



# WYŻSZA SZKOŁA INŻYNIERII I ZDROWIA W WARSZAWIE

## ZBIÓR ZADANIEŃ DO EGZAMINU DYPLOMOWEGO

### - CZĘŚĆ TEORETYCZNA

r/a 2024/2025

1. Budowa i funkcje skóry: omów budowę skóry, w tym warstwy naskórka i skóry właściwej.
2. Jakie komórki występują w naskórku? W jaki sposób są zorganizowane? Czym się różnią od siebie pod kątem budowy i funkcji.
3. Omów budowę keratynocyту.
4. Jakie komórki występują w skórze właściwej? Jakie pełnią funkcje?
5. Co to jest macierz zewnątrzkomórkowa skóry właściwej? Co zawiera? Jak są zorganizowane substancje w niej zawarte?
6. Omów funkcje kolagenu w skórze.
7. Omów funkcje elastyny w skórze.
8. Omów funkcje keratyny w skórze i jej przydatkach.
9. Omów funkcje kwasu hialuronowego w skórze.
10. Omów funkcje skóry, takie jak ochrona, termoregulacja i wydzielanie.
11. Wymień i omów krótko przydatki skóry.
12. Omów funkcje i budowę gruczołów potowych. Jakie rodzaje gruczołów potowych występują w organizmie człowieka? Czym się różnią ich wydzieliny?
13. Omów funkcje i budowę gruczołów łojowych.
14. Omów skład ludzkiego sebum. Jak ten skład się zmienia w przypadku chorób łojotokowych skóry?
15. Jak dysfunkcje gruczołów łojowych wpływają na wygląd i funkcjonowanie skóry?
16. Jak dysfunkcje gruczołów łojowych wpływają na wygląd i funkcjonowanie włosów?
17. Opisz budowę i funkcje układu limfatycznego u człowieka.
18. Co to jest układ odpornościowy skóry? Jaka jest jego rola w funkcjonowaniu układu odpornościowego człowieka?
19. W jaki sposób dysfunkcje układu limfatycznego wpływają na zdrowie oraz wygląd ludzi?
20. Opisz budowę i funkcje układu krwionośnego u człowieka.
21. Omów funkcje i rolę serca, naczyń krwionośnych i krwi w organizmie człowieka.
22. Jak jest zbudowany układ krwionośny w obrębie skóry? Omów funkcje i rolę naczyń włosowatych.
23. Jak dysfunkcje układu krwionośnego wpływają na wygląd skóry?
24. Omów budowę aparatu włosowo-łojowego (mieszek włosowy wraz z gruczołem łojowym).
25. Omów cykl wzrostu włosa.
26. Omów budowę trzonu włosa (normalnego).
27. Jakie czynniki wpływają na kondycję i wygląd włosów? W jaki sposób? Omów czynniki wewnętrzne i zewnętrzne. Podaj przykłady wpływu pozytywnego i negatywnego.
28. Omów budowę paznokcia.

29. Jakie czynniki wpływają na kondycję i wygląd paznokci? W jaki sposób? Omów czynniki wewnętrzne i zewnętrzne. Podaj przykłady wpływu pozytywnego i negatywnego.
30. Jaki jest prawidłowy zakres pH powierzchni skóry? Czym się różni od pH żywych tkanek?
31. W jaki sposób zmiana pH wpływa na funkcje bariery naskórkowej? Czym różnią się skutki stosowania kwasów od skutków stosowania substancji alkalicznych?
32. W jaki sposób zmiana pH wpływa na budowę bariery naskórkowej?
33. Apoptoza: Proces apoptozy i jego znaczenie.
34. Połączenia międzykomórkowe: Rodzaje połączeń międzykomórkowych w nabłonku i ich funkcje.
35. Tkanki: Budowa i funkcje tkanki łącznej, w tym tkanki siateczkowatej.
36. Komórki tuczne: Funkcje komórek tłuszczowych.
37. Budowa komórki nerwowej: Funkcje dendrytów i aksonów.
38. Rodzaje mięśni: Charakterystyka mięśni gładkich, poprzecznie prążkowanych szkieletowych i sercowych.
39. Jądro komórkowe: Procesy zachodzące w jądrze komórkowym, w tym transkrypcja i synteza rRNA.
40. Desmosomy i hemidesmosomy: Rola desmosomów i hemidesmosomów w utrzymaniu spójności keratynocytów.
41. Scharakteryzuj szkielet osiowy i dodatkowy człowieka.
42. Jakie są rodzaje połączeń kości? Scharakteryzuj budowę stawu.
43. Jak układ krwionośny wpływa na skórę?
44. Omów budowę i funkcje komórki.
45. Jakie są rodzaje tkanek w organizmie człowieka? Scharakteryzuj budowę i funkcje wybranej tkanki.
46. Jakie są funkcje poszczególnych układów organizmu człowieka?
47. Jak układ hormonalny wpływa na skórę?
48. Czym są fototypy skóry? Jak je klasyfikujemy?
49. Opisz wpływ promieniowania UV na skórę człowieka. [
50. Jakie są mechanizmy fotostarzenia się skóry?
51. Wymień warstwy i komórki skóry wrażliwe na promieniowanie UV. Jakie są mechanizmy ich ochrony?
52. Omów mechanizmy przeciwdziałające negatywnym skutkom promieniowania UV na poziomie molekularnym, komórkowym i tkankowym.
53. Czym jest fotoalergia i fototoksyczność? Podaj przykłady leków i ziół wywołujących te reakcje.
54. Jak chronić skórę przed promieniowaniem UV?
55. Omów skład i działanie kosmetyków przeciwdziałających szkodliwym skutkom promieniowania UV.
56. Wymień i opisz reakcje zapalne skóry i choroby skóry wywołane promieniowaniem UV.
57. Jak promieniowanie UV indukuje raki i czerniaka skóry?
58. Jakie czynniki sprzyjają zwiększeniu ekspozycji na promieniowanie UV?
59. Opisz choroby skóry związane z defektem w systemie naprawy uszkodzeń wywołanych oddziaływaniem promieniowania UV.
60. Jakie są najczęstsze przyczyny zgonów u osób dorosłych.
61. Jakie są podstawowe funkcje organizmu człowieka?
62. Omów budowę i działanie wybranego układu organizmu człowieka (krwionośny, nerwowy, pokarmowy).
63. Jakie są mechanizmy rozwoju zaburzeń czynnościowych?
64. Jak interpretować wyniki pomiarów parametrów fizjologicznych?
65. Jak czynniki patogenne wpływają na stan czynnościowy organizmu?
66. Omów pierwotne wykwity skórne.
67. Omów wtórne wykwity skórne
68. Omów wpływ UV na skórę.

69. Omów pozytywne i negatywne skutki wpływu promieniowania słonecznego na skórę.
70. Figówka: omów przyczyny i objawy figówki.
71. Liszajec zakaźny: omów przyczyny i objawy liszajca zakaźnego
72. Zliszczajowacenie: podaj definicję i omów objawy zliszczajowacenia
73. Wszawica: jaka jest przyczyna wszawicy łonowej i głowowej? W jaki sposób się im zapobiega?
74. Udar słoneczny: czym jest? Jaki zakres promieniowania jest odpowiedzialny za udar słoneczny?
75. Łysienie androgenowe: omów objawy łysienia androgenowego u mężczyzn i kobiet.
76. Kiła, rzeżączka: omów objawy pierwotne tych chorób.
77. Łuszczycyca: omów objaw pierwotny tej choroby.
78. Grzybice skóry: omów objawy pierwotne tych chorób.
79. Włókniaki nitkowate: omów ich charakterystykę.
80. Opryszczka: omów przyczynę i objawy opryszczki.
81. Świerzb: omów przyczynę świerzbu oraz drogi rozprzestrzeniania się choroby w społeczeństwie i metody prewencji.
82. Łupież pstry: omów obraz kliniczny i przyczynę łupieżu pstrego
83. Działanie sterydów: omów skutki uboczne stosowania preparatów sterydowych na skórę.
84. Ostuda: omów przyczyny i objawy ostudy.
85. Odczyn fototoksyczny: charakterystyka odczynu fototoksycznego.
86. Trądzik zwykły: omów przyczyny, objawy i leczenie trądziku zwykłego.
87. Trądzik różowaty: omów przyczyny, objawy i leczenie trądziku różowatego
88. Stany przednowotworowe skóry: omów różne stany przednowotworowe skóry, takie jak rogowacenie posłoneczne, rogowacenie starcze i róg skórný od strony objawów klinicznych
89. Brodawka łojotokowa: podaj charakterystykę brodawki łojotokowej.
90. Czyrak: Przyczyna czyraka, cechy charakterystyczne.
91. Rak podstawnokomórkowy: cechy charakterystyczne raka podstawnokomórkowego.
92. Rak kolczystokomórkowego: cechy charakterystyczne raka kolczystokomórkowego.
93. Czerniak: cechy charakterystyczne czerniaka.
94. Czerniak: zmiany skórne, z których może powstać czerniak.
95. Epidermoliza: definicja epidermolizy oraz znaczenie jako powikłania po peelingach chemicznych.
96. Wypełniacze z kwasem hialuronowym: omów powikłania po zastosowaniu wypełniaczy.
97. Jakie zabiegi kosmetyczne można stosować w przypadku skóry zmienionej chorobowo?
98. Jakie są przeciwwskazania do wykonywania zabiegów kosmetycznych na skórze z chorobami dermatologicznymi?
99. Czym jest medycyna estetyczna?
100. Jakie są rodzaje zabiegów z zakresu medycyny estetycznej? Na czym polega każdy z nich?
101. Jakie są wskazania i przeciwwskazania do zabiegów medycyny estetycznej?
102. Jakie są potencjalne powikłania po zabiegach medycyny estetycznej?
103. Jakie są zasady współpracy kosmetologa z lekarzem medycyny estetycznej?
104. Scharakteryzuj podstawowe wypełniacze i stymulatory wykorzystywane w zabiegach z zakresu medycyny estetycznej.
105. Jak ocenić przydatność zabiegów z zakresu medycyny estetycznej w kontekście wybranego klienta?
106. W jaki sposób dobrać odpowiedni zabieg kosmetyczny mający na celu przygotowanie skóry twarzy/ciała przed i po wykonaniu zabiegu z zakresu medycyny estetycznej?
107. Jak rozpoznać powikłania po zabiegach z zakresu medycyny estetycznej i odróżnić je od wrodzonych defektów?
108. Rodzaje mikroorganizmów: omów podstawowe rodzaje mikroorganizmów, takie jak bakterie, wirusy i grzyby.

109. Budowa i funkcje bakterii: omów budowę komórki bakteryjnej, w tym roli ściany komórkowej, rybosomów i plazmidów.
110. Jak działają antybiotyki?
111. Co to jest lekooporność?
112. Omów budowę i funkcje układu odpornościowego człowieka, w tym rolę limfocytów, makrofagów i przeciwciał.
113. Omów różne mechanizmy reakcji alergicznych. Czym się od siebie różnią?
114. Omów rolę przeciwciał IgE.
115. Odpowiedź immunologiczna: Różnice między odpowiedzią swoistą a nieswoistą.
116. Komórki układu odpornościowego: rola limfocytów B, limfocytów T, makrofagów, komórek NK, mastocytów i granulocytów w odpowiedzi immunologicznej.
117. Przeciwciała: Rodzaje przeciwciał i ich funkcje
118. Grasica: Rola grasicy w dojrzewaniu limfocytów T.
119. Prezentacja antygeny: Rola komórek dendrytycznych i makrofagów w prezentacji antygeny.
120. Fagocytoza: Proces fagocytozy i komórki, które go przeprowadzają.
121. Pamięć immunologiczna: Mechanizm pamięci immunologicznej.
122. Białka dopełniacza: Rola białek dopełniacza w odpowiedzi immunologicznej.
123. Bakterie: Budowa komórki bakteryjnej, w tym rola ściany komórkowej, rybosomów i plazmidów. Różnice między bakteriami Gram-dodatnimi a Gram-ujemnymi.
124. Wirusy: Budowa wirusów, w tym rola kapsydu.
125. Rozmnażanie bakterii: Sposoby rozmnażania się bakterii, w tym podział komórkowy i koniugacja.
126. Plazmidy: Rola plazmidów w bakteriach.
127. Transpozony: Rola transpozonów w bakteriach.
128. Endospory: Rola endospor w bakteriach.
129. Jakie są elementy i funkcje układu odpornościowego?
130. Czym są choroby autoimmunologiczne?
131. Czym są reakcje alergiczne i jak im zapobiegać?
132. Jakie czynniki mogą wywoływać reakcje alergiczne, których objawy są widoczne na skórze. Jak to mogą być objawy. Podaj przykłady par: czynnik-objaw.
133. Jak rozpoznać reakcję alergiczną na kosmetyk?
134. Rodzaje skóry i ich pielęgnacja: podaj charakterystykę różnych rodzajów skóry, takich jak skóra sucha, tłusta, mieszana, naczynkowa i wrażliwa.
135. Jakie składniki aktywne są odpowiednie dla każdego rodzaju skóry, takich jak skóra sucha, tłusta, mieszana, naczynkowa i wrażliwa.
136. Jak prawidłowo wykonywać zabiegi pielęgnacyjne dla każdego rodzaju skóry, takich jak skóra sucha, tłusta, mieszana, naczynkowa i wrażliwa.
137. Opisz działanie i zastosowanie kosmetyczne kwasu hialuronowego
138. Opisz działanie i zastosowanie kosmetyczne retinolu.
139. Opisz działanie i zastosowanie kosmetyczne kwasu salicylowego.
140. Opisz działanie i zastosowanie kosmetyczne kwasu ceramidów.
141. Opisz działanie i zastosowanie kosmetyczne kolagenu.
142. Opisz działanie i zastosowanie kosmetyczne glinek mineralnych.
143. Techniki masażu kosmetycznego: opisz różne techniki masażu, takie jak głaskanie, rozcieranie, ugniatanie, oklepywanie i wibracja, oraz ich wpływ na skórę.
144. Omów procesy starzenia wewnątrz i zewnątrzpochodnego.
145. Omów obraz kliniczny starzenia wewnątrzpochodnego.
146. Omów obraz kliniczny starzenia zewnątrzpochodnego.

147. Jak rozpoznać zmiany na skórze spowodowane nadmierną ekspozycją na promieniowanie UV?
148. Jakie są składniki preparatów kosmetycznych o działaniu promieniochronnym?
149. Co to są zaawansowane produkty glikacji (AGEs)? Omów wpływ AGEs na skórę, w tym ich rolę w procesie starzenia.
150. Kwas azelainowy: omów zastosowanie i działanie kwasu azelainowego.
151. Mezoterapia: omów wskazania i przeciwwskazania do mezoterapii, w tym ciąża, opryszczka, antybiotykoterapia i infekcje
152. Mikronakłuwanie: omów mechanizm działania i efekty mikronakłuwania.
153. Osocze bogatopłytkowe: Mechanizm działania osocza bogatopłytkowego oraz wskazania i przeciwwskazania do zabiegu.
154. Peelingi chemiczne: Wskazania i przeciwwskazania do peelingsów chemicznych, w tym przebarwienia, trądzik ropowiczy, ekspozycja na słońce i terapia retinoidami.
155. Laminacja brwi: omów metody, efekty zabiegu i możliwe powikłania po laminacji brwi.
156. Opalanie natryskowe: omów wskazania i przeciwwskazania do opalania natryskowego.
157. Regulacja brwi: omów zasady bezpieczeństwa i higieny podczas regulacji brwi.
158. Czym jest kosmetologia estetyczna?
159. Jakie są rodzaje zabiegów stosowane w kosmetologii estetycznej?
160. Jakie są wskazania i przeciwwskazania do zabiegów kosmetologii estetycznej?
161. Jakie są potencjalne powikłania po zabiegach kosmetologii estetycznej?
162. Jakie są cele diagnostyki kosmetycznej?
163. Jakie są rodzaje zabiegów stosowane w kosmetologii korekcyjnej?
164. Jak dobrać aparaturę i kosmetyki do rodzaju wykonywanego zabiegu?
165. Jakie są wskazania i przeciwwskazania do znanych Ci zabiegów kosmetologii korekcyjnej?
166. Jakie są cele i etapy zabiegów pielęgnacyjnych?
167. Jakie są wskazania i przeciwwskazania do zabiegów pielęgnacyjnych?
168. Jak dobrać odpowiednie preparaty kosmetyczne do zabiegu pielęgnacyjnego - opisz procedurę.
169. Jak przygotować stanowisko pracy do wykonania zabiegu pielęgnacyjnego?
170. Jakie są możliwe działania niepożądane i powikłania po zabiegach pielęgnacyjnych?
171. Jakie są cele kosmetologii stanów patologicznych?
172. Jakie zabiegi można stosować w przypadku skóry zmienionej chorobowo?
173. Jak dobrać zabiegi do rodzaju schorzenia?
174. Jakie są zasady współpracy kosmetologa z lekarzem?
175. Jakie są etyczne aspekty pracy kosmetologa ze skórą zmienioną chorobowo?
176. Jakie są rodzaje zabiegów upiększających?
177. Jak przeprowadzić diagnostykę pod kątem zabiegów upiększających?
178. Jak dobrać odpowiedni zabieg do potrzeb klienta?
179. Jak przygotować stanowisko pracy do wykonania zabiegu upiększającego?
180. Jakie są drogi przenikania substancji przez skórę?
181. Jakie są czynniki wpływające na przenikanie substancji przez skórę? Omów je.
182. Jakie są drogi przenikania substancji przez barierę naskórkową?
183. Omów różnice w zakresie uprawnień kosmetologa a lekarza działającego w obszarze medycyny estetycznej i chirurgii plastycznej.
184. Wymień i opisz wskazania, przeciwwskazania i możliwe powikłania po wysokospecjalistycznych zabiegach z zakresu kosmetologii estetycznej.
185. Jakie są różnice między zabiegiem kosmetycznym a zabiegiem medycznym?
186. Scharakteryzuj inwazyjne i nieinwazyjne metody modelowania sylwetki i owalu twarzy.

187. Jak dobrać odpowiedni nieinwazyjny zabieg modelujący sylwetkę lub owal twarzy?
188. Jakie preparaty kosmetyczne i sprzęt są niezbędne do przeprowadzenia zabiegów modelujących sylwetkę lub owal twarzy?
189. W jaki sposób dobrać odpowiedni zabieg kosmetyczny, który będzie dopełniał zabiegi z zakresu medycyny estetycznej i chirurgii plastycznej?
190. Opisz zasady współpracy kosmetologa z lekarzem jako członka zespołu konsultacyjnego.
191. Jakie są zasady wykonywania kosmetycznych zabiegów wspomagających leczenie na skórze zmienionej chorobowo oraz w szczególnych stanach organizmu?
192. Na czym polega udzielanie profesjonalnej porady kosmetycznej w zakresie pielęgnacji domowej i gabinetowej?
193. Omów zasady współpracy kosmetologa z lekarzami różnych specjalności.
194. Scharakteryzuj i sklasyfikuj cery problematyczne.
195. Jak rozpoznać skórę zmienioną chorobowo?
196. Omów zasady współpracy z lekarzami różnych specjalności w przypadku skóry zmienionej chorobowo.
197. Wymień i omów etapy i cele zabiegu kosmetycznego wspomagającego proces leczenia farmakologicznego.
198. Przedstaw zasady korzystania i konserwacji specjalistycznej aparatury wykorzystywanej w zabiegach kosmetycznych.
199. Opisz, jak przeprowadzić diagnostykę kosmetyczną u klienta z widocznymi zmianami chorobowymi skóry i jej przydatków.
200. W jaki sposób zaplanować i dobrać odpowiedni zabieg kosmetyczny dla klienta z cerą problematyczną?
201. W jakich sytuacjach jako kosmetolog, powinieneś zwrócić się o pomoc do lekarza lub innego specjalisty?
202. Jakie są zadania kosmetologa w przypadku wystąpienia na skórze zmian chorobowych?
203. Opisz metodykę zabiegów kosmetycznych stosowanych w przypadku wystąpienia na skórze zmian chorobowych.
204. Wymień i omów narzędzia i specjalistyczną aparaturę wykorzystywane w kosmetyce stanów patologicznych.
205. Jak przeprowadzić diagnostykę kosmetyczną u klienta w przypadku wystąpienia defektów kosmetycznych lub medycznych?
206. Opisz, jak samodzielnie dobierać i posługiwać się specjalistyczną aparaturą stosowaną w kosmetyce.
207. Jakie są metody oceny budowy i funkcji stopy?
208. Jakie są najczęstsze zaburzenia i zmiany chorobowe w obrębie stopy?
209. Jakie są rodzaje zabiegów stosowanych w podologii?
210. Jak przeprowadzić diagnostykę podologiczną?
211. Jak wykonać masaż stopy?
212. Jakie narzędzie stosuje się w zabiegach podologicznych?
213. Jakie są wskazania i przeciwwskazania do zabiegów podologicznych? Powiąż wskazania i przeciwwskazania z typem zabiegu
214. Jak zapobiegać problemom stóp?
215. Omów objawy i przyczyny znanych Ci zaburzeń i zmian chorobowych w obrębie stopy.
216. W jaki sposób udzielić profesjonalnej porady w zakresie podologicznej pielęgnacji domowej i gabinetowej?
217. Opisz, jak wykonać proste zabiegi pielęgnacyjne w obrębie stopy zdrowej przy użyciu niezbędnej aparatury, narzędzi i preparatów kosmetycznych.
218. Opisz, jak wykonać proste zabiegi pielęgnacyjne w obrębie stopy ze zdiagnozowanymi

zaburzeniami i/lub zmianami chorobowymi, przy użyciu niezbędnej aparatury, narzędzi i preparatów kosmetycznych.

219. Jak wykonać masaż stopy w celu niwelowania obrzęków?
220. Wymień i opisz podstawowe zabiegi podologiczne.
221. Omów przyczyny zmian patologicznych w obrębie stóp.
222. W jaki sposób zapobiegać zmianom patologicznym w obrębie stóp?
223. Wymień i opisz elementy wyposażenia gabinetu podologicznego oraz niezbędną w codziennej pracy aparaturę i narzędzia.
224. Jak przeprowadzić wywiad diagnostyczny i prawidłowo wypełnić kartę pacjenta [klienta] gabinetu podologicznego?
225. W jaki sposób posługiwać się narzędziami wykorzystywanymi w gabinecie podologicznym i dobierać odpowiednie preparaty stosowane w praktyce podologicznej?
226. W jakich sytuacjach jako podolog, powinieneś skierować klienta do lekarza lub innego specjalisty?
227. Omów właściwości ultradźwięków.
228. Omów zjawisko jontoforezy i zastosowanie jontoforezy w kosmetologii.
229. Omów wpływ widma światła na postrzeganie barw.
230. Omów zasadę działania laserów.
231. Co to jest promieniowanie elektromagnetyczne? Na jakie zakresy je dzielimy?
232. Jakie czynniki fizyczne mają zastosowanie w kosmetologii?
233. Omów mechanizm działania i skutki działania różnych czynników fizycznych na organizm człowieka.
234. Podaj przykłady urządzeń stosowanych w kosmetologii i opisz ich zasady działania.
235. Jakie są przeciwwskazania do stosowania zabiegów z wykorzystaniem czynników fizycznych?
236. Jak działają urządzenia do jonoforezy kosmetycznej? Jakie procesy przebiegają podczas ich stosowania?
237. Jak działają urządzenia do galwanizacji kosmetycznej? Jakie procesy przebiegają podczas ich stosowania?
238. Jak działają urządzenia do kosmetycznego RF (fala radiowa)? Jakie procesy przebiegają podczas ich stosowania?
239. Jak działają urządzenia do mikrodermabrazji? Jakie procesy przebiegają podczas ich stosowania?
240. Jak działają urządzenia D'Arsonvala? Jakie procesy przebiegają podczas ich stosowania?
241. Jak działają urządzenia do peelingu kosmetycznego? Jakie procesy przebiegają podczas ich stosowania?
242. Jak działają urządzenia do mezoterapii bezigłowej? Jakie procesy przebiegają podczas ich stosowania?
243. Jakie procesy fizyczne wykorzystuje się do ułatwienia przenikania substancji czynnych przez barierę naskórkową?
244. Na czym polegają i czym różnią się od siebie różne metody wykonywania kosmetycznego RF?
245. IPL: Wskazania do zabiegu IPL, postępowanie w przypadku zmian barwnikowych.
246. Fotoepilacja / Epilacja laserowa: Faza wzrostu włosa, w której jest on niszczone podczas fotoepilacji, czynniki wpływające na dobór parametrów zabiegu.
247. Lasery ablacyjne: Mechanizm działania laserów ablacyjnych.
248. Karboksyterapia: omów mechanizm, efekty i wskazania do karboksyterapii.
249. Elektrokoagulacja: omów mechanizm i zastosowanie elektrokoagulacji w usuwaniu owłosienia.
250. Omów wskazania i przeciwwskazania do zabiegu pigmentacji.
251. Omów możliwe powikłania zabiegu pigmentacji.

252. Omów techniki wykonywania makijażu permanentnego.
253. Na czym polega pigmentacja skóry w zabiegach makijażu permanentnego?
254. Jakie są metody pigmentacji skóry?
255. Jakie obszary skóry poddaje się pigmentacji i w jakim celu?
256. Jakie substancje stosuje się do pigmentacji skóry?
257. Jakie są wskazania i przeciwwskazania do pigmentacji skóry?
258. Jakie narzędzia stosuje się do pigmentacji skóry? Jak są zbudowane?
259. Jak dobór narzędzia do pigmentacji wpływa na końcowy efekt?
260. Jakie są zasady bezpieczeństwa podczas wykonywania pigmentacji skóry?
261. Opisz zasady BHP w gabinecie kosmetycznym
262. Na czym polegają dezynfekcja i sterylizacja? Czym się od siebie różnią?
263. Jakie urządzenia i substancje stosuje się w procesach sterylizacji i dezynfekcji w gabinecie kosmetycznym.
264. Opis procedurę utylizacji odpadów medycznych w gabinecie kosmetycznym.
265. Jakie odpady w gabinecie kosmetycznym są klasyfikowane jako odpady medyczne?
266. Na czym polega ergonomia pracy i dlaczego jest ważna w kosmetologii?
267. Jakie są zasady bezpiecznego projektowania stanowiska pracy w gabinecie kosmetycznym?
268. Jakie są najczęstsze choroby zawodowe kosmologów?
269. Omów zasady postępowania w razie wypadku przy pracy w gabinecie kosmetycznym.
270. Jakie czynniki środowiska pracy mogą negatywnie wpłynąć na zdrowie kosmologa?
271. Jakie są zasady higieny obowiązujące w gabinecie kosmetycznym?
272. Jak zapobiegać zakażeniom w gabinecie kosmetycznym?
273. Czym różni się dezynfekcja od sterylizacji?
274. Jakie są metody dezynfekcji i sterylizacji stosowane w kosmetologii?
275. Jakie są wymagania sanitarno-higieniczne dla gabinetów kosmetycznych?
276. Jakie są podstawowe zasady udzielania pierwszej pomocy?
277. Omów postępowanie w przypadku: omdlenia, zadławienia, urazu głowy, krwotoku, złamania, oparzenia.
278. Jakie są podstawy prawne udzielania pierwszej pomocy w Polsce?
279. Jak zabezpieczyć siebie i osobę poszkodowaną podczas udzielania pierwszej pomocy?
280. Omów zasady udzielania pierwszej pomocy w sytuacjach zagrożenia życia – utrata przytomności. W jaki sposób będziesz postępować w przypadku udzielania pomocy osobie dorosłej, niemowlęciu, dziecku, kobiecie ciężarnej.
281. Omów zasady udzielania pierwszej pomocy w sytuacjach zagrożenia życia – zadławienie. W jaki sposób będziesz postępować w przypadku udzielania pomocy osobie dorosłej, niemowlęciu, dziecku, kobiecie ciężarnej.
282. Pierwsza pomoc: zasady resuscytacji krążeniowo-oddechowej.
283. Urazy: Rodzaje urazów i postępowanie w przypadku złamań, ran i krwotoków.
284. Omów znaczenie witamin rozpuszczalnych w wodzie w diecie człowieka.
285. Omów znaczenie witamin rozpuszczalnych w tłuszczach w diecie człowieka.
286. Omów znaczenie składników mineralnych w diecie człowieka.
287. Omów znaczenie składników makroskładników w diecie człowieka.
288. Jakie są zasady zdrowego żywienia?
289. Czym są normy żywieniowe i jak je interpretować?
290. Omów wartość odżywczą poszczególnych grup produktów spożywczych.
291. Jakie są najczęstsze błędy żywieniowe i jakie są ich konsekwencje?
292. Jak obliczyć zapotrzebowanie kaloryczne i ułożyć prosty plan żywieniowy?



293. Jak ćwiczenia fizyczne wpływają na sylwetkę i postawę ciała?
294. Jak dobrać odpowiednie ćwiczenia do potrzeb i możliwości klienta?
295. Jakie są zasady bezpiecznego wykonywania ćwiczeń?
296. Jak żywienie wpływa na kształtowanie sylwetki?
297. Jakie są przyczyny otyłości?
298. Jakie są skutki zdrowotne otyłości?
299. Jakie są metody profilaktyki otyłości?
300. Jakie są metody leczenia otyłości?
301. Czym jest promocja zdrowia?
302. Jakie są cele promocji zdrowia?
303. Jakie są metody promocji zdrowia?
304. Jakie są najczęstsze choroby cywilizacyjne?
305. Jak zapobiegać chorobom cywilizacyjnym?
306. Jakie są główne źródła energii w diecie człowieka?
307. Omów rolę błonnika pokarmowego w diecie.
308. Wymień i opisz najczęstsze błędy żywieniowe Polaków. Jakie są ich konsekwencje zdrowotne?
309. Opisz podstawowe metody oceny sposobu żywienia i stanu odżywiania.
310. Jak obliczyć zapotrzebowanie kaloryczne dla osoby dorosłej?
311. Przedstaw elementarne zasady układania jadłospisu dla osoby zdrowej.
312. Na czym polega deficyt energetyczny w diecie odchudzającej?
313. Jakie składniki odżywcze są szczególnie ważne dla zdrowej skóry i włosów?
314. Jak identyfikować najczęstsze błędy żywieniowe u klientów?
315. Jaki wpływ na samopoczucie i wygląd zewnętrzny człowieka mają nawyki żywieniowe?
316. Opisz podstawowe diety wraz ze wskazaniami oraz przeciwwskazaniami do ich stosowania.
317. Omów reakcję organizmu na wysiłek fizyczny.
318. Jak układ krążenia i oddechowy reaguje na wysiłki różnego typu?
319. Jak ćwiczenia fizyczne wpływają na kształtowanie sylwetki i postawy ciała?
320. Omów znaczenie prawidłowych nawyków i wzorów ruchowych.
321. W jaki sposób ocenić i monitorować wpływ aktywności fizycznej na sylwetkę i postawę ciała?
322. Opisz skład ciała człowieka.
323. Wymień i omów metody pomiaru zawartości tkanki tłuszczowej i innych komponentów składu ciała.
324. Scharakteryzuj typy budowy ciała.
325. Na czym polega badanie zawartości tkanki tłuszczowej metodą bioelektrycznej impedancji?
326. Jaka jest rola żywienia, suplementacji i nawodnienia w kształtowaniu sylwetki?
327. Jak motywować klienta do regularnej aktywności fizycznej?
328. Jak propagować zachowania prozdrowotne wśród swoich klientów i współpracowników?
329. Jak skutecznie zasugerować klientowi potrzebę konsultacji medycznej?
330. Zdefiniuj pojęcie stresu.
331. Omów mechanizmy powstawania stresu i jego wpływ na organizm.
332. Przedstaw sposoby redukcji stresu i zmniejszenia podatności na stres.
333. Wymień i opisz techniki i metody relaksacyjne, które mogą mieć zastosowanie w gabinecie kosmetycznym.
334. Omów społeczny wymiar zdrowia i choroby oraz czynniki je warunkujące.
335. Czym jest „zdrowie” a czym „choroba”?
336. W jaki sposób radzić sobie z przewlekłym zmęczeniem psychofizycznym i stresem?

337. Na czym polega higiena pracy i odpoczynku?
338. Wymień i opisz przybory do ćwiczeń relaksacyjnych.
339. Jak zaaranżować przestrzeń relaksacyjną?
340. W jaki sposób podjąć działania profilaktyczne, terapeutyczne i edukacyjne odpowiadające potrzebom klienta narażonego na przewlekły stres i przemęczenie?
341. Jak szczegółowo i rzetelnie wytłumaczyć klientowi mechanizmy i konsekwencje związane z takimi pojęciami, jak "zmęczenie", "przemęczenie" i "stres"?
342. Opisz, jak dobierać i dostosowywać metody i techniki relaksacyjne do indywidualnych potrzeb klienta.
343. Zdefiniuj pojęcie odnowy biologicznej.
344. Dokonaj podziału metod odnowy biologicznej.
345. Wymień prozdrowotne cechy klimatu w Polsce.
346. Zdefiniuj pojęcie wysiłku fizycznego.
347. Opisz fizjologię pracy mięśniowej.
348. Wyjaśnij pojęcie zmęczenia fizycznego i psychicznego.
349. Omów determinanty fizjologiczne zmęczenia.
350. Zdefiniuj pojęcie wypoczynku.
351. Omów uwarunkowania fizjologiczne wypoczynku.
352. Wyjaśnij, dlaczego sen jest podstawą wypoczynku biernego.
353. Omów podstawy fizyczne, wpływ fizjologiczny, wskazania i przeciwwskazania do stosowania termoterapii
354. Omów podstawy fizyczne, wpływ fizjologiczny, wskazania i przeciwwskazania do stosowania hydroterapii.
355. Omów podstawy fizyczne, wpływ fizjologiczny, wskazania i przeciwwskazania do stosowania masażu w odnowie biologicznej
356. Omów podstawy fizyczne, wpływ fizjologiczny, wskazania i przeciwwskazania do stosowania balneoterapii
357. Omów podstawy fizyczne, wpływ fizjologiczny, wskazania i przeciwwskazania do stosowania klimatoterapii
358. Wymień i opisz wybrane urazy i zmiany przeciążeniowe wynikające z uprawiania sportu i rekreacji ruchowej.
359. Opisz zasady zdrowego stylu życia.
360. Omów korzyści płynące z aktywności fizycznej.
361. Jaki wpływ na procesy wypoczynkowe ma odnowa biologiczna?
362. Jakie są sposoby zapobiegania pospolitym przeciążeniom i urazom sportowym?
363. W jaki sposób zastosować metody fizykalne odnowy biologicznej w podstawowych aktywnościach rekreacyjnych, np. pływanie, kolarstwo, biegi, Nordic Walking?
364. W jaki sposób substancje hydrofilowe zawarte w kremie wpływają na skórę?
365. Od czego zależy działanie hydroksykwasów (złuszczające czy nawilżające)?
366. Jakie hydroksykwasy są stosowane w kosmetykach i preparatach do zabiegów profesjonalnych? Czym się różni od siebie ich działanie?
367. Jakie cechy (od strony budowy chemicznej) muszą posiadać środki powierzchniowo czynne?
368. Do jakiej grupy surfaktantów należą mydła?
369. Na jakie grupy dzieli się surfaktanty (środki powierzchniowo czynne)? Podaj przykłady substancji stosowanych w kosmetykach dla każdej z grup (anionowe, kationowe, amfoteryczne, niejonowe).
370. Jaką metodą otrzymuje się mydło?
371. Podaj przykłady substancji lipofilowych stosowanych w kosmetykach.

372. W jaki sposób substancje lipofilowe stosowane w kosmetykach wpływają na skórę? Podaj przykłady pozytywne i negatywne.
373. W jaki sposób otrzymuje się emulsje stosowane jako produkty kosmetyczne?
374. Co jest niezbędne do połączenia składników fazy wodnej i olejowej w emulsji?
375. Co to jest pH?
376. W jaki sposób reguluje się pH kosmetyków? Jakimi substancjami?
377. Omów mechanizmy działania witamin C i E jako antyoksydantów.
378. Omów składniki i działanie naturalnych mechanizmów obrony organizmu przed wolnymi rodnikami.
379. Omów etapy reakcji rodnikowej: inicjacja, propagacja i wygaszanie.
380. Jak działają substancje przeciwrodnikowe i antyoksydacyjne stosowane w kosmetykach?
381. Jakie substancje przeciwrodnikowe i antyoksydacyjne stosuje się w kosmetykach?
382. Omów różnice między substancjami lipofilowymi i hydrofilowymi oraz podaj przykłady takich substancji.
383. Podaj definicję emulsji, omów różne typy emulsji (O/W, W/O, wielokrotne, mikroemulsje)
384. Jaka jest rola emulgatorów w tworzeniu emulsji?
385. Omów rodzaje środków powierzchniowo czynnych (anionowe, kationowe, amfoteryczne, niejonowe) oraz ich właściwości i zastosowanie.
386. Omów właściwości mydła jako anionowego środka powierzchniowo czynnego.
387. Czym są solubilizatory? Jaka jest rola solubilizatorów w tonikach i innych kosmetykach w formie roztworów?
388. Czym są antyoksydanty i jaka jest ich rola w kosmetyce?
389. Jakie są źródła naturalnych i syntetycznych antyoksydantów stosowanych w kosmetykach?
390. Jak wolne rodniki wpływają na skórę?
391. Jakie zmiany skórne mogą wynikać z działania wolnych rodników?
392. Jakie są rodzaje surowców kosmetycznych?
393. Scharakteryzuj właściwości wybranych surowców kosmetycznych.
394. Jakie są funkcje poszczególnych surowców w kosmetykach?
395. Jak dobrać surowce do rodzaju kosmetyku?
396. Jakie akty prawne dotyczą surowców kosmetycznych?
397. Jakie możesz wyróżnić grupy naturalnych surowców kosmetycznych? Scharakteryzuj krótko każdą z nich pod kątem wpływu na skórę i włosy.
398. Jakie są właściwości i zastosowanie różnych grup surowców naturalnych?
399. Jakie są zalety i wady stosowania naturalnych surowców w kosmetykach?
400. Jakie są podstawy prawne prowadzenia działalności gospodarczej w zakresie kosmetologii?
401. Jakie są przepisy dotyczące bezpieczeństwa stosowania kosmetyków?
402. Jakie są wymagania sanitarno-higieniczne dla gabinetów kosmetycznych?
403. Jakie są normy i przepisy dotyczące produkcji kosmetyków?
404. Jakie są konsekwencje nieprzestrzegania przepisów w zakresie produkcji, importu i stosowania kosmetyków?
405. Jakie jest znaczenie instrumentalnej diagnostyki w kosmetologii? Po co się ją stosuje?
406. Jakie są rodzaje aparatury diagnostycznej stosowane w kosmetologii?
407. Scharakteryzuj metody aparaturowej oceny: wrażliwości skóry, głębokości przebarwień postonecznych, stanu naczyń krwionośnych, rozległości i zaawansowania cellulitu
408. Na czym polega diagnostyka skóry, włosów i paznokci w kosmetologii?
409. Jakie elementy obejmuje badanie podmiotowe i przedmiotowe?
410. Jakie są metody oceny: skóry, włosów, paznokci
411. Jakie czynniki mogą wpływać na stan skóry, włosów i paznokci?

412. Na czym polega ocena działania kosmetyków?
413. Jakie są metody oceny działania kosmetyków?
414. Jakie są źródła informacji o działaniu kosmetyków?
415. Jakie są losy substancji czynnej w ustroju?
416. Wymień produkty z pogranicza kosmetyków i leków.
417. Omów deklaracje marketingowe dotyczące kosmetyków. Jakie są ograniczenia ich formułowania i stosowania?
418. Wymień i scharakteryzuj metody oceny kosmetyków stosowane do pośredniej oceny nawilżenia skóry.
419. Wymień i scharakteryzuj metody oceny kosmetyków stosowane do oceny natłuszczenia skóry.
420. Wymień i scharakteryzuj metody oceny kosmetyków stosowane do oceny stanu bariery naskórkowej.
421. Wymień i scharakteryzuj metody oceny kosmetyków stosowane do oceny kosmetyków przeciwzmarszczkowych.
422. Wymień i scharakteryzuj metody oceny kosmetyków stosowane do oceny kolorytu skóry.
423. Wymień i scharakteryzuj metody oceny kosmetyków stosowane do oceny kosmetyków zapobiegających starzeniu się skóry.
424. Wymień i scharakteryzuj metody oceny kosmetyków stosowane do oceny kosmetyków do opalania.
425. Wymień i scharakteryzuj metody oceny kosmetyków stosowane do oceny kosmetyków myjących.
426. Wymień i scharakteryzuj metody oceny kosmetyków stosowane do oceny kosmetyków do pielęgnacji włosów
427. Wymień i scharakteryzuj metody oceny kosmetyków stosowane do oceny kosmetyków do upiększania włosów
428. Jak analizować etykiety kosmetyków pod kątem zgodności z ustawodawstwem?
429. Wyjaśnij pojęcie nomenklatury kosmetycznej (INCI).
430. Omów mechanizmy działania nawilżającego kosmetyków.
431. Omów mechanizmy działania natłuszczającego kosmetyków.
432. Omów mechanizmy działania przeciwstarzeniowego kosmetyków.
433. Omów mechanizmy działania kosmetyków rozjaśniających skórę w tym rozjaśniających przebarwienia.
434. Omów mechanizmy działania kosmetyków samoopalających.
435. Wymień składniki kosmetyków o potencjalnym działaniu nawilżającym.
436. Jakie deklaracje marketingowe wynikają z działania nawilżającego kosmetyków?
437. Przedstaw działanie korneometru.
438. Omów badania oceniające efekty natychmiastowego i długotrwałego działania nawilżającego.
439. Jak ocenić brak działania wysuszającego skórę przy kosmetykach myjących?
440. Omów działanie natłuszczające i ochronne kosmetyków oraz działanie seboregulujące.
441. Wymień składniki o potencjalnym działaniu natłuszczającym, ochronnym i seboregulującym.
442. Jakie deklaracje marketingowe wynikają z działania natłuszczającego, ochronnego i seboregulującego kosmetyków?
443. Przedstaw działanie sebumetru i sebufixu.
444. Przedstaw działanie tewametru.
445. Omów badania oceniające efekty natychmiastowego działania natłuszczającego i hamującego TEWL.
446. W jaki sposób ocenić działanie kosmetyku poprawiające barierę hydrolipidową skóry?

447. Scharakteryzuj kosmetyki przeznaczone dla dzieci i kosmetyki ochronne dla osób dorosłych.
448. Omów kosmetyki dla cery trądzikowej i nadmiernie przetłuszczającej się.
449. Omów działanie kosmetyków poprawiające parametry biomechaniczne skóry.
450. Wymień składniki o potencjalnym działaniu liftingującym, ujędrniającym i poprawiającym elastyczność skóry.
451. Jakie deklaracje marketingowe wynikają z działania ujędrniającego i uelastyczniającego kosmetyków?
452. Przedstaw działanie cutometru (kutometru).
453. Omów badania oceniające efekty działania ujędrniającego i uelastyczniającego skórę.
454. Scharakteryzuj kosmetyki anti-age.
455. Omów działanie wygładzające powierzchnię skóry i działanie złuszczone kosmetyków.
456. Wymień składniki o potencjalnym działaniu wygładzającym i złuszczone.
457. Jakie deklaracje marketingowe wynikają z działania złuszczonego i wygładzającego kosmetyków?
458. Przedstaw działanie visioscanu.
459. Przedstaw działanie lumiscanu
460. Omów badania oceniające efekty natychmiastowego działania wygładzającego i długotrwałego działania złuszczonego i wygładzającego.
461. Scharakteryzuj preparaty do stóp, łokci, kolan i peelingi.
462. Omów różne zastosowania nanotechnologii w kosmetyce i kosmetologii
463. Omów zastosowania liposomów w kosmetyce i kosmetologii. W jakim celu są stosowane? Jakie są wady i zalety ich stosowania?
464. Omów zastosowania nanocząstek (w tym nanokapsułek) w kosmetyce i kosmetologii. W jakim celu są stosowane? Jakie są wady i zalety ich stosowania?
465. Omów zastosowania nanocząstek metali w kosmetyce i kosmetologii. W jakim celu są stosowane? Jakie są wady i zalety ich stosowania?
466. Omów zastosowania pigmentów mineralnych w rozmiarze "nano" w kosmetyce i kosmetologii. W jakim celu są stosowane? Jakie są wady i zalety ich stosowania?
467. Wyjaśnij, czym jest nanotechnologia.
468. Przedstaw prawne aspekty nanotechnologii.
469. Jakie korzyści wynikają z zastosowania nanotechnologii w produktach kosmetycznych?
470. Omów drogi przenikania nanocząstek przez skórę.
471. Jakie zagrożenia płyną z zastosowania nanocząstek w produktach kosmetycznych?
472. Omów drogi narażenia zdrowia na szkodliwe działanie nanocząstek.
473. Na czym polega toksyczność nanocząstek?
474. Jakie są potencjalne zagrożenia środowiskowe i zawodowe związane z nanotechnologią?
475. Opisz wpływ zastosowania nanocząstek na właściwości użytkowe produktu kosmetycznego (np. chroniącego przed słońcem, pielęgnacyjnego lub do makijażu)
476. Omów historię charakteryzacji.
477. Jakie są narzędzia i preparaty stosowane w charakteryzacji?
478. Jak dobrać narzędzia i preparaty do rodzaju wykonywanej charakteryzacji?
479. Jakie są etapy wykonywania charakteryzacji?
480. Jak zaplanować i wykonać stylizację, makijaż lub charakteryzację?
481. Czym jest estetyka i piękno?
482. Jak zmieniły się upodobania estetyczne na przestrzeni lat?
483. Jakie są typy urody?
484. Jak dobrać kolorystykę stylizacji do typu urody?
485. Na czym polega dress code w biznesie?

486. Jakie są narzędzia i kosmetyki wykorzystywane w wizażu? Czym się charakteryzują?
487. Jak dobór narzędzi i kosmetyków wpływa na efekt końcowy makijażu?
488. Jak wykonać makijaż dzienny, wieczorowy i ślubny?
489. Jak dobrać makijaż do typu urody?
490. Jak modelować twarz za pomocą makijażu?
491. Jak analizować kolorystykę?
492. Omów historię charakteryzacji. Jakie są jej główne etapy?
493. Jak dobrać narzędzia i preparaty kosmetyczne w zależności od rodzaju wykonywanej stylizacji charakteryzatorskiej?
494. Przedstaw techniki i metody wykonywania makijażu i charakteryzacji.
495. Omów rodzaje efektów specjalnych w makijażu i charakteryzacji.
496. Opisz, jak zaplanować i wykonać poszczególne etapy realizacji stylizacji, makijażu lub charakteryzacji, uwzględniając oczekiwania i wymagania zleceńodawców.
497. W jakiej, co najmniej ilości muszą występować potencjalne alergeny, aby zostały wymienione na liście składników INCI?
498. Jakie substancje ulegają reakcji estryfikacji?
499. Jaką reakcję chemiczną należy przeprowadzić, aby otrzymać mydło? Jakie są substraty tej reakcji?
500. Naturalne olejki eteryczne: skąd pochodzą oraz jakie procesy chemiczne służą ich wyodrębnianiu?
501. Wymień główne składniki olejków eterycznych.
502. Opisz budowę i właściwości wiązania peptydowego oraz wskaż jakie związki je tworzą.
503. Jakie substancje czynne są wykorzystywane w antyperspirantach?
504. Jakie są funkcje cynku w kosmetykach?
505. Jakie substancje wykorzystuje się jako pigmenty perłowe w kosmetykach kolorowych?
506. Jakie związki chemiczne wykorzystuje się w kosmetyce w charakterze białych pigmentów?
507. Jak jest zastosowanie mikro- i makroelementów w produktach kosmetycznych?
508. Czym jest kaolin? Jak jest jego zastosowanie w produktach kosmetycznych?
509. Jak wpływają na skórę środki myjące?
510. Czym jest mikrobiologiczna trwałość kosmetyku?
511. Czym różnią się konserwanty formalne od nieformalnych?
512. Jakie funkcje powinien spełniać idealny konserwant? Podaj kilka przykładów.
513. Który rodzaj surowca może stanowić alternatywę dla tradycyjnych konserwantów?
514. Jakimi typami układów chemicznych są żele? Podaj przykłady żeli.
515. Jakie funkcje pełnią w kosmetykach estry?
516. Podaj przykłady substancji/związków keratolitycznych.
517. Co oznacza działanie keratolityczne? Jak substancja keratolityczna działa na skórę?
518. Podaj minimum 4 przykłady substancji/surowców keratolitycznych.
519. Co oznacza działanie komedogenne? Jak substancja komedogenna działa na skórę?
520. Podaj minimum 4 przykłady substancji/surowców komedogennych.
521. Scharakteryzuj, czym jest mieszanina (termin chemiczny).
522. Podaj przykłady witamin rozpuszczalnych w wodzie.
523. Podaj przykłady witamin rozpuszczalnych w tłuszczach.
524. Skąd pochodzą wykorzystywane w kosmetyce woski mineralne?
525. Opisz zastosowanie formaldehydu i jego pochodnych w kosmetyce. Jakie niesie ze sobą zagrożenia?
526. Scharakteryzuj woski naturalne pochodzenia zwierzęcego lub roślinnego. W jakim celu są stosowane w recepturze kosmetyków.

527. Wymień znane Ci substancje aktywne o działaniu antycellulitowym.
528. Czym są micelle?
529. Podaj definicję produktu kosmetycznego.
530. Scharakteryzuj kosmetyki wegańskie.
531. Opisz funkcje emolientu, podaj przykłady.
532. Czym jest borowina?
533. Opisz budowę chemiczną emulgatorów.
534. Wskaż minimum 3 grupy produktów, które charakteryzują się wysoką podatnością na zakażenia mikrobiologiczne.
535. Wskaż minimum 3 grupy produktów, które charakteryzują się niską podatnością na zakażenia mikrobiologiczne.
536. W jakim celu stosowane są preparaty zawierające dihydroksyaceton?
537. Wymień przynajmniej 3 informacje, które muszą pojawić się na opakowaniu produktu kosmetycznego importowanego na teren UE spoza terenu UE.
538. Czym są i jakie funkcje w kosmetyku pełnią peptydy (inne nazwy: peptydy biomimetyczne)
539. Czym są kwasy AHA? Jakie jest ich działanie w kosmetykach?
540. W jakim kosmetyku znajdziemy p-fenylenodiaminę? Jakie stwarza zagrożenia dla zdrowia?
541. Firma X mająca siedzibę w Polsce sprowadza produkt kosmetyczny wytworzony przez firmę Y z siedzibą w Niemczech. Firma X tłumaczy etykietę produktu na język polski. Następnie produkt jest sprzedawany w sieci sklepów z kosmetykami Z. Kto jest osobą odpowiedzialną?
542. Podaj czym jest NMF? Wymień 3 składniki wchodzące w skład NMF.
543. Wyjaśnij pojęcia: data minimalnej trwałości oraz PAO.
544. Scharakteryzuj zawiesiny.
545. Czym jest i w jakim rodzaju produktów występuje papaina? Jakie inne enzymy są stosowane w kosmetykach i w jakim celu?
546. Wymień naturalne biopolimery stosowane w kosmetyce.
547. Czym jest badanie fizykochemiczne produktów kosmetycznych?
548. Wymień 3 emulgatory stosowane w kosmetykach.
549. Wymień przynajmniej 4 substancje pochodzenia mineralnego stosowane w kosmetyce.
550. Jakie substancje chemiczne zawarte w samoopalaczu odpowiadają za tworzenie barwnych polimerów zwanych melanoidynami?
551. Czym są saponiny?
552. Jakie preparaty kosmetyczne zaliczymy do typu leave-on? Co oznacza w tym przypadku termin leave-on?
553. W jakiej aparaturze można wykonać badania uwalniania substancji czynnych w warunkach in vitro?
554. Wymień możliwe nazwy INCI ditlenku tytanu oraz jego zastosowanie w kosmetyce.
555. Jak działają ceramidy w kremach?
556. Podaj 3 przykłady protein.
557. Czym są kumaryny? Podaj przynajmniej 2 ich źródła występujące w naturze.
558. Wymień 3 przykłady substancji czynnych o działaniu łągodzącym.
559. Podaj przykłady polisacharydów pochodzenia zwierzęcego wykorzystywanych w kosmetyce.
560. Podaj przykłady niskocząsteczkowych i wielocząsteczkowych substancji nawilżających.
561. Czym jest równowaga hydrofilowo-lipofilowa surfaktantu (HLB)?
562. W jaki sposób uzyskujemy stabilność NNKT?
563. Jaką funkcję w kosmetyku pełni humektant?
564. Z czego zbudowane są różne typy liposomów?
565. W pewnych warunkach pirogronian może ulec procesom fermentacji mleczanowej lub

- alkoholowej. Jakie to warunki?
566. Jakie organizmy produkują ksantan?
  567. Jak działa kwas azelainowy?
  568. Do jakiej cery nie stosujemy kosmetyków zawierających wazelinę, oleje mineralne, woski?
  569. Wymień zmiany skórne będące przeciwwskazaniem do stosowania peelingu kosmetycznego.
  570. Wymień przeciwwskazania do stosowania wapożonu.
  571. Wymień przeciwwskazania do zabiegów upiększających dłoni.
  572. Do czego służy lampa Wooda? Jak interpretować jej wskazania (obrazy)?
  573. Jak działa na skórę peeling chemiczny?
  574. Jak wyznaczyć najwyższy punkt łuku brwiowego?
  575. Wskaż we właściwej kolejności etapy zabiegu henny z regulacją brwi.
  576. Czy istnieją przeciwwskazania do opalania natryskowego? Jeśli tak, to jakie?
  577. Opisz idealny kształt brwi do twarzy kwadratowej.
  578. U jakich osób fotoepilacja jest najskuteczniejsza?
  579. Czy manicure można wykonać u osoby chorej na cukrzycę? Jeśli tak, to jaki rodzaj manicure?
  580. Jaki zabieg z użyciem specjalistycznej aparatury pomaga w uporządkowaniu i skróceniu włókien kolagenu i elastyny?
  581. Jaki zabieg z użyciem specjalistycznej aparatury jest wykorzystywany do epilacji zbędnego owłosienia?
  582. Wymień zabiegi zapewniające lepsze wchłanianie w głąb skóry składników preparatów kosmetycznych.
  583. Podaj rodzaje kosmetyków zalecanych do skóry tłustej, zanieczyszczonej, z zaskórnikami i nielicznymi krostkami ropnymi.
  584. W jaki sposób jest odżywiany naskórek?
  585. W jaki sposób należy przygotować skórę do zabiegów złuszczenia stężonymi AHA?
  586. Jak dzielimy maski kosmetyczne według zastosowanych składników?
  587. Jak dzielimy maski kosmetyczne według formy kosmetycznej?
  588. Jak dzielimy maski kosmetyczne według ich działania?
  589. Co jest powodem powstawania skóry suchej odwodnionej?
  590. Co jest powodem powstawania skóry suchej odtłuszczonej?
  591. Czego nie zaliczamy do potrzeb pielęgnacyjnych skóry suchej?
  592. Scharakteryzuj skórę dojrzałą, suchą, wrażliwą.
  593. Wyjaśnij czym jest peeling kawitacyjny.
  594. Czym jest mikrodermabrazja?
  595. Jakie potrzeby ma skóra sucha? Jakiej pielęgnacji wymaga?
  596. Wymień cele tonizacji skóry.
  597. W jaki sposób działa peeling enzymatyczny?
  598. Opisz prawidłową pielęgnację cery tłustej.
  599. Podaj właściwą kolejność warstw naskórka zaczynając od zewnątrz.
  600. Co wchodzi w skład fizykalnego badania kosmetycznego?
  601. Wymień przynajmniej 2 lasery wykorzystywane do usuwania zbędnego owłosienia.
  602. Wymień przeciwwskazania bezwzględne do stosowania peelingu chemicznego.
  603. Czym i w jakim celu zabezpieczyć dolną powiekę przy zabiegu farbowania rzęs?
  604. Wymień prawidłową kolejność czynności przy zabiegu farbowania i regulacji brwi oraz rzęs.
  605. Jaką metodę depilacji zastosować do regulacji łuku brwiowego u klientki ze skórą dojrzałą?
  606. Podaj przynajmniej 2 czynniki wpływające na skuteczność depilacji laserowej.



607. Scharakteryzuj klasyczną metodę depilacji woskiem miękkim.
608. Jaki rodzaj kosmetyku do makijażu odpowiada za zbalansowanie poziomu nawilżenia i natłuszczenia poszczególnych partii skóry?
609. Wskaż minimum 2 przeciwwskazania do peelingu kawitacyjnego.
610. Czym się różni mikrodermabrazja diamentowa od korundowej?
611. Podaj minimum 2 metody mezoterapii bezigłowej.
612. Wyjaśnij czym jest jędrność skóry.
613. Wymień minimum 3 zabiegi w salonie kosmetycznym niewskazane dla kobiet w ciąży.
614. Wymień minimum 3 zabiegi w salonie kosmetycznym, które można wykonać kobiecie w ciąży.
615. Wymień w odpowiedniej kolejności czynności przy podstawowym zabiegu pielęgnacyjnym.
616. Do wykonania jakich zabiegów kosmetycznych bezwzględnym przeciwwskazaniem jest zdiagnozowana łuszczyca?
617. Czym jest i kiedy występuje cellulit wiotki?
618. Opisz zalecaną pielęgnację dla skóry z zaburzeniami rogowacenia.
619. Jakich masek nie należy stosować przy skórze z teleangiektazjami?
620. Czym jest brushing, jakie są przeciwwskazania do jego stosowania?
621. Czym jest zabieg sonoferezy? Jakim narzędziem się go wykonuje?
622. Podaj kolejność zabiegu pielęgnacyjnego dla cery dojrzałej. Wymień kilka rodzajów produktów, które użyjesz w zabiegach.
623. Serię jakich zabiegów należy wykonać na odwodnioną skórę twarzy, szyi i dekolту?
624. Wymień przynajmniej 5 przeciwwskazań do zabiegu eksfoliacji kwasami.
625. Jak prawidłowo przygotować się do zabiegu eksfoliacji? Jakie są zalecenia po tym zabiegu?
626. Jednym z rodzajów peelingu jest peeling mechaniczny. Wymień pozostałe dwa.
627. Czym jest technika piórkowa makijażu permanentnego?
628. Jakie procedury powinny regulować sposób postępowania podczas zabiegów naruszających ciągłość skóry?
629. Wymień cechy I stopnia cellulitu.
630. Wymień cechy II stopnia cellulitu.
631. Wymień cechy III stopnia cellulitu.
632. Wymień czynniki sprzyjające powstawaniu cellulitu.
633. Co to jest peeling gommage?
634. Gdzie znajduje zastosowanie zjawisko piezoelektryczne?
635. Na czym polega elektroporacja?
636. Jaki preparat skutecznie zadziała w oczyszczaniu chemicznym skóry, dodatkowo zdezynfekuje i przywróci prawidłowe pH skóry?
637. Podaj zalecaną pielęgnację dla cery tłustej, zanieczyszczonej z zaskórnikami i nielicznymi krostami ropnymi.
638. Podaj zalecane zabiegi wykonywane w salonie kosmetycznych dla skóry o rozszerzonych naczyniach krwionośnych.
639. Podaj rodzaj/przykład peelingu wskazany dla cery trądzikowej z licznymi krostami.
640. Jaki jest powód występowania ciemnego zabarwienia zaskórników otwartych?
641. Jaka jest prawidłowa reakcja organizmu na stosowanie prądów małej częstotliwości?
642. Wymień cechy prądu stałego.
643. Wymień bezwzględne przeciwwskazania do wykonania zabiegów kosmetycznych z użyciem prądów.
644. Czym jest zjawisko Dopplera?
645. Rozwiń skrót TEWL, podaj jego polski odpowiednik i wyjaśnij na czym polega ten proces.

646. Opisz działanie kosmetyczne jodu w profilaktyce i leczeniu cellulitu.
647. Czym jest i w jakich sytuacjach warto zastosować okluzję?
648. Podaj bezwzględne przeciwwskazania do wykonywania zabiegów elektrolecniczych.
649. Jakie zaburzenie polega na przesadnym zaabsorbowaniu nieistniejącym lub bardzo niewielkim defektem ciała?
650. Na czym polega metoda dwukierunkowej elektroforezy?
651. Które mięśnie nazywamy mimicznymi (odpowiadającymi za mimikę)?
652. Opisz budowę włókna mięśni szkieletowych.
653. Czym są synapsy i jaką pełnią funkcję?
654. Wymień nerwy unerwiające czuciowo skórę twarzy.
655. Wymień funkcje tkanki tłuszczowej.
656. Jakie komórki skóry właściwej produkują histaminę?
657. Jakie komórki skóry produkują białka niezbędne do produkcji włókien?
658. Gdzie znajduje się płaszcz hydro-lipidowy?
659. Gdzie ma przyczep początkowy mięsień szeroki szyi?
660. Jakie niekorzystne skutki dla organizmu może mieć porażenie nerwu twarzewego?
661. Wymień przynajmniej 3 części mostka.
662. Gdzie ma przyczep początkowy mięsień marszczący brwi?
663. Czym są żebra rzekome? Wymień je.
664. Co oddziela naskórek od skóry właściwej?
665. Gdzie znajduje się wyrostek mieczykowaty?
666. Wymień mięśnie tworzące policzek.
667. Wymień nazwę komórek, które stanowią około 95 % masy naskórka.
668. Czym są korneocyty?
669. Jak oznaczamy kręgi kręgosłupa?
670. Wymień główne składniki lipidowe cementu międzykomórkowego oraz jego funkcje.
671. Z jakimi kręgami łączy się czaszka?
672. Czym jest blokada stawu kolanowego?
673. W jakich naczyniach znajdują się zastawki?
674. Opisz działanie i rolę tętnic.
675. Wymień skład tkanki łącznej właściwej.
676. Opisz włókna mięśnia poprzecznie prążkowanego szkieletowego.
677. Czym jest fenotyp?
678. Gdzie znajdują się melanocyty?
679. Gdzie znajdują się komórki Meissnera?
680. Czym jest stratum corneum?
681. Czy mięsień MOS należy do grupy powierzchownych mięśni szyi?
682. Gdzie powstają prekursorzy NMF? Jak się nazywają?
683. Gdzie występuje nabłonek jednowarstwowy walcowaty? Jak jest zbudowany?
684. Jaką funkcję pełni kosmki jelitowe?
685. Z czego zbudowany jest nabłonek jednowarstwowy płaski? Gdzie występuje?
686. Wymień minimum 3 mięśnie należące do mięśni nadgnykowych.
687. Gdzie znajduje się powierzchnia uchowata?
688. Do jakiej grupy tkanek należy tkanka chrzęstna?
689. Gdzie u osoby dorosłej znajduje się szpik czerwony?
690. Który mięsień mimiczny pogłębia bruzdę nosowo-wargową?
691. Czym są interakcje farmakokinetyczne?

692. Czym jest parenteralne podanie leku?
693. W wyniku jakich procesów odbywa się przechodzenie leków przez błony biologiczne?
694. W jakiej części organizmu dochodzi do metabolizmu leku?
695. Jakie są drogi wydalania leku?
696. Jakie środki zastosujemy w leczeniu objawowym opryszczki?
697. Wymień minimum 2 antybiotyki przeciwgrzybicze.
698. Czym są ksenobiotyki?
699. Jakie działanie na organizm wykazuje atropina?
700. Jakie działanie na organizm wykazuje lidokaina?
701. Jaki lek podajemy przy wstrząsie uczuleniowym?
702. Podaj definicję leku.
703. Wymień substancje działające przeciwbólowo o działaniu rozrzedzającym krew.
704. Jakie są objawy wstrząsu anafilaktycznego?
705. W jakim celu stosujemy hydroksyzynę?
706. Jak działa chinina stosowana na skórę głowy?
707. Wymień powikłania po stosowaniu penicyliny.
708. Na czym polega działanie bakteriostatyczne?
709. Podaj przykład leku antyhistaminowego, działającego przeciwświądowo, przeciwobrzękowo i przeciwuczuleniowo.
710. Jakie działanie mają niesteroidowe leki przeciwzapalne? W jakich sytuacjach się je stosuje?
711. Czym są diuretyki? Jaką rolę pełnią w leczeniu nadciśnienia?
712. Podaj przykłady leków przeciwplatek. Do jakiej grupy leków one należą?
713. Jakie działanie ma paracetamol?
714. Co to jest dostępność farmaceutyczna?
715. Wskaż minimum 3 substancje działające wzmacniająco na naczynia krwionośne.
716. Czym jest awitaminoza?
717. Podaj środek stosowany jednocześnie do leczenia oparzeń i odmrożeń.
718. Jakie leki najczęściej wywołują odczyny skórne?
719. Jakie działanie mają wymienione leki: acyklowir, denotywir?
720. W jakich schorzeniach stosujemy metronidazol?
721. Jakie składniki aktywne stosujemy w leczeniu grzybicy?
722. Rozwiń farmakologiczny termin LADME dosłownie lub podaj jego polskie odpowiedniki.
723. Czym jest deksametazon?
724. Podaj przykłady glikokortykosteroidów.
725. Wymień miejsca na ciele, gdzie najczęściej powstaje rogowacenie okołomieszkowe.
726. Wymień rodzaj cery, na którym występują takie choroby, jak: łupież łojotokowy, łojotokowe zapalenie skóry
727. Wymień nazwę komórek odpowiedzialnych za powstawanie bąbli pokrzywkowych.
728. Jakie kliniczne cechy zmiany barwnikowej, wymagają pilnej konsultacji z dermatologiem?
729. Gdzie na ciele człowieka występuje leukoplakia (rogowacenie białe)?
730. Wymień choroby zaliczane do kolagenoz.
731. Podaj alternatywną nazwę owrzodzenia.
732. Podaj przykłady chorób wywołanych przez gronkowce.
733. Jakie bakterie odpowiadają za powstanie choroby o nazwie róża?
734. Jakimi metodami leczymy brodawki zwykłe?
735. Jaki organizm odpowiada za zapalenie mieszków włosowych?
736. Jakie badania należy wykonać w celu diagnostyki schorzeń wywołanych przez grzyby?

737. Wymień rodzaje czerniaka. Który występuje najczęściej?
738. Wskaż zmiany zaliczane do wykwitów pierwotnych i przyporządkuj do nich wybrane jednostki chorobowe.
739. Podaj przykłady chorób wywołanych przez paciorkowce.
740. Podaj przykłady chorób wywołanych przez drożdże.
741. Podaj przykłady kolagenoz.
742. Wskaż zaburzenia rogowacenia skóry o podłożu genetycznym.
743. Wymień minimum 3 odmiany grzybicy stóp.
744. Podaj 3 przykłady alergicznych chorób skóry.
745. Charakteryzuj świerzb. Jak dochodzi do zakażenia?
746. Wymień najczęstsze powikłania półpaśca.
747. Co zaliczamy do wykwitów pierwotnych w półpaścu?
748. Podaj czynniki predysponujące do rozwoju rozstępów.
749. Podaj czynniki predysponujące do rozwoju chorób alergicznych.
750. Podaj typ/y nieonkogennych wirusów HPV.
751. Jakie bakterie wywołują infekcje związane z trądzikiem młodzieńczym?
752. Jakich substancji unikać przy trądziku różowatym?
753. W przebiegu jakiej choroby pojawia się parakeratoza?
754. Scharakteryzuj chorobę nazywaną rybią łuską.
755. Czym jest wyprzenie skóry? Jakie są jego przyczyny?
756. Wymień i opisz zmiany występujące w atopowym zapaleniu skóry (AZS).
757. Podaj nazwę wirusów odpowiadających za zakażenie opryszczkowe.
758. Scharakteryzuj wykwit skórny jakim jest opryszczka.
759. Scharakteryzuj zmiany w płytkach paznokciowych występujące w łuszczycy.
760. Czym jest kaszak?
761. Podaj nazwę wirusa odpowiadającego za hiperkeratotyczne grudki na grzbietach rąk.
762. Na co wskazuje zielone zabarwienie paznokcia?
763. Na jakim rodzaju cery rozwijają się poniższe choroby: łupież łojotokowy, łojotokowe zapalenie skóry trądzik pospolity, trądzik różowaty?
764. Jakie zabiegi/czynności higieniczne sprzyjają powstaniu zapalenia mieszków włosowych?
765. Czym się charakteryzuje i gdzie się lokalizuje zanokcica?
766. Czym jest hirsutyzm?
767. Czym są mięczaki zakaźne?
768. Jakie badania laboratoryjne wykonujemy, aby zdiagnozować atopię (AZS), co mają na celu te badania?
769. Co jest najskuteczniejszym narzędziem w walce z poziomymi zmarszczkami mimicznymi czoła?
770. Co wywołuje zatrucie nazywane sinicą skóry?
771. Scharakteryzuj II stopień oparzenia skóry.
772. Jakie substancje stosujemy do leczenia grzybicy miejscowych?
773. Podaj przykłady chorób skórnych wywołanych wirusami.
774. Przez co są wywoływane brodawki płaskie?
775. Czym są kłykciny kończyste?
776. Jakie zmiany skórne wywołuje wirus HPV?
777. Jak i gdzie objawia się twardzina organiczna?
778. Jakie grupy społeczne najczęściej dotyka grzybica drobnozarodnikowa?
779. Wymień podstawowe wykwity w wyprysku kontaktowym.

780. Podaj główny czynnik aktywacji gruczołów łojowych w przebiegu trądziku.
781. Jaką chorobę może sygnalizować rumień w kształcie motyla na policzkach młodej kobiety?
782. W jaką chorobę może przekształcić się rogowacenie słoneczne?
783. Czym są teleangiektazje?
784. W jakich chorobach występuje objaw Koebnera?
785. Czym są afty?
786. Czym jest czyraczność?
787. Czym charakteryzuje się niesztowica?
788. Czym jest przeczos, w jakich sytuacjach powstaje?
789. Który zakres promieniowania UV najgłębiej penetruje skórę?
790. Jakie urządzenia wykorzystujemy do fotoodmładzania skóry?
791. Czym jest system klasyfikacji wg Glogau?
792. Czym jest system klasyfikacji wg Fitzpatricka?
793. Pomiar współczynnika ochrony SPF wyniósł 15. Jakie oznaczenie powinno się pojawić na opakowaniu?
794. Jakie są zasady znakowania opakowań pod kątem SPF?
795. Jak działa na skórę UVB?
796. Gdzie i kiedy pojawia się rumień cieplny?
797. Od czego zależy natężenie rumienia fotochemicznego?
798. Czym są filtry UV?
799. Na jakie nerwy działa toksyna botulinowa?
800. Co stanowi przeciwwskazanie bezwzględne do stosowania wypełniaczy tkankowych?
801. W jaki sposób wykonuje się mezoterapię igłową, na czym polegają i czym się od siebie różnią poszczególne techniki?
802. W jakim celu stosuje się usieciowany kwas hialuronowy?
803. Opisz budowę kwasu hialuronowego.
804. W jaki sposób podaje się lek Botox (producent Allergan)?
805. Jakie lasery zastosujemy w usuwaniu niedoskonałości skórnych, takich jak np. włókniaki?
806. Jakie parametry są najważniejsze w terapii laserowej?
807. Z czego składają się preparaty przeznaczone do wypełnień tkanki? Czym się od siebie różnią? Jakie są wskazania do stosowania poszczególnych typów preparatów.
808. Czym jest mechanizm odpowiedzi swoistej (nabytej)?
809. Jakim przykładem mechanizmu odporności nabytej jest nabycie przeciwciał po podaniu swoistej szczepionki?
810. Wymień przynajmniej 2 hormony osłabiające reakcję odpornościową.
811. Wymień przynajmniej 3 czynniki etiopatogenetyczne chorób autoimmunologicznych.
812. Wymień przynajmniej 2 choroby przenoszone przez kleszcze.
813. W jaki sposób można zarazić się tasiemcem uzbrojonym?
814. Jakim rodzajem żywiciela jest dla bąblowca wielojamowego człowiek?
815. Podaj 3 przykłady pasożytów jednokomórkowych.
816. Jakie badania wykonuje się przy podejrzeniu alergii oraz chorób pasożytniczych?
817. Czym jest anafilaksja?
818. Jakie organizmy najczęściej wywołują zakażenie dróg moczowych?
819. Jakie organizmy wywołują rzeżączkę?
820. Jaki rodzaj odporności daje szczepionka przeciw grypie?
821. Czym jest odporność nieswoista?
822. Jak zachowują się komórki Langerhansa po kontakcie z antygenem?

823. Do wytworzenia jakiej klasy przeciwciał prowadzi powtórny kontakt z antygenem?
824. Na czym polega aktywna supresja?
825. Na czym polega centralna tolerancja immunologiczna?
826. Czym jest anergia klonalna?
827. Gdzie wytwarzane są przeciwciała?
828. Czym są granulocyty?
829. Czym charakteryzują się bakterie z grupy Prokariota?
830. Czym jest bakteriofag?
831. Przez co są mediowane reakcje nadwrażliwości typu późnego?
832. Jaka jest prawidłowa droga przepływu impulsu nerwowego w komórce nerwowej?
833. Jak wpływa galwanizacja katodowa na mięśnie i nerwy?
834. Na czym polega hiponatremia?
835. Jaki narząd wydzielają hormony regulujące poziom glukozy?
836. Jakie hormony są wydzielane w związku ze stresem (krótkoterminowym i długoterminowym), i przez jaki narząd?
837. Czym charakteryzuje się hipertermia organizmu ludzkiego?
838. Czym jest przysadka?
839. Jakie funkcje pełni jądro komórkowe?
840. Wymień przynajmniej 2 przyczyny hipokinezy.
841. Czym się charakteryzują erytrocyty?
842. Czym są baroreceptory?
843. Czym są fotoreceptory?
844. Na czym polega termoregulacja?
845. Podaj przykłady reaktywnych form tlenu.
846. Czym jest homeostaza?
847. Jakie znasz połączenia międzykomórkowe?
848. Czym jest hematokryt?
849. Czym jest hemoglobina i jak jest zbudowana?
850. Podaj maksymalne tętno dla zdrowego człowieka w wieku lat 40.
851. Wymień minimum 3 fizjologiczne zmiany zachodzące u kobiet w czasie ciąży.
852. Czym jest odczyn progowy?
853. Gdzie występują chondrocyty?
854. Czym charakteryzują się komórki prokariotyczne?
855. Scharakteryzuj mitochondrium. Jaka jest jego rola?
856. Czym są adipocyty?
857. Wskaż dokładną lokalizację ośrodków głodu i sytości.
858. Opisz funkcję białek obecnych w błonie plazmatycznej.
859. Określ miejsce syntezy białek w komórce. Jak przebiega ten proces?
860. Określ centrum energetyczne komórki. W jaki sposób generowana jest energia?
861. Jaka jest prawidłowa liczba chromosomów w jądrze komórki somatycznej człowieka?
862. Czym charakteryzuje się komórka diploidalna?
863. Czym charakteryzują się gruczoły holokrynowe? Podaj przykłady takich gruczołów.
864. Jaką funkcję pełni autonomiczny układ nerwowy?
865. Czym są komórki tuczne? Podaj ich alternatywną nazwę.
866. W jaki sposób przejawia się dymorfizm płciowy?
867. Opisz I-rzędowe cechy płciowe.
868. Opisz II-rzędowe cechy płciowe.

869. Wymień przynajmniej 2 hormony tarczycy.
870. Co oznacza termin: „wartość progowa tolerancji tkanki”?
871. Czym jest apoptoza?
872. Czym jest nekroza?
873. Na czym polega fagocytoza?
874. Czym są fibrocyty?
875. Czym są fibroblasty?
876. Na czym polega wydzielanie merokrynowe?
877. Jak klasyfikujemy gruczoły skórne merokrynowe?
878. Opisz zjawisko hipotermii w organizmie ludzkim.
879. Do czego służy wskaźnik BMI? Jak go wyliczyć?
880. Wymień przynajmniej 4 korzystne dla zdrowia źródła węglowodanów.
881. Wymień przynajmniej 4 korzystne dla zdrowia źródła tłuszczu.
882. Podaj 3 przykłady mikroelementów niezbędnych w diecie człowieka.
883. Jakie są objawy niedoboru witaminy K w organizmie?
884. Jakie są objawy niedoboru witaminy C w organizmie?
885. Jakie są objawy niedoboru żelaza w diecie? Z czego wynika różnica podaży tego pierwiastka u kobiet i mężczyzn oraz która płeć ma większe zapotrzebowanie na niego?
886. Jakie negatywne skutki dla organizmu niesie niedobór snu?
887. W jakich jednostkach chorobowych występuje zaburzenie tempa przemiany materii?
888. Co określa podstawowa przemiana materii?
889. Czym jest metabolizm? Opisz ten proces.
890. Czym jest strawność?
891. Podaj przykłady składników pokarmowych antyodżywczych.
892. Wymień przynajmniej 3 rodzaje aktywności ruchowej poza sportową.
893. Czym zajmuje się antropometria?
894. Kiedy bilans energetyczny jest zrównoważony?
895. Podaj w litrach dobowe zapotrzebowanie człowieka na wodę. Kiedy jest niezbędne jego zwiększenie?
896. Scharakteryzuj cukrzycę typu I.
897. Czym charakteryzuje się cukrzyca typu II?
898. Wymień przynajmniej 3 czynniki sprzyjające rozwojowi chorób cywilizacyjnych.
899. Wymień przynajmniej 2 kryteria pozwalające rozpoznać zespół metaboliczny.
900. Czym zajmuje się allometria?
901. Czym jest bradykineza?
902. Wymień przynajmniej 2 przeciwwskazania do systematycznej aktywności ruchowej.
903. Czym jest HDL (termin medyczny)?
904. Wymień zasady dotyczące higieny personelu kosmetycznego.
905. Na czym polega dekontaminacja?
906. Wskaż jakie działania zapobiegają chorobom zawodowym.
907. Jakie narzędzia mogą być dezynfekowane preparatami sporobójczymi?
908. Czym jest aseptyka?
909. Jakie zastosowanie w salonie kosmetycznym ma myjka ultradźwiękowa?
910. Na czym polega sterylizacja narzędzi w autoklawie?
911. Wymień środki ochrony osobistej stosowane w gabinecie przez kosmologa.
912. Co w salonie kosmetycznym należy poddać procesowi dezynfekcji?
913. Scharakteryzuj materiał medyczny zakaźny.

914. Co określają w gabinecie kosmetycznym instrukcje BHP?
915. Jaka jest kolejność działań podczas procesu sterylizacji?
916. Jaką jednostką publiczną kieruje państwowy inspektor sanitarny?
917. Jakiej karze podlega podmiot, który wbrew decyzji właściwego państwowego inspektora sanitarnego produkuje, wprowadza do obrotu lub nie wycofuje z rynku substancji chemicznej, jej mieszaniny lub wyrobu?
918. Na czym polegają zabiegi sanitarne?
919. Wymień organy sprawujące nadzór nad działalnością gospodarczą kosmetologów.
920. Co dezynfekujemy za pomocą antyseptyków, np. wody utlenionej?
921. Jakie stężenie powinien mieć alkohol etylowy, aby jego działanie przeciwbakteryjne było najskuteczniejsze?
922. Jakie stężenie nadtlenku wodoru zalecane jest do odkażania?
923. Na czym polega pozycja przeciwwstrząsowa?
924. Wskaż prawidłową sekwencję RKO w przypadku poszkodowanego w wyniku utonięcia.
925. Wskaż prawidłową pierwszą pomoc w przypadku epilepsji.
926. Jaki schemat resuscytacji krążeniowo-oddechowej należy podjąć u nieprzytomnej osoby dorosłej nieoddychającej z powodów innych niż podtopienie lub uduszenie?
927. Z jaką częstotliwością wykonujemy uciski u kobiety w ciąży?
928. Z jaką częstotliwością wykonujemy uciski klatki piersiowej u kobiet w czasie RKO?
929. Na jaką głębokość uciskamy klatkę piersiową?
930. Jaką czynność wykonujemy jako pierwszą w przypadku braku oznak życiowych?
931. W jakiej pozycji należy ułożyć pacjenta z podejrzeniem zawału mięśnia sercowego?
932. Podaj zasady udzielania pierwszej pomocy w przypadku oparzeń.
933. Podaj zasady udzielania pierwszej pomocy w przypadku odmrożeń.
934. W jakiej pozycji należy ułożyć pacjenta z urazem jamy brzusznej?
935. Czym należy owinąć złamane żebra?
936. Jak należy zareagować w sytuacji zakrztuszenia się pokarmem przez kobietę w 8 miesiącu ciąży?
937. Jak czynności należy podjąć w przypadku obecności ciała obcego w ranie?
938. Opisz charakterystyczne objawy w przypadku wystąpienia zawału mięśnia sercowego.
939. Wymień i krótko scharakteryzuj wszystkie stopnie oparzeń.
940. Wymień i krótko scharakteryzuj wszystkie stopnie odmrożeń.
941. Podaj prawidłowy sposób ułożenia rąk na klatce piersiowej podczas RKO u osób dorosłych.
942. Jakie czynności należy podjąć w przypadku krwawienia z nosa?
943. W jaki sposób przetwarza się dane o ciężkich działaniach niepożądanych w kosmetykach? Jaki dokument to reguluje?
944. Jak długo należy przechowywać dokumentację wprowadzanego na rynek produktu? Od kiedy liczymy ten okres?
945. W jaki sposób państwa UE monitorują zgodność udostępnionych na rynku produktów kosmetycznych?
946. W jakim celu wykorzystywana jest w kosmetologii ultrasonografia wysokiej częstotliwości?
947. Czym jest dermatoskopia?
948. Jakie urządzenie umożliwia ocenę kształtu stopy, obecności zgrubień na skórze, odcisków?
949. Jaki jest cel pytań o warunki i rodzaj wykonywanej pracy w wywiadzie kosmetycznym?
950. Podaj skuteczną metodę diagnostyczną stosowaną w rozpoznawaniu toksoplazmozy.
951. Wymień kryteria rozpoznania atopowego zapalenia skóry.
952. Jakim rodzajem kosmetyku można wyrównać kolorystykę cery bez konieczności stosowania intensywnie kryjących podkładów?



953. Czym charakteryzuje się makijaż biznesowy?
954. Opisz zastosowanie cieni do powiek dla oczu szeroko rozstawionych.
955. Jaki rodzaj makijażu połączy w sobie cechy makijażu dziennego, wieczorowego i fotograficznego?
956. Scharakteryzuj technikę czystości artystycznej w makijażu.
957. Podaj przykład makijażu dla oczu wąsko rozstawionych.
958. Na czym polega technika wykonywania makijażu „na mokro”?
959. Podaj cechy makijażu ślubnego.
960. Czym jest i jak się objawia ortonyksja?
961. Czym jest modzel?
962. Wymień minimum 3 czynniki wpływające na rozdawanie paznokci.
963. Z czego wykonane są bloki polerskie?
964. Wymień przynajmniej 2 skutki nieprawidłowego działania sił nacisku stóp.
965. Jakie są objawy zaburzeń ukrwienia kończyn dolnych?
966. Na jakiej tętnicy bada się tętno, by ocenić stan krążenia krwi w stopie?
967. Wskaż kierunek masażu przy opracowywaniu świeżej blizny po zdjęciu szwu.
968. Wymień zasady manualnego drenażu limfatycznego.
969. Która technika stosowana w masażu spowoduje poprawę trofiki oraz poprawę odpływu krwi żyłnej z tkanek?
970. Jakie techniki wyróżnia się w masażu leczniczym?
971. Jaką technikę masażu zastosujemy w przypadku przykurczonych mięśni, blizn, bliznowców, zrostów pourazowych?
972. Opisz technikę masażu zwaną oklepywaniem.
973. Czy technikę oklepywania w klasycznym masażu kosmetycznym wykonuje się w dowolnym kierunku?
974. W jakim celu stosuje się technikę głaskania w klasycznym masażu kosmetycznym?
975. Jak działa na tkanki klasyczny masaż kosmetyczny?
976. Jaka jest prawidłowa metodyka masażu kosmetycznego twarzy, szyi i dekoltu?
977. Jaka jest prawidłowa metodyka wykonania ręcznego drenażu limfatycznego?
978. Jak ruchy rozcierania w klasycznym masażu kosmetycznym wpływają na tkanki?
979. Na jaką okolicę najczęściej wykonuje się w masażu rozcieranie?
980. Scharakteryzuj technikę ugniatania mającą zastosowanie w masażu kosmetycznym.
981. W jaki sposób opracowywane są mięśnie w masażu klasycznym?
982. Omów budowę i występowanie mięśni gładkich.
983. Czy w masażu klasycznym kierunek ruchów ma znaczenie? Jeśli tak, podaj zasadę nim kierującą.
984. Które komórki w żołądku człowieka wydzielają kwas solny?
985. Jaka substancja wydziela się podczas glikolizy beztlenowej?
986. Wymień minimum 5 pierwiastków zaliczanych do mikroelementów.
987. Jakie warunki muszą być spełnione do powstawania i utrzymania potencjału spoczynkowego w komórce nerwowej?
988. Wymień cechy układu przywspółczulnego (PNS).
989. Czym jest transkrypcja i replikacja w genetyce?
990. Czym się różnią przedstawiciele płci męskiej i żeńskiej na poziomie genowym?
991. Czym jest adaptacja genetyczna?
992. Czym są chromosomy?
993. W jaki sposób są pobudzane chemoreceptory?

994. Gdzie zachodzi synteza białek?
995. Omów objawy nadmiaru tłuszczu w organizmie człowieka.
996. W jaki sposób powstaje w organizmie mocznik?
997. Jaka jest rola żółci w organizmie?
998. Jakie są zalecenia dotyczące maksymalnej zawartości soli kuchennej w diecie?
999. Wskaż produkty spożywcze, w których żelazo występuje w formie najlepiej przyswajalnej dla człowieka.
1000. Omów wpływ produktów bogatych w magnez na organizm człowieka.