



Milady's Standard Nail Technology

Pedicuring



“You cannot tailormake the situations in life, but you can tailormake the attitudes to fit those situations before they arise.”

— Zig Ziglar

American motivational speaker



Objectives (*Các mục tiêu*)

- Identify and explain the equipment used when performing pedicures.
- *Xác định và giải thích các thiết bị được sử dụng khi thực hiện chăm sóc chân.*
- Identify and explain three materials used when performing pedicures.
- *Xác định và giải thích ba vật liệu được sử dụng khi thực hiện chăm sóc chân.*
- Describe a callus softener and how it is best used.
- *Mô tả chất làm mềm chai chân và làm thế nào nó được sử dụng tốt nhất.*
- Explain the differences between a basic pedicure and a spa pedicure.
- *Giải thích sự khác nhau giữa chăm sóc chân cơ bản và chăm sóc chân tại spa.*
- Describe reflexology and its use in pedicuring.
- *Mô tả bấm huyệt và việc sử dụng nó trong chăm sóc chân.*
- Know why consistent cleaning and disinfection of pedicure baths must be performed.
- *Nhận biết tại sao làm sạch thích hợp và khử trùng bồn ngâm chân phải được thực hiện.*



Objectives, cont'd. (*Các mục tiêu, tiếp*)

- Know and describe the steps involved in the proper cleaning and disinfecting of whirlpool foot spas and air-jet basins.
- *Nhận biết và mô tả các bước liên quan đến vệ sinh thích hợp và khử trùng các bồn chân spa xoáy nước và bồn ngâm đánh nước.*
- List and perform the steps in the pedicure pre-service procedure.
- *Liệt kê và thực hiện các bước trong quy trình tiền dịch vụ sẵn sóc chân.*
- Describe the proper tool and technique to use to reduce the instance of an ingrown toenail.
- *Mô tả các công cụ và kỹ thuật thích hợp sử dụng để làm giảm trong trường hợp móng chân mọc vào trong.*
- Demonstrate the proper procedures for a basic pedicure.
- *Giải thích các quy trình thích hợp cho sẵn sóc chân cơ bản.*
- Demonstrate a foot and leg massage.
- *Giải thích mát xa bàn chân và cẳng chân.*



Pedicuring (*săn sóc chân*)

Cosmetic services performed on the feet by a licensed nail technician or cosmetologist that include trimming, shaping, and polishing toenails, exfoliating skin, and massaging the feet and legs.

Dịch vụ thẩm mỹ được thực hiện trên bàn chân bởi một thợ làm móng có giấy phép hoặc một chuyên gia thẩm mỹ bao gồm cắt tỉa, tạo hình, và sơn móng chân, tẩy tế bào da chết và xoa bóp bàn chân và cẳng chân.



Pedicuring Tool Categories

(*Các loại công cụ sắc sóc chân*)

- Equipment: permanent tools that are not implements
- *Thiết bị: những dụng cụ cố định mà không phải là đồ nghề*
- Implements: used to perform services
- *Đồ nghề: được sử dụng để thực hiện các dịch vụ*
- Materials: disposable supplies
- *Vật liệu: các vật dụng xài một lần*
- Pedicure products: cosmetic products used during services
- *Các sản phẩm sắc sóc chân: các sản phẩm mỹ phẩm được sử dụng trong các dịch vụ*



Equipment (*thiết bị*)

- Pedicure station (*chỗ sẵn sóc chân*)
- Pedicure stool and footrest (*ghế cho thợ và chỗ gác chân*)



© European Touch.



© European Touch.



© European Touch.

Equipment, cont'd. (*thiết bị, tiếp*)

- Pedicure footbath (*bồn ngâm chân*)
- Pedicure carts (*xe đẩy làm móng chân*)
- Electric foot mitts (*bao chân điện*)
- Terrycloth mitts (*bao chân vải*)
- Paraffin bath (*bồn paraffin*)



© European Touch.



© European Touch.



Implements (*Đồ nghề*)

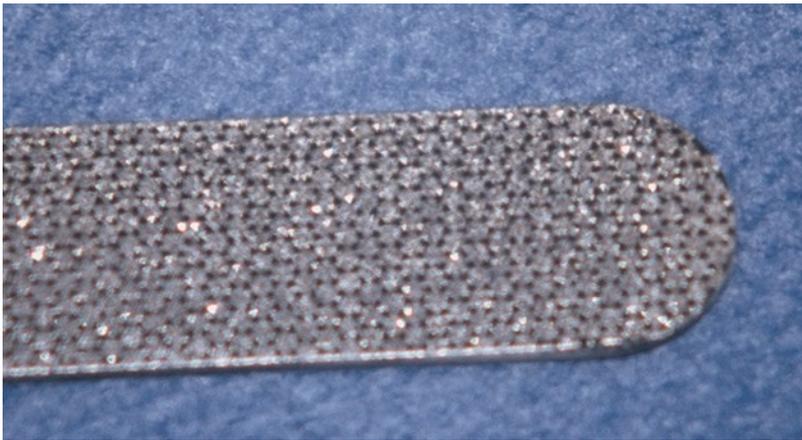
- Toenail clippers (*bấm móng chân*)
- Currettes (*thìa nạo*)
- Nail rasp (*giũa móng 1 chiều*)





Implements, cont'd. (*Đồ nghề, tiếp*)

- Pedicure nail files (*Giũa móng chân*)
- Foot files or paddles (*Giũa chai chân*)
- Nippers (*Kìm cắt*)





Materials (*Vật liệu*)

- Toe separators
- *Dụng cụ tách chân*
- Pedicure slippers (*dép lê*)
- Gloves (*găng tay*)





Professional Pedicure Cosmetics (*Mỹ phẩm chăm sóc chân chuyên nghiệp*)

- Foot soaks (*chất ngâm chân*)
- Exfoliating scrubs (*chất chà xát chân*)
- Masks (*mặt nạ*)
- Foot lotions or creams (*nước thơm và kem dưỡng cho chân*)
- Callus softeners (*chất làm mềm chai chân*)



About Pedicures

(*Xung quanh việc săn sóc chân*)

- Choosing products (*lựa chọn các sản phẩm*)
- Service menu (*bảng kê dịch vụ*)
- Interaction during service (*sự tương tác trong khi thực hiện dịch vụ*)
- Scheduling (*hẹn lịch*)
- Series pedicures (*các chuỗi săn sóc chân*)
- Spa pedicure (*săn sóc chân tại spa*)



More About Pedicures

(*Xung quanh việc chăm sóc chân*)

- Elderly clients (*khách hàng lớn tuổi*)
- Pedicure pricing (*giá chăm sóc chân*)
- Pedicure massage (*mát xa chăm sóc chân*)
- Reflexology (*bấm huyệt*)
- Ergonomics (*tư thế ngồi*)
- Three-part procedure (*quy trình ba phần*)
 - Pre-service, service procedure, post-service
 - *Tiền dịch vụ, dịch vụ, hậu dịch vụ*





Disinfection (*Khử trùng*)

- Whirlpool foot spas (*bồn chân spa xoáy nước*)
- Pipeless foot spas (*bồn chân spa không có đường ống*)
- Non-whirlpool foot basins (*bồn ngâm không xoáy nước*)



Pedicure Pre-Service

(Tiền dịch vụ sẵn sóc chân)

- Put on gloves. (*đeo găng tay*)
- Clean implements. (*làm sạch đồ nghề*)
- Rinse implements in water. (*rửa đồ nghề bằng nước*)
- Immerse implements in disinfectant solution.
- *Ngâm dụng cụ trong dung dịch khử trùng.*
- Wash hands with liquid soap.
- *Rửa tay với xà bông nước.*



Basic Table Setup

(*Xếp đặt bàn cơ bản*)

- Set up station. (*xếp đặt chỗ làm*)
- Set up work surface. (*xếp đặt bề mặt làm việc*)
- Arrange towels. (*sắp xếp khăn*)
- Fill disinfectant container. (*đổ đầy lọ đựng dung dịch khử trùng*)
- Place products and abrasives. (*xếp đặt các sản phẩm và giũa*)
- Place polishes. (*xếp đặt sơn móng*)
- Prepare for waste disposal. (*chuẩn bị cho xử lý chất thải*)
- Fill basin with soak solution. (*đổ đầy bồn ngâm chân bằng dung dịch*)



Greet Client (*Chào đón khách hàng*)

- Greet your client. (*chào đón khách hàng của bạn*)
- Escort client to pedicure area and seat comfortably.
- *Đưa khách hàng đến khu vực săn sóc chân và chỗ ngồi thoải mái.*
- Evaluate the feet. (*đánh giá bàn chân*)
- Perform consultation. (*thực hiện tư vấn*)



Pedicure Procedure

(*Quy trình chăm sóc chân*)

- Soak feet. (*ngâm chân*)
- Dry first foot thoroughly. (*làm khô chân đầu tiên kỹ lưỡng*)
- Remove polish. (*tẩy sơn*)
- Clip toenails. (*bấm móng chân*)
- Remove rough edges of free edge. (*loại bỏ lờm chớm ở đầu móng*)
- File nails. (*giũa móng*)
- Apply callus remover. (*sử dụng chất loại bỏ chai chân*)



Pedicure Procedure, cont'd.

(Quy trình chăm sóc chân, tiếp)

- Gently push back eponychium.
- *Nhẹ nhàng loại bỏ biểu bì mỏng.*
- Rinse foot and brush nails.
- *Rửa sạch chân và đánh móng.*
- Repeat steps 8 and 9 on opposite foot.
- *Lặp lại bước 8 và 9 vào chân còn lại.*
- Apply cuticle remover. (*sử dụng chất loại bỏ biểu bì*)
- Remove cuticle. (*tẩy biểu bì*)
- Use curette, if needed. (*sử dụng thìa nạo, nếu cần*)
- Brush nails. (*đánh móng*)



Pedicure Procedure, cont'd.

(Quy trình chăm sóc chân, tiếp)

- Apply lotion, cream, or oil. (*sử dụng nước thơm, kem dưỡng, hoặc dầu*)
- Massage first foot. (*mát xa chân thứ nhất*)
- Massage second foot. (*mát xa chân thứ hai*)
- (Video: Pedicure massage by M Kennedy, Loyalist College)
- Remove traces of lotion. (*loại bỏ các chất nước thơm*)
- Apply polish. (*quét sơn*)



Foot Massage (*mát xa chân*)



- Relaxation movement on joints.
- *Động tác thư giãn trên các khớp.*
- Effleurage on top of foot.
- *Xoa trên đầu của bàn chân.*
- Effleurage on the instep.
- *Xoa trên mu bàn chân.*
- Effleurage on the heel of foot.
- *Xoa trên gót chân của bàn chân.*
- Fist twist compression.



Foot Massage, cont'd.

(mát xa chân, tiếp)

- Effleurage on toes.
- *Xoa các ngón chân.*
- Joint movement for toes.
- *Động tác khớp cho các ngón chân.*
- Repeat all movements on other foot.
- *Lặp lại các động tác trên bàn chân còn lại.*
- Feather off.
- Effleurage on front of leg.
- *Xoa trên mặt trước của cẳng chân.*
- Effleurage on sides of leg.
- *Xoa trên cạnh của cẳng chân.*



Post-Procedure (*Hậu dịch vụ*)

- Advise client about proper foot care.
- *Tư vấn cho khách hàng về dịch vụ chăm sóc chân thích hợp.*
- Suggest products for home use.
- *Gợi ý sản phẩm để sử dụng tại nhà.*
- Escort client to front desk.
- *Đưa khách hàng ra quầy tính tiền.*
- Schedule next appointment. (*đặt hẹn tiếp theo*)
- Thank client. (*cảm ơn khách hàng*)
- Record service information. (*ghi lại thông tin về dịch vụ*)
- Clean workstation. (*dọn dẹp chỗ làm*)
- Disinfect implements and reset station.
- *Khử trùng đồ nghề và xếp đặt lại chỗ làm*



Summary and Review

(Tóm tắt và kiểm tra lại)

- Identify five pieces of equipment unique to pedicures.
- *Xác định năm loại thiết bị duy nhất cho săn sóc chân.*
- Identify three specialty materials used when performing pedicures.
- *Xác định ba vật liệu chuyên dùng khi thực săn sóc chân.*
- What is a callus softener, and how is it used?
- *Chất làm mềm chai chân là gì, và nó được sử dụng như thế nào?*
- What is the difference between a basic pedicure and a spa pedicure?
- *Sự khác nhau giữa săn sóc chân cơ bản và săn sóc chân tại spa là gì?*



Summary and Review, cont'd.

(Tóm tắt và kiểm tra lại, tiếp)

- What is reflexology, and how is it used in pedicuring?
- *Bấm huyệt là gì và nó được sử dụng trong săn sóc chân như thế nào?*
- Why are consistent cleaning and disinfection of pedicure baths so important?
- *Tại sao làm sạch thích hợp và khử trùng bồn ngâm chân lại rất quan trọng?*
- What are the steps in proper cleaning of whirlpool foot spas and air-jet basins?
- *Các bước vệ sinh thích hợp và khử trùng các bồn chân spa xoáy nước và bồn ngâm đánh nước là gì?*



- What are the steps in pedicure pre-service?
- *Các bước trong quy trình tiền dịch vụ sẵn sóc chân là gì?*
- What is the proper tool to reduce potential for ingrown toenails, and how is it used?
- *Công cụ thích hợp sử dụng để làm giảm trong trường hợp móng chân mọc vào trong là gì, và nó được sử dụng như thế nào?*



Summary and Review, cont'd.

- List and describe proper pedicure procedure steps.
- *Liệt kê và mô tả các quy trình thích hợp cho sãn sóc chân*
- List and explain how a foot and leg massage is accomplished.
- *Liệt kê và giải thích mát xa bàn chân và cẳng chân được thực hiện như thế nào?*



Congratulations!

You have completed one unit of study toward course completion.