाइन का मिश्रण करते समय आप कृपया सुनिश्चित करें कि प्राकृतिक नाखून और नेल टिप जरूरत से ज्यादा बफ न होने पाएं।
- नेल टिप को आकार देना – नेल टिप्स को सही आकार और लंबाई प्रदान करने के लिए उसे नेल कटर से काटें। एमरी बोर्ड की सहायता से नाखून को – स्क्वायर, साफ्ट स्क्वायर, अंडाकार, गोल, जैसी भी आवश्यकता हो वैसा आकार प्रदान करें।

6.1.5 नाखूनों को सजाने की कला

नाखूनों को सजाने की कला नाखूनों को सजाने का एक रचनात्मक तरीका है। यह वह कला है जो उंगलियों और पैर के नाखूनों पर की जाती है।

नाखूनों को सजाने की कला नेल तकनीशियन के काम का एक रोमांचक हिस्सा है। यह नाखूनों को एक छोटे से कैनवास में तब्दील कर देता है, जिस पर आप चित्र बना सकते हैं, डिजाइन बना सकते हैं, रत्नों, पन्नी, टेप आदि को जड़ कर कोलाज बना सकते हैं, या ऐसी कोई भी चीज बना सकते हैं जो आपके ग्राहक बनवाने की इच्छा रखते हैं।

चित्र 6.10- विभिन्न् प्रकार के विभिन्न नाखूनों को सजाने की कला

चित्र 6.11- नाखूनों को निखारने वाली सामग्री

नाखूनों को सजाने की कला की ढेर सारी अलग अलग तरह की तकनीकें मौजूद हैं, जिनका आप अद्वितीय डिजाइन बनाने के लिए उपयोग कर सकते हैं। किसी खास प्रकार का लुक देने के लिए आप इनका प्रयोग अकेले या आपस में एक दूसरे में मिला कर सकती हैं। इनमें से कुछ कलाओं को सीखना बेहद आसान है तो वहीं कुछ तरीकों में खूबसूरत लुक देना सीखने के लिए काफी अभ्यास की जरूरत पड़ती है।

- ब्रश आर्ट–ट्रिपल जीरो, फ्लैट, स्ट्रिपर, फैन, पंखे, स्लैंट ब्रश,
- मार्बलिंग / डाटिंग पेन, ग्लिटर्स
- डाटिंग पेन
- ग्लिटर्स
- डाटिंग पेन जेम स्टोन
- ग्लिटर्स, मायलर्स डेकल टैट
- वाटर नाखूनों को सजाने की कला
- स्ट्रिपिंग टेप
- स्पॉन्जिंग
- स्टैंपिंग डायमंड
- फ्वायल
- टैटू /थ्रीडी टैटू, ब्रश आर्ट
- ब्रश आर्ट

चित्र 6.12- विभिन्न नेल आर्ट (कला) की तकनीकें

जब नाखूनों को सजाने की कला की बात आती है, तो सभी प्रकार के काम करने के लिए एक ब्रश होना काफी नहीं है। एक सही ब्रश की मदद से, कोई तकनीशियन रंग मिश्रित छाया से लेकर पतली डिटेल लाईन और यहाँ तक कि शानदार फूल इत्यादि सभी कुछ बना सकते हैं।

डिटेल ब्रश /लाइनर ब्रश

यह छोटे स्ट्रोकों के लिए बहुत बढ़िया होता है, इन लाइनर ब्रशों का इस्तेमाल स्माइल लाइनों और डिटेल को बनाने के लिए किया जा सकता है। यह ब्रश तस्वीरों की रूपरेखा बनाने और आकृतियों को जोड़ने के लिए बिल्कुल सटीक है। यह ब्रश जटिल पेंटिंगों को बनाने के लिए बेहद जबर्दस्त नियंत्रण और परिशुद्धता प्रदान करता है। इसे नाखूनों पर तेंदुआ जैसे धब्बे, ज़ेबरा जैसी धारियाँ, फूल, कार्टून या आदिवासियों जैसे निशान आदि बनाने के लिए इस्तेमाल किया जा सकता है।

- **फ्लैट ब्रश /वन स्ट्रोक** – इस ब्रश को शेडर ब्रश के रूप में भी जाना जाता है। ये ब्रश नाखूनों पर लंबे लंबे फ्लूएड स्ट्रोक बनाने में मदद करते हैं। ये ब्रश ब्लेंडिंग और शेडिंग तथा वन स्ट्रोक पैटर्न बनाने में भी मदद करते हैं। इसके अलावा ये जेल आर्ट के लिए भी बेहद सहायक सिद्ध होते हैं।
- **स्ट्राइपर ब्रश** – नाखूनों को सजाने की कला के स्ट्राइपर ब्रश स्ट्राइपिंग और डिटेल करने के लिए एकदम सटीक पतले ब्रश होते हैं। लाइनों, चेकर नेल, नेटिंग और आउटलाईनिंग आदि की सहायता से नाखूनों को सजाने की कला डिजाइन बनाएँ।

चित्र 6.13- अलग अलग प्रकार के नाखूनों को सजाने की कला ब्रश

स्लैंटेड ब्रश – इसे सूक्ष्म प्वाइंट या जेल नाखूनों को सजाने की कला बनाने लिए प्रयोग किया जाता है, जिसमें मोटे मोटे स्ट्रोक की जरूरत होती है। स्लैंटेड नेल ब्रश जेल नेल पॉलिश के रंग को सम्मिश्रण करने और ढीले ग्लिटर को लगाने के कार्य के लिए भी जबर्दस्त होता है। सिर्फ एक हल्के से मूवमेंट के साथ आप बिल्कुल परफेक्ट पंखुड़ियों को बना सकते हैं।

फेन ब्रश – नाखूनों को सजाने की कला फैन ब्रश, नाखूनों पर छींटे बनाने या पंख जैसा प्रभाव पैदा करने हेतु नेल पॉलिश के रंगों का सम्मिश्रण करने और लेयर बनाने के लिए के लिए बेहद शानदार होते हैं। फैन ब्रश का इस्तेमाल पालिश की बौछार बनाने के लिए फ्लिक करने में भी किया जा सकता है।

मार्बल और डाटिंग

मार्बल और डाटिंग टूल सबसे अधिक उपयोगी नाखूनों को सजाने की कला उपकरणों में से एक है। यह पोल्का डॉट नेल के साथ ही साथ हर्ट फ्लावर नाखूनों को सजाने की कला डिजाइन बनाने का सबसे आसान तरीका है। आप संगमरमर का प्रभाव पैदा करने के लिए रंग को मिलाजुला कर भँवर बना सकते हैं।

अगर आप अपने नाखून के डिजाइन में स्फटिक और रत्नों का उपयोग कर रहे हैं तो मार्बलिंग और डाटिंग के उपकरण बहुत उपयोगी हो सकते हैं।

स्फटिक और रत्नों को बड़ी सफाई से उठाने और लगाने के लिए टाप कोट के छोटे छोटे बिंदुओं का इस्तेमाल करें। यह नाखूनों को सजाने की कला के उठाने और चिपकाने के लिए भी बेहतरीन है।

रत्न

रत्न भिन्न् भिन्न् प्रकार के आकार और रंगों में आते हैं। इन्हें किसी डिजाइन को हाईलाइट करने के लिए इस्तेमाल किया जाता है या बहुत अधिक मात्रा में लगा कर रत्नों के झिलमिलाने का प्रभाव पैदा किया जाता है। रत्न बहुत हद तक स्फटिक, फ्लैट स्टोन, फ्लैट बैक मोती, धातु के आकार का पत्थर और स्टड के समान होते हैं।

रत्न का निचला भाग सपाट होता है जो नाखून पर नेल ग्लू या गीले इनैमल की सहायता से चिपकाए जाते हैं, जिन्हें फिर स्पष्ट टाप कोट के एक और कोट के साथ सुरक्षित कर दिया जाता है। ग्राहक को बताएं कि स्पष्ट टाप कोट के एक और अतिरिक्त कोट से डिजाइन को सुरक्षित रहेने में मदद मिलेगी।

ग्लिटर

ग्लिटर ध्यान को खींचने वाला शानदार डिजाइन बना सकते हैं या फिर इन्हें किसी डिजाइन को शैली प्रदान करने के लिए इस्तेमाल किया जा सकता है। ये या तो नेल पॉलिश के रूप में मिलते हैं, या फिर चमकीले पाउडर के रूप में उपलब्ध होते हैं। अगर आप पाउडर का उपयोग का उपयोग कर रहीं हैं तो ऐसे में बिल्कुल स्पष्ट टाप कोट की आवश्यकता होगी। ग्लिटर में मनका बनाने के लिए स्पष्ट टाप कोट में एक बढ़िया डिटेलिंग ब्रश डुबाएं और बहुत ही थोड़ी सी मात्रा में ग्लिटर को उठाएं। अब उसे नाखून पर लगाएं और अपनी जरूरत के हिसाब से उसका आकार और रंग पेंट करें। तैयार डिजाइन को सील करने के लिए ऊपर एक अंतिम स्पष्ट कोट की आवश्यकता होगी।

मायलर

ये छोटे छोटे पाली के टुकड़े होते हैं जो कि प्रकाश को प्रतिबिंबित करते हैं। स्पष्ट पॉलिश का उपयोग कर, इन टुकड़ों को प्राकृतिक नाखून पर या अन्य रंगीन पॉलिशों पर पर सीधे लगाया जा सकता है।

वाटर डेकल्स

ये टैटू पानी में डुबाए जाने पर अपने कागज के आधार को छोड़ देते हैं। इसके बाद इन्हें प्राकृतिक नाखूनों पर या अन्य पालिशों किए गए नाखूनों पर सीधे लगाया जा सकता है।

टैटू /3 डी टैटू

इन्हें इनके कागज के आधार से सीधे उठा लिया जाता है और पॉलिश किए गए नाखून पर सीधे लगाया जा सकता हैं। 3 डी टैटू में अधिक आयाम होते हैं।लेकिन लगाने की प्रक्रिया बिल्कुल एक जैसी ही होती है।

वाटर मार्बलिंग नाखूनों को सजाने की कला

इस तकनीक में पानी की एक कटोरी में नेल पॉलिश की बूँदो को टपकाया जाता है और फिर नाखूनों के ऊपर रंगों को लगाने के लिए नाखूनों को उस पानी के माध्यम से गुजारा जाता है।

स्ट्रिपिंग टेप

इस तरीके में अलग अलग तरीके से लगाने का काम किया जाता है, जैसे फ्रेंच गाइड, नाखूनों को सजाने की कला आदि की तरह से हाईलाइट करना इत्यादि।

स्पान्जिंग

नाखून पर एक नरम स्पंज की सहायता से अलग–अलग रंगों का उपयोग करके भी नाखूनों को हाईलाइट किया जा सकता है।

स्टैम्पिंग

यह एक प्रकार की किट होती है, जिसमें स्टैम्पिंग स्टेम के साथ पहले से बनीं डिजाइनें और रंग मौजूद होते हैं। डिजाइनों को नाखूनों पर तुरन्त लगाया जा सकता है।

चित्र 6.14- नाखूनों पर स्टैम्पिंग करना

फवायल

इसमें एक चांदी का वर्क होता है जो कि साफ पॉलिश का उपयोग करके ज्यामितीय और अमूर्त आकार बनाते हैं।

जल आधारित एक्रिलिक पेंट

ये आसानी से बहुत उपलब्ध होते हैं और डिजाइन को पेंट करने के लिए यह एक बेहद उपयोगी और आसान तरीका है। अच्छी तरह से ढँकने के लिए, आमतौर पर रंग बोल्ड और अपारदर्शी होते हैं। ये अलग अलग तरह के ढेर सारे रंगों में उपलब्ध होते हैं और इन्हें एक साथ मिलाया जा सकता है। इनकी सहायता से जटिल डिजाइन या साधारण डॉट्स और धारियों को भी बनाया जा सकता है। चूँकि ये जल पर आधारित होते हैं इसलिए एक छोटी सी भूल से भी सारा बना बनाया काम चौपट हो सकता है। चमक और आभा के लिए स्पष्ट टाप कोट के साथ नाखूनों को सजाने की कला को फिनिश करें।

6.1.6 सेवा का रिकॉर्ड रखे जाने का कारण और महत्व

- वैसे तो ब्यूटी थैरिपिस्ट दिन में ढेर सारे ग्राहकों के साथ डील करती हैं, और जब बात यह याद रखने की आती कि उन्होंने कौन कौन सी सर्विस का उपयोग किया गया था तो आमतौर पर इनमें से अधिकतर इन बातों को याद रखने में काफी अच्छी होती हैं, फिर भी कोई भी चीज याद रखने में चूक नहीं होनी चाहिए। ग्राहकों का रिकॉर्ड कंप्यूटर या मैनुअल तरीके से संभाला जा सकता है। प्रत्येक ग्राहक के लिए एक अलग रिकॉर्ड रखा जाना चाहिए ताकि उन्हें ठीक से पहचाना जा सके और उन्हें उपलब्ध कराई गई सेवाओं को सही ढंग से दोहराया जा सके। इसमें प्रत्येक ग्राहक की व्यक्तिगत रूप से पहचान करने के लिए ग्राहक का नाम, पता, टेलीफोन नंबर इत्यादि जैसी जानकारियाँ भी अवश्य शामिल होनी चाहिए।
- ग्राहक द्वारा दिए गए सवाल और जवाब की सूची को शामिल करने के लिए परामर्श रिकॉर्ड भी अवश्य रखा जाना चाहिए। ग्राहक से हालिया चिकित्सीय हालत के बारे में या किसी भी अन्य कारण के बारे में अवश्य ही सवाल किया जाना चाहिए जिस कारण से उन्हें सेवा प्रदान करने से रोक दिया गया हो, जैसे किसी प्रकार का कान्ट्राइंडिकेशन। एक सहायक नेल तकनीशियन के रूप में आपको त्वचा और नाखून की उन आम स्थितियों पहचान करने में सक्षम होना चाहिए, जिनमें सेवाओं को करने से रोका या मना किया जा सकता है, लेकिन यह हमेशा किसी वरिष्ठ थैरिपिस्ट के देखरेख और मार्गदर्शन के तहत किया जाए
- ग्राहकों के रिकॉर्ड में ग्राहक की त्वचा और नाखूनों की वर्तमान हालत और सेवा के दौरान तथा घर पर इस्तेमाल किये जाने वाले उत्पादों को अवश्य शामिल करना चाहिए। एक सहायक नेल तकनीशियन के रूप में, सही उत्पादों का चयन करने के लिए आपको त्वचा और नाखून की स्थिति का आकलन करने में सक्षम होना चाहिए।
- ग्राहक द्वारा रिकार्ड कार्ड पर हस्ताक्षर किया जाना भी बेहद जरूरी है, ताकि पुष्टि हो सके कि जो भी दर्ज किया गया है तथा जो सेवा प्रदान की जानी ग्राहक उससे पूरी तरह खुश एवं संतुष्ट है। आप अपनी सेवा के स्तर में सुधार करने में मदद करने के लिए ग्राहक की प्रतिक्रिया रिकॉर्ड करना भी पसंद कर सकते है।
- प्रत्येक ग्राहक के रिकॉर्ड को बेहद कायदे के साथ और बहुत अच्छी तरह से पूरा किया जाना चाहिए तथा प्रत्येक सेवा के अंत में उसे अप टू डेट किया जाना चाहिए। याद रखें, यदि नेल तकनीशियन, बीमार है, छुट्टी पर है या सैलून छोड़ देती है तो ऐसे में ये विवरण ग्राहक का ट्रीटमेंट करने में किसी और नेल तकनीशियन के लिए बहुत मददगार साबित होंगे।
- इससे आपको अपने कार्यस्थल को तैयार करने और सेटअप करने में मदद मिलेगी क्योंकि ग्राहक का रिकॉर्ड आपको बता देगा कौन कौन से उत्पाद और उपकरण सेवा के लिए आवश्यक हैं।

सार

नाखूनों की खूबसूरती बढ़ाने से संबधित सेवाओं में शामिल हैं, क्षतिग्रस्त नाखूनों की मरम्मत करना, कृत्रिम नाखून उपलब्ध कराना, नेल टिप्स और नाखूनों को कलात्मक रूप देना इत्यादि।

कृत्रिम नाखूनों को बनाने के दो मुख्य तरीके हैं –

- टिप्स
- फार्म

नाखूनों को निखारने के लिए कुछ महत्वपूर्ण नुस्खे इस प्रकार हैं :

- नेल ओवरले
- नेल एक्सटेंशन
- नाखूनों को सजाने की कला
- नेल स्टैंप
- नेल स्टिकर
- गोटे

ग्राहकों के लिए परामर्श : दो प्रकार के कम्यूनिकेशन होते है जिससे आपको परिचित होना जरुरी है :

गैर मौखिक संवाद – इस तरीके से आप ग्राहक से बात किए बिना ही यह जता देते हैं कि आपको कैसा महसूस हो रहा है।

मौखिक संचार – यह आप के द्वारा ग्राहक के साथ की जाने वाली बातचीत है।

नेल टिप्स और उन्हें लगाने का कार्य : कृत्रिम नाखून टिप्स की लोकप्रियता दिनोंदिन बढ़ती जा रही है। कृत्रिम नाखून टिप्स, मुख्य रूप से दो प्रकार के होते हैं – जेल और एक्रिलिक

- **जेल** – जेल नेल टिप्स दिए यूवी लैंप में रखने पर सख्त हो जाते हैं।
- **एक्रिलिक** – एक्रिलिक लगे नाखून हवा के संपर्क में आने पर कठोर हो जाते हैं।

नेल टिप को लगाने के उपकरण

नेल डेस्क को तैयार करना

- टेरी टावेल
- हैंड रेस्ट/ टेरी टावेल
- ढक्कन और लाइनर के साथ धातु का डिब्बा
- कठोर सतह वाला कीटाणुनाशक
- उपयुक्त कुर्सियाँ और नेल टेबल

डिस्पोजेबल

- लिंट /काटन वूल का पैड
- कागज के तौलिया का रोल
- टूथपिक या लकड़ी की सींक

औजार और उपकरण

- त्वचा के लिए स्टील का पुशर या भोजवृक्ष का तिनका
- त्वचा की चिमटी
- एमरी बोर्ड (100 से 120 ग्रिट तक)
- ब्लॉक बफर (100 से 120 ग्रिट तक)
- टिप क्लिपर
- नेल की सफाई हेतु ब्रश
- पूफी ब्रश

उत्पाद

- हैंड सैनिटाइजर
- एसीटोन मुक्त रिमूवर
- इंस्टैंट नेल ग्लू
- नेल टिप्स

नेल टिप को लगाए जाने से पहले किए जाने वाले कार्य

- कठोर त्वचा को पीछे पुश करें
- चमक हटाने के लिए नाखून को बफ करें
- मुक्त किनारों को आकार प्रदान करें
- नेल टिप का आकार
- नेल ग्लू लगाएं
- टिप्स को स्लाइड करें
- टिप का सम्मिश्रण करना
- नेल टिप्स को आकार देना

नाखूनों को सजाने की कला : नाखूनों को सजाने का एक रचनात्मक तरीका है। यह वह कला है जो उंगलियों और पैर के नाखूनों पर की जाती है।नाखूनों को सजाने की कला नेल तकनीशियन के काम का एक रोमांचक हिस्सा है। नाखूनों को सजाने की कला तकनीक में शामिल हैं:

- ब्रश आर्ट–ट्रिपल जीरो, फ्लैट, स्ट्रिपर, फैन, पंखे, स्लैंट ब्रश,
- मार्बलिंग/डाटिंग पेन
- ग्लिटर्स
- मायलर्स,
- डेकल टैटू,
- जेम स्टोन /डायमंड, , ,
- वाटर नाखूनों को सजाने की कला,
- स्ट्रिपिंग टेप
- स्पान्जिंग
- स्टैंपिंग
- फ्वायल
- टैटू /थ्रीडी टैटू,
- ब्रश आर्ट

सेवा का रिकॉर्ड रखे जाने का कारण और महत्व

- सेवा का रिकॉर्ड रखे जाने का कारण और महत्व
- ग्राहकों का रिकॉर्ड कंप्यूटर या मैनुअल तरीके से संभाला जा सकता है।

ग्राहकों के रिकॉर्ड में ग्राहक की त्वचा और नाखूनों की वर्तमान हालत और सेवा के दौरान तथा घर पर इस्तेमाल किये जाने वाले उत्पादों को अवश्य शामिल करना चाहिए।

- ग्राहक द्वारा रिकार्ड कार्ड पर हस्ताक्षर किया जाना भी बेहद जरूरी है, ताकि पुष्टि हो सके कि जो भी दर्ज किया गया है तथा जो सेवा प्रदान की जानी ग्राहक उससे पूरी तरह खुश एवं संतुष्ट है।
- प्रत्येक ग्राहक के रिकॉर्ड को बेहद कायदे के साथ और बहुत अच्छी तरह से पूरा किया जाना चाहिए तथा प्रत्येक सेवा के अंत में उसे अप टू डेट किया जाना चाहिए।

अभ्यास

1. कृत्रिम नाखूनों के तीन प्रकारों की सूची दें।

क) ________________________________

ख) ________________________________

ग) ________________________________

2. नाखूनों को सजाने की कला के दौरान इस्तेमाल की जाने वाली कम से कम 3 प्रकार सामग्रीयों की सूची बनाएं।

क) ________________________________

ख) ________________________________

ग) ________________________________

3. नाखूनों को सजाने की कला के दौरान इस्तेमाल की जाने वाली कम से कम 3 प्रकार की तकनीकों की सूची बनाएं।

क) ________________________________

ख) ________________________________

ग) ________________________________

d) ________________________________

नोट्स

सत्यमेव जयते
GOVERNMENT OF INDIA
MINISTRY OF SKILL DEVELOPMENT
& ENTREPRENEURSHIP

N·S·D·C
National
Skill Development
Corporation
Transforming the skill landscape

Skill India
कौशल भारत - कुशल भारत

7. व्यावसायिक और भाषा कौशल

B&WSSC
BEAUTY & WELLNESS
SECTOR SKILL COUNCIL

यूनिट 7.1- व्यावसायिक कौशल
यूनिर्ट 7.2- भाषा कौशल

BWS/N9003

इस मॉड्यूल से मिलने वाली महत्वपूर्ण जानकारी

इस मॉड्यूल के अंत में आप समर्थ होंगें:

1. ग्राहकों के साथ बातचीत करते समय एक पेशेवर व्यवहार करने मे
2. भाषा कौशल मे

यूनिट 7.1: व्यावसायिक कौशल

यूनिट उद्देश्य

इस यूनिट के अंत में आप समर्थ होंगे

1. ग्राहकों के साथ बातचीत करते समय एक पेशेवर व्यवहार करने मे

7.1.1 परिचय

एक असिस्टेंट नेल टक्निशियन में कैरियर शुरू करने के लिए व्यावसायिक गुण होना ज़रूरी है काम मे हुनर व्यक्ति के स्वयं को प्रेरित करने को बताता है और काम व्यावसायिक तरीके से करने का तरीका दिखता है, और उसके स्वयं मूल्यांकन की सक्षमता को बताता है। ये विशेषताएं निर्धारित करनी आवश्यक हैं क्योंकि ये एक व्यक्ति के इंडस्ट्री में सफलता दिलाने में सहायक सिद्ध होती हैं। स्व प्रेरणा बिना किसी व्यक्ति से प्रभावित हुए इच्छा,उम्मीद और लक्ष्य को पूरा करने की क्षमता है। अपने सैलून के बिजनेस के लिए एक कोड को विकसित करना और उसको ही फॉलो करना तुम्हे अपने कर्मचारियों के लिए माहौल को तैयार करने में मदद करता है, अपने ग्राहकों को सर्वोत्तम मानने के लिए आश्वस्त करें और अपने सैलून को एक प्रतिष्ठित कार्यस्थल के रूप में स्थापना बनाये।

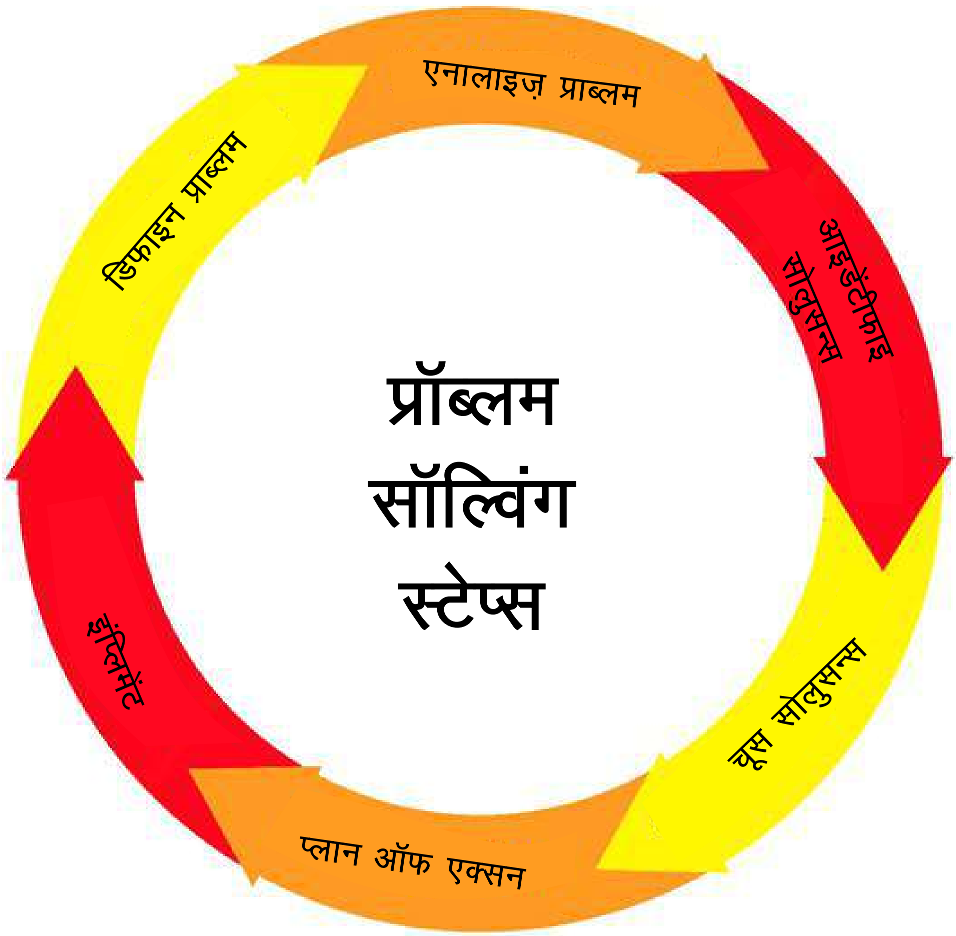
चित्र 7.1- परफार्मेंस के मुख्य घटक : ज्ञान, कौशल और क्षमता

7.1.2 निर्णय लेना और समस्या को सुलझाना

समस्या को सुलझाना हर काम की एक ज़रूरी हिस्सा है। एक सहायक नेल टक्निशियन. के रूप में आपको अनेको समस्याओं का सामना करना पड़ेगा और जिनका आपको निर्णय आप लेना होगा। जैसे कि– उपकरणों के टूटने और ठीक से न काम करने कि परेशानी, असुरक्षित और उनको दूर करने के लिये निर्णय करना होगा।
निर्णय लेने और समस्याओं को सुलझाने के तरीकें।

7.1.2 निर्णय लेना और समस्या को सुलझाना

1. देखें कि क्या परेशानी है।
2. समस्या की पहचान करना।
3. वैकल्पिक समाधान को तैयार रखना।
4. हर एक समाधान का सही और गलत का मूल्यांकन करें और सबसे अच्छा विकल्प चुने।
5. चुने गए समाधान को विचार करके सबसे अच्छे विकल्प को चुनना।
6. समाधान का मूल्यांकन करें।



चित्र 7.2- समस्या समाधान के उपाय

इस स्थिति पर विचार करे :

एक क्रोधित ग्राहक आपके सैलून में आती है और शिकायत करती है कि जो मेनिक्योर अपने उस पर कल किया था उसके बाजुओं पर गंभीर चकत्ते हो गएँ हैं। वो बहुत क्रोधित है और अपने पैसे वापस मांग रही है। पर ऐसा करना आप के बस में नहीं है, तो यहाँ आपके लिए कुछ दिशा निर्देश हैं जो आपके ऐसी स्तिथि को सुलझाने में मदद करेंगे।

1. ग्राहक का बात ध्यान से सुने और उनको ठीक से बैठने को कहे।
2. उनको आराम से बैठने को कहे और बताएं कि आप किसी अधिकारी को उस से बात करने के लिए भेज रहे है।
3. अपने मालिक को सूचित करें कि रिसेप्शन पर ग्राहक आया हुआ है जो उनसे बात करना चाहती है अपने पहले पर्म (बलों से जुड़ा) करने से आई परेशानी के बारे में बात करना चाहती है।
4. इसके बाद आपको अपने प्रबंधन/ सीनियर को स्तिथि के बारे अधिकाधिक विस्तार से बताए कि ताकि आपका प्रबंधन/ सीनियर उस ग्राहक से पूरी जानकारी सहित बात कर सके।
5. आपको उस महत्वपूर्ण बातचीत में उपस्थित होना चाहिए जिस से कि आपको पता चले कि परेशानी क्या है और ऐसी परेशानी से कैसे निपटा जाये।
6. बातचीत में तभी बोलना चाहिए जब बोलना के लिये कहा जाये।

यहाँ कुछ ज़रूरी चीज़ें बतायी गयी है जिनको आप को नही करना चाहिये

- ग्राहक से क्रोधित न हो।
- उस से रूखा न बोलें और ऐसा न कहें कि उसकी बाजु (हाथ) पर कुछ नहीं हुआ है।
- झूठ न बोले और ऐसा न कहें कि आज उस से बात करने के लिए कोई नहीं है ऐसा उस स्थिति में भी हो सकता है जब ग्राहक तय समय के बाद आये।

दूसरी स्तिथि में एक और ग्राहक आपके सैलून में आता है बिना अनुमति के तो उस से ऐसा न जताएं कि उसका स्वागत नहीं किया गया और जितना मिलनसार हो सकें उतना मिलनसार व्यवहार करें। अगर उस समय में उस व्यक्ति के लिए समय निकलना बहुत मुश्किल हो तो उसको बाद के लिए समय र्निधारित करें। ये वहां भी लागू होता है जहाँ ग्राहक र्निधारित समय से देरी से आया है और थेरेपिस्ट के पास समय नहीं है। पुनरसमय निर्धारण दोनों ही स्तिथि में काम करता है। स्टाफ के बीमार होने कि वजह से ग्राहकों की समय में फेर बदल किया जा सकता है। यदि आप अपने ग्राहक से हमेशा खुले और वास्तविक क्षमाप्रार्थी तरीके से बात करेंगे तो अधिकतर ग्राहक समस्या को समझेगें। जब ग्राहक बुकिंग बदले तो भी लचीले रहें। अगर समय अनुमति दे और ग्राहक कि जरूरतें पूरी करनी हो तो ऐसा करें। रिसेप्शनिस्ट को जागरूक रखें ताकि टाइम स्लॉट दो बार बुक न हो। लचीलापन नए और दोहरे व्यापर को दर्शाता है।

7.1.3 नियोजन और आयोजन

योजना में उद्देश्य की स्थापना और उन उद्देश्यों को पाना शामिल होता है। आयोजन प्रबंधन का काम है जिसमे संगठनात्मक संरचना को विकसित करना और मानव संसाधन को उन उद्देश्यों को पूरा करना होता है। अपने काम की योजना बनाने के लिए आपको उस काम को प्राथमिकता देनी होगी और उसे समय पर पूरा करना होगा।

कार्य की प्राथमिकता:

कुशल कार्य हेतु हमे अपने काम को प्राथमिकता देनी होगी। देखतें है क्या मुमकिन कदम हो सकते हैं।

पहला कदम होगा कार्य को गिनना। इसके बाद कार्य करने की सूची तैयार करें, यह सूची रोजाना तैयार करें। यहाँ रोजाना या साप्ताहिक तौर पर सामान्य कार्य होंगे जिन्हें रोजाना ख़तम किया जा सकता है। जैसे आपको नया कार्य दिया जाये उसे सूची में जोड़ें। जब आप अपनी कार्य सूची को पूरा कर चुंकेंगे तो आप अपने कार्य को महत्वता के आधार पर कर पाएंगे। ग्राहक की पूछताछ पर काम करना शेल्फ पर सामान लगाने से ज्यादा ज़रूरी है।

अपने ग्राहक को बिल देना अपने सहकर्मी से बात करने से ज़रूरी है। कुछ काम समय सीमा पूरे होने से पहले करना आवश्यक हैं जैसे–कार्य स्थल की साफ़ सफाई और उसे अगले दिन के लिए तैयार करना। इसे कहते है कार्य की प्राथमिकता।

एक सहायक नेल टक्निशियन के रूप में आपको :

- सर्विस फीडबैक फाइल्स/दस्तावेजों की योजना और परियोजना।
- ब्यूटी सैलून प्रक्रिया के सामान्य कार्यो की योजना और प्रबंधन करना।
- ग्राहक के कार्यक्रम और बुकिंग को समझना और उसके अनुसार कार्य स्थल, उपकरण और सामान के स्टॉक का प्रबंधन करना।
- ग्राहक, उसके इलाज और सामान के स्टॉक का प्रबंधन करना।
- प्रतिक्रियाओं को सही दिशा में लेना और कमियों को दूर करना।

7.1.4 समय प्रबंधन

समय प्रबंधन–मतलब होता है समय का सही ढंग से प्रबंधन करना ताकि सही कार्य को सही समय मिल सके। प्रभावी समय प्रबंधन एक व्यक्ति को कार्य की प्राथमिकता अनुसार उसका समय देना होता है। समय प्रबंधन का मतलब है समय का सही उपयोग क्योंकि समय सीमित होता है।

प्रभावी समय प्रबंधन में शामिल होता है:

- लक्ष्य और उद्देश्यों को पूरा करने के लिए प्रभावी योजना
- गतिविधियों और जिम्मेदारियों के प्रतिनिधि चुनने की प्राथमिकता
- सही गतिविधि पर सही समय बिताना और समय को चुराने वाली गतिविधियों जैसे की गप्पे करने और लंबे चाय के समय लेने से बचना

चित्र 7.3- समय प्रबंधन

आपकी प्राथमिकता बहुत ही स्पष्ट होनी चाहिए– ग्राहक की सेवा हो या रोजमर्रा के काम। तो आपकी सूची में सबसे अधिक प्राथमिकता ग्राहकों की सेवा होनी चाहिए । व्यक्तिगत प्रभाव का सबसे बड़ा दुश्मन समय गवाने वाले काम हैं । जिनमे ये शामिल हैं

- अव्यवस्थित होना– बिना सोचे और बिना योजना बनाये काम को शुरू करना ।
- मना नहीं कर सकना । बहुत ज्यादा बोलना मतलब कुछ भी नहीं कर सकना ।
- व्यक्तिगत फ़ोन कॉल करना । आप काम पर है । आपके फ़ोन कॉल अर्जेंट या जरुरी कॉल तक सीमित होने चाहिए ।
- दिशा निर्देश को सुनने और समझने में असफल होना।
- काम को अधूरा छोड़ना । करने की इच्छा न होना, या बोर हो जाना।
- आसानी से भटक जाना या फिर स्टाफ के साथ व्यक्तिगत बातों में समय नष्ट करना।

एक व्यस्त सैलून में आपसे एक से अधिक अलग अलग सर्विसेज को करने के लिए कहा जा सकता है या निर्देशित किया जा सकता है।

आपकी मदद के लिए यहाँ कुछ दिशा निर्देश दिए हुए हैं:

- जो काम आपको करने के लिए कहे गए हैं उनकी सूची बनाना।
- किसी उचित व्यक्ति को दिखाएँ की अपने सब कुछ सही प्रकार से लिखा है।
- पूछे कि किन कार्यो कि प्राथमिकता है अर्थात कि किन कार्यों को पहले करना है।
- जिन काम को आप कर चुकें उन्हें टिक लगा दें।
- अगर आप किसी काम को करने से पहले अनिश्चित हैं तो अपने सहकर्मी से पूछ लें।
- यदि आपके लिए सूची छोड़ दी गयी है और आपको समझ नहीं आ रहा है तो अपने सहकर्मी से पूछें कि उसमे क्या लिखा है । जरुरी और अति आवश्यक मैट्रिक्स के साथ

ये मैट्रिक्स आपको अपने लक्ष्यों और समय की योजना और परियोजना में मदद करेगा जिस से आप कंपनी की उम्मीदों पर खरा उतर सकेंगे।

चित्र 7.4- महत्वपूर्ण मेट्रिक्स

ये मैट्रिक्स आपको ये समझने में मदद करेगा:

1- क्या करना चाहिए?
2. क्या योजना बनाई चाहिए ?
3. क्या रोकना चाहिए?
4. किसे छोड़ना चाहिए?

1. आवश्यक व जरुरी कार्य

अब करें

- ग्राहकों की आपात स्तिथि और शिकायतें
- सीनियर की मांग
- योजित काम
- सीनियर और सहकर्मियों साथ मीटिंग्स

गैर–जरुरी लेकिन महत्वपूर्ण काम :

नकारें और स्पष्ट करें:

दूसरों के गैर–जरूरी अनुरोध
स्पष्ट आपात स्तिथि
काम के दौरान गलतफहमी

3. गैर गैर–जरूरी अनुरोध परंतु आवश्यक काम

उन्हें करने की योजना
सामान को स्टोर में प्रदर्शित करने की योजना
रोजमर्रा की गतिविधियों का समय निर्धारण करना
इन्वेंटरी करना
ग्राहकों के विवरण का प्रबंधन

4. गैर महत्वपूर्ण और गैर जरुरी काम

विरोध और संघर्ष
आरामदायक गतिविधियां
कंप्यूटर गेम्स , नेट सर्फिंग
धूम्रपान के लिये काम से बार–बार ब्रेक
गैर–ज़रूरी और बेकार की चीजें पढ़ना

7.1.5 ग्राहक केंद्रित

ग्राहक केंद्रित का मतलब यह नहीं कि आप वहां उपस्थित हों, स्टोर खोलें, समान लगाये और किसी को पैसे इकठ्ठा करने के लिए रखे। ग्राहक केंद्रित होने का मतलब है कि आप उस ग्राहक के लिए सब कुछ करें जिस वातावरण में रखा है और जिस तरीके से आपने उसकी सेवा की है वो केंद्रीय तरीका है और ग्राहक अनुभव आपके सैलून में भी इसमें आता है। और ये पहुँच केवल बाहरी ग्राहकों(रोजाना वाले ग्राहक, अक्सर आने वाले ग्राहक आदि) के लिए नहीं है बल्कि आंतरिक ग्राहकों (सहकर्मी आदि) के लिए भी है ।

एक सहायक नाखून तकनीशियन होने के नाते, आपको :

- अच्छी सेवा, विनम्रता और अच्छे व्यक्तित्व के लिए प्रतिबद्ध होना ज़रूरी है।
- आपमें उन ग्राहकों से अच्छे रिश्ते रखने का कौशल होना चाहिए जो तनाव में , निराश , उलझे हुए क्रोधित हैं ।
- ग्राहक से सम्बन्ध बनाने में सक्षम और ग्राहक केंद्रित कौशल का इस्तेमाल करना चाहिए।
- साफ सुथरी व्यावसायिक पौषक, सफाई से बने हुए बाल, बंधे हुए जुटे, व्यक्तिगत स्वच्छता और साफ सफाई, और मुँह की स्वच्छता (साफ़ दांत, ताजी साँसें) रखना चाहिए।
- कार्य स्थल कि स्वचता को बनाये रखना और सैलून में कानूनी स्वस्थ और सुरक्षा के मापदंडो का पालन और लागू करना चाहिए।
- हाथों को कीटाणु मुक्त करना और कार्य कि जगहों को साफ़ रखना, डिस्पोजेबल सामान और उपकरणों को स्टरलाइज़ रखना ।
- भंडारण / निपटान /प्रबंधन/ आग से बचाव/घटना, स्वच्छता पर अमल, कबाड़ का निपटान और वातावरण कि सुरक्षा करने में सक्षम होना चाहिए ।
- उपकरणों और औजारों का सही रख रखाव, इस्तेमाल और भण्डारण करना जिस से कि आप उत्पादक के निर्देशों का पालन कर सकें ।

यूनिट 7.2: भाषा कौशल

यूनिट उद्देश्य

इस यूनिट के अंत में, आप समर्थ होंगे :

1. भाषा कौशल कि जरूरतों और महत्व को बताने में

7.2.1 परिचय

एक सहायक नेल टक्निशियन के रूप में आपका ग्राहक के साथ काम होता है। अतः आप जिस तरीके से बोलते हैं, सुनते हैं और अपने ग्राहक को समझते हैं वो बहुत महत्वपूर्ण हो जाता हैं। यह काम या क्षेत्र आपके सुनने,बोलने,पढ़ने और लिखने के कौशल पर निर्भर करता है।

सुनना:अपने ग्राहक पर अपने कान और आँखों को केंद्रित कर के सुने जिस से कि आप समझ सकें कि वो क्या बोलना और कहना चाह रहा है। अपने ग्राहक कि नौकरियों, गतिविधियों और पारिवारिक जिंदगी के बारे में भी बाते करने से आपको पता चलेगा कि उसके लिए क्या सही है। जैसे कि–एक लड़की पार्टी के लिए तैयार होना चाहती है और पार्टी कि थीम के बारे में आपको बता रही है तो उसको सतर्कता से सुनने से आपको मेक–अप करने का तरीका समझ आ जायेगा और उसकी जरूरत भी पूरी हो जायेगी ।

बोलना: बोलना अपनी बातों को दूसरे को संचारित करना का तरीका है जिसे एक व्यक्ति अपने शब्द और आवाज को प्रयोग कर पूरा करता है। एक सहायक नाखून तकनीशियन प्रभावित वादक हो तो वो अपने ग्राहकों को आसानी से अपने सामान और सर्विसेज के लिए अपने शब्दो द्वारा प्रभावी और अन्य सर्विसेज के लिए यकीन दिला सकता है।

एक सहायक नाखून तकनीशियन के रूप में आपको होना चाहिए:

- अपने से कर्मियो के साथ कार्य सूची, समय प्रबंधन, और काम के भार की चर्चा करे।
- अपने से कर्मियो के साथ कार्य सूची, समय प्रबंधन, और काम के भार की चर्चा करे।
- ग्राहकों से सही से सवाल करें जिस से कि आप उनकी समस्या को समझ सकें और समाधान निकल सकें।
- अपने मुवक्किल/ग्राहकों को काम के बारे में सेवा देने के दौरान जानकारी देते रहना।
- संवाद करते वक्त शब्दजाल या खिचड़ी शब्दों का प्रयोग करने से बचे, जबतक इनकी जरुरत न हो।
- ग्राहक के सम्मान को ध्यान में रखते हुए शालीन, सम्मान जनक और संवेदनशील बने रहे।
- अपने ग्राहक से विनम्र तरीके से बात करें और उनके साथ पेशेवर सम्बन्ध स्थापित करें।
- ग्राहक से आम भाषा में बातचीत करे और ग्राहक की गोपनीयता बनाये रखें।

चित्र 7.5- प्रभावी संचार

पढना : पढ़ने एक ऐसी क्षमता है जो एक व्यक्ति को स्वतंत्र रूप से पढ़ना और सन्देश द्वारा बातचीत करने में समर्थ बनाती है।

एक सहायक नेल टक्निशियन को जरुरत है :

1.अपने काम से जुड़ी जानकारी को पढ़कर अपडेट करते रहे।

2.अपने ग्राहकों की लिखित पूछताछ को पढ़ें।

3.अपने पढ़ने के कौशल को बिल पढ़ने और उसका विश्लेषण करने में इस्तेमाल करें की कही कोई गड़बड़ तो नहीं है।

4अपने पढ़ने के कौशल को बिल पढ़ने और उसका विश्लेषण करने में इस्तेमाल करें की कही कोई गड़बड़ तो नहीं है।

5.अपने को अपडेट रखने के लिए ब्रोकरेस, पैम्फ्लेट्स और उत्पादों की सूची नियमित पढ़ते रहे।

6.जानकारी को लिखें और पढ़ें जिस से की आप प्रक्रियाओं, तकनीक, रिकाड्र्स, नीतियों और प्रक्रियाओं को समझ सकें।

समझ :जब आप अपने ग्राहक को सुन रहे है और उनकी जरूरतों के बारे में परामर्श ले रहे होतें हैं तो सब को संक्षिप्त कर लें ताकि आप उनको दोबारा बता सकें। यदि चीज़ें अभी भी समझ न आएं तो उनसे अच्छे से प्रश्न करें और समझें और उन्हें दिखाएँ की स्टाइल कैसा लगेगा। अपने मुवक्किल को अपने आप को समझने में मदद करें और ध्यान रखें की आप स्पष्ट बोले और विशिष्ट शब्दों का प्रयोग करें। ग्राहक ग़लत भाषा का इस्तेमाल न करें। यदि आपसे आपके ग्राहक ने कहा है कि उसे अपने बालों का वजन पीछे से घटना है और आपको लगे कि उसने आपको अपने बाल काटने को कहा है परंतु असलियत में उन्होंने बस बालों को पतला करने को कहा था तो ये इससे वह खुश नही ग्राहक के रूप में प्रस्तुत होगा।

लिखाई :लिखाई संचार का वो माध्यम है जिसमे संचार संवाद लिखकर और प्रतीकों के माध्यम से किया जाता है।

- एक सहायक नाखून तकनीशियन के रूप में आपको जरुरत है कि :
- ग्राहक के रिकाड्र्स, इलाज, सूची को अपडेट करना और बंद करना, उत्पादों के स्टॉक का रिकॉर्ड रखना।
- जानकारी को लिखें और पढ़ें जिस से की आप प्रक्रियाओं, तकनीक, रिकाड्र्स, नीतियों और प्रक्रियाओं को समझ सकें।

चित्र 7.6 रिकाड्र्स रखना

सार

एक असिस्टेंट नेल टक्निशियन में कैरियर शुरू करने के लिए व्यावसायिक गुण होना ज़रूरी है काम मे हुनर व्यक्ति के स्वयं को प्रेरित करने को बताता है और काम व्यावसायिक तरीके से करने का तरीका दिखता है, और उसके स्वयं मूल्यांकन की सक्षमता को बताता है।

पहला महत्वपूर्ण मूलभूत :

- स्व प्रेरणा
- स्व प्रेरणा वो क्षमता जो बिना किसी व्यक्ति से प्रभावित हुए इच्छा, उम्मीद, या लक्ष्य को पूरा करती है।

निर्णय लेना और समस्या को सुलझाना

एक सहायक नाखून तकनीशियन के रूप में आपको अनेको समस्याओं का सामना करना पड़ेगा जिनका आपको निर्णय लेना होगा :

1. देखें कि क्या परेशानी है ।
2. दिक्कत को पहचानें ।
3. वैकल्पिक समाधान उत्पन्न करें।
4. हर एक समाधान का सही और गलत तोलें और सबसे अच्छा विकल्प चुने ।
5. चुने गए समाधान को लागू करे ।
6. समाधान का मूल्यांकन करें।

यहाँ कुछ ऐसी चीज़ें हैं जो आपको नहीं करनी चाहिए।

- ग्राहक से क्रोधित न हो ।
- उस से रूखा न बोलें और ऐसा न कहें कि उसकी बाजु पर कुछ नहीं हुआ है।
- झूट न बोले और ऐसा न कहें कि आज उस से बात करने के लिए कोई नहीं है और उस से आपके सैलून के बंद वाले दिन आने का आग्रह न करें।

नियोजन और आयोजन

योजना : में उद्देश्य की स्थापना और उन उद्देश्यों को पाना शामिल होता है।

आयोजन :प्रबंधन का काम है जिसमे संगठनात्मक संरचना को विकसित करना और मानव संसाधन को उन उद्देश्यों को पूर्ण करने का आवंटन किआ जाता है।

कार्य की प्राथमिकता

कार्य की प्राथमिकता तय करते समय ध्यान रखने वाले तथ्य:

- अपने ग्राहक को बिल देना अपने सहकर्मी से बात करने से जड़ जरुरी है।
- कुछ काम समय सीमा पूरे होने से पहले करने आवश्यक हैं जैसे–कार्य स्थल की साफ़ सफाई और उसे अगले दिन के लिए तैयार करनाद्य इसे कहते है कार्य की प्राथमिकता।
- इसे कहते अपने कार्य को प्राथमिकता देना।
- एक सहायक नेल तकनीशियन के रूप में आपको
- सर्विस फीडबैक फाइल्स/दस्तावेजों की योजना और परियोजना।
- ब्यूटी सलून प्रक्रिया के सामान्य कार्यो की योजना और प्रबंधन करना।
- ग्राहक के कार्यक्रम और बुकिंग को समझना और उसके अनुसार कार्य स्थल, उपकरण और सामान के स्टॉक का प्रबंधन करना।
- ग्राहक, उसके इलाज और सामान के स्टॉक का प्रबंधन करना।
- प्रतिक्रियाओं को सही दिशा में लेना और कमियों को विकसित करना।

समय प्रबंधन : मतलब होता है समय का सही ढंग से प्रबंधन करना ताकि सही कार्य को सही समय मिल सके।

प्रभावी समय प्रबंधन में शामिल होता है

- लक्ष्य और उद्देश्यों को पूरा करने के लिए प्रभावी योजना.
- गतिविधियों और जिम्मेदारियों के प्रतिनिधि चुनने की प्राथमिकता.
- सही गतिविधि पर सही समय बिताना और समय को चुराने वाली गतिविधियों जैसे की गप्पे हकन और लंबे चाय के चुसके लेने से बचना।

ग्राहक केंद्रित :ग्राहक केंद्रित का मतलब यह नहीं कि आप वहां उपस्थित हों, स्टोर खोलें, सामान लगाना, और किसी को पैसे इकठ्ठा करने के लिए रखना। ग्राहक केंद्रित होने का मतलब है कि आप उस ग्राहक के लिए सब कुछ करें जिस वातावरण में रखा है और जिस तरीके से आपने उसकी सेवा की है वो केंद्रीय तरीका है और ग्राहक अनुभव आपके सैलून में भी इसमें आता है।

सुनना :अपने ग्राहक पर अपने कान और आँखों को केंद्रित कर के सुने जिस से आप समझ सकें कि वो क्या बोलना और कहना चाह रहा है। अपने ग्राहक कि नौकरियों, गतिविधियों और पारिवारिक जिंदगी के बारे में भी बटीं करने से आपको पता चलेगा कि उसके लिए क्या सही है।

बोलना :बोलना अपनी बातों को दूसरे को संचारित करना का तरीका है जिसे एक व्यक्ति अपने शब्द और आवाज को प्रयोग कर पूरा करता है।

पढ़ना :पढ़ने एक ऐसी क्षमता है जो एक व्यक्ति को स्वतंत्र रूप से पढ़ना और सन्देश द्वारा बातचीत करने में समर्थ बेनंती है।

समझ: जब आप अपने मुवक्किल को सुन रहे है और उनकी जरूरतों के बारे में परामर्श ले रहे होतें हैं तो सब को संक्षिप्त कर लें ताकि आप उनको दोबारा बता सकें।

लिखाई : लिखाई संचार का वो माध्यम है जिसमे संचार शिलालेख और प्रतीकों के माध्यम से संकेत करता हैद्य

अभ्यास

1. निर्णय लेने और समस्या को सुलझाने के क्या कदम हैं?

2. एक सहायक नेल तकनीशियन के लिए समय प्रबंधन का क्या महत्व है?

3. ग्राहक केंद्रित होने का क्या मतलब है?

4. एक सहायक नेल तकनीशियन के लिए विश्लेषणात्मक और महत्वपूर्ण सोच रखना क्यों जरुरी है?

व्यावहारिक अभ्यास

1. अपने कार्य जीवन के कोई भी निर्णय का एक निर्णय टेम्पलेट बनायें?

2. एक अति आवश्यक जरुरी मैट्रिक्स स्वयं बनायें।

3. ग्राहक के साथ सम्बन्ध बनाने के लिए क्या करें क्या न करें ?

व्यावहारिक गतिविधियां

1.चार के ग्रुप चर्चा करें की आप उस ग्राहक से कैसे बात करेंगे जो आपसे मेनिक्योर के पैसे पूछने आया है। बताएं की आप उससे किस प्रकार बातचीत करेंगे, उसे क्या विवरण देंगे और उसे कैसे यकीन दिलाएंगे की आप उसे सबसे अच्छी सर्विस प्रदान करेंगे। दो लोग ग्राहक हो सकतें हैं और बाकि दो सहायक नेल तकनीशियन. संचार कौशल का प्रयोग करें।

2. दो के समूह में तैयार करें और बताएं की आप उस मुद्दे को कैसे संभालेंगे जिसमे ग्राहक ने मेल भेज के शिकायत की है कि आपके एक सहायक तकनीशियन ने प्रक्रिया के दौरान उसकी कोहनी में कट मार दिया हैद्य पढ़ने और लिखने के कौशल का प्रयोग करे।

3. दो का समूह बनाये। एक सहायक नाखून तकनीशियन हो सकता है और दूसरा ग्राहकद्य एक अपनी स्वय। के लिपि बनाये। ग्राहक को अपने लिए सर्विसेज कि सूची तैयार करनी है जो उसे सहायक नेल तकनीशियन को पढ़ कर सुनानी है और सहायक नेल तकनीशियन को अपने सुनने की और ग्रहणशक्ति के कौशलता का प्रयोग करते हुए ग्राहक को सूची देनी है कि वह क्या करना चाहता है।

नोट्स

Skill India
कौशल भारत - कुशल भारत

सत्यमेव जयते
GOVERNMENT OF INDIA
MINISTRY OF SKILL DEVELOPMENT
& ENTREPRENEURSHIP

N·S·D·C
National
Skill Development
Corporation
Transforming the skill landscape

B&WSSC
BEAUTY & WELLNESS
SECTOR SKILL COUNCIL

8. कार्यस्थल स्वास्थ्य और सुरक्षा

यूनिट 8.1- कार्यस्थल स्वास्थ्य और सुरक्षा

BWS/N9002

इस मॉड्यूल से मिलने वाली महत्वपूर्ण जानकारी

आप इस मॉड्यूल के बाद निम्नलिखित काम करने में सक्षम हो जायेगे :

1.कार्यस्थल में जोखिम एवं खतरों की पहचान कर उचित रूप से प्रतिक्रिया करने में

यूनिट 8.1: कार्यस्थल स्वास्थ्य और सुरक्षा

यूनिट उद्देश्य

आप इस यूनिट के बाद निम्नलिखित काम करने में सक्षम हो जायेगें:

1. किस प्रकार कार्यस्थल पर सुरक्षा रखें एवं खतरों पर प्रतिक्रिया करें

8.1.1 परिचय

ब्यूटी ट्रीटमेंट क्षेत्र तेज़ी से विकास कर रहा है। लेकिन अच्छे अवसरों को उपलब्ध कराने के साथ यह ज़िम्मेदारियों को भी साथ लाता है। आप ग्राहकों के साथ काम करेंगे और कुछ उपकरणों एवं उत्पादों का उपयोग करेंगे। साथ ही कुछ नियम हैं जिनका आपको पालन करना है। जिससे यह सुनिश्चित हो सके की आपके कार्य से किसी प्रकार का स्वस्थ्य और सुरक्षा का खतरा न हो और आप खतरों को अनदेखा ना करें जिससे आपके कार्यस्थल में जोखिम का सामना करने पड़े।

कार्यस्थल पर आपकी स्वास्थ एवं सुरक्षा के प्रति ज़िम्मेदारी शामिल है की आप यह सुनिश्चित करलें की आपके कार्य आपकी अपनी और दूसरों के स्वस्थ्य और सुरक्षा की रक्षा सुनिश्चित करते है। सभी प्रकार की कानून ज़िम्मेदारी और कार्यस्थल नियमों का पालन करे।

इस इकाई में आप सीखेंगे

- कार्यस्थल में स्वच्छता बनाए रखना
- खतरों की पहचान करना और अपने कार्यस्थल में जोखिमों का मूल्यांकन करना
- स्वस्थ्य और सुरक्षा के क़ानून
- कार्यस्थल की नीतियां

8.1.2 पार्लर स्वस्थ्य और सुरक्षा

पार्लर की स्वच्छता को बनाए रखने में सहायक नाखून तकनीशियन की बहुत महत्त्वपूर्ण भूमिका है। क्योंकि एक पार्लर में सभी सेवाएं ग्राहकों के बाहरी शरीर से सम्बंधित होती हैं। इसीलिए किसी भी प्रकार के संक्रमण के प्रसार के बारे में सतर्क और सावधान रहना महत्त्वपूर्ण है। सैलून की छवि को खराब करने से ज़्यादा यह उन लोगों के स्वस्थ्य और सुरक्षा को जोखिम में डालता है जो पार्लर एवं उनके कर्मचारियों पर विश्वास करते हैं। निम्नलिखित के बारे में सावधान रहना चाहिये।

हाथ की स्वच्छता

हमारे शरीर के किसी अन्य हिस्से की तुलना में हाथ एक सामान्य दिन भर में अधिक वस्तुओं के संपर्क में आते हैं। इसके फलस्वरूप, यदि इन्हें नियमित तौर पर धोया ना जाए तो यह हमारे स्वस्थ्य के लिए बड़ा खतरा पैदा कर सकते हैं।

सैलून में भी ऐसा हे होता ही है। लोगों के साथ हाथ मिलाना, उनका कोट लेना यहाँ तक की इस्तेमाल हुआ कॉफ़ी का कप उठाने से भी संक्रमण का खतरा पैदा हो सकता है।

हाथों को दिन भर और विशेषकर से ग्राहकों के बीच में नियमित रूप से धोया जाना चाहिए। ध्यान रखें की हाथ धोने के स्थान को भी साफ़ सुथरा रखा जाए। ज़रूरत होने पर साबुन और कीटाणु नाशक का इस्तेमाल करें। यदि आपकी दैनिक दिनचर्या में मैनीक्योर और पेडीक्योर शामिल हैं या ऐसे अन्य प्रत्यक्ष जिसमें त्वचा से त्वचा का संपर्क हो तो यह सुनिश्चित करलें कि शुरू करने से पहले आप अपने ग्राहकों के हाथ पैर अच्छे से धोएं। धोने के बाद आप कीटाणु नाशक का इस्तेमाल कर सकते हैं जिससे आपको और आपके ग्राहक को पार संक्रमण से और भी अधिक सुरक्षा प्रदान हो। हमेशा साफ तौलिए और कोट का उपयोग करें।

चित्र 8.1- हाथों की धुलाई

चित्र 8.2- हाथों की सेनेटयेजिंग (सफाई)

चित्र 8.3- हाथों की समुचित सफाई/सेनेटयेजिंग के लिए कदम

काम की जगह या स्थान

यह महत्त्वपूर्ण है की काम की जगहो को संक्रमण से बचाने के लिए स्वच्छ रखा जाए। इसका यह भी लाभ है कि सैलून कहीं अधिक आकर्षक लगेगा।सस्ते उत्पादों को खरीदने से कोई फ़ायदा नही होगा

व्यावसायिक उत्पाद का प्रयोग करें जो काम से जुड़े हुए है। कठोर सतह को साफ़ करने के लिए बाजार में कीटाणुनाशक उपलब्ध हैं, कृपया सतह साफ़ करने के लिए इन्ही का प्रयोग करें। वैकल्पिक रूप से, आप कांच और दर्पण की सफाई के लिए स्प्रे उत्पाद का प्रयोग कर सकते हैं।

सैलून कुर्सी और सोफे

अधिकांश सैलून में कुर्सियां और सोफे पीवीसी या बिनायल से बने होते हैं। इसका फायदा यह है की इन्हें आसानी से साफ़ किया जा सकता है। हालांकि यह सुनिश्चित कर लें की आप सही उत्पाद का प्रयोग कर रहे हैं। शराब (इथेनॉल) युक्त किसी भी कीटाणुनाशक का प्रयोग न करें, इसका पीवीसी अथवा विनाइल से प्रतिक्रिया की संभावना है, यह नुकसान पहुचेगा

और अंत में यह दरार कर देगा। दरार युक्त सतह को ठीक से कीटाणुरहित रखना बहुत मुश्किल है, परिणामस्वरूप एक ऐसा क्षेत्र बन जायेगा जहाँ कीटाणु आसानी से बढ़ा सकते है।

कुर्सी और सोफे नियमित साफ किये जाने चाहिए। आप सोच सकते हैं की पार संक्रमण का खतरा छोटा है किन्तु यह अभी भी वहाँ है और अच्छी रख रखाव से की मदद से इस समस्या को दूर कर सकते हैं।

चित्र 8.4- सैलून की सोफे/कुर्सी

8.1.3 जोखिम की पहचान और अपने कार्यस्थल में जोखिम का मूल्यांकन

इस खंड में सौंदर्य उपचार उद्योग से जुड़ी स्वास्थ्य और सुरक्षा जिम्मेदारियों को शामिल किया गया है। आप यह सुनिश्चित करें कि आपके द्वारा किये गए कार्यों से स्वास्थ्य और सुरक्षा में जोखिम पैदा न हो। कार्यस्थल में ध्यान न देने और सुरक्षित न होने से बहुत सी बातें दुर्घटना, चोट या बीमारी हो सकती है।

जोखिम मूल्यांकन और नियंत्रण

जोखिम मूल्यांकन और नियंत्रण करना हर किसी की जिम्मेदारी है और किसी भी स्वास्थ्य और सुरक्षा जोखिम देखें तो तुरंत कार्यवाही करें। अपनी सुरक्षा के लिए, आप हमेशा जोखिम के समाधान पर काम नही कर सकते हैं, ऐसी स्थिति में आप एक उच्च अधिकारी को सूचित करें जो इसका समाधान कर सकते है ।

यह महत्वपूर्ण है कि आप श्खतराश, श्जोखिमश और शनियंत्रणश जिससे की संभावना हो सकती है

- एक खतरा संभावित नुकसान का कारण हो सकता है; जो एक दुर्घटना या चोट का कारण हो सकता है।
- जोखिम का ख़तरा वास्तव में नुकसान का कारण होता है, खतरे की वजह से नुकसान होने की आशंका।
- जोखिम को नियंत्रण और प्रभाव को कम करना या उन्हें स्वीकार्य स्तर तक कम करना।

कही भी खतरा हो सकता है, जोखिम और नुकसान का कारण हो सकता है। कुछ खतरों को ष्दुर्घटना होने का इंतज़ारष माना जा सकता है, यह उच्च जोखिम मुद्रा दर्शाते हैं। कुछ खतरों में जोखिम कम हैं, लेकिन फिर भी उनकी पहचान और नियंत्रण करना आवश्यक है।

उदाहरण के लिए, एक सैलून में कई प्रकार का सामान भेजा जाता है। यदि उत्पादों के कुछ डिब्बे को पहुंचा कर उन्हें स्वागत कक्ष के साथ रख दिया जाए तो यह डिब्बे खतरा बन सकते हैं। खतरा यह है की कोई इन डिब्बो से टकराकर गिर सकता है और उन्हें चोट भी लग सकती है। यदि यह डिब्बे फर्श के बीचो बीच, कर्मचारी या ग्राहकों के रास्ते में रख दिए जाएँ तो खतरा ज़्यादा हो सकता है, किन्तु डिब्बो को एक ऐसी जगह रखने से जो की लोगों की पहुँच से बाहर हो, इस खतरे को नियंत्रित किया जा सकता है।

आपको अपने कार्यस्थल में होने वाले खतरों की जानकारी होना ज़रूरी है और साथ ही आपको खतरों से होने वाले जोखिम की पहचान होना भी इसलिए ऐसे कदम उठाएं जिससे यह सुनिश्चित हो की आपके ग्राहकों और सह कर्मचारियों को किसी प्रकार की समस्या का सामना न करना पड़े।

संकट	जोखिम	नियंत्रण के उपाय
बिजली की तारे फर्श में फैले हुए	तारो में फँस कर गिर जाना	तारो को दिवाल पर लटकाना
काम नही कर रहा हो	कम रौशनी के कारण दुर्घटना होना	
अत्यधिक पॉलिश वाले फर्श	फिसलना	
बुरी फिटिंग वाला कालीन	गिरना	
ट्राली और डेस्क का छ्मता से ज़्यादा समान से भरा होना	फर्नीचर ऊपर गिर जाना	

साधन और उपकरण

सभी उपकरणों और साधनों को अच्छी तरह से साफ किया जाना चाहिए (या जहां आवश्यक हो)। ऐसी से तकनीकी रूप से बढ़िया उत्पाद उपलब्ध हैं जिससे कामको जल्दी आसान और लागत प्रभावी बनाया जा सकता है। इस प्रक्रिया को शॉर्ट कट रूप से करने की कोशिश नही करना चाहिए। निर्माता के अनुदेशो का पालन करें। उपकरण और साधन सस्ते नहीं होते, किसी खराब गुणवत्ता के कीटाणुनाशक समाधान का इस्तेमाल ना करें। सुनिश्चित करें कि धातु उपकरणों की रक्षा करने के लिए इसमें जंग अवरोधक शामिल है। कुछ उपकरण जैसे नाखून फाइल कीटाणुनाशक से सॉफ नहीं किए जा सकते इस पर चर्चा चल रहे है की क्या नाखून फाइल को ग्राहकों के बाद कीटाणुनाशक से साफ़ किया जाये या हर ग्राहक को नया फाइल दिया जाए।

सामान्य तथ्य यह है यदि फ़ाइल किसी भी शरीर के किसी खुले हिस्से में के साथ संपर्क में नहीं आया है, तो सेनेटयेजिंग पर्याप्त है – एक अच्छी गुणवत्ता के लिए कीटाणुनाशक स्प्रे का उपयोग करें। यदि फ़ाइल भी शरीर के तरल पदार्थ के साथ संपर्क में आ गया है, तो उसे फेंक दें।

फर्श

फर्श दिनचर्या के दौरान में स्वच्छ रखा जाना चाहिए। कठोर सतह वाली फर्श को साफ़ करने के लिए अच्छी गुणवत्ता वाले कीटाणुनाशक का इस्तेमाल करें। अगर ग्राहक नंगे पैर फर्श पर चलते हैं तो उपचार के बाद फर्श साफ़ करें। फर्श तुरंत ही साफ़ करें भले ही मोम की सबसे छोटी बूंद क्यो न हो और बाल ही क्यो नही कटा गया हो ।

चित्र 8.5- सेनेटाइज़िंग के लिए एक कीटाणुनाशक स्प्रे का प्रयोग

प्लग जो की ढीले या अस्तव्यस्त हों	संभावित बिजली के झटके या आग का खतरा	
ध्यान को केंद्रित किये बिना भाग दौड़ करना	किसी से टकरा जाने से चोट लगना	
कर्मचारी उपकरणों को अपनी वर्दी की जेब में लेकर चलें	दूसरे से कट जाना से काटना या घाव होना	
एकबार में बहुत सारा समान लेकर चलना	सही से देख नही पाना और इसके कारणपाना, इसके परिणाम स्वरूप दुर्घटना होना	
टूट फुट या फैला सामान जिसे तुरंत साफ़ न किया गया हो	गंदे उपकरण	
काटना या फिसल जाना	संक्रमण होना	

8.1.4 स्वस्थ्य और सुरक्षा नियम

गर्म और ठंडा चलता हुआ पानी

सैलून में गर्म और ठन्डे पानी की निरंतर आपूर्ति होनी चाहिए। ब्यूटी थेरेपी उपचार के कमरों में गर्म और ठन्डे पानी के लिए अलग सिंक होने चाहिए। हालाँकि अगर एक बड़े सैलून को छोटे भागो में बांटा गया है तो एक सिंक से काम चलाया जा सकता है। पानी की आपूर्ति, हाथ और उपकरण सेनेटयेजिंग सैलून की सफाई के लिए प्रयोग किया जाता उदाहरण के लिए मास्क हटाना या बाल धोना।

कार्यस्थल पर आपकी ज़िम्मेदारियाँ

निम्न मामलो में तुरंत अपने पर्यवेक्षक को रिपोर्ट करें

- सींक में रुकावट जिससे पानी बाहर नही आए
- पानी का सही रंग में नही आना या गंदा आना
- किसी भी रिसाव, ढीले नल या फटा पाइप।

न करें :

- नाल चलते हुए छोड़ना विशेष रूप से गर्म पानी के नल क्योकि यह फ़ालतू है और सैलून के लिए बहुत महंगा है
- गैर ज़रूरी उत्पादों को सिंक के नीचे फ्लश करना

स्टाफ क्षेत्र

आप के मलिक या काम देने वाले का यह कर्त्तव्य हैं की वह कर्मचारियों के खाने और आराम करने के लिए स्थान की व्यवस्था करे। एक स्टाफरूम या अलग जगह होना आवश्यक है, स्वागत एवं /या ग्राहक क्षेत्र खाने के लिए नहीं है। यहाँ तक की पीने की चिज़े भी सैलून में सिर्फ ग्राहकों के लिए सुरक्षित की जाने चाहिए जिससे पेशेवर छवि बनाई जा सके।

स्टाफरूम में एक ऐसे जगह हो जहाँ कर्मचारी अपने कोट रख सकें एवं कीमती समान के लिए लाकर्स का इंतज़ाम किया जाना चाहिए। एक अलग शौचालय और कपड़े धोने की सुविधा भी आदर्श होगी, लेकिन यह हमेशा संभव नहीं है और कर्मचारियों को ग्राहकों के साथ शौचालय को बांटना पड़ सकता है। ऐसी स्थिति में कर्मचारियों को ग्राहकों को वरीयता देनी चाहिए और यह सुनिश्चित करना चाहिए की कमरे हमेशा बेदाग़ छोडें। कर्मचारियों के क्षेत्र में आराम से बैठने, चाय और कॉफ़ी बनाने की सुविधा होनी चाहिए, एक माइक्रोवेव से भी कर्मचारियों की भलाई होगी।

बाल और सौंदर्य उद्योग में, आपको ग्राहकों को सेवा प्रदान करनी होती है, इसी कारण आराम करने का ज़्यादा समय नहीं होता। यदि आप एक सफल सैलून में काम करते हैं तो आपको हर समय अपने पैरों पर रहना पड़ेगा। इसीलिए जो क्षेत्र आपके नियोक्ता ने आराम करने के लिए दिया है वह बहुत महत्त्वपूर्ण है।

8.1.5 कार्यस्थल से जुड़े सामान्य खतरे

कार्यस्थल से जुड़े सामान्य खतरे और उनकी प्रतिक्रिया नीचे बताये गये है

खतरे	**खतरे**
आगरू आग सभी प्रकार के व्यापारों के लिए अहम एक खतरा है तीन मुख्य कारण हैं ▪ यह जानबूझ कर शुरू की जाती है ▪ ये तब होता है जब लोग आग के खतरों के लिए सचेत नहीं होते ▪ यह तब होता है क्योंकि लोग लापरवाह हैं	▪ सामग्री के सुरक्षित भंडारण। ▪ आग निकास मार्गों को बनाए रखें। ▪ नियमित जाँच / दिन के अंत में जांच। ▪ अग्निशमन / सुरक्षा के उपकरण।
बिजली का झटका यह खतरे बिजली के संपर्क में आना के दौरान (खुली तारों, प्लगकुर्सियां, वितरण बोर्डों, आदि) और पोर्टेबल विद्युत उपकरण के कारण होते हैं।	▪ उपकरणों की नियमित निरीक्षण। ▪ तारो का नियमित निरीक्षण। ▪ निरीक्षण, रखरखाव और परीक्षण कुशल की व्यक्ति द्वारा किए गए। ▪ खराबी की प्रभावी दोष रिपोर्टिंग प्रणाली।

चोरीरू यह ग्राहकों द्वारा पार्लर के उत्पादों की चोरी का कार्य है। महंगे सौंदर्य उत्पादों के चोरी होने पर सैलून को हानि का सामना करना पड़ सकता है।	▪ ग्राहकों के किसी भी संदिग्ध व्यवहार का निरीक्षण करें। ▪ अक्सर सीसीटीवी निगरानी की जाँच करें। ▪ सुनिश्चित करें कि गार्ड / सैलून प्रबंधक ऐसी स्थिति का ध्यान रखते हैं
हिंसा :यह मौखिक या शारीरिक हो सकती है, डकैती, आतंकवादी गतिविधियों और ग्राहक की शिकायत के दौरान पैदा हो सकती है।	▪ आतंक अलार्म, कैमरा, प्रशिक्षण आदि प्रदान करें ▪ केमरा ▪ तुरंत पुलिस / अधिकारियों को रिपोर्ट करें।

यह आम खतरों से कार्यस्थल सुरक्षा पर प्रभाव की एक सूची है; बहुत सी स्थिति में कार्यस्थल की सुरक्षा प्रभावित हो सकती है जैसे कर्मचारियों द्वारा चोरी, आक्रामक ग्राहक, बर्बरता और आतंकवादी गतिविधियां। एक कर्मचारी के लिए हर समय सतर्क रहना और किसी भी खतरों / स्थितियों में सुपरवाइजर के लिए अधिकारियों को तुरंत रिपोर्ट करना आवश्यक है। उदाहरण के लिए, आग के मामले में कर्मचारी को तुरंत फायर विभाग को और किसी हिंसा / चोरी / डकैती / आतंकवाद के मामले में पुलिस को सूचित करना चाहिए। इसके अलावा, अगर एक व्यक्ति, अस्पताल या आपात स्थिति के लिए शारीरिक रूप से होती होती है, तो चिकित्सा सेवाओं को सूचित किया जाना चाहिए।

8.1.6 बिजली के उपकरण

बिजली उपकरणों का उपयोग करना सुरक्षित है और उन्हें सुरक्षित रूप से रखा जाता है। सभी बिजली उपकरणों को नियमित तौर पर जांच लेना आवश्यक है। एक चलते सैलून में जाँच हर ६ महीने में करने चाहिए। यह जाँच एक कुछ बिजली मिस्त्री या एक कुशल व्यक्ति के द्वारा किये जाने चाहिए जो की प्रशिक्षित हो और उस विशेष उपकरण के बारे में अनुभव रखता हो उदाहरण के लिए, एक व्यक्ति, जो कंपनी के उपकरणों की आपूर्ति से कार्यरत हो। सभी बिजली के चेक एक किताब में विशेष रूप से लिखे जाने चाहिए जो की निर्धारित रूप से इसी लिए रखे गयी हो तारीख और जिस व्यक्ति ने चेक किये उसके हस्ताक्षर, जांच करने के लिए कारण आदि का रिकार्ड होना चाहिए, उदाहरण के लिए, चाहे मरम्मत या सिर्फ एक रखरखाव की जांच की गयी हो। मरम्मत या जांच की प्रकृति के बारे में सूचना दी जानी चाहिए। पुस्तक स्वास्थ्य और सुरक्षा प्राधिकरण द्वारा निरीक्षण के लिए उपलब्ध होना चाहिए। यदि आप किसी प्रकार के दोषपूर्ण प्लग, अस्तव्यस्त तारों या ढीला कनेक्शन और कमजोर या दोषपूर्ण रोशनी को देखते हैं तो तुरंत सुपरवाइजर को रिपोर्ट करें।

- **यह एक अच्छा विचार है :**
  - ऊंचाई को एडजस्ट करेने वाले सोफे और स्टूल का इस्तेमाल करें।
  - कभी बड़े, भारी और अजीब चीज उठा रहे हों तो मदद अवश्य लें।
  - अगर आप एक ही स्तिथि में लंबे समय से हैं तो अपने शरीर को हिलाएं और फैलाएं।
  - अपने हाथों को लचीला रखने के लिए एक्सरसाइजेज करें।

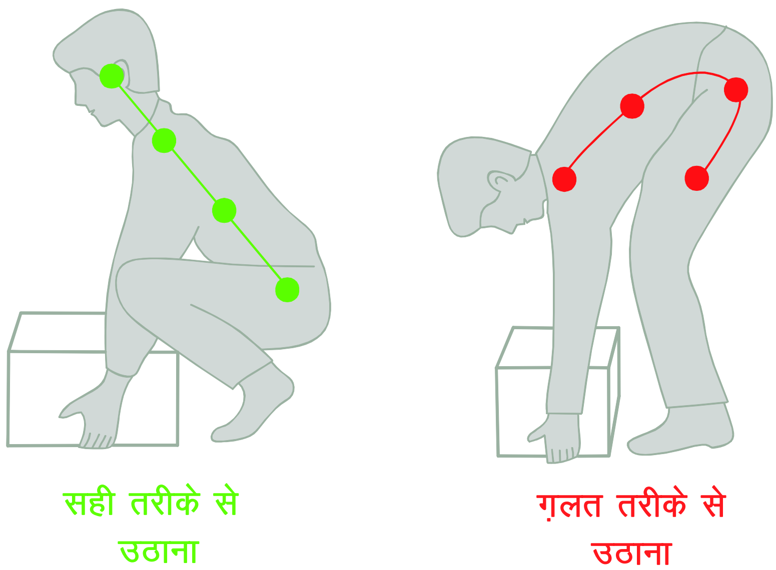
सुरक्षित उठाने कि विधि

स्टाफ का सदस्य होने के रूप में आपको जिंदगीभर एक ही स्तिथि में उठना और झुकने का काम होगा और ये जरुरी है कि आप अपनी कमर सीधी रखें। उठाने का सुरक्षित तरीका नीचे दिया गया है, निश्चित करें कि आप उसे निभाएं :

लिफ्ट के बारे में सोचें। भर कहाँ रखना है? क्या आपको मदद कि जरूरत है। क्या समान को पकड़ने के एड्स उपलब्ध हैं।	अपने पैरों को भार के नजदीक रखें, अपने घुटने झुकाएं और कमर सीढ़ी रखें। अपनी ठोड़ी अंदर लगाएं। भार के ऊपर थोड़ा आगे तक लेट जाएँ ताकि अछि पकड़ बन सके।	जब आप भार का अनुमान लगाले तो अपनी टाँगे सीढ़ी करें और भार को उठायें, ध्यान रखें कि आपकी कमर सीधी हो।	भार को अपने शरीर से लगाएं।

जब कोई बड़ा या भारी सामान उठा रहे हों:

1. घुटनों से झुकें
2. सामान को पकड़ने के लिए दोनों हाथों का प्रयोग करें



चित्र 8.7- सामान उठाने के सुरक्षित तरीके

क्या करें :

- सभी मशीनों को इस्तेमाल के बाद बंद करें
- जाच लें की सभी उपकरण स्थिर हैं एवं समतल सतह पर हैं
- तारों को सही तरह से बांधकर रखें

क्या न करें :

- भीगे हाथ या पानी का कटोरा पास होने पर किसी बिजली के उपकरण, प्लग एवं स्विच के पास न जाएं।
- छिली हुई तारें न छोडें
- किसी ऐसे उपकरण का प्रयोग न करें जिसे खराब बताया गया हो।

8.1.7 आसन, उठाना, ले जाना

जो लोग हाथ और कोहनी का इस्तेमाल कर ऊँचे स्थानो में काम करते हैं, उन्हें बात रोग होने का खतरा है खासकर सभी की तरह गले और कंधो में। इसी के साथ लगातार खड़े रहने या झुकने से घुटनो और कमर में भी दर्द हो सकता है।

इसी प्रकार का काम एक अस्सिस्टेंट नेल तकनीशियन को करना पड़ता है जहाँ उन्हें हाथ ऊपर कर काफ़ी समय तक खड़े रहना पड़ता है।

चोट की वजह हो सकता है

- गलत उठाने के तरीके।
- ख़राब मुद्रा।
- शरीर के एक ही हिस्से पर नियमित और लगातार तनाव।
- बल द्वारा ऐसी वस्तुओं को चलाना जो की बहुत भारी हो सकती हैं।

सैलून में इस चीज़ का ध्यान रखना ज़रूरी है की आप किस प्रकार सामान उठाते और लेजाते हैं। आप इसका भी ध्यान रखें की आप किस प्रकार बैठते हैं, क्या स्वागत क्षेत्र में कोई उपचार हो रहा है, यह ध्यान रखना अनिवार्य है की आप सही वजन की कुर्सी या सोफे पर बैठें। अपने शरीर को अलग अलग स्थिति में काम करने के लिए सक्षम बनाने के लिए यह अच्छा होगा की आप विभिन्न किस्म के उपचार करें। साथ ही यह जानना ज़रूरी है की उपकरणों को किस प्रकार सही तरह से पकड़ा जाता है, अपने हाथो को उपचार के बाद आराम करने का मौका भी दें।

आकृति 8.6 बैठने के लिए सही मुद्रा

8.1.8 उपकरण और पहनावा

काम के समय आपके जिम्मेदारियाँ - उपकरण और पहनावा

- ऐसा कोई उपकरण कभी इस्तेमाल न करें जिसकी आपको ट्रेनिंग न मिली हो।
- हमेशा उचित कपडे पहने

वो उत्पाद जो नुक्सानदयाक है उनको जरूर:

- उत्पादक के निर्देशानुसार ही इस्तेमाल करें
- सुरक्षित भण्डारण करें।
- जब बिखर जाये तो ध्यान से सफाई करें
- सुरक्षित तरीके से फेकें

तुमने जो भी उत्पाद इस्तेमाल किये हैं उन्हें अवश्य लिखना चाहिए किवे कैसे इस्तेमाल हुए है, साफ़ किये गए हैं, उनका कैसे भण्डारण किया गया है और वे कैसे फेकें गए हैं(क्लीनिंग एजेंट्स समेत)। तुम्हे ये सब इसलये करना चाहिए ताकि जो उत्पाद तुमने इस्तेमाल किये हैं वो सो सकते है:

- ज्वलनशील
- जहरीले अगर निगल लिए जाएँ
- जलन कर सकते हैं
- नुकसानदयाक धुआं बहार दे सकतें हैं
- अगर सांस के साथ भीतर गए तो खतरनाक हो सकते हैं
- अगर फ़ैल जाएँ तो फिसलन हो सकती है

सैलून में इस्तेमाल किये गए किसी भी उत्पाद का सही ढंग से रिकॉर्ड बनाने का तरीका नीचे टेबल में दिया गया है, जो स्पष्ट है और पढ़ने में भी आसान है।

उत्पाद	नुकसान	इस्तेमाल का सही ढंग	भण्डारण	कचरे का निपटान	बचाव
नाखून वार्निश दूर करनेवाला	धुंए को साँस के साथ ले जाना, अति ज्वलनशील	धुंए को साँस के साथ ले जाना, अति ज्वलनशील	धुंए को साँस के साथ ले जाना, अति ज्वलनशील	धुंए को साँस के साथ ले जाना, अति ज्वलनशील	अगर ये बिखर जाये तो तुरंत साफ़ करें क्योंकि ये कुछ प्लास्टिक के कण को गला सकते है जैसे कि कुशीन फ्लोरिंग में इस्तेमाल चीज़ो का और ट्रॉली और उपकरणों में खराब निशान बना सकता है। अगर कपड़ो पर गिर जाये तो धुंए को पानी के इस्तेमाल करके धुंए को कम करे

सार

1. जब कोई बड़ा या भारी सामान उठा रहे हों

1. घुटनों से झुकें
2. सामान को पकड़ने के लिए दोनों हाथों का प्रयोग करें
3. अपने पैरों कि शक्ति को समान उठाने के लिए इस्तेमाल करें
4. कमर से कभी न झुकें क्योंकि ये आपकी कमर का निचला हिस्सा ख़राब कर सकता है

2. यह एक अच्छा विचार है कि :

1. ऊंचाई को एडजस्ट करेने वाले सोफे और स्टूल इस्तेमाल करें।
2. जब कभी बड़े, भारी और अजीब चीज उठा रहे हों तो मदद अवश्य लें ।
3. अगर आप एक ही स्तिथि में लंबे समय से हैं तो अपने शरीर को हिलाएं और फैलाएं।
4 अपने हाथों को लचीला रखने के लिए एक्सरसाइजेज करें।

3. बिजली के सामान को पकड़ते समय ये सावधानी बरतें

क्या करें

1. सभी मशीनों को इस्तेमाल के बाद प्लग से निकल दें और प्लग बंद कर दें।
2. देखें कि सभी उपकरण और ट्राली सामान तरीके से है और उबड़ खाबड़ जमीन पर नहीं हैं।
3. तारों को सही से बांध कर रखें।

क्या न करें

1. बिजली के उपकरण, स्विच और प्लग को गीले हाथ से चूना और पानी के बर्तन को उनके पास रखना।
2. बिखरे हुए तार छोड़ना।
3. ख़राब उपकरण को प्लगइन करना और इस्तेमाल करना।

Click/ Scan this QR Code to access the related PPT

अभ्यास

1. पार्लर कि स्वछता में आता है
   - क. फर्श
   - ख. उपकरण
   - ग. कुर्सी और फर्नीचर
   - घ. उपरोक्त सभी

2. चोरी के समय क्या करना चाहिए?
   - क. सीसीटीवी कि फुटेज देखनी चाहिए
   - ख. संदेह जनक व्यहवहार को नोटिस करना चाहिए
   - ग. निश्चित करें कि गाड्र्स ड्यूटी पर हैं
   - घ. उपरोक्त सभी

3. एक सहायक नेल तकनीशियन को सर दर्द और माइग्रेन किस कारण से हो सकता है
   - क. मासपेशियों में जकड़न
   - ख. ग्राहक के साथ लंबी बातचीत से
   - ग. केश श्रृंगार से
   - घ. ऊपर से कोई नहीं

4. कार्यस्थल से जुड़े जोखिम और उनके समाधान की सूची बनाए

नोट्स

Skill India
कौशल भारत-कुशल भारत

सत्यमेव जयते
GOVERNMENT OF INDIA
MINISTRY OF SKILL DEVELOPMENT
& ENTREPRENEURSHIP

N·S·D·C
National
Skill Development
Corporation
Transforming the skill landscape

B&WSSC
BEAUTY & WELLNESS
SECTOR SKILL COUNCIL

9. कार्यक्षेत्र में सकारात्मक प्रभाव बनाना

यूनिट 9.1- कार्यक्षेत्र में सकारात्मक प्रभाव बनाना

BWS/N9003

इस मॉड्यूल से मिलने वाली कुछ महत्वपूर्ण जानकारिया

इस मॉड्यूल के अंत में आप समर्थ होंगे :

1. अच्छे व्यवहार और रूप को बनाये रखने में
2. संस्था के मापदंड के अनुसार कार्यों को करने में
3. जानकारी को रिकॉर्ड और सूचित करने में

यूनिट 9.1: कार्यक्षेत्र में सकारात्मक प्रभाव बनाना

यूनिट उद्देश्य

यूनिट के अंत में आप समर्थ होंगे :

1. कार्यक्षेत्र में सकारात्मक प्रभाव बनाने में

9.1.1 परिचय

व्यवसायिक व्यवस्था, आपरटेर की कुशलता और सैलून को कितने अच्छे तरह चलाया जा रहा है इस पर निर्भर करती है। एक सफल सैलून के लिए ज़रूरी है कि वह स्टैंडर्ड को बनाये रखें, काम की ज़िम्मेदारियों को बाँटें और यह सुनिश्चित करे कि जब सैलून व्यस्त हो उसके बाद भी दैनिक काम नही रुकने चाहिए।

सैलून की अच्छी छवि के साथ ही साथ सवास्थ्य और सुरक्षा के लिए व्यवस्था बहुत ही महत्वपूर्ण है।

9.1.2 रिसेप्शन क्षेत्र

सकारात्मक प्रभाव बनाये रखने के लिए ज़रूरी है कि :

1. रिसेप्शन डेस्क हमेशा व्यवस्थिस्त रखें।
2. हफ्ते में फूलों को एक बार ज़रूर बदलें।
3. लोगो पसंद की पत्र पत्रिका ग्राहकों के लिए अवश्य रखें।
4. खाली कप को जल्द से जल्द हटाएं।

चित्र 9.1- रिसेप्शन क्षेत्र

9.1.3 स्टाफ रूम

स्टाफ रूम इस्तेमाल करने के बाद इस बात का ज़रूर ध्यान रखें कि :

1. सभी पत्र पत्रिकाओं, किताबों और नियम पुस्तिकाओं को उनकी सही जगह रखें ।
2. अपने बर्तनों को धो कर रखें ।
3. ग्राहकों के बर्तनों को धो कर रखें ।

9.1.4 स्नेहपूर्ण वातावरण बनाए

ग्राहक ट्रीटमेंट करवाते वक्त तनाव मुक्त और शांत रहना पसंद करते हैं। उनको यह देखना अच्छा लगता है कि आप उनको और उनकी जरूरतों को समझते हैं। आपके ग्राहक आपके साथ आराम से हों उसके लिए ज़रूरी है कि आपका व्यवहार ईमानदार और सच्चा हो। आपकी योग्यता और आप कितने अच्छे से उनकी देखभाल और मेहमाननवाज़ी करते हैं, यह उनको आपका रेगुलर ग्राहक बनने के लिए प्रेरित करता है ।

स्नेहपूर्ण वातावरण बनाने के लिए ज़रूरी है कि:

1. अपने काम और दूसरे लोगों के प्रति आप सकारात्मक सोच/व्यवहार रखें ।

चित्र 9.2- रिसेप्शन क्षेत्र

2. साफ़ सुथरी वेश भूषा या पहनावे का इस्तेमाल करे ।
3. ग्राहकों और एक दूसरे के प्रति शालीन और स्नेहशील व्यवहार रखे. आप किसी के साथ हों या फ़ोन पर किसी से बात कर रहे हों, लो हमेशा अपने ग्राहकों का आभार प्रकट करें ।
4. व्यवहार और आचरण में हमेशा अपने व्यक्तिगत आदर्शों को ऊँचा रखें ।
5. कार्यकुशल, वक्त के पाबंद और ईमानदार रहें। अगर आपको अपने काम के लिए देर हो रही हो तो तुरंत अपने सैलून पर फ़ोन करें। अगर आपको काम में समय लग रहा है तो इसका कारण अपने ग्राहकों को बताएं, ज्यादातर समझ जाते हैं । असुविधा के लिए माफ़ी मांगे और दूसरे पर आरोप न डालें।
6. अपने ग्राहकों को आश्वस्त करें और अपने बर्ताव से उनका तनाव कम करें। इसमें आपका अपने ग्राहक पर पूरा धयान देना शामिल है। ग्राहक को अटेंड करते समय किसी दूसरे स्टाफ मैम्बर से बात करना असभ्य माना जाता है, लेकिन काम से सम्बंधित चर्चा करने की अनुमति है ।

9.1.5 ग्राहकों को आरामदेह रखना

The client's physical comfort is also an important part of customer service. As a professional you must:

1. ग्राहकों के पढ़ने के लिए प्रचलित स्वास्थ्य सौंदर्य और जनरल पत्र पत्रिकाओं को रखें।
2. ग्राहक के पसंदीदा नाश्ते और चाय कॉफ़ी की पेशकश कीजिये।
3. हर सुबह ज़रूरत के अनुसार इस बात का ध्यान रखा जाये की हीटिंग/एयर कंडीशनिंग चालू है।

9.1.6 कम्युनिकेशन (संचार)

हर जीवित प्राणी एक दूसरे से कम्यूनिकेट करता है । केवल मनुष्य ही वह प्राणी है जो अलग–अलग तरह से कम्यूनिकेट करता है । कम्युनिकेशन ऐसी प्रक्रिया या गतिविधि है जिसमें संदेशों के माध्यम से जैसे लिखित, भाषण, दृश्यों आदि के द्वारा जानकारी को साझा किया जाता है । इस सन्देश पहुँचाने की प्रक्रिया को पूरा तब माना जाता है जब सन्देश प्राप्त करने वाले व्यक्ति को वह सन्देश समझ आ जाये । कम्युनिकेशन की प्रक्रिया के चार मुख्य भाग हैं ।

चित्र 9.3- कम्युनिकेशन (संचार)

टेलीफोन पर जवाब देना

टेलीफोन ऑपरेटर की तकनीक से सैलून के बारे में राय बनाई जा सकती है और यदि ग़लत तरीके से फोन में जबाब देते है तो सैलून के बारे में ग़लत राय बनेगी इसीलिए उच्च स्तर की ग्राहक सेवा देने के लिए ज़रूरी है कि अच्छी टेलीफोन में बातचीत की तकनीक का इस्तेमाल किया जाये ।

टेलीफोन से संचार या संवाद करना

टेलीफोन पर बात करना किसी व्यक्ति के आमने सामने बात करने से थोड़ा अलग है । आप फ़ोन पर (आवाज़ और स्वर की मात्रा) सुन सकते हैं लेकिन आप (चेहरे के भाव, इशारे और शरीर की भाषा) देख नहीं सकते है ।
टेलीफोन पर बातचीत करना 25: शब्द और 75: स्वर है, या भाषा के इस्तेमाल का तरीका शामिल है ।
इसीलिए फ़ोन पर कम्यूनिकेट करते हुए आपको उसको समझना होगा जिसे आप फ़ोन पर देख नहीं सकते ।.

आपकी आवाज़

जब आप टेलीफोन पर बात कर रहे हों

1. ठीक से बोलिये ।
2. माउथपीस में सीधे बोलें।
3. अगर आप बैठे हैं, तो गिरें ना, क्योंकि आपको बैठने का तरीका आपकी आवाज़ को प्रभावित कर सकता हैं।
4. कुशल रहें लेकिन विनम्र और प्रसन्न रहे।

आपके शब्द :

अपने शब्दों का चुनाव ढंग से करें क्योंकि सुनने वाला आपको देख नहीं सकता. नाम, समय, दिनांक और फ़ोन नंबर्स को जांचें और दोहराएँ ।

शरीर के हाव भाव

चाहे फ़ोन का जवाब हेल्लो? से दिया जाये, तो भी आप बता सकते हैं कि व्यक्ति खुश है, परेशान है या बोर हो रहा है । जब मुस्कुराते हुए आप कॉल पर अपने आप को प्रस्तुत करते हैं तो आपकी ध्वनि यह बताने में मदद करती है कि आप यह कॉल लेने में खुश हैं ।

शरीर के हाव भाव का प्रयोग करें भले ही वह ना दिखते हों वरना आपकी आवाज़ दिखावटी लग सकती है ।

1. मुस्कुराएं भले ही वह न दिखे लेकिन वह सुनाई देती है ।
2. अपनी आँखों को किसी ऐसी वस्तु पर फोकस करें जिससे आप अपनी बातचीत पर ध्यान केंद्रित कर सकें ।
3. शरीर के हाव भाव को सुने जैसे सांसों के पैटर्न्स और पॉज ।

चित्र 9.4- टेलिफोन से जुड़े कौशल (बात करते समय मुस्कुराना और नोट्स लेना)

टेलीफोन कम्युनिकेशन की कठिनाइयाँ

- दूसरे व्यक्ति को ना देख पाना।
- शोर – बैकग्रॉउंड में या लाइन पर।
- डिस्ट्रैक्शन – जब आप फ़ोन पर हों तो कोई आपका ध्यान अपनी और आकर्षित करे ।
- भाषा – कमज़ोर या अपरिचित उच्चारण ।

इन कठिनाइयों को कम करने के तरीके

1. सतर्क होकर सुनिये ।
2. किसी भी डिस्ट्रैक्शन पर ध्यान ना दें ।
3. अपने आस पास शोर कम रखें ।
4. फ़ोन कॉल पर पूरी तरह फोकस रखें ।
5. ठीक से बोलें ।
6. समझने के लिए चेक करे ।

फ़ोन का जवाब देते हुए – आपने आप को के बारे में बताये

एक अच्छी ग्रीटिंग होती है – गुड मॉर्निंग / आफ्टरनून, मैं ग्ल्र सैलून (आपका नाम), बोल रहा हूँ. क्या मैं आपकी कोई मदद कर सकता हूँ?

कॉल का जवाब तुरंत दें

एक अच्छी प्रैक्टिस यही होती है कि जहाँ भी हो तीन रिंग्स के भीतर ही फ़ोन का जवाब दिया जाये.

तीन रिंग्स आपको समय देंगी :

1. आप जो कुछ कर रहे हों उससे तुरंत बंद करें ।
2. फ़ोन का जवाब देने के लिए तैयार हो जाएँ ।

जब फ़ोन का जवाब दें – तो कुशलता से दें

1. मुस्कुराएं ।
2. गुड मॉर्निंग या गुड आफ्टरनून बोलें ।
3. अपना नाम और सैलून का नाम साफ़–साफ़ बताए ।
4. नोट लेने के लिए पेपर और पेन तैयार रहे ।
5. फ़ोन करने वाले को ध्यान से सुनें ।
6. फ़ोन करने वाले कि ज़रूरतों को समझने के लिए सवाल पूछें ।
7. यह सुनिश्चित करने के लिए कि आपके पास सही जानकारी है, सभी उचित जानकारियों को दोहराएँ ।

याद रखें आपको नहीं पता है कि फ़ोन के दूसरी तरफ कौन है, पहले इम्प्रैशन की बहुत ज़्यादा महत्व होता है ।

ग्राहक कि ज़रूरतों को जानने के लिए – टेलीफोन पर सवाल पूंछें

ग्राहक कि ज़रूरतों को जानने के लिए – टेलीफोन पर सवाल पूंछें

सवाल के प्रकार	जब कॉल रिसीव करें	उदाहरण
ओपन	नेचर एस्टेब्लिश करना	"क्या मैं आपकी सहायता कर
क्लोज	इनफार्मेशन एस्टेब्लिश या कन्फर्म करने के लिए	"क्या आप आज का अपॉइंटमेंट चाहते थे?"
प्रोबिं	विशेष सूचना प्राप्त करना	आप आज बालों में क्या करवाना चाहते हैं.?"
रिफ्लेक्टिव	जाँच करना और समझदारी दिखाना	ष्तो उते. ीतउं मैं लिख रहा हूँ कि आप आज का फेशिअल और बालों का अपॉइंटमेंट लेना चाहती हैं."
क्लोज	कन्वर्शन समाप्त	आपकी कोई और मदद कर सकता हूँ उते. ीतउं? कॉल करने के लिए शुक्रिया."

दोस्ताना माहौल बनाए रखे और रहें। फ़ोन करने वाले कि ज़रूरतों के अनुकूल रहें। हर कॉलर कि ज़रूरतें अलग होती है ।

एक कॉलर :

1) जो जल्दी में है, वह चाहता है की आप तेज़ और कुशल हों ।
2) उसकी कोई शिकायत हो, वह चाहता है की आप उसे समझे और ऐक्शन लें ।
3) परेशान है, आपकी सहानुभूति चाहता है ।

सन्देश लेना

कभी–कभी लोग एक ऑपरेटर से जो मौजूद न हो बात करने के लिए सैलून में फ़ोन करेंगे या सन्देश छोड़ना चाहेंगे। ऐसी स्थिति में ज़रूरी है कि आप उस सन्देश को लिख कर रखें । केवल अपनी मेमोरी पर निर्भर नही रहें।

सभी संदेशों को सफाई से और सही तरीके से लिखना चाहिए। सही सन्देश लेना बहुत आसान है और शामिल करना चाहिए :

1) जिस व्यक्ति के लिए सन्देश है उसका नाम।
2) कॉलर का नाम।
3) वापस कॉल करने के लिए फ़ोन नंबर।
4) सन्देश कि डिटेल्स।
5) कॉल का समय।
6) कॉल कि डेट।
7) जिस व्यक्ति ने कॉल लिया उसका नाम।

स्टाफ के लिए निजी टेलीफोन कि नैतिकता

1) सन्देश लिया जायेगा और रिसेप्शन डेस्क पर छोड़ दिया जायेगा। यह आपकी ज़िम्मेदारी है कि अपने खाली समय में आप उसे चेक करें।
2) इमरजेंसी कॉल्स लेना ज़रूरी है। हांलांकि अपने फ्रेंड्स और फॅमिली को यह बताएं कि जब तक इमरजेंसी न हो कॉल न करें।
3) कृप्या अपनी कॉल्स को कम रखें ताकि आप सलून को काम नही रोक दे या ग्राहक को असुविधा हो किसी के निजी कॉल पर होने कि वजह से लाइन्स बिजी मिलें ।
4) लंच ब्रेक में निजी बात करने के लिए अपने मोबाइल फ़ोन्स का इस्तेमाल करें। बाकि समय उसे बंद करके स्टाफ रूम में रखें ।

9.1.7 व्यक्तिगत रख रखाव और स्वच्छता

ऑपरेटर ग्राहकों के साथ बहुत ही करीबी संबंघ के साथ में काम करता हैं किसी ग्राहक के लिए यह बहुत ही ग़लत होता हैं जब कोई ऑपरेटर बुरी सांस या शारीरिक गंध से उन पर झुक हुआ हो. उच्च स्तर कि व्यक्तिगत स्वच्छता का अभ्यास करना महत्वपूर्ण हैं ।

1) काम पर जाने से पहले हर सुबह ज़रूर स्नान करे।
2) रोज़ अपने बालों को बनायें। बालों को छोटा और साफ़ रखें, और अच्छे से उन्हें पीछे बांध कर रखें।
3) अपने दांतों और गम्स को रेगुलर क्लीनिंग और डेंटल अटेंशन से स्वस्थ रखें। आपकी सांस कैसे स्मेल कर रही है उसके प्रति हमेशा सचेत रहे और तेज़ मेहक वाले खाने को खाने से बचें।
4) स्मोकिंग ना करें।
5) अपने हाथों और नाखूनों को अच्छी कंडीशन में रखें।
6) ब्यूटी / स्पा / मसाज थेरेपिस्ट्स के नाखूनों को छोटा और अनपॉलिशड होना चाहिए।
7) हेयरड्रेसर्स और नेल टेक्निशन्स के नाखून ध्यान से पोलिश होने चाहिए।
8) ग्राहक को अटेंड करने से पहले भी हाथों को ज़रूर धोएं और खाना खाने, स्मोकिंग करने या टॉयलेट जाने के बाद हाथों को ज़रूर धोएं ।
9) स्वस्थ आहार लें और खूब व्यायाम करें ।
10) ज्यादातर स्पा और सैलून काम पर पहनने के लिए यूनिफार्म देते हैं । उस यूनिफार्म कि साफ़ सफाई और रख रखाव आपकी ज़िम्मेदारी है। साफ़ की गई और प्रेस की यूनिफार्म पहने।
11) दिन का हल्का मेक अप करें हैवी या बोल्ड नहीं ।
12) पुरषों को क्लीन शेव होना चाहिए या चेहरे के बाल साफ़ होने चाहिए।
13) साफ़ काम के जूतें पहनें और अपने सैलून के जूतों को दूसरे के जूतों से अलग रखें ।

चित्र 9.5- व्यक्तिगत सफाई

9.1.8 कुछ चीज़ों से बचें

कुछ आदतें ऐसी होती हैं जिनका एक के स्वास्थय पर गंभीर रूप से बुरा असर पड़ता है। इसीलिए स्वस्थ जीवन के लिए ऐसी आदतों से दूर रहना चाहिए। इनमें शामिल हैं:

शराबखोरी

यह ऐसी प्रवृति है जिसमें एक उदासी से बचने के लिए या मुश्किलों का सामना करने के लिए शराब पीता है। शराबखोरी के बुरे प्रभाव हैं:

1) हृदय रोग, लीवर इन्फेक्शन (सिरोसिस), कैंसर, इम्पेर्ड इम्यून सिस्टम आदि का खतरा बढ़ जाता है।
2) काम पर फोकस कम हो जाता है और परफॉरमेंस में गिरावट आती है।
3) सोशल और इकनॉमिक स्टेटस में गिरावट आती है।
4) थकान, सिर दर्द, कँपन, चिंता और डिप्रेशन जैसे समस्या होती हैं ।

तंबाकू

दुनिया में मौत का दूसरा सबसे बड़ा कारण तंबाकू है. इससे हर 6 सेकंड में एक की जान जाती है. इसके प्रभाव हैं :

1) यह मौखिक कैंसर का मुख्य कारण है जो मुह, जीभ, गाल, मसूड़े और होठों को प्रभावित करता है।
2) तंबाकू चबाना व्यक्ति के स्वाद और गंध की क्षमता को कम करता है।
3) स्मोकर्स को लंग कैंसर होने के बड़े खतरे का सामना करना पड़ता है।

गुटखा
हर पाउच में 4000 कैमिकल्स होते हैं जिनमें से 50 जैसे बेटल नट, तंबाकू और मसाले को स्वादिष्ट बनाने के लिए अन्य मसाले मिलाये जातें जिनसे कैंसर होता है। स्वास्थ पर गुटखे का असर :

1) जीभ में संसेशन की कमी होना।
2) विकृत मुह।
3) ठन्डे, गर्म और मसलों के प्रति सेंसिटिविटी में वृद्धि होना।
4) मुह खोलने में असमर्थ होना।
5) गम्स पर या मुह के अन्य किसी स्थान पर सूजन, गाँठ या रफ़ पैचेज होना।
6) मुह से अस्पष्ट खून बहना ।
7) निगलने में कठिनाई और आखिर में मुह का कैंसर ।

9.1.9 टीम के सदस्यो के तौर पर काम करना

किसी भी ब्यूटी सैलून का लक्ष्य होता है की स्वस्थ और सुखी सैलून के माहौल में ग्राहक की ज़रूरतों को पूरा करे जिससे अच्छे व्यपार को बढ़ावा मिले। सैलून के उद्देश्यों को पाने के लिए ज़रूरी है की आप और आप के साथ काम करने वाले एक लक्ष्य के लिए सैलून में साथ काम करने की तरीकों से सहमत हों।
सैलून टीम अलग अलग लोगों से बनती है जिनकी अलग–अलग स्ट्रेंथ और कमज़ोरी होती है इसीलिए ज़रूरी है कि हर किसी की ताकत का पूरा उपयोग किया जाये और कमज़ोरी को सुधरने का प्रयास किया जाये।
एक टीम अलग अलग व्यक्तित्व के लोगों से बनती है। इसलिए यह ज़रूरी है की एक टीम की तरह काम करने के लिए सब एक साथ आएं एक टीम सिर्फ तब प्रभावी होती है जब सब यह महसूस करें की वह एक सामान काम कर रहे हैं और अगर किसी को यह लगने लगे की दूसरे उनके जितनी मेहनत नही कर रहे हैं तो असंतोष का वातावरण बनने लगता है। इसीलिए यह सुनिश्चित करें की आप मेहनत करके एक प्रभावी टीम मेंबर बनें।
रेगुलर टीम की मीटिंग्स (आइडीली साप्ताहिक) से अच्छे कामकाजी सम्बन्ध बनाने में मदद मिलेगी और किसी भी समस्या को ऐसे मीटिंग पर सुलझाया जा सकता है।

एक प्रभावी टीम मेंबर कैसे बना जाये ?

सैलून ज्वाइन करने पर आप एक टीम का हिसा बन जायेंगे और आपसे उम्मीद की जाएगी की बाकी टीम मेंबर्स और सहकर्मियों के साथ काम करें और यह सुनिश्चित करें की सैलून सुचारू रूप से काम करे।

अच्छी टीम के पास :

1) सेंस ऑफ़ डायरेक्शन और साफ उदेश्य।
2) प्लानिंग और ऐक्शन का अच्छा बैलन्स।
3) लोगों की सही संख्या ।
4) अच्छा कम्युनिकेशन ।
5) लचीलापन और सहनशीलता ।
6) नौकरी की ज़िम्मेदारी साफ़ हो ।

- सेंस आफ ह्यूमर
- सेंस आफ ह्यूमर
- ज़रूरी हुनरों का होना
- सुनने का कौशल और विचारों का आदान–प्रदान
- उत्साही और प्रतिबद्ध टीम मेंबर
- निष्पक्ष और निर्णायक लीडर

यदि हम गैर–जिम्मेदारी के साथ काम करते है तो इससे पूरी टीम प्रभावित होगी

टीम भावना पर बुरा प्रभाव हो सकता है

- यदि टीम का एक सदस्य अपने आप काम करता है और टीम की अनदेखी करता है
- यदि बातचीत या संवाद में कोई बाधा है
- यदि टीम के सदस्य लचीलापन नही रखते है और दूसरों की ग़लतियों को छिपाते है
- यदि कम लोगों के बीच ज़्यादा काम है
- यदि काम की जिम्मेदारी साफ नही है और काम करने वाले एक दूसरे के काम में बाधा डालना

टीम का सदस्य होने के नाते, आपकी जिम्मेदारी है कि :

- कौन कौन सा स्टाफ सैलून में है
- किसकी क्या ज़िम्मेदारी है
- इनफार्मेशन और सपोर्ट के लिए किसके पास जाना है

याद रखें

- अगर आपको इनफार्मेशन या मदद चाहिए हो तो आराम से पूछें। यह बताना कि आपको मदद क्यों चाहिए ,इससे दूसरे स्टाफ को यह समझ आएगा कि वह आपकी मदद कैसे कर सकते हैं। हर समय प्रोफेशनल और विनम्र रहने से टीम भावना को बढ़ावा मिलेगा।

- अगर आपका सहकर्मी आपसे मदद मांगता है तो आपको विनम्रता और स्वेच्छा से जवाब देना चाहिए।

- दूसरों कि ज़रूरतों को समझना और स्वयं मदद कि पेशकश करना ।

- योग्य और सक्षम होने का अर्थ है कि जिस कार्य के लिए आपको ट्रेन किया गया है । वह कार्य आप अच्छी तरह करें । एक नौकरी में धोखे का रास्ता न अपनाएं क्योंकि यह ग्राहक या सहकर्मी को मुसीबत में डाल सकता है ।

- अपने कार्यों के लिए ज़िम्मेदार होना मतलब अपनी गलतियों कि ज़िम्मेदारी लेना और आगे किसी भी तरह कि गलती कम करने के लिए सजग रहना ।

याद रखें

- दूसरों के साथ वैसे ही बर्ताव करें जैसा आप खुद के साथ करवाना चाहते हैं ।
- कभी भी ऐसा कोई काम न करें जिसको करने के लिए आप के पास हुनर नही हो ।
- अपनी गलतियों को कभी भी छिपाए नही, इससे बातें और बिगड़ेंगी ।
- कभी भी ऐसा कोई कार्य न करें जिसे लेकर आपको यकीन न हो ।
- हमेशा अपने ऐसे सहकर्मी से जांचें जिसे उसका ज़्यादा अनुभव हो या उसका अधिकार हो ताकि आप उसे सही तरीके से कर सकें ।
- हमेशा यह सुनिश्चित करें कि आप वही समझ रहे हों जो आपसे कहा जा रहा हो । ध्यान से सुनने कि क्षमता सबसे हत्वपूर्ण स्किल है ।
- अपना सिर हिला कर यह दिखाएं की आप समझ रहे हैं।

9.1.10 अपनी ज़िम्मेदारियों की सीमा के भीतर कार्य करना

जब हम सैलून में काम कर रहे हैं तो हमे अपने सारे कार्य सैलून के स्टैंडड्र्स और अपने अधिकारों के भीतर करने चाहिए।

स्थिति–1

आप एक टीनेजर के लिए स्पा पेडीक्योर करते हैं। सर्विस के अंत में वह आपको बताती है कि बाद में भुगतान करने के लिए उसकी माँ आएँगी। आप ग्राहक को जाने देते हैं लेकिन उनकी माँ पैसे देने कभी सैलून नहीं आती। आपका मेनेजर आपसे गुस्सा होता है कि आपने सैलून का पैसा खर्च कर दिया और अब वह आपके वेतन से काटा जायेगा। अपने ग्रुप में इस सिचुएशन में अपने अधिकारों कि सीमा पर चर्चा करें।

ग्राहकों के साथ उचित व्यवहार

एक सहायक नेल तकनीशियन के रूप में आपका प्रमुख काम और समय सैलून के ग्राहकों से डील करने में होगा। आपका व्यपार इस पर निर्भर करता है कि कितने ग्राहक सर्विसेज लेने के लिए आकर्षित होते हैं और अंत में कितने खुश होते हैं। ग्राहकों से डील करते समय उनकी पसंद का सबसे ज़्यादा ध्यान रखना चाहिए। ग्राहकों से डील करते समय, याद रखें :

- ग्राहकों कि पसंद और निर्णय सबसे ऊपर होना चाहिए। कभी भी किसी को कोई विशिष्ट सेवा लेने के लिए मजबूर ना करें। आप सलाह दे सकते हैं लेकिन मजबूर नहीं कर सकते है।
- अगर ग्राहक आपकी सुझाई हुई कोई विशिष्ट सेवा ना लेना चाहता हो तो बुरा ना मानें और यह आपके द्वारा दी जाने वाली सर्विस को प्रभावित नहीं करना चाहिए।
- ग्राहक के साथ कभी भी ज़्यादा पर्सनल ना हों।
- जब ग्राहक प्रक्रिया को शुरू करने के इंतज़ार में हो तब सहकर्मियों के साथ या फ़ोन पर पर्सनल बातों में ना लगें।
- अगर ग्राहक शिकायत करे, तो भी शांत रहें। ज़्यादा बचाव कि मुद्रा में ना रहें। आप हमेशा माफ़ी मांग सकते हैं और सर्विस को फ्री में या डिस्काउंट में दे सकते हैं ।

सार

व्यवसायिक व्यवस्था, आपरटेर की कुशलता और सैलून को कितने अच्छे तरह चलाया जा रहा है इस पर निर्भर करती है। एक सफल सैलून के लिए ज़रूरी है कि वह स्टैंडर्ड को बनाये रखें, काम की ज़िम्मेदारियों को बाँटें और यह सुनिश्चित करे कि जब सैलून व्यस्त हो उसके बाद भी दैनिक काम नही रुकने चाहिए।

रिसेप्शन क्षेत्र

1. रिसेप्शन डेस्क हमेशा व्यवस्थिस्त रखें
2. हफ्ते में फूलों को एक बार ज़रूर बदलें
3. लोक प्रसिद्ध पत्र पत्रिका ग्राहकों के लिए अवश्य रखें
4. खाली कप्स को जल्द से जल्द वहां से हटाएं

स्टाफ रूम

1. सभी पत्र पत्रिकाओं, किताबों और नियम पुस्तिकाओं को उनकी सही जगह रखें
2. अपने बर्तनों को धो कर रखें
3. ग्राहकों के बर्तनों को धो कर रखें

स्नेहपूर्ण वातावरण बनाने के लिए ज़रूरी है कि :

1. अपने काम और दूसरे लोगों के प्रति आप सकारात्मक सोच/व्यवहार रखें ।
2. साफ़ सुथरी वेश भूषा या पहनावे का इस्तेमाल करे ।
3. ग्राहकों और एक दूसरे के प्रति शालीन और स्नेहशील व्यवहार रखे. आप किसी के साथ हों या फ़ोन पर किसी से बात कर रहे हों, लो हमेशा अपने ग्राहकों का आभार प्रकट करें ।
4. व्यवहार और आचरण में हमेशा अपने व्यक्तिगत आदर्शों को ऊँचा रखें ।

5 कार्यकुशल, वक़्त के पाबंद और ईमानदार रहें. अगर आपको अपने काम के लिए देर हो रही हो तो तुरंत अपने सैलून पर फ़ोन करें. अगर आप अपने स्केजूल से पीछे रह रहे हों तो इसका कारण अपने ग्राहकों को बताएं, ज़्यादातर समझ जाते हैं. असुविधा के लिए माफ़ी मांगे और दूसरे पर आरोप न डालें.

6. अपने ग्राहकों को आश्वस्त करें और अपने बर्ताव से उनका तनाव कम करें. इसमें आपका अपने ग्राहक पर पूरा धयान देना शामिल है. ग्राहक को अटेंड करते समय किसी दूसरे स्टाफ मैम्बर से बात करना असभ्य माना जाता है, लेकिन पेशे से सम्बंधित वाद विवाद करने की अनुमति है.

ग्राहकों को आरामदेह रखना

1. ग्राहकों के पढ़ने के लिए प्रचलित स्वास्थ्य सौंदर्य और जनरल पत्र पत्रिकाओं को रखें।
2. ग्राहक के पसंदीदा नाश्ते और चाय कॉफ़ी की पेशकश कीजिये।
3. हर सुबह ज़रूरत के अनुसार इस बात का ध्यान रखा जाये की हीटिंग/एयर कंडीशनिंग चालू है।

कम्युनिकेशन :कम्युनिकेशन के मुख्य चार अवयव

- टेलीफोन का जवाब देना
- टेलीफोन से कम्युनिकेशन करना
- आपकी आवाज़
- आपके शब्द
- आपके शारीरिक हाव भाव

टेलीफोन कम्युनिकेशन की कठिनाइयाँ

1. दूसरे व्यक्ति को ना देख पाना
2. शोर – बैकग्रॉउंड में या लाइन पर
3. डिस्ट्रैक्शन – जब आप फ़ोन पर हों तो कोई आपका ध्यान अपनी और आकर्षित करे
4. भाषा – कमज़ोर या अपरिचित उच्चारण

इन कठिनाइयों को कम करने के तरीके

1. एक्टिवली सुनिये
2. किसी भी डिस्ट्रैक्शन पर ध्यान ना दें
3. अपने आस पास शोर कम रखें
4. फ़ोन कॉल पर पूरी तरह फोकस रखें
5. ठीक से बोलें
6. समझने के लिए जाँचें

फ़ोन का जवाब देते हुए – आपने आप को अनोउंस करें एक अच्छी ग्रीटिंग होती है – गुड मॉर्निंग / आफ्टरनून, मैं ग्ग्र सैलून (आपका नाम), बोल रहा हूँ । क्या मैं आपकी कोई मदद कर सकता हूँ?
कॉल का जवाब तुरंत दें :एक अच्छी प्रैक्टिस यही होती है कि जहाँ भी हो तीन रिंग्स के भीतर ही फ़ोन का जवाब दिया जाये ।

जब फ़ोन का जवाब दें – तो कुशलता से दें :

1. मुस्कुराएं
2. गुड मॉर्निंग या गुड आफ्टरनून बोलें
3. अपना नाम और सैलून का नाम साफ़–साफ़ अनोउंस करे
4. नोट लेने के लिए कागज़ कलम तैयार रहे
5. फ़ोन करने वाले को ध्यान से सुनें
6. फ़ोन करने वाले कि ज़रूरतों को समझने के लिए सवाल पूछें
7. यह सुनिश्चित करने के लिए कि आपके पास सही जानकारी है, सभी उचित जानकारियों को दोहराएँ याद रखें आपको नहीं पता कि फ़ोन के दूसरी तरफ कौन है, पहला इम्प्रैशन मान्य रखता है

सन्देश लेना :सभी संदेशों को सफाई से और सही तरीके से लिखना चाहिए. एक्यूरेट सन्देश लेना बहुत सिंपल है और शामिल करना चाहिए :

- जिस व्यक्ति के लिए सन्देश है उसका नाम
- कॉलर का नाम

- वापस कॉल करने के लिए फ़ोन नंबर.
- सन्देश कि डिटेल्स
- कॉल का समय
- कॉल कि डेट
- जिस व्यक्ति ने कॉल लिया उसका नाम

स्टाफ के लिए निजी टेलीफोन कि नैतिकता

- सन्देश लिया जायेगा और रिसेप्शन डेस्क पर छोड़ दिया जायेगा. यह आपकी रिस्पांसिबिलिटी है कि अपने खली समय में आप उसे चेक करें ।
- इमरजेंसी कॉल्स स्वीकार हैं । हांलांकि अपने फ्रेंड्स और फॅमिली को यह बताएं कि जब तक इमरजेंसी न हो कॉल न करें ।
- कृप्या अपनी कॉल्स को कम रखें ताकि आप सलून को होल्ड पर न रखदें या ग्राहक को असुविधा हो जिसे उस समय सैलून कि लाइन्स बिजी मिलें किसी के निजी कॉल पर होने कि वजह से ।
- निजी बात करने के लिए लंच ब्रेक में अपने मोबाइल फ़ोन्स का इस्तेमाल करें निजी बात करने के लिए. बाकि समय उसे बंद करके स्टाफ रूम में रखें ।

आचार संहिता

- सबको सम्मान दे और विनम्र व निष्पक्ष रहेंद्य अन्य स्टाफ और सलून की आलोचना न करें ।
- ईमानदार रहें और हमेशा अपने शब्दों पर अडिग रहें ।
- अवैध भेदभाव और उत्पीड़ण बरदाश्त न करें और तुरंत रिपोर्ट कराएं।
- किसी भी धर्म, राजनीती, किसी अन्य व्यक्ति की सेक्स जिंदगी के बारे में बात करना अथवा गप्पे मरना और कसम खाना अनुचित है ।

सहनशीलता और इज्जत :एक सहायक नेल तकनीशियन के रूप में आपको अनेकों बार भिन्न तरह के लोगों से मिलना होगा और हमेशा आप सब के उसूलों और सोच से सहमत नहीं होंगे । अतः आपके सबके उसूलों की कदर और इज्जत करनी सीखनी होगी जो लोग आपसे भिन्न तरीके से सोचते हैं ।

गोपनीयता :ग्राहक अक्सर आपके साथ अपनी व्यक्तिगत जिंदगी के बारे में बात करेंगे । आपको हमेशा विनम्र होकर सुनना है:

- हमेशा ग्राहक के साथ अपने व्यावसायिक संबंधों का ध्यान रखें ।
- अगर संभव हो तो अपने मुवक्किल को बहुत ज्यादा व्यक्तिगत और अंतरंग बातें प्रकट करने से रोकें ।
- इसी तरह, खुद भी अपने मुवक्किल पर व्यक्तिगत बातों का बोझ न डालें ।

सौन्दर्य ऑपरेटर ग्राहकों के साथ बहुत ही करीबी प्रोक्सिमिटी में काम करता हैं किसी ग्राहक के लिए यह बहुत ही अप्रिय होता हैं जब कोई ऑपरेटर बुरी सांस या शारीरिक स्मेल से उन पर झुक हुआ हो । उच्च स्तर कि व्यक्तिगत स्वच्छता का अभ्यास करना महत्वपूर्ण हैं ।

इन चीज़ों से बचें :

- शराबखोरी
- तम्बाकू
- गुटखा

सैलून टीम अलग अलग लोगों से बनती है जिनकी अलग अलग ताकत और कमजोरियां होती है इसीलिए ज़रूरी है कि हर किसी की ताकत का पूरा उपयोग किया जाये और कमजोरियों को सुधरने का प्रयास किया जाये।

ग्राहकों के साथ उचित व्यवहार : ग्राहक के साथ सौदा करते वक्त यह जरूरी की है उनकी पसंद नापसंद का ध्यान रखा जा

अभ्यास

1. एक व्यक्ति के व्यक्तिगत विकास में शामिल हैरू
   क. नहाना
   ख. बालों का ध्यान
   ग. नाखून का ध्यान
   ध. उपरोक्त सभी
2. ग्राहक के साथ सही व्यवहार की विशेषतारू
   क. ग्राहकों के साथ गर्म व्यवहार करनाद्य
   ख. उनकी राय को महत्व नही देना
   ग. अगर वो आपके साथ सहमत नहीं है तो उनसे परेशां होनाद्य
   ध. इनमे से कोई नहीं
3. तम्बाकू इसका मुख्य कारण हैरू
   क. मौखिक कैंसर
   ख. त्वचा कैंसर
   ग. मलेरिया
   ध. इनमे से कोई नहीं
4. किसी को ––––––––––––और ––––––––ड्यूटी के समय में नही करना चाहिए।

5. ग्राहक के साथ व्यवहार करने के महत्वपूर्ण सुझाव की सूची बनाये :

नोट्स

Skill India
कौशल भारत - कुशल भारत

सत्यमेव जयते
GOVERNMENT OF INDIA
MINISTRY OF SKILL DEVELOPMENT
& ENTREPRENEURSHIP

N·S·D·C
National
Skill Development
Corporation
Transforming the skill landscape

10. रोजगार कौशल

B&WSSC
BEAUTY & WELLNESS
SECTOR SKILL COUNCIL

DGT/VSQ/N0102

Scan this QR Code to access the Employability skills module

https://www.skillindiadigital.gov.in/content/detail/1-10d218cd-31f0-41d0-a276-b41ec3b52013

Skill India
कौशल भारत - कुशल भारत

सत्यमेव जयते
GOVERNMENT OF INDIA
MINISTRY OF SKILL DEVELOPMENT
& ENTREPRENEURSHIP

N·S·D·C
National
Skill Development
Corporation
Transforming the skill landscape

11. अनुलग्नक

B&WSSC
BEAUTY & WELLNESS
SECTOR SKILL COUNCIL

अनुलग्नक

क्रमांक	मॉड्यूल	इकाई सं.	विषय का नाम	पृष्ठ संख्या	यूआरएल	क्यूआर कोड
1	1	1.2	ब्यूटी एंड वेलनेस सेक्टर के बारे में	8	https://youtu.be/7nDm_myL6B4	Click/Scan this QR Code to access the related video
2	2	2.1	कार्यक्षेत्र को बनाए रखें	22	https://www.youtube.com/watch?v=9sgp1XGESuU	Click/Scan this QR Code to access the related video
3			कार्य क्षेत्र तैयार करना और बनाए रखना		https://youtu.be/m2vchOfkvho	Click/Scan this QR Code to access the related video
4	3	3.1	मैनीक्योर सर्विसेज	44	https://www.youtube.com/watch?v=1VHMh6XbRR0	Click/Scan this QR Code to access the related video
5		3.2	पेडीक्योर सर्विसेज	52	https://www.youtube.com/watch?v=7bDfcqHnMPw	Click/Scan this QR Code to access the related video
6	4	4.1	मास्क या पैक एप्लीकेशन	78	https://youtu.be/hX7xA0HNezE	Click/Scan this QR Code to access the related video
7	5	5.1	स्वास्थ्य स्वच्छता पर दिशा-निर्देश	92	https://youtu.be/ktAYvoSEKhM	Click/Scan this QR Code to access the related video
8			हाथ सेनिटाइजेशन		https://youtu.be/x9iM0LyqHRU	Click/Scan this QR Code to access the related video
9	6	6.1	कार्यस्थल पर एक सकारात्मक प्रभाव बनाना	106	https://youtu.be/XGVwVEB8EUA	Click/Scan this QR Code to access the related video
10	8	8.1	बालों को शैम्पू और कंडीशन करें	136	https://youtu.be/6TgCivm6A6w	Click/Scan this QR Code to access the related video
11		8.2	इंडियन हेड मसाज करें	155	https://youtu.be/VoufYR-D_HM	Click/Scan this QR Code to access the related video

Scan this QR Code to access the Employability skills module

Skill India
कौशल भारत-कुशल भारत

सत्यमेव जयते
GOVERNMENT OF INDIA
MINISTRY OF SKILL DEVELOPMENT
& ENTREPRENEURSHIP

N·S·D·C
National
Skill Development
Corporation
Transforming the skill landscape

B&WSSC
BEAUTY & WELLNESS
SECTOR SKILL COUNCIL

ब्यूटी एंड वेलनेस सेक्टर स्किल काउंसिल
5बी, अपर ग्राउंड फ्लोर
23, हिमालय हाउस, कस्तूरबा गांधी मार्ग,
कनॉट प्लेस, नई दिल्ली-110001
कार्यालय: 011-40342940, 42, 44 और 45
ईमेल: info@bwssc.in
वेबसाइट: www.bwssc.in

Price: ₹

978-1-111-22222-45-7