



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU

Vuoden edellä

Raaka-aineiden oppimateriaalin tekeminen kosmetologeille Virossa

Simisker, Leelo

2011 Laurea Tikkurila

Laurea-ammattikorkeakoulu
Laurea Tikkurila

Raaka-aineiden oppimateriaalin tekeminen kosmetologeille Virossa

Leelo Simisker
Estenomin koulutusohjelma
Opinnäytetyö
Toukokuu, 2011

Leelo Simisker

Raaka-aineiden oppimateriaalin tekeminen kosmetologeille Virossa

Vuosi 2011 Sivumäärä 57

Jotta kosmetologi voisi tarjota asiakkaille parasta mahdollista palvelua ja ohjausta, on hankittava hyvä ja perusteellinen koulutus. Siinä on hyödyksi muun muassa riittävä kosmeettisten tuotteiden raaka-aineiden tuntemus. Viron kauneudenhoitoalan koulutuksessa ei ole ollut käytettävissä spesiaalista kosmeettisten raaka-aineiden oppimateriaalia, vaikka hyvää raaka-aineiden tuntemista pidetään alalla erittäin tärkeänä.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on ollut laatia kosmeettisten raaka-aineiden oppimateriaali kosmetologeille. Opinnäytetyön tuotoksena syntyi oppimateriaali raaka-aineista. Koska materiaali on tarkoitettu käytettäväksi Viron kosmetologien opistoissa, se on kirjoitettu viron kielellä. Työn kääntäminen suomeksi ja taas uudelleen viroksi vie paljon aikaa ja siksi tähän opinnäytetyöhön on lisätty vain pieni näyte oppimateriaaleista.

Opinnäytetyön teoriaosassa tehdään yleiskatsaus virolaisten kauneudenhoitoalan oppilaitoksiin ja kosmetologin ammattiin. Siinä kerrotaan myös ammattistandardin ja ammattipätevyyden vaatimuksista sekä käsitellään Viron opetusministeriön oppimateriaaleja koskevia vaatimuksia. Työssä kerrotaan myös erilaisista kirjallisista oppimateriaaleista.

Opinnäytetyö toteutettiin asiantuntijälähteiden avulla ja se keskittyi oppimateriaalin valmistuksen periaatteisiin.

Lähteinä käytettiin alan kirjallisuutta ja Internetiä.

Kosmeettisten raaka-aineiden oppimateriaali on tarkoitettu käytettäväksi kosmetologien ammattiopetuksessa.

Avainsanat: kosmeettiset raaka-aineet, yrtrit, yrttiopetus, kasvit, kosmetologien oppimateriaalit.

Leelo Simisker

Compilation of learning materials on cosmetic raw materials for Estonian beauty therapists

Year	2011	Pages	57
------	------	-------	----

To enable beauty therapist to offer the best service and right recommendations for their clients, thorough and profound training it is very necessary. It is also essential for them to know well cosmetic raw materials. Although this should be basic knowledge of beauty therapy education, this kind of specific learning material about cosmetic raw materials are still not presented in beauty therapists training programs in Estonia.

The main goal of this Bachelor's thesis is to provide a learning material about cosmetic raw materials for beauty therapists. This thesis produced such learning material. As this material is compiled for training in Estonian vocational colleges for beauty therapists, it is presented in Estonian language. To translate whole material into Finnish would be very time consuming and thus here is here included only a fraction of all learning materials as example.

The theoretical part of this thesis consists of a preview of schools which provide beauty therapy education in Estonia; introduction of Estonian professional standards and requirements for beauty therapists. The thesis discusses also the requirements of compiling learning materials which are determined by Estonian Ministry of Education and Research and gives an overview of different learning materials used in Estonian beauty therapy education now.

This thesis is based on sources of cosmetic professionals and it concentrates on the principles of compiling a learning material.

Source materials are literature and the Internet.

Schooling materials about cosmetic raw materials presented here are designed for Estonian vocational colleges for beauty therapists.

Key words: cosmetic raw materials, herbs, education about herbs, tuition, learning material for beauty therapists.

Sisällys

1	Johdanto	6
2	Viron kauneudenhoitoalan oppilaitokset ja kosmetologin ammatin kuvaus	7
	2.1 Yleiskuvaus kouluista	7
	2.2 Kosmetologin koulutuksen kuvaus ja erityispiirteet	10
3	Ammattistandardin ja ammattipätevyyden vaatimukset	12
4	Opetusministeriön vaatimukset opetusmateriaaleille	14
	4.1 Oppimateriaalien laatimisen periaatteet	16
	4.2 Didaktiset vaatimukset oppimateriaaleille	17
	4.3 Kirjalliset oppimateriaalit	18
5	Projektin esittely.....	20
6	Pohdinta	23
	Lähteet	25
	Liite 1 Ote kosmetologien raaka-aineiden oppimateriaaleista	26

1 Johdanto

Kosmetiikka ja kauneudenhoito ovat olleet jo antiikin ajoista tärkeitä asioita naisten ja myös miesten elämässä. Tuon ajan tiedot ja taidot olivat tietysti erilaisia kuin nykyaikana, mutta kauneudenhoitajan ammatissa oli kuitenkin sama päämäärä kuin nykyisin - hoitaa kauneutta ja terveyttä.

Voidakseen tarjota asiakkaille parasta mahdollista palvelua ja ohjausta on hankittava hyvä ja perusteellinen koulutus. Kauneudenalan ammattilainen on ihonhoidon ja hoidon ohjauksen, hieronnan ja meikkauksen asiantuntija.

Virossa on kosmetologeja koulutettu vuodesta 1994 lähtien. Neuvostoliiton aikana opetettiin lähinnä käsi- ja jalkahoitoja oppilaitoksessa nimeltä Junor. Opiskelu tapahtui pääasiassa ammattiopettajan valvonnassa. Myös kosmetologiksi oli mahdollista opiskella vain toisen kosmetologin ohjauksessa. Opiskelun edellytyksenä oli tuolloin ehdottomasti terveystieteen peruskoulutus sairaanhoitoalan oppilaitoksessa. Tällainen opetustapa ei ollut välttämättä aina objektiivista, mutta siihen seikkaan ei allekirjoittanut opinnäytetyön laatija halua ottaa kantaa.

Olen toiminut kosmetologien opettajana vuodesta 1998 ja tämä oli yksi syy aiheeni valintaan. Toinen peruste oli se, että olen kuulunut parturi-kampaajien ja kauneudenhoitoalan työryhmään, joka laati opinto-ohjelmia. Kosmetiikan raaka-ainemoduli on minun laatimani. Kuulun nykyään myös Viron opinto-ohjelmaryhmän neuvostoon. Sen toimintaa, mm. teknisiä palveluita, koordinoivat Riiklik Eksami- ja Kvalifikatsioonikeskus REKK:n (*The National Examinations and Qualifications Centre*) ammattikoulutusosaston erikoisasiantuntijat, joita kauneudenhoitoalalla edustaa Inna Soonurm. REKK:ssa tehdään myös päätökset käytettävistä oppimateriaaleista.

Kolmantena perusteena aiheeni valintaan on ollut opetusmateriaalin ja oppikirjojen puute Virossa, vaikka opetusministeriö on hyväksynyt kauneusalan opetussuunnitelman 22. tammikuuta 2009, asetus nro 3.

Viron kauneudenhoitoalan opetussuunnitelma on paljolti laadittu Suomen mallin mukaan. Se johtuu varmaan siitä, että Suomessa on pitkä kokemus kosmetologien koulutuksesta sekä siitä, että virolaiset ovat suorittaneet alan opintonsa usein juuri Suomessa.

Virossa koulutetaan kosmetologeja ainoastaan yksityiskouluissa. Niitä on kolme Tallinnassa ja yksi Tartossa. Ongelmana on, että Virossa puuttuu yhteinen kauneudenhoitoalan oppimateriaali, mukaan lukien raaka-aineoppi.

Työn tavoitteena on laatia kosmetiikan kemian opetussuunnitelman mukainen työkirja kosmetiikassa käytettävistä raaka-aineista.

Työn tavoitteiden saavuttamiseksi tulisi täyttää seuraavat haasteet:

- analysoida kosmetologien ammattistandardia
- analysoida oppimateriaalien laatimisen pääperiaatteita
- laatia oppimateriaali
- tehdä johtopäätökset ja ehdotukset oppimateriaalin käyttämisestä.

Työn tarkoituksena on julkaista Viron kauneudenalan opiskelijoille tarkoitettu työkirja, jonka aiheena on kosmetiikassa käytettävät raaka-aineet.

Työ etenee johdannon kautta toiseen lukuun, jossa kerrotaan Viron kauneudenalan oppilaitoksista ja kuvaillaan kosmetologin ammattia. Luvussa kolme selvitetään kosmetologin ammattistandardin vaatimuksia. Luvussa neljä tarkennetaan Viron opetusministeriön oppimateriaaleja koskevia vaatimuksia ja kerrotaan erilaisista kirjallisista oppimateriaaleista. Luku viisi valottaa projektin kirjoittamisen kulkua.

Opinnäytetyössä on uutta se, että aiemmin Virossa ei ole julkaistu kosmetologeille tarkoitettua kosmetiikan raaka-aineita käsittelevää oppimateriaalia.

2 Viron kauneudenhoitoalan oppilaitokset ja kosmetologin ammatin kuvaus

Tällä hetkellä Virossa toimii neljä yksityistä kauneudenhoitoalan ammattioppilaitosta. Valtion kouluissa on mahdollista suorittaa parturi-kampaajatutkinto, mutta kosmetologeja nämä oppilaitokset eivät kouluta. Kosmetologeja kouluttavissa yksityisissä oppilaitoksissa tarjotaan koulutusta tietysti myös tuleville partureille ja kampaajille. Seuraavaksi on yleiskatsaus virolaisten kauneusalan oppilaitosten historiaan ja kehittämissuunnitelmiin.

2.1 Yleiskuvaus kouluista

Eesti Esimene Erakosmeetikakool - Rahvusvaheline CIDESCO kool

Eesti Esimene Erakosmeetikakool (EEEE) eli Viron ensimmäinen yksityinen kosmetologikoulu, Kansainvälinen CIDESCO-koulu, perustettiin 17. maaliskuuta vuonna 1995. Koulun rehtorin ja omistajan työn tuloksena opintosuunnitelmat vastaavat kauneudenhoitoalan vaatimuksia ja kansainvälistä CIDESCO:n koulutusohjelmaa. Koulun opintosuunnitelmat on rekisteröity Viron opetusministeriössä. (Ajalugu 2010).

Vuonna 1996 avattiin koulussa iltalinja. Oppilaitos on ollut vuodesta 1998 kansainvälisen organisaation *Comite International d'Estetique et Cosmetologie* jäsen, CIDESCO-koulu, joka takaa parhaille opiskelijoille mahdollisuuden suorittaa CIDESCO:n kansainvälinen diplomi (Ajalugu 2010).

Eesti Esimene Erakosmeetikakool (EEEE) eli Viron ensimmäinen yksityinen kosmetologikoulu, Kansainvälinen CIDESCO-koulu, perustettiin 17. maaliskuuta vuonna 1995. Koulun rehtorin ja omistajan työn tuloksena opintosuunnitelmat vastaavat kauneudenhoitoalan vaatimuksia ja kansainvälistä CIDESCO:n koulutusohjelmaa. Koulun opintosuunnitelmat on rekisteröity Viron opetusministeriössä. (Ajalugu 2010).

Vuonna 1996 avattiin koulussa iltalinja. Oppilaitos on ollut vuodesta 1998 kansainvälisen organisaation Comite International d' Estetique et Cosmetologie jäsen, CIDESCO-koulu, joka takaa parhaille opiskelijoille mahdollisuuden suorittaa CIDESCO:n kansainvälinen diplomi (Ajalugu 2010).

Vuoden 2002 lokakuusta lähtien on koulussa annettu opetusta osittain myös venäjän kielellä: teorian tunnit ovat venäjän ja asiakaspalvelun oppitunnit viron kielellä. Vuodesta 2004 lähtien on Eesti Esimene Erakosmeetikakool ollut virallinen kauneudenalan ammattitutkintokeskus. Vuodesta 2007 alettiin EEEK:ssä ensimmäistä kertaa Virossa opettaa rakennekynsien tekoa. Sitä ennen kynsiteknikon alalle koulutettiin vain lyhytkestoisilla kursseilla. Koulun kehitykselle on ollut ratkaisevaa uusien tilojen rakentaminen. Ne tarjoavat aiempaa paremmat opiskelumahdollisuudet. Samana vuonna laajennettiin koulun tiloja, ja syksyllä siellä aloitti toimintansa myös parturi-kampaajalinja. (Ajalugu 2010)

Vuoden 2009 alusta lähtien on valmisteltu ammattikorkeakoulun opintosuunnitelmia. EEEK:lle on omistettu Virolaisen Menestyvän Yrityksen todistus. (Ajalugu 2010.)

Koulun päätavoite vuosina 2009–2013 on siis tarjota opiskelijoille mahdollisimman hyvää kauneudenalan koulutusta ja saada Viron työmarkkinoille lisää alan ammattilaisia. EEEK haluaa tarjota kauneudenhoitoalan ammattilaisille mahdollisuuden suorittaa ammattikorkeakoulututkinto, joka puolestaan parantaa alan asemaa yhteiskunnassa. EEEK:n tavoitteena on olla laadukkain ja arvostetuin kauneudenalan koulutusta tarjoava oppilaitos Virossa. Perusarvoina koululla on korkea laatu, asiakaskeskeisyys, koulutettu henkilökunta, avoimuus ja myönteisyys. (Arengukava 2010.)

Eesti Kosmeetikute ja Juuksurite Erakool

Eesti Kosmeetikute ja Juuksurite Erakool (EKJEK) eli Viron kosmetologien ja parturi-kampaajien yksityisopisto aloitti toimintansa vuonna 1994 silloisen Tallinnan sairaanhoito-opiston tiloissa. Ensimmäiset kosmetologit valmistuivat yksityisopistosta vuoden 1996 tammikuussa. (EKJEK 2010.) Opistossa koulutettiin kosmetologeja ja parturi-kampaajia vuoteen 2005 saakka. Silloin päättyi opetusministeriön koulutuslupa. (Arengukava 2010.)

Vuoden 2006 syyskuussa perustettiin Oy Diariss, joka jatkaa EKJEK:n toimintaa. Nykyisinkin

siellä koulutetaan sekä kosmetologeja että parturi-kampaajia. Aikuisille on saatavilla lisäksi täydennyskoulutusta (käsien- ja jalkojenhoito, meikkaus ja hieronta). (Arengukava 2010.)

Tavoitteena on laadukkaan ja ammattimaisen kauneudenalan koulutuksen avulla luoda Virossa edellytykset alan kestäväälle kehitykselle. Tulevaisuuden tavoitteena vuoteen 2015 mennessä on, että EKJEK Diariss on ammattioppilaitos, jossa opetus ja opiskelu olisivat modernia ja korkeatasoista, ottaen huomioon EU:n jäsenvaltioiden ja Viron painopisteet ammatillisessa koulutuksessa. Koulun perusarvoja ovat tavoitelähtöisyys, korkea laatu, tehokkuus, universaalisuus, yhteistyökyky, tehokas viestintä ja kilpailukyky. (Arengukava 2010.)

Iluravi Rahvusvaheline Erakool

Yksityinen ammattioppilaitos Iluravi Rahvusvaheline Erakool (IREK) eli Kauneudenhoidon kansainvälinen yksityiskoulu aloitti toimintansa vuonna 1998 Tartossa. Erityisesti kauneudenhoitoalan kouluksi uudistetussa talossa on hyvin varustetut luokkahuoneet, auditorio ja harjoittelua varten sisustettu koulun oma kauneushoitola. (Ilukool 2010.)

Oppilaitoksen henkilökuntaan kuuluu Tarton yliopiston opettajia, ammattikorkeakoulujen lehtoreita, huippuammattilaisia, tunnettuja kosmetologeja kauneudenhoito- ja kosmetologialan yrityksistä, meikkaustaiteilijoita, hieroja, kynsiteknikkoja, partureita ja kampaajia. Koululle on myönnetty Viron tasavallan opetusministeriön koulutusluvut seuraaviin ammatteihin: kosmetologi, käsi- ja jalkahoitaja, meikkaustaiteilija (ehostuksen alkeiskurssi), hieroja (kokovartalohieronnan peruskurssi), parturi-kampaaja ja kynsiteknikko. (Ilukool 2010.)

Kesäkuun toisena päivänä vuonna 2003 IREK otettiin kansainvälisen kosmetologien organisaation *International Aestheticiens* (IA) jäseneksi. IREK edustaa Virossa IA:ta, ja koulussa on mahdollista saada korkeatasoista opetusta sekä suorittaa *International Aestheticiensin* tutkinto. (Ilukool 2010.)

Eesti Iluteeninduse Erakool

Viron ammattiopistojen joukossa on vielä yksi koulu, joka edellisten lisäksi tarjoaa mahdollisuutta suorittaa kosmetologin sekä parturi-kampaajan opinnot. Kyseessä on Tallinnassa sijaitseva Eesti Iluteeninduse Erakool (EIEK) eli Viron kauneuspalveluiden yksityiskoulu. Se aloitti toimintansa vuonna 2002. Vuoden 2005 lokakuusta lähtien EIEK on lukeutunut kansainvälisiin kosmetologikouluihin (*International Cosmetology School*) ja vuoden 2010 tammikuusta alkaen se on ollut yksi *Organisation Mondiale Coiffure School* -järjestöön kuuluvista kouluista. Opetusministeriö on myöntänyt opistolle kosmetologien ym. kauneudenalan ammattilaisten koulutusluvut. (Iluteeninduskool 2010.) Muuta tietoa koulun tavoitteista, tulevaisuuden näkymistä tai kehitysuunnitelmista ei koulun kotisivuilta löytynyt.

Viron opetusministeriö on myöntänyt koulutusluvut edellä mainituille yksityisopistoille, joten niillä on mahdollisuus antaa lukiopohjaista kosmetologien ammattikoulutusta valtion opintosuunnitelman mukaisesti.

2.2 Kosmetologin koulutuksen kuvaus ja erityispiirteet

Kaikkiin alan kouluihin on pääsyvaatimuksena vähintään lukion suorittaminen. Opintojen tavoitteena on antaa opiskelijalle ammatin vaatimat teoriatiedot ja käytännön taidot, niin että opiskelija olisi ammattiin valmistuttuaan pätevä työskentelemään valitsemallaan kauneushoidon alalla.

Tässä selostetaan tarkemmin Viron ensimmäisen yksityisen kosmetologikoulun *Eesti Esimene Erakosmeetikakool* tarjoamaa opetusta. Työn kirjoittaja toimii siellä kosmetologien opettajana ja tuntee näin ollen parhaiten juuri tämän koulun. Tuttuja ovat myös muut Viron kauneusalan koulut, paitsi Eesti Iluteeninduse Erakool, jossa opetusta on annettu vasta muutaman vuoden verran. Eesti Esimene Erakosmeetikakool (EEEEK) -koulun eli Viron ensimmäisen yksityisen kosmetologikoulun opinnot jakautuvat kolmeen lukukauteen. Päiväopinnot kestävät kaiken kaikkiaan vuoden ja viisi kuukautta. Iltalinjalla opintojen pituus on kaksi vuotta ja kaksi kuukautta. Yleisaineina on talouden perusteita, ihotautioppia, psykologiaa sekä työympäristöoppia, johon kuuluvat myös hygienia, työsuojelu, ensiapu, ravitsemusoppi ja asiakaspalvelun perusteet. (Kosmeetiku õppekorraldus 2010.)

Pääaineina (ammattiaineet) opetetaan kasvohoitoja, käsien-, jalkojen- ja vartalohoitoja, meikkausta, anatomiaa ja fysiologiaa, kosmeettista kemiaa, fysiikkaa, mikrobiologiaa ja englannin kieltä. Vapaasti valittavina lisäkursseina ovat aromaterapia ja lymfahieronta. (Kosmeetiku õppekorraldus 2010.)

Ensimmäinen lukukausi käsittää teorian ja käytännön peruskurssit. Aluksi käydään teorialuennoilla ja niiden jälkeen ovat vuorossa käytännön harjoitukset. Tässä vaiheessa opiskelu muuttuu monipuolisemmaksi. Teoreettiset tiedot hankitaan luennoilla, joiden välillä tehdään ryhmitöitä. Opiskelijoiden tiedot testataan kirjallisissa tenteissä. (Kosmeetiku õppekorraldus 2010.)

Toinen lukukausi sisältää käytännön harjoittelua ja asiakaspalvelun oppitunteja. Ne järjestetään koulun harjoitusluokassa, jossa opiskelijat tekevät asiakkaille kauneushoitoja. Kolmannella lukukaudella on syventäviä teorian ja ammattitaidon tunteja, kirjoitetaan opinnäytetyö ja esitellään se opponentille. Lukukauden lopussa on vielä teorian loppukokeet ja näyttötutkinnot. (Kosmeetiku õppekorraldus 2010.)

Ammattillisessa koulutuksessa on ensiarvoisen tärkeää, että opiskelijoiden käyttämät laitteet ja tuotteet olisivat laadukkaita ja korkeatasoisia. Opiskelijoilla tulee olla harjoituskaudella käytössään vastaavanlaiset välineet, tuotteet ja laitteet kuin myöhemmin varsinaisessa työssään kauneushoitoloissa. Harjoitteluaikana käytettävien välineiden ja kojeiden pitäisi olla nykyaikaisia ja tehokkaita ja niiden tulisi vastata asiakkaiden odotuksia.

Ammattillisessa koulutuksessa on käytännön opetuksessa käytössä kaksi perusmenetelmää: opiskelu ryhmässä ja henkilökohtainen ohjaus. Kosmetologien teorian ja käytännön opetus annetaan ryhmässä. Ryhmäopetuksessa opiskelijoita ohjaa ammattiopettaja, joka näyttää ja opastaa käytännön työtapoja. Tällaisen koulutuksen edellytyksenä on opinto-ohjelmaan sisältyvien töitten toteuttaminen, opiskelijoiden aktiivinen työskentely ja sopeutuminen yhteistyöhön. Opiskelijoiden hoitokertojen määrän päättää koulu. (Köverjalg 1989: 174–175.)

EEEE:ssä on käytössä kolme luokkahuonetta, joissa pidetään yleis- ja perusaineiden teoriatunnit. Luokat on varustettu nykyajan esittelytekniikalla. Käytännön opetusta varten koulussa on vaatimusten mukaisesti kalustetut harjoitusluokat. Käytännön opetuksen lisäksi siellä tarjotaan myös kauneuspalveluja asiakkaille (Eesti Esimene Erakosmeetikakool 2010).

Asiakkaita varten on odotustila, jossa opiskelijat toimivat vastaanoton työntekijöinä saaden siten harjoitusta kauneussalonkityön arkipäivästä (Eesti Esimene Erakosmeetikakool 2010).

Kosmetiikkateollisuuden pohjana on kemia, ja kosmetologilta vaaditaan perusteellista raaka-aineiden tuntemista. Kosmeettisen kemian hyvä tunteminen takaa, että kosmetologi tekee hoidot oikein, osaa neuvoa asiakasta ihonhoidossa ja suositella sopivaa kotihoitoa. Myös tuotteiden myyntityössä on kemian tuntemus eduksi.

Hyvä kosmetologi tarvitsee myös tietoa ja käytännön harjoittelua ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa. Yleisaineisiin kuuluukin psykologian yleiskurssi, jossa käsitellään mm. asiakaspalvelua. Kyky kohdella ihmisiä hienotunteisesti on kosmetologille erityisen tärkeää, koska hän on asiakkaan kanssa aina läheisessä kanssakäymisessä. (Eesti Esimene Erakosmeetikakool 2010.)

Ammattiaineina opetetaan kasvojenhoitoa, käsien- ja jalkojenhoitoa, vartalohoitoja sekä meikkausta. Kosmetologin ammatin opettaminen edellyttää terveydenhoidon yleistietoja, joita ei ole mahdollista saavuttaa ilman kemian, anatomian, fysiologian, mikrobiologian, ihotautiopin ja hygienian perusteiden hallitsemista. Opiskelijoiden pohjatiedot ovat usein todella eritasoisia. (Eesti Esimene Erakosmeetikakool 2010.)

3 Ammattistandardin ja ammattipätevyyden vaatimukset

Virossa käytetään ammattitaidon tason määrittelyssä käsitettä 'kutsequalifikaatioon', joka vastaa suomen termiä 'ammattillinen pätevyys'.

Ammattitutkinto mittaa ammatissa vaadittavaa pätevyystasoa, joka määritellään maan perinteisten käytäntöjen mukaan tai kansainvälisiin vaatimuksiin perustuen. Ammattitutkinto luo edellytykset harjoittaa kyseistä ammattia, ellei laki toisin säädi. Ammattistandardi on tämän lain mukaan dokumentti, joka määrittelee ammattitutkintoon vaadittavat tiedot ja taidot, kokemuksen, arvot ja henkilön ominaisuudet. (Kutseeadus 2010.) Jokaisen alan asiantuntijat voivat päättää, moneenko tasoon ammattilliset osaamiset jaotellaan. Virossa ammattillinen pätevyys määritellään viidellä tasolla. Alin taso on I ja korkein V. Kaikki ammatit eivät edellytä ammatillisen pätevyyden määrittelyä tasoilla I–V. Kunkin ammatillisen pätevyyden tasot, tarvittaessa myös koulutusta koskevat vaatimukset, määrittelee Virossa ammattineuvosto. Tämä ammattistandardi sisältää eri tahojen keskenään sopimat ehdot Kosmetologi I, II ja III ammattitaitovaatimuksiin. Ammattistandardin luonnoksen on laatinut Palvelualan ammattineuvoston perustama kosmetologien työryhmä. Edellä mainittu Kosmetologi I, II, III ammattistandardi on vahvistettu 7. joulukuuta 2006 Palvelualan ammattineuvoston päätöksellä nr 25. (Kutsestandard 2006: 2.)

Ammattistandardiin sisältyvät ammatilliset vaatimukset on merkitty ammattirekisteriin.

Kosmetologi I ammattipätevyyden hakemisen edellytyksenä ovat vaatimusten mukainen ammattitaito ja lukion jälkeen suoritettut kosmetologin opinnot.

Kosmetologi II ammattipätevyyden hakemisen edellytyksenä ovat lukion jälkeen suoritettu kosmetologin tutkinto, II tason pätevyyden vaatima ammattitaito, viiden vuoden työkokemus kosmetologina ja osallistuminen täydennyskoulutuksiin.

Kosmetologi III ammattipätevyyden hakemisen edellytyksenä ovat lukion jälkeen suoritettu kosmetologitutkinto, kosmetologin III tason pätevyys, 10 vuoden työkokemus kosmetologina ja osallistuminen täydennyskoulutuksiin. Hakiessaan III tason pätevyyttä on kosmetologin hallittava vähintään yhtä kohdissa 5.2.9 (kasvojenhoito - I, II keskitaso, III korkein taso), 5.2.11 (jalkojenhoito - I, II keskitaso, III korkein taso), 5.2.12 (vartalonhoito - I, II keskitaso, III korkein taso) ja 5.2.13 (meikkaus - I, II keskitaso, III korkein taso) mainituista perustaidoista ja -tiedoista korkeimmalla tasolla. Tietääkseni vielä yksikään kosmetologi Virossa ei ole hakenut II tai III tason ammatillista pätevyyttä. (Kutsestandard 2006: 4.)

Erityisehdot:

Kosmetologit, jotka ovat hankkineet ammattitaidon ennen vuotta 2003 jollakin muulla tavalla, voivat hakea omaan ammattipätevyyteensä perustuen Kosmetologi I, II tai III pätevyyttä ammattipätevyysvaatimusten mukaisesti ja työkokemuksen sekä täydennyskoulutusten perusteella. (Kutsestandard 2006: 4.)

Ammattistandardin käyttöalueena ovat työntekijöiden ammattillisen pätevyyden määrittäminen, opetussuunnitelmien ja koulutusohjelmien kehittäminen, tentti- ja koevaatimusten kehittäminen, ammatillisen pätevyyden vahvistaminen ja arviointi sekä vertailupohja kotimaisille ja kansainvälisille ammattipätevyysasiakirjoille. Ammattistandardin voimassaoloaika on neljä vuotta. Tarvittaessa sitä on mahdollista muuttaa ennen standardin päättymistä. (Kutsestandard 2006: 6.)

Tämän kosmetologien ammattistandardin voimassaolo päättyy vuoden 2010 lopussa ja tarpeen mukaan siihen voidaan tehdä muutoksia. Yleensä suuria muutoksia ei kuitenkaan tehdä ja standardin voimassaolo jatkuu.

Ammattillisen pätevyyden modulit jaotellaan yleensä seuraavasti:

- yleistaitojen ja -tietojen modulit määrittelevät monille ammanteille yhteisten tietojen ja taitojen kokonaisuudet
- perustaitojen modulit määrittelevät kyseisessä ammattissa tarvittavien tietojen ja taitojen kokonaisuudet
- valinnaisaineiden modulit määrittelevät tiedot ja taidot, jotka tukevat ja laajentavat ammattiosaamista ja liittyvät johonkin mahdolliseen lisäpätevyyteen. Valinnaismodulien osuus on 5–30 % opintosuunnitelmasta. (Kutseharidusstandard 2006.)

Kosmetologin tehtävänä on pitää huolta asiakkaan ulkonäöstä ja vartalon kauneudesta. Kosmetologi neuvoo asiakasta juuri hänelle sopivien kosmeettisten valmisteiden valinnassa ja käytössä. Kosmetologin työ vaatii erilaisten hoitojen suorittamiseen tarvittavien laitteiden ja kojeiden tuntemista ja niiden käyttötaitoa. Ammatti vaatii järjestelmällistä ja luovaa suhtautumista työhön, hyvää viestintätaitoa ja vastuun ottamista työn tuloksista. Kosmetologin työ edellyttää jatkuvaa lisäopiskelua ja tietojen kartuttamista. Työssään kosmetologi joutuu jatkuvasti tekemisiin erilaisten kosmeettisten valmisteiden kanssa, jotka saattavat aiheuttaa allergiaa. (Kutsestandard 2006: 3.)

Kosmetologi on työssään suorassa kosketuksessa asiakkaaseen ja käyttää hoidoissa useita erilaisia tuotteita, joten hänen on tunnettava hyvin kosmeettisten valmisteiden koostumus. Myös myyntityössä tämä on tärkeää.

Kosmetologin koulutuksen yleistaitoihin ja -tietoihin kuuluvat talouden ja yrittäjyyden peruskäsitteet. Myös lainsäädännöstä on oltava perillä, samoin kuin työympäristöön, työoikeuteen, terveydenhuoltoon ja kuluttajansuojaan liittyvistä asioista. Nykyajan ympäristössä työntekijän on tunnettava työ- ja paloturvallisuuden vaatimukset, osattava antaa ensiapua ja tiedettävä jätehuollosta. Menestyäkseen nykypäivän kilpailevassa

yrittäjämaailmassa tarvitaan hyvää viestintätaitoa sekä kieli-, tietotekniikka- ja asiointitaitoja. (Kutsestandard 2006: 5.)

Nykypäivän asiakkaat ovat kiinnostuneita erilaisista hoitomahdollisuuksista ja uuden tuoteteknologian tarjoamista vaihtoehdoista. He lukevat paljon ja tutkivat aihetta usein etukäteen. Asiakkaat edellyttävät, että kosmetologi on ajan tasalla kaikesta ammattiinsa liittyvästä.

Kosmetologin ammatin perustaitoihin kuuluu, että tuntee hyvin tekniset välineet ja kosmeettiset valmisteet, joita hoitoja tehdessä käytetään. Kauneushoitolan töitten järjestäminen ja suunnittelu, hyvä asiakaspalvelu ja asiantunteva myyntityö takaavat asiakkaitten tyytyväisyyden. Kosmetologin välttämättömiin teoreettisiin tietoihin kuuluvat ihmisen anatomia ja fysiologia, mikrobiologia, hygienia, ihotautioppi, kosmeettinen kemia ja fysiikka. Kasvo-, käsi-, jalka- ja vartalohoidot ovat kosmetologin jokapäiväistä työtä. Kosmetologin on hallittava myös meikkaus ja erilaiset hierontaotteet. (Kutsestandard 2006: 5–6.)

Kosmetologilta vaadittavista henkilökohtaisista ominaisuuksista mainitaan ammatti-standardissa empatiakyky, suvaitsevaisuus, luovuus, yhteistyö- ja analysointikyky, itsenäisyys, stressinsietokyky sekä hyvä fyysinen kunto. (Kutsestandard 2006: 5–6.)

4 Opetusministeriön vaatimukset opetusmateriaaleille

Opetuksen kannalta on tärkeää, että oppimateriaali herättäisi mielenkiinnon aiheeseen.

Ennen materiaalien laatimista on kartoitettava tarkkaan päämäärät. Opettaminen onkin itse asiassa opiskelun ohjaamista eli auttamista oppimaan. (Hirsjärvi, Huttunen 1991: 13.)

Tämän työn kirjoittajan tarkoituksena on, että esitelty oppimateriaali käydään läpi pääosin opettajan kanssa. Näin opettajalla on oppitunnin aikana mahdollisuus kommentoida asioita ja selvittää vaikeita kohtia perusteellisemmin. Koska oppituntien määrä on pieni, opiskelijoille jää runsaasti aikaa myös itsenäiseen opiskeluun.

Viron opetusministeriö on laatinut 18. syyskuuta 2009 asetuksen nro 66 § 2, joka koskee vaatimuksia opetusmateriaaleille. Hyvin laadittu oppimateriaali auttaa opiskelijoita ymmärtämään ja jäsentämään teoreettisen opetuksen ja harjoitustehtävien sisällön. Kosmetologin työssä hyvä raaka-aineiden tuntemus vaikuttaa oikean hoitopäätöksen tekoon ja myös myyntiin.

Kaikkien Virossa käytettävien opetusmateriaalien lähtökohtana on valtion opintosuunnitelma (Lukas 2009). Viron Opetusministeriö on hyväksynyt kauneudenalan opetussuunnitelman 22. tammikuuta 2009, asetus nro 3. Vaikka yksityiskoulut ovat olleet toiminnassa jo viisitoista vuotta, ei Virossa valitettavasti ole vielä kukaan kauneudenhoitoalan oppikirjoja eikä muuta valtion hyväksymää alan opetusmateriaalia. Vasta nyt on valtio julistanut hankkeet

opetussuunnitelmaa vastaavien opetusmateriaalien laatimiseksi parturi-kampaajille ja kosmetologeille.

Oppikirjojen ja työkirjojen tekijöiden on lähdettävä opetuksen tavoitteista, opintojen sisällöstä, eri oppimismuodoista ja oppimisen tuloksista (Lukas 2009). Laatimani kosmeettisen kemian modulin opetuksella tavoitellaan, että opiskelija tuntee kurssin suorittamisen jälkeen aineiden perusluokituksen, niiden ominaisuudet, käytön, kemialliset reaktiot ja reaktioiden nopeuden, molekyylien ja atomien rakenteen, ionit, kemialliset sidokset, aineiden nimitykset ja tunnusryhmät, aineiden käyttömahdollisuudet kosmetiikassa, erilaiset raaka-aineiden ryhmät, kosmeettisten valmisteiden koostumuksen sekä erilaisten raaka-aineiden käyttömahdollisuudet ja vaikutuksen.

Kosmeettisen kemian modulin tuntimäärä on yksi opintoviikko eli neljäkymmentä tuntia. Tähän määrään pitää sisältyä orgaaninen ja epäorgaaninen kemia sekä kosmeettiset raaka-aineet. Jokainen koulu saa omissa opetussuunnitelmassaan itse päättää, miten tuntimäärä jaotellaan. Yleensä noin kaksi kolmasosaa ajasta käsitellään raaka-aineita ja yksi kolmasosa jää orgaanisen ja epäorgaanisen kemian käsittelyyn. Koska tuntimäärä on pieni, jätetään osa aineistosta itsenäisesti opiskeltavaksi. Modulin päättyessä opiskelija on saavuttanut modulissa asetetut tavoitteet.

Oppikirjallisuus ohjaa ja tukee aktiivista opiskelua. Tehtävien pitää olla monipuolisia, didaktisesti tarkoituksenmukaisia, ohjeiden asianmukaisia ja ymmärrettäviä. (Lukas 2009.) Laatimaani kosmeettisen kemian oppimateriaaliin on koottu erilaisia raaka-aineita, jotta opiskelijalle voitaisiin tarjota mahdollisimman monipuolista tietoa. Opettaja voi tämän aineiston perusteella valmistaa esimerkiksi Power Point -esitykset ja monistees jaettavaksi opiskelijoille. Materiaalien täydentämiseksi ja opiskeltavien asioiden selventämiseksi voidaan käyttää lisänä myös kuvamateriaalia esimerkiksi yrteistä ja siemenistä.

Opettaja voi pyytää opiskelijat mukaan keskusteluun ja havainnollistaa opetusta erilaisin esimerkein. Tämän modulin aikana uutta opitaan pääasiallisesti kuuntelemalla, lukemalla ja analysoimalla. Opettaja voi valmistella oppimateriaalin pohjalta myös kotitehtäviä. Seuraavalla tunnilla on mahdollisuus tarkistaa vastaukset ja tarpeen tullen täydentää tehtäviä.

Opettaja voi arvioida oppilaan tietoja sekä kirjallisesti että suullisesti. Kirjalliset arvioinnit tehdään isompien ainekokonaisuuksien jälkeen. Suullista arviointia voidaan käyttää asiakaspalvelutilanteessa, kun opiskelija valikoi asiakkaalle hoitotuotteita ja kertoo tuotteiden koostumuksesta ja eri raaka-aineiden vaikutuksesta.

Oppikirjallisuuden tekstit on laadittava asianmukaisella kielellä (Lukas 2009). Kosmetologien koulussa on opiskelukielenä viro. Venäjää äidinkielenään puhuville järjestetään teoriatunnit venäjäksi ja myös monistees ovat venäjänkielisiä. Vieraille käsitteille annetaan täsmälliset ja yksiselitteiset määritelmät.

Oppikirjoissa ja työkirjoissa huomioidaan pakollisten viikkotuntien tai kurssien määrä (Lukas 2009). Laatimani kosmeettisen kemian oppimateriaali on melko laaja. Viron valtion tutkinto- ja pätevyyskeskus (Riiklik Eksami- ja Kvalifikatsioonikeskus, *The National Examinations and Qualifications Centre*) ei ole kuitenkaan vielä tarkistanut eikä näin ollen myöskään hyväksynyt sitä. Vasta hyväksymisen jälkeen aineistoa on mahdollista käsitellä virallisena valtion vahvistamana oppimateriaalina. Kosmetologikoulujen opettajilla on kuitenkin oikeus käyttää aineistoa apumateriaalina jo aiemmin. Oppimateriaalien hyväksymisprosessia kuvaillaan tarkemmin alla.

Viron opetusministeriön asetus 66, § 5 edellyttää oppikirjallisuuden arvostelua ennen sen kustantamista. Oppimateriaalien arvostelijana voi olla kyseisen alan tai didaktiikan asiantuntija taikka kokenut ja arvostettu opettaja. Kustantaja hankkii oppimateriaaleille vähintään kaksi arvostelua. Arvostelijoita valittaessa on otettava huomioon, että toisen heistä on oltava opettaja, jolla on vähintään kolmen vuoden työkokemus vastaavalla kouluasteella. Toisen arvostelijan on oltava alan ammattilainen, tutkija tai didaktiikan opettaja. (Lukas 2009.)

Arvostelut laaditaan oppikirjan, työvihkon tai työkirjan jokaisesta osasta erikseen, jonka jälkeen ne toimitetaan kirjallisina, allekirjoitetuina ja päivättyinä kustantajalle. Arvostelijoilla on oikeus tehdä tekstiin korjaus- ja täydennys ehdotuksia. Kustantamon on otettava huomioon sellaiset korjaus- ja täydennys ehdotukset, joissa arvostelija on viitannut ristiriitaan valtion opintosuunnitelman ja oppikirjan/työkirjan sisällön välillä. Muiden korjaus- ja täydennys ehdotusten jättämisestä pois sovitaan arvostelijan ja kustantamon välillä kirjallisesti. Kustantaja ei julkaise oppi- ja työkirjoja ennen arvostelujen esittämistä. Oppikirjallisuuden kustantajalla on velvollisuus säilyttää arvosteluita 10 vuotta. (Lukas 2009.)

Opetusministeriön asetuksen 66 § 6 koskee oppikirjallisuuden virallista hyväksymismerkintää, joka takaa, että opintomateriaali vastaa valtion opintosuunnitelmaa ja tässä asetuksessa opintokirjallisuudelle asetettuja vaatimuksia. Kustantajalla on oikeus asetuksessa säädettyjen vaatimusten mukaan painaa oppikirjan tai työkirjan kansilehden kääntöpuolelle sekä virallinen hyväksymismerkintä että arvostelijoiden nimet. (Lukas 2009.)

4.1 Oppimateriaalien laatimisen periaatteet

Ennen oppimateriaalin laatimista tulee asettaa selvät tavoitteet. Materiaalin laatijan pitää myös määritellä, miten aihetta tullaan käsittelemään: onko sitä tarkoitus opiskella itsenäisesti vai yhdessä opettajan kanssa vai molempia menetelmiä käyttäen. Keskustellessani aiheesta kauneusalan opistojen opettajien kanssa olimme yhtä mieltä siitä, että tuntimäärä jokaista modulia kohti on pieni ja siitä syystä itsenäisen työskentelyn määrä opiskelijoilla suuri.

Jos materiaali laaditaan vain itsenäistä opiskelua varten, sen on oltava erityisen selkeää, perusteellista ja yksityiskohtaista. Oppimateriaalin on oltava helposti omaksuttavaa, niin että opiskelija ei tarvitse lisäaineistoa. Selkeä aiheiden jako ja havainnollistavat kuvat helpottavat itsenäistä työskentelyä. Oppimateriaaliin tulisi lisätä kertauskysymyksiä, niin että opiskelija voisi itse tarkistaa osaamisensa ja testata tietonsa.

Oppitunnilla käsiteltävän materiaalin lomassa opettajalle jää mahdollisuus selvittää hankalia kohtia, havainnollistaa opetusta esimerkein ja arvioida opiskelijan aiempia tietoja ja taitoja. Näin opettaja tutustuu jokaiseen ryhmänsä oppilaaseen henkilökohtaisesti. Hän voi antaa oppimista helpottavia tehtäviä ja kysymyksiä, mikä puolestaan edistää opiskelijoiden tason yhtenäistymistä.

Opiskelijoitten ja opettajien käyttämällä opetusvälineillä on tärkeä rooli oppimisprosessissa. Ammattikouluissa oppimateriaalin laatimisesta vastaa kyseisen koulun ammattiopettaja itse. Tämä vaikea tilanne johtuu siitä, että Viron ammattikoulutuksessa ei valitettavasti ole vielä yhtenäistä selkeää linjaa opetusmateriaalien laatimiseksi ja hankkimiseksi. Viime aikoina on eri tahojen avulla ja tuella laadittu jonkin verran oppimateriaalia ammattikouluille, mutta yleisesti ottaen koko ammattikoulutusta kattavan opetusmateriaalin puute on edelleen yleistä. (Paju 2007: 57.)

Huonoimmassa asemassa ovat yksityisopistot. Kaikki koulut laativat oppimateriaalinsa itse ja näin ollen taso on hyvin kirjava. Joillakin oppilinjilla, kuten kosmetologien, ei ole valtion kustantamaa opetusta lainkaan. Siksi ei ole pidetty tarpeellisena, että kouluilla olisi yhteiset oppimateriaalit. Vastuu materiaalien laatimisesta ja tasosta on yksinomaan edellä kuvailtujen yksityisopistojen työntekijöillä. Nykyään tilanne on kuitenkin parantunut ja Riiklik Eksami- ja Kvalifikatsioonikeskus (*The National Examinations and Qualifications Centre*) on aloittanut valtakunnallisia hankkeita oppimateriaalin laatimiseksi.

4.2 Didaktiset vaatimukset oppimateriaaleille

Oppimateriaaleja laadittaessa tulee noudattaa seuraavia didaktiikan vaatimuksia. Ammatillisen opetuksen sisällön on perustuttava valtion opetussuunnitelmaan ja ammattistandardiin. Samanlainen vaatimus koskee myös oppimateriaalien sisältöä. (Kütt 2004: 11.)

Valtion opintosuunnitelma on kuitenkin laadittu niin niukkasanaisesti ja suurpiirteisesti, että sitä on vaikea tulkita täsmällisesti.

Didaktiikan pääperiaatteita ovat:

Ymmärrettävyys - aineiston on oltava sellaista, että opiskelija pystyy vaikeuksitta ymmärtämään sisällön ja soveltamaan saamiaan tietoja käytännössä.

Innostavuus - aineiston on aktivoitava opiskelijoita uusien tietojen ja taitojen kehittämisessä. Se mitä oppimateriaali tarjoaa opiskelijalle, ei ole niin olennaista kuin se, miten sisältö ja tiedot omaksutaan ja miten aktiivisesti uutta tietoa hankitaan. (Kütt 2004: 11.)

Havainnollisuus - uusien tietojen ja taitojen hankkiminen onnistuneesti edellyttää, että opiskeltavista asioista luodaan totuudenmukainen kuva (Kütt 2004: 11).

Opiskelijan tietojen ja taitojen varmuus - tämä, sekä opettamisen että käytännön kannalta olennainen periaate, edellyttää, että opiskeltavat asiat omaksutaan pysyvästi. Tiedot ja osaaminen varmistetaan oppimateriaalia (työkirjat, tehtäväpaperit, tehtäväkokoelmat jne.) kertaamalla ja soveltamalla opittuja tietoja käytännössä. (Kütt 2004:12.)

Järjestelmällisyys - tällä periaatteella varmistetaan oppimateriaalien sisällön järjestelmällinen rakenne niin, että jokainen uusi aihe toisaalta seuraa jo opittua ja toisaalta sitä käytetään perustana ja lähtökohtana seuraavaan vaiheeseen (Kütt 2004:12).

Opetuksen yksilöllistäminen - tämän periaatteen toteuttaminen opetusmateriaalin laatimisessa on erityisen tärkeä, koska sen avulla huomioidaan opiskelijoiden yksilölliset piirteet. Oppimateriaalien tekijöiden edellytetään ottavan huomioon opiskelijoiden erilaiset ominaisuudet, kuten ikä, ajatteluprosessien erityispiirteet, jo omaksuttujen tietojen ja taitojen taso, käytännön kokemus, oppimismotivaatio, kyvyt jne. (Kütt 2004: 12.)

4.3 Kirjalliset oppimateriaalit

Kirjallinen oppimateriaali on opiskelijan tärkein työväline ja sen laatiminen on haasteellinen tehtävä. Oppikirjallisuudella on suuri rooli siinä, miten opiskelija suhtautuu kouluun, miten mielellään opiskelee ja kuinka hyvin opinnoissaan menestyy. Oppimateriaalin tulee auttaa opettajaa työssään ja opiskelijaa aineiston omaksumisessa.

Oppikirjallisuuden ensimmäisenä tehtävänä on antaa opiskelijalle tietoa eli olla informatiivinen. Oppikirjoista on löydettävä kaikki se, mitä opiskelijan on kyseisessä aiheessa opittava. Asiat on esitettävä ymmärrettävällä kielellä riittävän havainnollisesti. Opiskelijoiden tärkein kirja on oppikirja. (Kütt 2004: 11.)

Oppikirjallisuuden toisena tärkeänä tehtävänä on ohjata opiskelijoita hankkimaan tietoa myös muista lähteistä kuin oppikirjoista. Opiskelijoille annetaan yhä enemmän itsenäisiä työtehtäviä. Jos heillä on käytettävissään hyvät kirjalliset ohjeet, itsenäinen opiskelu sujuu helpommin. Oppimateriaaliin sisältyvien ohjeiden tulisi olla niin selkeät, että opiskelija pystyy omaksumaankin sisällön ilman opettajan apua. Työ on tietysti tehokkaampaa opettajan

ohjauksessa, mutta jos opiskelija on esimerkiksi poissa koulusta, hänelle ei ole myöhemmin mahdollista järjestää yksityisopetusta. Apuna ja tukena on silloin ainoastaan oppikirjallisuus. (Kütt 2004: 38.)

Oppikirjallisuuden viimeisenä funktiona pidetään sitä, mikä on ratkaistava heti oppiprosessin alkuvaiheessa: aineiston on motivoitava opiskelemaan. Jotta oppikirjallisuus saavuttaisi tämän tavoitteen, sen on täytettävä tietyt vaatimukset, jotka muodostuvat useasta eri osasta. Opiskelun välineistä tärkein on oppikirja. (Kütt 2004: 39.)

Emeritus professori A. Köverjalgin (1989: 117) mukaan oppikirjoja ovat sellaiset kirjat, joissa oppiaineen sisältö on esitetty tieteellisesti oikein, järjestelmällisesti, huomioon ottaen opiskelijan ikävaihe ja jo saavutetut tiedot ja taidot.

Oppikirja esittää metodiikan vaatimusten mukaisesti koko koulutuksen sisällön kyseisessä aiheessa. Oppikirjassa voi olla monta eri osaa eri tarkoituksia varten: ns. perusosa, johon kootaan opetussuunnitelmassa säädetty aineisto ja toisaalta lisätekstit, jotka sisältävät täydentävää materiaalia opiskelijoiden kiinnostuksen herättämiseksi ja yleissivistyksen laajentamiseksi.

Tekstin lisäksi myös kuvituksella on tärkeä osuus oppikirjassa. Kuvat vievät kyllä paljon tilaa, mutta niiden hyöty on suuri, koska useimmilla ihmisillä on näkömuisti. Silmien kautta saamme 90 % kaikesta informaatiosta. Suositellaankin, että 55–60 % oppikirjojen tiedoista saataisiin tekstistä ja loppuosa kuvista. Sopiva lisätekstien määrä oppikirjassa olisi 10 %. Nämä luvut voisivat olla yleisohjeena oppikirjojen laadinnassa ja arvioinnissa. (Kütt 2004: 39.)

Oppikirjan tehtävänä on ohjata opiskelun kulkua. Lukujen alkuun on sijoitettu keskeiset aiheet ja/tai kysymykset ja termit aiemmin opituista asioista, joihin seuraavan kappaleen teksti pohjautuu. Lukujen lopussa on kertauskysymyksiä ja kappaleeseen liittyviä tehtäviä. Sopiva määrä on 3–5 kysymystä lukua kohti. Kertauskysymysten tarkoituksena on saada opiskelija vertailemaan ja analysoimaan oppimaansa, löytämään yhteyksiä ja käyttämään aiemmin hankittuja tietoja. (Kütt 2004: 40.)

Oppikirjojen lisäksi opiskelija voi käyttää myös muuta kirjallista materiaalia, kuten työkirjat, hakuteokset, sanakirjat, tietokirjat jne. Tärkeä oppikirjan osa on siihen liittyvä työkirja tai työvihko. Se sisältää erilaisia oppikirjan tekstiin liittyviä tehtäviä, ratkaisuohteja ja työkaluja oman oppimisen tarkistamiseen. Työvihko tukeutuu oppikirjaan, jossa opiskeluohjeiden osuus voi olla pieni. Tärkeää on, että työvihkon tehtävät seuraisivat opiskeluprosessia. (Kütt 2004: 40.)

Kauneudenhoitoalan yksityiskouluissa ei ole käytössä työkirjoja/työvihkoja. Koska alalta puuttuu yhteinen oppimateriaali, on työkirjojen ja työvihkojen laatiminen vaikeaa. Sitä ei voi tehdä ennen kuin oppimateriaali on vahvistettu ja hyväksytty virallisesti valtion taholta.

Työkirjojen tyyppinen oppikirjallisuuden laji on tenttikokoelma, joka sisältää kaikki kyseisen aiheen tentit oppimisen tarkistamiseksi. Tenttikokoelmia ei anneta opiskelijoiden käyttöön, vaan ne on tarkoitettu ainoastaan opettajalle ja jaetaan opiskelijoille vasta ennen tentin alkua. Tenttikokoelmien edut:

- helpottavat tuntuvasti opettajan työtä;
- täsmentävät opetuksen tavoitteita, jotka ilmenevät tenttikysymyksistä;
- tasoittavat vaatimusten tasoa eri kouluissa. (Kütt 2004: 41.)

Uudehko oppikirjallisuuden laji Virossa on perustietokirjat, joiden avulla on mahdollista kerrata oppimateriaalia ja myös yhdistää eri aihepiirejä huomattavasti paremmin kuin oppikirjoissa. Oppikirjassa on jokaista pääaihetta käsitelty ja kuvailtu monella eri tavalla. Kertauksessa se ei ole enää tarpeellista. Oppikirjallisuuteen kuuluvaksi materiaaliksi käsitetään myös monisteet, kartat, kuvat, piirrookset jne. (Kütt 2004: 41.)

5 Projektin esittely

Vuosia kestäneen opettajan työni aikana olen useaan kertaan joutunut laatimaan oppimateriaalia opiskelijoille. Kaupoissa on toki saatavilla kauneusalan kirjoja, mutta ne on tarkoitettu kuluttajien käyttöön. Virossa on koulutettu kosmetologeja vasta melko lyhyen aikaa ja kauneudenhoitoalan opetussuunnitelmakin on hyväksytty vasta vuonna 2009. Meiltä puuttuu Virossa yhteinen kauneudenhoitoalan oppimateriaali, mukaan lukien raaka-aineoppi.

Yksi syy, miksi hakeuduin opiskelemaan estenomiksi, oli tarve saada enemmän tietoa ja oppia kosmeettisista raaka-aineista. Aihe on kiinnostanut minua pitkään. Opintosuunnitelmamme takia jouduin käyttämään useita päiviä kerraten lukion kemian kurssia Reaktio-kirjasta ja ratkaisten kirjan tehtäviä. Näiden vuosien aikana työskennellessäni opettajana ja kosmetologina kauneushoitolassa ei ole kertaakaan ollut tarvetta ratkaista kemian tehtäviä. Sen sijaan raaka-aineiden tuntemus on ollut hyödyksi. Estenomien koulutuksessa olisikin tarpeen perusteellisempi paneutuminen raaka-aineoppiin.

Tähän asti ovat virolaiset kauneusalan oppilaitokset laatineet oppimateriaalinsa itse ja sisältö on riippunut opettajien koulutuksesta ja motivaatiosta. Raaka-aineiden oppimateriaalissa sisällön perustana on ollut kauneudenalan opetussuunnitelman kosmeettisen kemian moduli. Jotta opiskelijoille voitaisiin antaa perustiedot kosmeettisista raaka-aineista, on täytynyt tehdä vaikeita valintoja.

Tässä työssä käsitellyt raaka-aineet olen valinnut ensinnäkin sillä perusteella, että ne ovat olleet käytössä jo vuosikymmeniä. Kauan käytettyinä niitä on myös tutkittu ja ne tunnetaan laajalti. Koska valtion opetussuunnitelmassa määritellään vain sisällön pääaiheet, on opettajalla ollut toisaalta vapaus valita käsiteltävä aineisto omien toiveittensa mukaisesti. Laaja valikoima tarjoaa kouluille runsaasti vaihtoehtoja ja mahdollisuuden valita opetukseen oman koulun kannalta tärkeät ja mielenkiintoiset raaka-aineet.

Raaka-aineitten valintaan tässä työssäni vaikutti myös se, että kysymyksessä on toisen asteen koulutus. Opetukseen ei ole mahdollista sisällyttää tuhansia eri raaka-aineita, vaan on valittava välttämättömimmät. Tässä opinnäytetyössä on esitelty vain yrtejä koskevaa oppimateriaalia.

Raaka-aineiden opetusmateriaalin keräämisestä ja laatisemisesta on virolaisten kosmetologien ja etenkin oppilaiden kesken ollut puhetta vuosia. Kauneudenhoitoalan opiskelijat ovat pyytäneet minua laatimaan kattavan oppimateriaalin, mutta aina on ollut muita kiireitä ja työ on odottanut aikaansa. Saman toiveen ovat ilmaisseet myös kokeneet kosmetologit - yhteinen materiaali auttaisi palauttamaan aiemmin opiskellut asiat mieleen.

Olen koonnut vuosien aikana erilaista oppimateriaalia ja hakenut tuoretta tietoa Internetistä. Kuvittelin tämän prosessin olevan helpompi. Kirjoista, lehdistä ja internetistä löytyy hyvin monenlaista tietoa, mutta usein on ollut vaikea päätellä, mikä on todenmukaista tietoa ja mikä vain mainostekstiä. Sen selvittämiseksi olen analysoinut mm. englanninkielistä kosmeettisen kemian raaka- ja säilöntäaineita koskevaa kirjallisuutta sekä Laurea Ammattikorkeakoulun kemian oppimateriaaleja. Aineiston etsimistä on vaikeuttanut myös puutteellinen englannin kielen taitoni. Kirjojen tekstit sisältävät usein vaikeaa kemian terminologiaa ja kääntäminen on työlästä.

Ajattelin, että estenomin koulutus helpottaa oppimateriaalien laatimista, mutta itse asiassa se muuttikin hankkeeni monimutkaisemmaksi. Tietoa ja lähteitä on kertynyt runsaasti ja on yhä vaikeampi päättää, miten laajaksi materiaalin päästäisi. Materiaalin kokoamisen aloitin aiheiden kartoituksella. Otin kosmetologien opiston kosmeettisen kemian modulin ja aloin laatia oppimateriaalin sisältöä sen pohjalta. Siinäkin tuli vastaan materiaalin runsaus. Perusteellinen oppimateriaali tarjoaa kouluille lukuisia vaihtoehtoja ja mahdollisuuden valita mukaan opetukseen juuri oman koulun kannalta tärkeät ja mielenkiintoiset raaka-aineet. Kun valtion opetussuunnitelma tulevaisuudessa uusitaan, on modulin pohjaksi olemassa nyt valmis materiaali. Sitä voidaan täydentää ja myös laajentaa, jos katsotaan tarpeelliseksi.

Ennen raaka-aineiden materiaalien laatimista piti tutustua oppimateriaalien laatimista koskevaan teoriaosuuteen ja tietysti tutkia lainsäädäntöä. Sitä varten luin Opetusministeriön asetuksia vaatimuksista oppimateriaaleille, niiden laatisemiselle ja ammattikoulutukselle.

Lakipykälien lisäksi etsin didaktiikan lähteitä: miten oppimateriaalit laaditaan, mitä ne sisältävät ja miten herättää opiskelijoiden mielenkiinto. Tällaista materiaalia käyttäen kokosin opinnäytetyön teoriaosuuden.

Työn kirjoittamisen aloitin viime kesänä, mutta perheen parissa ja päivätyön ohella sitä oli vaikea tehdä. Työskentelyä hankaloitti myös se, että suomi ei ole äidinkieleni. Tekstien kääntämiseen ja kielen tarkistamiseen meni runsaasti aikaa.

Koska oppimateriaali on tarkoitettu käytettäväksi Viron kosmetologien opistoissa, se on kirjoitettu viron kielellä. Työn kääntäminen suomeksi ja taas uudelleen viroksi vie paljon aikaa ja siksi tähän opinnäytetyöhön on lisätty vain pieni näyte oppimateriaaleista.

6 Pohdinta

Opinnäytetyön tavoitteena oli laatia kosmetologeille kosmeettisen kemian raaka-aineiden osuuden oppimateriaali, koska raaka-aineiden tuntemuksella on tärkeä rooli kosmetologin työssä.

Olen työskennellyt useita vuosia kosmetologien opettajana ja minua on askarruttanut kosmetologien oppimateriaalien puute. Kaikki kosmetologien opistot laativat itse omat oppimateriaalinsa ja siitä johtuen ne eivät ole yhtenäisiä. Tästä syystä myöskään opiskelijoiden perustaso ei ole samantasoinen. Kun meillä on nyt valtakunnallinen opintosuunnitelma, olisi todella tärkeä laatia yhtenäiset oppimateriaalit kaikissa opetettavissa aineissa, niin että kouluista valmistuisi samantasoisia kosmetologeja.

Kosmetologin ammatti vaatii jatkuvaa kehitystä ja lisäkoulutusta, jotta pysyisi ajan tasalla ja voisi tarjota mahdollisimman tasokasta palvelua asiakkaille. Laatiessani tässä työssä esiteltyä opetusmateriaalia oli vaikea ratkaista, mitä aihetta käsitellä laajemmin ja mitä vähemmän perusteellisesti. Raaka-aineiden tuntemus on joka tapauksessa kosmetologin työssä tärkeää. Käsiteltäviä aiheita on runsaasti, koska raaka-aineita tutkitaan jatkuvasti. Lisäksi sanoma- ja aikakauslehdissä on paljon mainostekstiä, jossa ei aina kuvailla tuotteen ominaisuuksia täysin oikein. Lisätutkimuksia tehdään jatkuvasti, jotta voitaisiin varmistaa kosmeettisten raaka-aineiden turvallisuus.

Työn laatiminen antoi minulle myös tietoa oppimateriaaleja koskevista vaatimuksista ja siitä, mihin olisi kiinnitettävä huomiota, että opiskelijan kiinnostus aiheeseen säilyisi.

Työn kokoamista ja laatimista vaikeutti myös se, että aikaisemmin ei Virossa ole laadittu kosmetologeille (raaka-aineiden) opetusmateriaalikokonaisuutta. Siksi puuttuu esikuva, jonka myönteiset ja kielteiset puolet olisi voinut ottaa huomioon.

Oli myös todella vaikea etsiä luotettavia lähteitä. Ulkomaisilta Internet-sivuilta löytyy kyllä useita oppikirjoja ja työkirjoja/työvihkoja, mutta ne eivät ole verkossa käytettävissä. Niitä saa vain erikseen tilaamalla. Olen erittäin kiinnostunut raaka-aineista ja siksi harkitsenkin kirjojen hankkimista itselleni.

Tänä vuonna aloitetaan Virossa opintosuunnitelmien tarkastus. Tarvittaessa työryhmät pystyvät tekemään muutoksia modulin tuntimäärään ja näin ollen on ehkä mahdollista lisätä myös kosmeettisen kemian modulin tuntimäärää.

Raaka-aineiden oppimateriaaleja kerätessäni minua alkoi askarruttaa vielä eräs seikka: miten välittää uutta tietoa opiskelijoille, kun tiede kehittyy jatkuvasti. Laboratorioissa tutkitaan joka päivä monen ihmisen voimin uusia raaka-aineita ja kehitetään uusia teknologioita. Se kaikki on kiinnostavaa, mutta kouluilla on omat opetussuunnitelmansa ja siitä syystä uusiin asioihin tutustuminen jää tulevan kosmetologin omaksi asiaksi tai todella motivoituneen opettajan lisätehtäväksi. Ajan tasalla pysyminen on kuitenkin kaikille tärkeä haaste.

Olisi myös ilahduttavaa, jos muut kauneusalan koulujen ja opistojen opettajat kiinnostuisivat yhteistyöstä kanssani. Kuuntelisin mielelläni heidän mielipiteitään aiheesta.

Oppimateriaalit kirjoitetaan viron kielellä. Laatimani oppimateriaalin esittelen Riiklik Eksami- ja Kvalifikatsioonikeskus (*The National Examinations and Qualifications Centre*) -nimiselle kauneudenalojen neuvostolle, joka arvioi, onko materiaali asianmukainen.

Yhteenvetona on mainittava, että tätä oppimateriaalia on syytä määrääjain täydentää ja mukauttaa mahdollisten opetussuunnitelmien muutoksien mukaan.

Lähteet

Hirsjärvi, S. Huttunen, J. 1991. Sissejuhatus kasvatusteadusesse (sisu kokkuvõte). Tallinna Pedagoogikaülikool.

Kutsestandard, Kosmeetik I, II, III, 2006

Köverjalg, A. 1989. Kutseõppedidaktika ja psühholoogia. Tallinn: Valgus.

Kütt, T, 2004. Kutseõpetamise spetsiifikat arvestav ja empiirilisel põhjendatud õppematerjal õppevahendite õpetamiseks kutseõpetajate koolitamisel. Magistritöö. Tallinna Pedagoogikaülikool.

Kütt, T. 2004. Õppevahendid kutseõppes. Abimaterjal kutseõpetajatele, lisa 4. Tallinna Pedagoogikaülikool.

Paju, H. 2007. Kutsepedagoogiline koolitus ja selle realiseerumine kutseõpetaja tegevuses. Magistritöö. Tallinna Ülikool.

Ajalugu Eesti Esimene Erakosmeetikakool. Viitattu 25.7.2010.

http://kosmeetikakool.ee/client/default.asp?wa_id=411&wa_object_id=1&wa_id_key

Arengukava Eesti Esimene Erakosmeetikakool. Viitattu 25.7.2010.

http://kosmeetikakool.ee/client/default.asp?wa_id=415&wa_object_id=1&wa_id_key=

Eesti Esimene Erakosmeetikakool. Viitattu 13.10.2010.

http://www.kosmeetikakool.ee/client/default.asp?wa_id=366

Eesti Kosmeetikute ja Juuksurite Erakool Diariss. Viitattu 25.7.2010.

<http://ekjek.ee/>)

Eesti Kosmeetikute ja Juuksurite Erakool Diariss. Viitattu 25.7.2010.

<http://www.ekjek.ee/pildid/arengukava.pdf>

Esileht. Viitattu 29.07.2010. <http://www.iluteeninduskool.ee/>

Iluravi Rahvusvaheline Erakool. Viitattu 28.7.2010.

http://www.ilukool.ee/index.php?option=com_content&task=view&id=101&Itemid=100

Kosmeetikatoodete märgistamise nõuded. Viitattu 3.9.2010.

<http://www.riigiteataja.ee/ert/act.jsp?id=13256092>

Kosmeetiku õppekorraldus. Viitattu 13.10.2010.

http://www.kosmeetikakool.ee/client/default.asp?wa_id=366,

Kosmeetik. Viitattu 27.7.2010. http://www.kosmeetikakool.ee/client/default.asp?wa_id=363

Kutseharidusstandard. 2006. Viitattu 15.10.2010.

<https://www.riigiteataja.ee/ert/act.jsp?id=1014805>

Kutseeadus. 2001. Viitattu 10.10.2010. <https://www.riigiteataja.ee/ert/act.jsp?id=690522>

Moodulite numbrid, nimetused, mahud ja lühikirjeldused. Viitattu 11.10.2010.

<http://www.riigiteataja.ee/ert/act.jsp?id=13127923&subid=13142463>

Lukas, T. 2009. Nõuded õpikutele, töövihikutele, tööraamatutele ja muule õppekirjandusele, nõuded retsenseerimisele ja kinnitusmärke vormile. Määrus 66. Viitattu 26.7.2010.

<https://www.riigiteataja.ee/ert/act.jsp?id=13219555>

Liite 1 Ote kosmetologien raaka-aineiden oppimateriaaleista

Sisällys

Johdanto

Rasvamaiset aineet

Vaikuttavat aineet

Yrtit

Liuottimet

Värit ja pigmentit

Hajusteet

Säilöntäaineet ja antioksidantit



Tärkeimmät yrtit

Yrttien käyttö kosmetiikassa

Yrttejä on käytetty ihon- ja terveydenhoidossa varmaan yhtä kauan kuin ihmiskunta on ollut olemassa. Kauneuden hoitamiseen yrttejä alettiin käyttää myöhemmin. Kaikissa kulttuureissa on omat kansanlääkinnän perinteensä ja tapansa, joissa hyödynnetään kasveja. Tätä tietoa ja oppia jaettiin eteenpäin sukupolvelta toiselle. Nykyajan kosmetiikassa on tunnettu termi fytooterapia *'phytooterapia'* (kreik. phytos = kasvi). Useat kosmetiikkabrändit käyttävät tuotteissaan erilaisia yrteistä saatuja aineosia. Yrtit kuuluvat ns. biokosmetiikan piiriin, koska ne vaikuttavat ihon fysiologisiin toimintoihin ja ihon aineenvaihduntaan. Toivotaan, että yrteillä olisi optimaalinen kyky imeytyä epidermikseen ja jonkin verran myös dermikseen.

Yrttien käytön historiaa

Kirjallisten tietojen mukaan yrttien avulla tehtävää lääkintää on harjoitettu ammattimaisesti vasta 1800–1500-luvulta lähtien eKr. Sumerien savitaulut kertovat, että Mesopotamiassa käytettiin lääkkeinä oopiumia, timjamia ja lakritsijuurta. Egyptiläisten papyruskääröistä löytyy merkintöjä mm. korianterista, fenkolista, hullukaalista, katajasta ja koiruohosta. (Raipala-Cormier 1997: 8.)

Kiinalaisen yrttilääketieteen historia ulottuu noin viiden vuosituhannen taakse. Kiinalaisen lääketieteen pääteoksena pidetään edelleen ennen ajanlaskumme alkua kirjoitettua Huangdi Neijingin Keltaisen keisarin sisätautioppia. Kiinassa kasvit jaotellaan niiden kehoa lämmittävien ja viilentävien ominaisuuksien perusteella. (Raipala-Cormier 1997: 8.) Intiassa on kehitetty noin 5000 vuotta sitten luontaishoidon muoto nimeltä ayurveda (Raipala-Cormier 1997: 8). Muinaisen Intian kasvilääkinnän tiedot ovat peräisin Veda-kirjoista (Luukkainen 1990: 41). Nykyaikana myös useat kosmetiikkabrändit valmistavat hoitoaineita ayurvedan terveydenhoitojärjestelmään pohjautuen.

Antiikin Kreikasta tunnetaan lääketieteen isä Hippokrates. Hänen mukaansa elämä nojautuu neljään peruselementtiin: maa, ilma, tuli ja vesi. Myös vitalismin oppi (bioenergia) on peräisin Kreikasta. Merkittävä on Theophrastoksen yrttiopas, jossa kuvaillaan 445 lääkekasvia käyttöohjeineen. (Raipala-Cormier 1997: 8.)

Myös roomalaiset kehittivät omia lääkintätaitoja. Sairaot ihmiset eristettiin terveistä, jotta taudit eivät pääsisi leviämään. Toisaalta lääkitsemiseen liittyi paljon arvailua ja mystiikkaa. Roomalainen lääkäri Galenos, joka eli toisella vuosisadalla jKr., tunsu useita satoja lääkekasveja ja myös valmisti niistä erilaisia lääkeseoksia. (Raipala-Cormier 1997: 8.) Puhuttaessa yrttilääkinnästä ei voi ohittaa persialaista lääkäriä Avicennaa. Lääketieteellisten kirjojen lisäksi hän kirjoitti myös filosofiasta, politiikasta ja astronomiasta. (Raipala-Cormier 1997: 8.)

Sveitsiläinen lääkäri Paracelsus kannatti ehdottomasti ns. signatuurioppia, jonka mukaan Luoja on luonut jokaiseen tautiin parantavan kasvin. Oikea kasvi löytyi yhtäläisyyksien avulla, vertaamalla sairautta ja lääkkeen vaikutusta. Paracelsus otti ensimmäisenä käyttöön kemialliset lääkeaineet. (Raipala-Cormier 1997: 8–9.)

Vanhin säilynyt yrttikirja on noin 3000 eKr. eläneen kiinalaisen keisari Shen Nungin laatima. Kirjassa käsiteltiin useita kasveja; uskottiin, että jokaiseen sairauteen löytyy luonnosta oma lääkekasvi. (Luukkainen 1990: 41.)

1500-luvulla painettiin monia kasvilääketieteellisiä yrttikirjoja. Kirjat ovat erittäin yksityiskohtaisia ja niissä on luonnonmukainen kuvitus. (Luukkainen 1990: 41.)

Suomessa Elias Lönnrot (1802-1884) tutki ja keräsi runsaasti tietoa yrttien kansanomaisesta käytöstä. Myös Carl von Linné, Uppsalan Yliopiston professori, on tutkinut yrttejä paljon. (Luukkainen 1990: 41.)

Yrteistä peräisin olevat vaikuttavat aineet

Yrttien vaikutus perustuu kasvien aineenvaihdunnassa syntyneisiin aineisiin. Kasvikudokset koostuvat alkuaineista, joista tärkeimpiä ovat: hiili (C), happi (O), vety (H), typpi (N), rikki (S) ja fosfori (P). Nämä kuusi alkuainetta muodostavat 96–98 % elävien organismien peruskoostumuksesta. (Raal 2010: 29.) Yrtit sisältävät mm. parkkiaineita, lima- ja kumiaineita, karotenoideja, flavonoideja, glykosideja, eteerisiä öljyjä, hiilihydraatteja ja alkaloideja.

Parkkiaineet (tanniinit)

Tanniinit eli parkkiaineet ovat polymeerisiä polyfenoleita. Freudenbergin suosituksen mukaan tanniinit jaetaan nykyään kahteen ryhmään: kondensoituneet tanniinit ja hydrolysoituvat tanniinit. Kondensoituneita parkkiaineita on jokaisessa kasvissa. Niitä on runsaasti esimerkiksi mäkikuismassa ja mustikassa. Yleensä kasveissa esiintyy sekä kondensoituneita että hydrolysoituvia tanniineja, joista jompikumpi on hallitseva (esimerkiksi tammi, rätvänä) (Raal 2010: 213).

Yleensä tanniinit ovat amfoteerisiä aineita, jotka muodostavat veteen liuetessaan kolloidisia liuoksia. Tanniinit liukenevat orgaanisiin liuoksiin, kuten asetoniin ja etanoliin. Osittain ne liukenevat esimerkiksi dietyylieetteriin ja etyyliasetaattiin. Ne eivät liukene lainkaan esimerkiksi kloroformiin, petrolieetteriin ja bentseeniin. Ne hapettuvat helposti ilman vaikutuksesta. (Raal 2010: 216.) Parkkiaineita on eniten puuvartisten kasvien kuoriosassa, mutta myös kasvien juurissa, lehdistä ja hedelmissä. Ne suojaavat mikro-organismeilta. Tanniinit vaikuttavat supistavasti ja antiseptisesti. Ne sopivat rasvaisen ja akneihon hoitotuotteisiin. (Luukkainen 1990: 42.)

Kumilimat ja lima-aineet

Kumilimat ja lima-aineet ovat polysakkaridien johdannaisia. Lima-aineet ovat normaaleja kasvien ainesosia. Kumilimat ovat aineita, joita muodostuu jonkin ulkoisen ärsykkeen, kuten mekaanisen vaurion, takia. Kumilimaa erittyy kasvien vaurioiden kautta; lima-aineita joutuu soluihin ja niitä voi erottaa vain uuttamalla. Esiintymisensä perusteella kumilimat ja lima-aineet on mahdollista jaotella seuraavasti: solunväliset aineet (levät), limaeidermi (pellavansiemenet) ja yksittäiset solut muiden solujen välillä (altee). Kumilimaa ja lima-aineita käytetään laajasti tekniikassa, elintarvike- ja lääketieteellisyydessä. (Raal 2010: 58–59.) Lima-aineita sisältävät yrtit sopivat hyvin herkän ihon hoitoon (Luukkainen 1990: 42).

Karotenoidit

Keltaisissa ja oransseissa kasveissa esiintyy karotenoideja. Ne ovat fotosynteettisiä väriaineita. Monet karotenoidit muuttuvat elimistössä A-vitamiiniksi. Lykopeenia on esimerkiksi tomaatissa ja paprikassa. Vihreissä kasveissa on myös ksantofylli-nimistä keltaista väriainetta. Tärkein karotenoidi on beetakaroteeni, jota on mm. porkkanassa. Liiallinen karoteenin käyttö aiheuttaa ihon keltaisuutta, koska karoteeni varastoituu rasvakerrokseen. (Luukkainen 1990: 42.)

Kumariinit

Kumariineja on monta erilaista. Ne ovat värittömiä tai kellertäviä kiteisiä aineita, jotka liukenevat hyvin orgaanisiin liuoksiin ja rasvoihin. Kumariinit eivät liukene veteen. Niillä on hyvä maku ja tuoksu ja siksi niitä käytetäänkin esimerkiksi maku- ja aromiaineina. (Raal, 2010, 148.) Kumariinit lisäävät ihon herkistymistä UV-säteilylle, joten niitä sisältäviä aineita ei tulisi käyttää iholla ennen auringonottoa tai solariumiin menoa. Ilmiö on nimeltään fototoksisuus ja se ilmenee ihon punoituksena, pigmentaationa tai palamisena. (Hiltunen, Holm, 1997: 47.) Osalla kumariineista on myös bakteeristaattinen ja fungisidinen vaikutus (Raal, 2010: 150).

Flavonoidit

Flavonoideja on noin 4000 ja niistä useimmat esiintyvät kasveissa glykosideina. Suurin osa flavonoideista on kiinteitä kiteisiä aineita, väriltään joko keltaisia (esimerkiksi flavonit, halkonit, auronit) tai värittömiä (esimerkiksi katekiinit, flavanonit, isoflavonit). Flavonoidit estävät tulehduksia, vahvistavat hiusverisuonia, ovat diureettisia ja fungisidisia sekä toimivat antioksidanteina. Raal (2010: 181, 187, 190.)

Glykosidit

Glykosidien ryhmään kuuluu monia väriaineita ja myös myrkkijä. Ne ovat kahdesta osasta koostuvia hiilihydraatteja, joista toinen on sokeri ja toinen aglykoni (ei-sakkaridinen komponentti). (Raal 2010: 40.) Esimerkiksi fenoliglykosidi muodostuu fenolista ja sokerista, ja koska se sisältää fenoleja, se on antibakteerinen. Saponiinit ovat luonnonglykosideja ja ne ovat pinta-aktiivisia aineita ja niillä on vaahtoavia ominaisuuksia (lat. *sāpō* „saippua“). Ensimmäinen saponiini erotettiin vuonna 1811 *Saponaria officinalis* kukasta. Saponiinit ovat vaahtoavia, pinta-aktiivisia ja erittäin myrkyllisiä vaihtolämpöisille eläimille. Muutamien kasvien saponiinit ovat yleisesti vahvistavia, tulehduksia estäviä, antiallergisia, rauhoittavia ja diureettisia. (Raal 2010: 336–337.)

Toisaalta ne toimivat myös emulgaattoreina ja auttavat imeytymistä. Karvasaineet, joita saadaan katkero- ja mykerökukkaiskasveista, ovat usein rakenteeltaan glykosideja. Ne desinfiävät ja ovat antibakteerisia. (Luukkainen 1990: 43.)

Eteeriset öljyt (haihtuvat öljyt)

Kasvit sisältävät myös eteerisiä eli haihtuvia öljyjä. Niitä käytetään sekä aromaterapeuttisesti että hajusteina ja vaikuttavina aineina hoitotuotteissa. Osaa niistä käytetään myös mausteina. Eteerisiä öljyjä voi olla missä tahansa kasvinosassa, esimerkiksi kukassa, lehdessä, siemenessä, kuoressa, kaarnassa, pihkassa, puuaineessa, juuressa, marjassa ja kasvin koko maan pinnalle jäävässä osassa. Eteerisissä öljyissä on monimutkainen yhdistelmä hiiltä, vetyä ja hapetta. (Grace 1998: 28: 31.)

Hiilihydraatit

Hiilihydraatit eli sakkariidit ovat luonnossa levinneitä orgaanisia yhdisteitä. Ne muodostuvat yksinkertaisista sokereista tai niiden johdoksista. Yksinkertaisia hiilihydraatteja eli monosakkarideja ovat glukoosi ja fruktoosi. Disakkaridit koostuvat kahdesta monosakkaridiosasta; esimerkiksi sakkaroosi (tavallinen ruokosokeri) koostuu yhdestä glukoosi- ja yhdestä fruktoosiyksiöstä. Muita disakkarideja ovat maltoosi ja laktoosi. Polysakkarideissa on tuhansia monosakkaridiyksiköitä. Polysakkarideja ovat tärkkelys ja selluloosa. (Raal 2010: 39, 42.)

Hiilihydraatit vaikuttavat yleensä ihoa kosteuttavasti. Selluloosajohdannaisista karboksimeetyliselluloosaa (CMC) käytetään kosmeetiikassa hyytelöiden pohja-aineena. (Luukkainen 1990: 44.)

Alkaloidit

Alkaloideiksi kutsutaan erilaisia tyyppiä sisältäviä yhdisteitä, joilla on emäksisiä ominaisuuksia ja jotka pääasiassa esiintyvät kasveissa orgaanisten happojen suoloina. Ne ovat vihreiden kasvien tyypillisiä aineenvaihduntatuloksia. Alkaloidit ovat kiinteitä, kiteisiä, hajuttomia ja värittömiä. Poikkeuksia ovat esimerkiksi berberiini, joka on väriltään keltainen ja sanguinariini, joka on oranssi. Monet tärkeät lääkeaineet ja myös myrkylliset aineet ovat alkaloideja, esim. unikosta saatava morfiini, kahvin kofeiini, tupakan nikotiini ja kokapensaan lehtien kokaiini. (Raal 2010: 389, 392, 393.)

Edellä mainittujen aineiden lisäksi sisältävät yrtit mm. rasvoja, vahoja, hartseja ja balsameja.



Aaloe (Aloe vera)
INCI: Aloe Barbadensis Leaf Extract

Aaloe on monivuotinen mehikasvi, joka tunnetaan koko maailmassa. Sitä käytetään rohtokasvina. Lääkeaaloe kasvaa Pohjois-Afrikassa ja monilla muilla lämpimän ilmaston alueilla. Tämän kasvin suvusta tunnetaan noin 300 lajia. Aaloe estää tulehduksia ja nopeuttaa haavojen parantumista. (Raal 2010: 176–178.) Se sisältää mm. antra-glykosideja, hartsia, fermentteja ja fytonsideja (Gorbunova 1996: 10).

Aaloen lehtien uute vaikuttaa ihoon pehmittävästi ja kosteuttavasti. Sitä käytetään myös suuontelon ja ikenien sairauksien hoidossa. (Aloe Barbadensis Leaf Extract 2011.) Kosmetologien oppimateriaaleissa todetaan (Luukkainen 1990: 45), että kosmetiikassa aaloella on monta käyttömahdollisuutta: sitä käytetään herkän, punoittavan ihon hoidossa ja se sopii myös rasvaiselle ja akneiholle.



Altee

INCI: Althaea Officinalis Leaf/Root Extract

Altee on monivuotinen kasvi, joka kasvaa Euroopassa ja Länsi-Aasiassa sekä Länsi- ja Itä-Siperiassa. Sitä viljellään mm. Bulgariassa, Venäjällä, Ukrainassa, Unkarissa ja Belgiassa. Alteenjuuret sisältävät kasvilimaa; lehdissä on kasviliman lisäksi flavonoideja ja eteeristä öljyä. Sisäisesti käytettynä altee irrottaa limaa ja ehkäisee tulehduksia. (Raal 2010: 71.)

Vaaleanpunaisten kukkiensa vuoksi se on suosittu koristekasvi. Kosmetiikkateollisuudessa käytetään lehtien ja juurien uutetta.

Alteen vaikutus on ihoa pehmittävä (Althaea Officinalis Leaf/Root Extract, 2011).



Arnikki

INCI: Arnica Montana Flower

Arnikki on monivuotinen 20–50 cm:n korkuinen kasvi. Luonnossa sitä esiintyy Skandinaviasta Etelä-Eurooppaan saakka sekä Etelä-Venäjällä ja Keski-Aasiassa. Virossa sitä viljellään koristekasvina. Arnikki kasvaa vuoristossa ja on ikivanha rohtoyrtti. (Raal 2010: 329.)

Kasvista käytetään yleensä kukat, jotka sisältävät laktooneja, kumariineja, flavonoideja, vähän alkaloideja, eteeristä öljyä, parkkiaineita, hartsia ja orgaanisia happoja (Gorbunova 1996: 192).

Kosmetiikassa arnikkia käytetään, koska se elvyttää verenkiertoa ja on antiseptinen (Luukkainen 1990: 46).



Ginseng
INCI: Panax Ginseng Root Extract

Ginseng on monivuotinen, noin 80 cm:n korkuiseksi kasvava pitkäikäinen kasvi. Se voi elää jopa 50 vuotta tai pidempäänkin. Kasvista käytetään sen juurta. Ginsengiä viljellään Koreassa, Kiinassa ja myös Venäjällä. Juuri poimitaan, kun kasvi on 5–8 vuotta vanha. Ginseng sisältää ginsenosiideja, saponiineja, steroideja, flavonoideja, rasvahappoja, glykosideja, aminohappoja, rasvahappoja ja eteerisiä öljyjä. Sisäisesti käytettynä se lisää henkistä ja ruumiillista suorituskykyä. (Raal 2010: 341–343.)

Ginsengjuuren uutteella on ihoa pehmittävä, suojaava ja vahvistava vaikutus (Panax Ginseng Root Extract 2011).



Hamamelis

INCI: Hamamelis Virginiana Water

Hamamelispensas kasvaa Pohjois-Amerikassa. Länsi-Euroopan lämpimillä alueilla sitä tapaa puistoissa ja puutarhoissa. Kasvilla on keltaiset kukat. Hamameliksestä käytetään sekä lehdet että kuori. Lehdet sisältävät parkkiaineita (hamamelistanniini) ja eteeristä öljyä, flavonoideja ja saponiineja. Uusimpien tutkimusten mukaan hamamelistanniinia on vain kuoressa, mutta ei lehdissä. Kuori sisältää tanniineja, saponiineja ja jonkin verran eteeristä öljyä. (Raal 2010: 220–221.)

Hamamelis sopii raaka-aineeksi epäpuhtaan ja ärtyneen ihon hoitotuotteisiin. Sitä käytetään myös kylpyaineissa ja hilseilevän päänahan hoidossa. (Luukkainen 1990: 47.) *Hamamelis Virginiana Water* -vedellä on supistava, ihoa pehmittävä ja ärsytyksiä lievittävä vaikutus. Sitä käytetään myös hiustenhoitotuotteissa (Hamamelis Virginiana Water 2011).



Hevoskastanja
INCI: Aesculus Hippocastanum
Extract

Hevoskastanja kasvaa Euroopassa, Pohjois-Aasiassa ja Pohjois-Amerikassa. Se sisältää eskiiniä, eskuliinia (kumariini), saponiineja ja rutiinia. Eskiini ja eskuliini vaikuttavat suotuisasti verisuoniin. Yrtti on vahvistava ja sopii sen vuoksi couperosaihon ja suonikohjujen hoitoon. Sitä käytetään myös auringonsuoja- ja kylpytuotteissa. (Luukkainen 1990: 47.)

Hevoskastanjauute toimii antioksidanttina, sekä supistavana ja pehmittävänä aineena (Aesculus Hippocastanum Extract 2011).



Humala
INCI: Humulus Lupulus Flower
Extract

Kaikki tuntevat humalan oluen mausteena. Humalaa kasvaa lähes koko Euroopassa, samoin Aasiassa ja Pohjois-Amerikassa. (Raal 2010: 130.) Kosmetiikassa käytetään mm. humalan kukkia, mutta myös muita kasvinosia. Kukkat sisältävät orgaanisia happoja, eteeristä öljyä, B₁-, B₂- ja C-vitamiineja, karotiinia ja flavonoideja. (Gorbunova 1996: 40.)

Humala elvyttää verenkiertoa, vahvistaa kudoksia, rauhoittaa ja tasapainottaa ihoa. Yrttiä käytetään sekä normaalin ihon että harmaan, huonon verenkierron omaavan ihon hoitoon. (Luukkainen 1990: 48.)

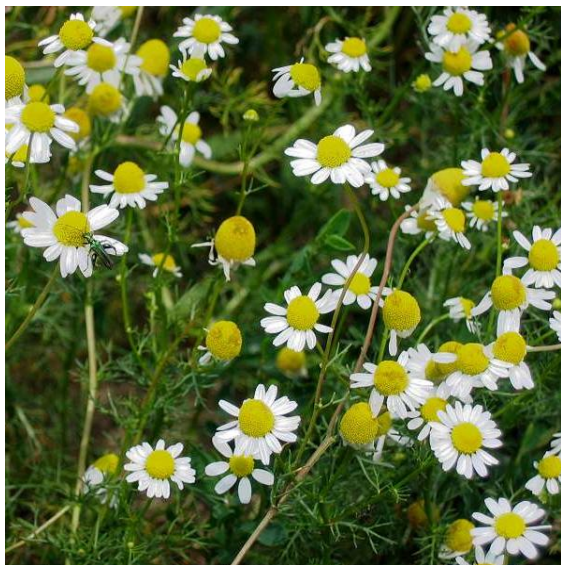
Humalakasvia käytetään myös akneihon hoitoon sekä vahvistamaan hiuksia ja poistamaan hilsettä (Gorbunova 1996: 40).



Kamferi

INCI: Cinnamomum Camphora Bark Oil

Kamferipuu voi kasvaa jopa 40 metrin korkeaksi ja elää vanhaksi. Sen lehdet ovat nahkeat, ikivihreät ja niissä on aromaattinen tuoksu. Puun eritetiehyeissä on eteeristä öljyä, joista kiteytetään kamferia neulamaisina kiteinä. Kamferia tislataan vanhojen puiden juurista, mutta sitä voidaan valmistaa myös synteettisesti pineenistä. Kamferiöljy sisältää eugenolia, sineolia ja terpeenejä. Se on antiseptinen, lievittää kutinaa ja lämmittää. Se myös elvyttää aineenvaihduntaa ja vilkastuttaa verenkiertoa. Sitä käytetään epäpuhtaan ihon ja jalkojen hoitotuotteissa. Aromaterapiassa kamferi rentouttaa ja lievittää kipuja. (Luukkainen 1990: 49.)



Kamomillasaunio
INCI: Chamomilla Recutita Extract

Kamomillasta käytetään hyödyksi kukat. Ne sisältävät flavonoideja, kumariineja ja myös 0,25–2 % eteeristä öljyä, joka sisältää bisabololia. (Raal 2010: 296.)

Kamomilla rauhoittaa, ehkäisee tulehduksia, vaalentaa, kirkastaa ja puhdistaa ihoa. Se sopii kaikille ihotyypeille, paitsi atsuleeniallergiselle, käytettäväksi voiteissa, naamioissa ja kasvovesissä. Kamomillaa käytetään myös kirkastavana huuhteena ja sampoonaa vaaleille hiuksille. Silmätuotteissa se vaikuttaa yhdessä muiden yrttien kanssa rauhoittavasti. (Luukkainen 1990: 49.)
Yrtti saattaa aiheuttaa yliherkkyyttä (Raal 2010: 296).



Kehäkukka

INCI: Calendula Officinalis Flower Extract

Kehäkukkaa esiintyy Keski- ja Etelä-Euroopassa, Länsi-Aasiassa ja Pohjois-Amerikassa. Siitä käytetään kosmetiikkatuotteissa kukat. Terälehdissä on eteeristä öljyä, karotenoideja, kumariineja, saponiineja ja flavonoideja. Kehäkukka uusii ihoa ja estää tulehduksia. (Raal 2010: 360.)

Sen vaikutus on rauhoittava ja elvyttävä. Sitä käytetään kaikkien ihotyyppien hoitotuotteissa. (Luukkainen 1990: 50.)



Keto-orvokki

INCI: Viola Tricolor Extract

Keto-orvokki sisältää polysakkarideja, eteeristä öljyä, saponiineja, C-vitamiinia, kumariineja ja parkkiaineita (Gorbunova, 1996: 68).

Tätä yrttiä käytetään epäpuhtaan ja herkän ihon sekä vartalon hoitovalmisteissa. Rohtona keto-orvokkia käytetään lähinnä ihotautien hoitoon, mm. maitorupen. (Luukkainen 1990: 50.)

Keto-orvokkiuutteella on pehmittävä, ihoa suojaava ja ärsytyksiä lievittävä vaikutus (Viola tricolor extract 2011).



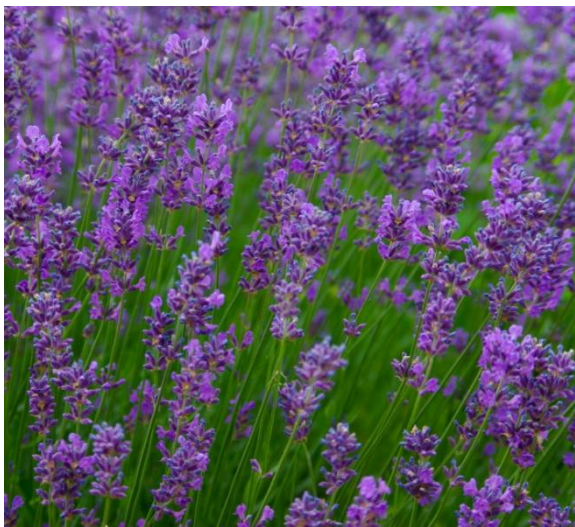
Kuisma
INCI: Hypericum Perforatum
Extract

Kuisma tunnetaan vanhana kansanomaisena lääkekasvina. Sitä on käytetty haavojen hoitoon 1500-luvulta lähtien. Viinaan liuotettuna on tätä juhannuskukkaa käytetty lääkkeenä kaikkiin vaivoihin. Kuisma on ruohokasvi ja kasvaa 20–90 cm:n korkuiseksi. Sillä on keltaiset, mustapilkkuiset kukat. (Luukkainen 1990: 51.)

Kuismauutetta saadaan kasvin koteloista, kukista, lehdistä ja varsien päistä (Hypericum Perforatum Extract, 2011).

Uutteessa on hyperisiiniä, joka on kasvin tärkein vaikuttava aine. Kuismauutteessa on myös flavonoideja, tanniineja ja eteerisiä öljyjä. Hyperisiini on fotosensibilisoiva aine. Se lisää ihon valoherkkyyttä ja voi aiheuttaa ihon tulehtumista. Kuisman käytön aikana ei voi ottaa aurinkoa eikä käydä solariumissa. (Raal 2011: 179–180.)

Hypericum Perforatum uute vaikuttaa antimikrobisesti, supistavana, ja se suojaa ja vahvistaa ihoa (Hypericum Perforatum Extract, 2011).



Laventeli
INCI: Lavandula Angustifolia
Flower Extract

Laventeli on tunnettu 50–60 cm korkea varpumainen kasvi. Se kasvaa sekä luonnonvaraisena että viljeltynä Välimeren alueella, Brittein saarilla, Moldovassa, Georgiassa ja Amerikassa. Laventelia viljellään myös Virossa. Kasvilla on voimakkaasti tuoksuvat, lila-sinivivahteiset kukat. Laventelista käytetään latvaosat (n. 10 cm:n pituiset) kukkineen. Kasvi sisältää n. 1,3 % eteeristä öljyä, jossa on 25–46 % linalyylisetaattia ja 20–45 % linaloolia. Se on antiseptinen ja antimikrobinen, ja sen vaikutus on rauhoittava ja kipua lievittävä. (Raal 2010: 275–276.)

Se puhdistaa, virkistää ja vahvistaa ihoa. Se on myös deodoroiva (Lavandula Angustifolia Flower Extract, 2011).

Laventelilla on tärkeä merkitys hajusteena hajuvesiteollisuudessa.



Lehmus

INCI: Tilia Cordata Extract

Lehmuksen kukkia on vuosisatoja käytetty vilustumisoireisiin teen aineksena. Lehmus kasvaa mm. Euroopassa, Länsi-Siperiassa ja Kaukasiassa. Kukissa on 4–5% flavonoideja, jonkin verran eteerisiä öljyjä ja saponiineja. (Raal 2010: 199–200.)

Luukkaisen (1990: 52) mukaan kasvia käytetään herkän ihon hoitoon.

Lehmusuutteen vaikutus on virkistävä; se myös suojaa, lievittää ärsytyksiä ja tasoittaa ihoa (Tilia Cordata Extract 2011).



Mänty

INCI: Pinus Sylvestris Leaf Oil

Maailmassa on noin 100 mäntylajia. Mänty elää pitkään, jopa 600 vuotta. Neulasten kärki ja pihka tunnetaan kansanlääkkeinä. Havuista tislataan vesihöyryn avulla männynhavuöljyä, jota käytetään kosmetiikassa tuoksuaineena, kylpytuotteissa ja hierontaöljyissä. Männynhavuöljy virkistää ja puhdistaa. (Luukkainen 1990: 55.)

Männynöljy sisältää eteeristä öljyä, josta valmistetaan myös puolisynteettistä kamferia (Raal 2010: 295).



Nokkonen

INCI: Urtica Dioica Extract

Nokkonen on monivuotinen 30–200 cm korkea, ihoa polttava kasvi. Sekä sen juuria että versoja kerätään. Nokkosen juuri sisältää steroideja ja kumariineja. Lehdet sisältävät flavonoideja, C- ja K₁-vitamiineja, eteerisiä öljyjä ja alkalioideja. (Raal 2010: 447.)

Nokkonen sisältää myös klorofylliä. Kasvia on käytetty sekä sisäisesti että ulkoisesti ravintona ja rohtona. Sitä käytetäänkin kaikille ihotyypeille tarkoitetuissa tuotteissa ja hiustenhoitoaineissa. (Luukkainen 1990: 55.)

Kosmeettisissa valmisteissa nokkosen uute auttaa poistamaan hilsettä. Sillä on supistava, virkistävä ja ihon ärsytyksiä lievittävä vaikutus (Urtica Dioica Extract 2011).



Peltokorte
INCI: Equisetum Arvense Leaf
Extract

Peltokorte on monivuotinen rikkakasvi, jolla on pitkä mustanruskea maavarsi. Sitä kasvaa Kiinassa, Japanissa, Pohjois-Amerikassa, joka puolella Eurooppaa, myös Virossa. Yrtti sisältää saponiineja ja paljon piihappoa. Peltokorte on diureettinen. (Raal 2010: 197–198.)

Piipitoiset rohdokset vaikuttavat ihon, verisuonten ja sidekudoksen kuntoon. Kosmetiikassa kasvista käytetään kesäversoja ilman tähkiä. Peltokortetta käytetään normaalin ja rasvaisen ihon tuotteissa, kylpytuotteissa sekä vartalon ja rintojen hoitoaineissa. Luukkainen (1990: 56.)

Peltokorteute on ihoa supistava, pehmittävä, ärsytyksiä lievittävä ja virkistävä (Equisetum Arvense Leaf Extract 2011).



Raunioyrtti

INCI: Symphytum Officinale Root Extract

Raunioyrtti on monivuotinen 30–100 cm:n korkuinen kasvi. Luonnossa sitä esiintyy Euroopassa ja Länsi-Aasiassa. Raunioyrtin juuresta saadulla uutteella on hoidettu haavoja, paiseita ja luuvammoja. Sisäisesti käytettynä se on myrkyllinen. Lapsille raunioyrtti ei sovi lainkaan. Juuret sisältävät pyrrolisidiini-alkaloideja, allantoiinia, triterpeeneja, saponiineja ja tanniineja. Kasvin lehdissä on jonkin verran pyrrolisidiini-alkaloideja, allantoiinia, tanniineja, saponiineja ja rosmariinihappoja. (Raal 2010: 406–407.)

Kosmetiikassa raunioyrtistä käytetään juurta ja lehtiä (Luukkainen 1990: 57).

Tuotteissa oleva raunioyrtin uute auttaa poistamaan hilsettä ja lievittää ärsytystä (Symphytum Officinale Root Extract 2011).



Rosmaríni
INCI: Rosmarinus Officinalis Flower
Extract

Rosmariini on monivuotinen ikivihreä 0,5–2 metrin korkuinen pensas, jolla on vahva havupuun tuoksu. Se on kotoisin Välimeren maista. Sitä viljellään myös mm. Isossa Britanniassa ja Venäjällä. Rosmariinin lehdet ovat sinivihreät, kukat vaaleansinisestä violettiin. Vesihöyrytlauksessa saadaan kukkivista rosmariineista eteerisiä öljyjä. Lehdet sisältävät mm. eteeristä öljyä, terpeeneja, flavonoideja, alkaloideja. Rosmariini on antiseptinen, mikrobeja tuhoava ja nopeuttaa verenkiertoa. (Raal 2010: 139–140.)

Ihohoitotuotteissa se toimii antioksidanttina, deodoroivana, hajusteena ja vaikuttaa ihon kuntoon (Rosmarinus Officinalis Flower Extract 2011).



Ruiskaunokki

*INCI: Centaurea Cyanus Flower
Extract*

Ruiskaunokki on yksi- tai kaksivuotinen noin 80 cm:n korkuinen kasvi. Se on luultavasti kotoisin Lähi-idästä. Virossa ruiskaunokkia tapaa luonnossa sekä puutarhassa. Se sisältää mm. antosyaaneja, flavonoideja, kumariineja ja karvasaineita. (Raal 2010: 195.)

Ruiskaunokkia käytetään naamioissa, silmävesissä ja hiusvesissä (Luukkainen 1996: 58). Kukan uute vaikuttaa ihoon supistavasti ja pehmittävästi (Centaurea Cyanus Flower Extract 2011). Uskomuksen mukaan ruiskaunokkia sisältävät tuotteet sopivat erityisesti sinisilmäisille.



Ruusu

INCI: Rosa Rugosa Flower Oil

Ruususta käytetään kosmetiikkateollisuudessa sen lehtiä ja kukan terälehtiä. Ruusu sisältää eteeristä öljyä, parkkiainetta, sokeria, sitruuna- ja omenahappoa. Vaikutukseltaan ruusu on supistava, puhdistava ja kosteuttava. Se sopii kaikille ihotyypeille. (Luukkainen 1990: 59.)

Terälehdistä tislattu ruusuöljy on suosittu hajuste (Rosa Rugosa Flower Oil 2011).



Salvia

INCI: Salvia Officinalis Extract

Salvia on monivuotinen 30–80 cm:n korkuinen pensas. Se on kotoisin Välimeren maista ja levinnyt Keski-Euroopasta aina Vähään-Aasiaan saakka. Sitä viljellään myös Virossa. Lehdet sisältävät eteeristä öljyä, flavonoideja, terpeeneja, tanniineja, saponiideja ja alkaloideja. Salvia toimii tulehduksia lievittäen. Sitä käytetään myös mausteena. (Raal 2010: 282–283.) Antiikin aikana ja keskiajalla uskottiin, että salvia auttaa jokaiseen vaivaan ja sillä on 27 parantavaa ominaisuutta. Salvia supistaa, puhdistaa ja rauhoittaa ärtynyttä ihoa. Sitä käytetään rasvaisen ja epäpuhtaan ihon hoitotuotteissa, suuhygieniavalmisteissa ja hiustenhoitotuotteissa. (Luukkainen 1990: 59.) Salviauutteen vaikutus on antimikrobinen, se on antioksidantti, supistaa huokosia, puhdistaa, deodoroi, suojaa ihoa, lievittää ärsytyksiä, vahvistaa ihoa ja hiustenhoitotuotteissa poistaa hilsettä (Salvia Officinalis Extract 2011).



Siankärsämö

INCI: Achillea Millefolium Extract

Siankärsämö on monivuotinen 30–80 cm:n korkuinen kasvi. Sillä on omaperäinen tuoksu, valkoiset, joskus myös vaaleanpunaiset tai punaiset kukat.

Siankärsämö kasvaa Aasiassa, Pohjois-Amerikassa, Uudessa-Seelannissa, Australiassa ja Euroopassa, myös Virossa. Se sisältää laktooneja, flavonoideja, alkaloideja ja 0,2 % eteeristä öljyä. (Raal 2010: 328–329.)

Siankärsämö on Euroopan suosituimpia rohdoskasveja, jota käytetään paljon myös lääketieteellisyydessä. Puhdistavan ja supistavan vaikutuksen takia se sopii rasvaisen, epäpuhtaan ihon hoitoon. (Luukkainen 1990: 60.)

Siankärsämön uute puhdistaa ihoa, raikastaa, lievittää ärsytyksiä, vahvistaa ihoa ja hiustenhoitotuotteissa poistaa hilsettä (Achillea Millefolium Extract 2011).



Timjami
INCI: Thymus Vulgaris Extract

Timjami on Välimeren maista kotoisin oleva monivuotinen 40–70 cm:n korkuinen ikivihreä mauste- ja rohtokasvi. Sen kukat ovat violetit tai vaaleanpunaiset. Timjamia kasvaa myös Virossa. Siitä käytetään 10–15 cm:n korkuiset latvaversot. Se sisältää mm. 1–2,5 % eteeristä öljyä, flavonoideja. (Raal 2010: 303–304.)

Egyptissä timjamia on käytetty suitsukkeena ja hajuvesiin. Theophrastos sanoi: „Ei mikään tuoksu paremmalta kuin timjami.“ Timjami on antiseptinen, ihoa puhdistava ja kirkastava. Se normalisoi talirauhasten toimintaa ja sopii siksi epäpuhtaan, rasvaisen ihon hoitoon. Sitä käytetään myös ikääntyvän ihon hoitoon tarkoitetuissa tuotteissa. (Luukkainen 1990: 61.)

Kertaustehtävät

1. Mistä kasveista on löydetty merkintöjä egyptiläisten papyruskääröissä?
2. Mistä on kotoisin ayurveda-lääketiede?
3. Mikä on signatuurioppi?
4. Nimeä kuusi kemiallista elementtiä, joita kasvikudos sisältää?
5. Mitä ovat parkkiaineet?
6. Mihin aineisiin tanniinit liukenevat?
7. Miksi kasvista erittyy kumilimaa?
8. Miksi pitää olla varovainen käyttäessään furokumariineja auringossa?
9. Miten flavonoidit vaikuttavat?
10. Mikä ominaisuus on saponiineilla?
11. Mistä kasvinosista saa eteerisiä öljyjä?
12. Nimeä, mitä aineita kasvit sisältävät?
13. Mitä aineita on alteenjuuressa?
14. Miten arnikki vaikuttaa?
15. Mikä vaikutus on ginsengjuuren uutteeella?
16. Mitä osia käytetään hamameliksestä?
17. Miten vaikuttaa hevostkastanjauute?
18. Mikä voi aiheuttaa kamomillassa esiintyvä atsuleeni?
19. Mitä ainesosia sisältävät kehäkukan terälehdet?
20. Mikä vaikutus on keto-orvokkiuutteella?
21. Mikä aine kuismauutteessa aiheuttaa valoherkkyyttä?
22. Mikä vaikutus on *Hypericum Perforatum* uutteeella?
23. Miten vaikuttaa laventeli?
24. Miten vaikuttaa lehmusuute?
25. Miten vaikuttaa *Urtica Dioica* Extract?
26. Mitä happoa peltokorte sisältää paljon?
27. Sopiiko raunioyrtti hilsettä ehkäiseviin tuotteisiin?
28. Mitä ainesosia löytyy rosmariinin lehdistä?
29. Missä hoitotuotteissa käytetään ruiskaunokkia?
30. Miten salviauute vaikuttaa?
31. Minkätyyppisen ihon hoitoon käytetään siankärsämöä?
32. Sopiiko timjami kuivan ja herkän ihon hoitoon?
33. Mikä on ruusun vaikutus?
34. Mitä aineita nokkosen juuri sisältää?
35. Mistä öljystä valmistetaan puolisynteettistä kamferia?

Lähteet

Gorbunova, T. Ravimtaimeatlas. Tallinn 1996

Grace, U-M. Käytännön aromaterapia. Otavan Kirjapaino, Keuruu, 1998

Hiltunen, R., Holm, Y. Eteeriset öljyt ja niiden lääkinnällinen käyttö. Tammer-Paino, Tampere, 1997

Luukkainen, S. Kosmetiikan perusraaka-aineita. Helsinki, 1990

Raal, A. Farmakognoosia. Õpik kõrgkoolidele. Tartu Ülikooli kirjastus, 2010

Raipala-Cormier, V. Luontoäidin kotiapteekki. WSOY, 1997

Internet:

Achillea Millefolium Extract.

<http://ec.europa.eu/consumers/cosmetics/cosing/index.cfm?fuseaction=search.details&id=74009> Viitattu 12.2.2011

Aesculus Hippocastanum Extract.

<http://ec.europa.eu/consumers/cosmetics/cosing/index.cfm?fuseaction=search.details&id=82461> Viitattu 6.2.2011

Aloe Barbadensis Leaf Extract.

<http://ec.europa.eu/consumers/cosmetics/cosing/index.cfm?fuseaction=search.details&id=54346> Viitattu 12.2.2011

Althaea Officinalis Leaf/Root Extract.

<http://ec.europa.eu/consumers/cosmetics/cosing/index.cfm?fuseaction=search.details&id=54310> Viitattu 6.2.2011

Centaurea Cyanus Flower Extract.

<http://ec.europa.eu/consumers/cosmetics/cosing/index.cfm?fuseaction=search.details&id=55317> Viitattu 12.2.2011

Equisetum Arvense Leaf Extract.

<http://ec.europa.eu/consumers/cosmetics/cosing/index.cfm?fuseaction=search.details&id=33775> Viitattu 10.2.2011

Hamamelis Virginiana Water.

<http://ec.europa.eu/consumers/cosmetics/cosing/index.cfm?fuseaction=search.details&id=34184> Viitattu 6.2.2011

Hypericum Perforatum Extract.

<http://ec.europa.eu/consumers/cosmetics/cosing/index.cfm?fuseaction=search.details&id=34557> Viitattu 11.2.2011

Lavandula Angustifolia Flower Extract.

<http://ec.europa.eu/consumers/cosmetics/cosing/index.cfm?fuseaction=search.details&id=57058> Viitattu 10.11.2011

Panax Ginseng Root Extract.

<http://ec.europa.eu/consumers/cosmetics/cosing/index.cfm?fuseaction=search.details&id=56922> Viitattu 6.2.2011

Rosa Rugosa Flower Oil.

<http://ec.europa.eu/consumers/cosmetics/cosing/index.cfm?fuseaction=search.details&id=83588> Viitattu 12.2.2011

Rosmarinus Officinalis Flower Extract.

<http://ec.europa.eu/consumers/cosmetics/cosing/index.cfm?fuseaction=search.details&id=9366> Viitattu 12.2.2011

Salvia Officinalis Extract.

<http://ec.europa.eu/consumers/cosmetics/cosing/index.cfm?fuseaction=search.details&id=80200> Viitattu 12.2.2011

Symphytum Officinale Root Extract.

<http://ec.europa.eu/consumers/cosmetics/cosing/index.cfm?fuseaction=search.details&id=84281> Viitattu 12.2.2011

Tilia Cordata Extract.

<http://ec.europa.eu/consumers/cosmetics/cosing/index.cfm?fuseaction=search.details&id=80253> Viitattu 10.2.2011

Urtica Dioica Extract.

<http://ec.europa.eu/consumers/cosmetics/cosing/index.cfm?fuseaction=search.details&id=80540> Viitattu 10.2.2011

Viola Tricolor Extract.

<http://ec.europa.eu/consumers/cosmetics/cosing/index.cfm?fuseaction=search.details&id=38887> Viitattu 6.2.2011