

KẾ HOẠCH

Đào tạo lớp chăm sóc da cơ bản khóa 3

- Thời gian khóa học: 01 tháng, từ ngày 14/8/2023 đến ngày 14/9/2023
- Thời gian học hàng ngày: Buổi sáng từ 7h30 đến 11h00, buổi chiều từ 13h30 đến 16h00, tương đương 08 tiết học/ngày từ thứ Hai đến thứ Sáu hàng tuần.

- Số lượng học viên: 20 - 25

I. Lý thuyết

- Số tiết: 30
- Địa điểm: Hội trường bệnh viện (lầu 1, khu hành chính)
- Giảng viên: Ths Bs Đoàn Văn Hùng, Bs Ck1 Võ Hồng Hà, Bs Ck 1 Đặng Thị Thu Huyền, Đd Ck1 Trần Thị Thùy Liên, Đd Nguyễn Thị Ái Vy

II. Thực hành

- Số tiết: 130
- Địa điểm: Khoa Phẫu thuật thẩm mỹ (phòng chăm sóc da 1,3 lầu 3 khu nhà đa chức năng)
- Lịch thực hành: Thời gian còn lại khi không có lịch học lý thuyết, từ thứ Hai đến thứ Sáu hàng tuần
- Giảng viên: Bs Ck1 Võ Hồng Hà, Bs Ck1 Đặng Thị Thu Huyền, Đd Nguyễn Thị Ái Vy

- Trợ giảng: Đd Huỳnh Thị Quế Phượng, Đd Trần Ngọc Anh

III. Thi kết thúc khóa học

- Số tiết: 10
- Lý thuyết: + Hình thức: trắc nghiệm
+ Thời gian: 30 phút
- Thực hành: + Hình thức: thực hiện trên tình nguyện viên

+ Nội dung: các kỹ thuật trong chương trình đào tạo

+ Thời gian: 15 phút/ học viên

IV. Kế hoạch đào tạo

STT	Chương trình học	Thời lượng	Tuần	Nội dung đào tạo	Giảng viên	Chỉ đạo
1	Lý thuyết (30 tiết)	9h00 – 10h30 Hoặc 13h00 – 14h30	Tuần 1- tuần 4	<ul style="list-style-type: none"> - Cấu trúc tính chất sinh lý da - Giải phẫu cơ mặt, các huyết vùng mặt - Phân loại da, màu da - Lão hóa và các bệnh da vùng mặt thường gặp - Dược mỹ phẩm trong chăm sóc da - Máy móc thiết bị, dụng cụ tác dụng cách sử dụng và quy trình - Ứng dụng công nghệ trong chăm sóc da - Các kỹ thuật trong chăm sóc da thường và da bệnh lý - Giới thiệu mô hình khoa Phẫu thuật thẩm mỹ và phòng chăm sóc da của BVDL Đà Nẵng 		
2	Thực hành (130 tiết)	Giờ không học lý thuyết	Tuần 1-2	<ul style="list-style-type: none"> -Giới thiệu các máy soi da, hướng dẫn kỹ thuật soi da và phân biệt các loại da -Hướng dẫn thực hành kỹ thuật rửa mặt -Hướng dẫn thực hành kỹ thuật chăm sóc da mụn và lấy nhân mụn 		
			Tuần 3	<ul style="list-style-type: none"> -Hướng dẫn thực hành kỹ thuật chăm sóc da thường -Hướng dẫn thực hành kỹ thuật massage thư giãn từ từ bước I-IV 		
			Tuần 4	<ul style="list-style-type: none"> -Hướng dẫn thực hành kỹ thuật chăm sóc da khô, nhờn, nám -Hướng dẫn thực hành kỹ thuật massage thư giãn từ bước V-VII 		
3		30 phút với lý thuyết 15 phút với thực hành	Tuần 4	Kiểm tra cuối khóa		
4		Kết thúc	Tuần 4	Tổng kết, cấp giấy chứng nhận		

		khóa học			
--	--	----------	--	--	--

V. Lịch giảng (dự kiến)

ST T	Tên bài	Mục tiêu bài học	Số tiết học			Phân công
			Tổng số	Lý thuyết	Thực hành	Thời khóa biểu
1	Bài 1. Cấu trúc căn bản của da	1. Cấu trúc căn bản của da và các thành phần phụ của da 2. Cấu trúc cụ thể của lớp thượng bì 3. Cấu trúc cụ thể của lớp trung bì	2	2		Bs Đ Hùng – 9h (14/8/2023)
2	Bài 2. Sinh lý học của da	1. Chức năng sinh lý của da. 2. Chức năng sinh lý các phần phụ của da.	2	2		Bs Đ Hùng – 10h (14/8/2023)
3	Bài 3. Phân loại da	1. Các hệ thống phân loại da. 2. Có thể chẩn đoán được loại da cho bệnh nhân/ khách hàng. 3. Biết cách tư vấn và lựa chọn sản phẩm chăm sóc phù hợp cho từng loại da.	10	2	8	Lý thuyết: Bs Đ Hùng – 9h (15 /8/2023) Thực hành: Bs Đ Hùng từ ngày 14/8/2023
4	Bài 4. Kiểm soát nhiễm khuẩn trong chăm sóc da	1. ại cương về kiểm soát nhiễm khuẩn 2. ắm rõ các nguyên tắc vô khuẩn và xử lý chất thải 3. ỹ thuật vệ sinh tay	8	2	6	Lý thuyết: Đd Ck 1 Liên – 9h (16/8/2023) Thực hành: Đd Ck 1 Liên sau giờ dạy lý thuyết
5	Bài 5. Cấu tạo cơ bản và huyết vùng mặt – đầu	1. Cấu tạo cơ bản của cơ mặt 2. Vị trí các huyết vùng mặt – đầu và tác dụng. 3. Thực hiện được cách ấn huyết đúng trong chăm sóc da.	20	2	18	Lý thuyết: Đd Vy – 9h (17/8/2023) Thực hành: Đd Vy, Quế Phượng, Ngọc Anh từ ngày 14/8/2023
6	Bài 6. Kỹ thuật massage mặt	1. Quy trình massage mặt. 2. Kỹ thuật massage mặt căn bản.	32	2	30	Lý thuyết: Đd Vy – 9h (18/8/2023) Thực hành: Đd Vy, Quế Phượng, Ngọc Anh từ ngày 14/8/2023
7	Bài 7. Lão hóa da và các bệnh lý	1. Nguyên nhân gây lão hóa da. 2. Điều trị và phòng ngừa	10	2	8	Lý thuyết: bs Hà - 9h (21/8/2023) Thực hành: bs Hà; Đd Vy, Quế Phượng, Ngọc Anh, Thúy từ ngày 14/8/2023

	da vùng mặt thường gặp	<p>lão hóa da.</p> <p>3. Nhận biết các bệnh lý da thường gặp ở vùng mặt.</p> <p>4. Chăm sóc da các bệnh da vùng mặt thường gặp.</p>				
8	Bài 8. Các thiết bị máy móc	<p>1. Các thiết bị cần thiết trong thăm khám da.</p> <p>2. Các thiết bị trong chu trình chăm sóc da.</p> <p>3. Những vấn đề cần lưu ý trong chăm sóc da.</p>	14	4	10	<p>Lý thuyết: bs Huyền – 9h (22/8/2023)</p> <p>Thực hành: bs Huyền; Đd Vy, Quế Phụng, Ngọc Anh từ ngày 14/8/2023</p>
9	Bài 9. Dược mỹ phẩm và mỹ phẩm trong chăm sóc da	<p>1. Vai trò của sản phẩm dùng ngoài da trong chu trình chăm sóc da.</p> <p>2. Các hoạt chất thường gặp trong sản phẩm chăm sóc da.</p> <p>3. Tác dụng và tác dụng phụ của các sản phẩm chăm sóc da.</p>	6	2	4	<p>Lý thuyết: bs Hà – 9h (23/8/2023)</p> <p>Thực hành: bs Hà, bs Huyền từ ngày 14/8/2023</p>
10	Bài 10. Chất dưỡng ẩm	<p>1. Nêu được cơ chế tác dụng của các chất dưỡng ẩm.</p> <p>2. Nêu được các hoạt chất dưỡng ẩm.</p> <p>3. Công dụng của các chất dưỡng ẩm trong chăm sóc da</p>	6	2	4	<p>Lý thuyết: bs Huyền – 9h (24/8/2023)</p> <p>Thực hành: bs Hà, bs Huyền từ ngày 17/8/2023</p>
11	Bài 11. Bảo vệ da khỏi tác động của ánh nắng	<p>1. Phân biệt được các loại tia uv.</p> <p>2. Tác hại của ánh nắng mặt trời đối với làn da.</p> <p>3. Các biện pháp phòng tránh tác hại của các loại tia trên da.</p> <p>4. Cách lựa chọn kem chống nắng.</p>	6	2	4	<p>Lý thuyết: bs Hà – 9h (25/8/2023)</p> <p>Thực hành: bs Hà, bs Huyền từ ngày 17/8/2023</p>
12	Bài 12. Điện di điện xung trong chăm sóc da	<p>1. Hiểu được cơ chế tác dụng của điện di, điện xung.</p> <p>2. Ứng dụng lâm sàng của điện di trong chăm sóc da.</p>	12	2	10	<p>Lý thuyết: bs Huyền – 9h (28/8/2023)</p> <p>Thực hành: bs Huyền; Đd Vy, Quế Phụng, Ngọc Anh từ ngày 17/8/2023</p>
13	Bài 13. Ánh sáng sinh học trong chăm sóc	<p>1. Cơ chế tác dụng của ánh sáng sinh học.</p> <p>2. Ứng dụng trong điều trị và chăm sóc da.</p>	10	2	8	<p>Lý thuyết: bs Huyền – 9h (29/8/2023)</p> <p>Thực hành: bs Huyền; Đd Vy, Quế Phụng, Ngọc Anh từ ngày 17/8/2023</p>

	da	3. Quy trình điều trị trong chăm sóc da.				
14	Bài 14. Quy trình chăm sóc da thường và bệnh lý	1. Nguyên tắc chăm sóc da. 2. Quy trình chăm sóc da thường. 3. Quy trình chăm sóc da mụn. 4. Quy trình chăm sóc da trong một số trường hợp đặc biệt.	20	2	18	Lý thuyết: bs Hà – 9h (30/8/2023) Thực hành: bs Hà; Đd Vy, Quế Phương, Ngọc Anh, Thúy từ ngày 17/8/2023
	Ôn tập		2	2		Bs Hà – 9h (31/8/2023)
	Kiểm tra đánh giá					Coi thi lý thuyết: phòng KHTH – 8h (12/9/2023) Chấm thi: bs Huyền, bs Đ Hùng – 10h (12/9/2023) Coi và chấm thi thực hành: bs Hà, Đd Vy – 8h (13/9/2023)
	Khai giảng/bế giảng					Khai giảng: 8h00 ngày 14/8/2023 Bế giảng: 9h ngày ngày 14/9/2023
	Tổng số tiết học		160	32	128	

Nơi nhận:

- Giám đốc (để báo cáo);
- Các khoa phòng Bệnh viện;
- Lưu: VT, KHTH.

**KT. GIÁM ĐỐC
PHÓ GIÁM ĐỐC**

Võ Doãn Tuấn