**VÜCUT BAKIMI SORU BANKASI**

1. İğnesiz mezoterapi sistemi hakkında aşağıdaki bilgilerden hangisi doğrudur?
A) İğnesiz mezoterapide yalnızca, elektrik atımları yardımıyla, hücre zarının
geçirgenliğini değiştirmek anlamına gelen“elektroporasyon” tekniği kullanılır.
**B) İğnesiz mezoterapide elektroporasyon ve elektroforez teknikleri birlikte**
**kullanılır.**
C) İğnesiz mezoterapide yalnızca, bir sıvı içinde asılı duran yüklü katı taneciklerin,
uygulanan bir elektrik alanın etkisiyle hareket ettirilmesi anlamına gelen
“elektroforez” tekniği kullanılır.
D) İğnesiz mezoterapide yalnızca, bir sıvı içinde asılı duran yüklü katı taneciklerin,
uygulanan bir elektrik alanın etkisiyle hareket ettirilmesi anlamına gelen
“elektroporasyon” tekniği kullanılır.

2. Mezoterapinin selülitli dokuya etkisi aşağıdakilerden hangisidir?
A) Bölgesel kan akımını ve lenf akımını arttırır, kollajen yapımını uyarır.
B) Enjekte edilen ilaç kokteyli sayesinde, orta derinin üzerine hapsolmuş ve vücut
tarafından kullanılamayan yağ hücreleri, serbestleşip dolaşıma katılır ve enerji
olarak kullanılır.
C) Portakal kabuğu görüntüsünden sorumlu olan fibröz sert bağların kopmasına
neden olur.
**D) Hepsi**

3. Çatlak (stria) mezoterapisi hakkında aşağıdakilerden hangisi yanlıştır?
A) Çatlaklar henüz pembe-mor bir renkteyken mezoterapi ile azaltılabilir.
B) Hamilelik çatlakları doğumdan hemen sonra mezoterapi ile azaltılabilir.
**C) Sedefleşmiş çatlaklar mezoterapi ile tamamen tedavi edilebilir.**
D) Mezoterapi, uygun tıbbi ve kozmetik yöntemlerle desteklenirse daha başarılı
sonuçlar alınır.
4. Mezoterapi uygulamalarına destek kozmetik uygulamalara karar verirken
aşağıdakilerden hangisi göz önüne alınmalıdır?
A) Vücut analizi sonuçlarına göre tespit edilen sorun.
B) Uygulanan/ karar verilen kozmetik amaçlı tıbbi bakım yöntemine uygun
kozmetik bakım yöntemlerinin neler olduğu.
C) Müşterinin genel sağlığının ve cilt yapısının bu yöntemlerin uygulanmasına
uygun olup olmadığı.
**D) Yukarıdakilerin hepsi.**
5. Aşağıdakilerden hangisi karboksiterapinin etkilerinden değildir?
**A) Doku yenilenmesi azaltılır.**
B) Yağ eritici (lipolitik) etki oluşur.
C) Cilt altı mikrodolaşımda damar genişlemesi artar.
D) Bağ dokusunun ana elemanı olan kollajen ve elastin sentezi artar.
6. Aşağıdakilerden hangisi karboksiterapinin dermatolojideki kullanım alanlarındandır?
A) Psoriasis (sedef).
B) Diabete bağlı ülserler.
C) Varise bağlı ülserler.
**D) Hepsi.**
7. Aşağıdakilerden hangisi karboksiterapinin kozmetik amaçlı kullanım alanlarından biri
değildir?
**A) Mikro dolaşım bozukluğuna bağlı ülserler.**
B) Kırışıklık, deri sarkmaları ve elastikiyet kayıpları.
C) Vücut şekillendirme.
D) Deri çatlakları (stria).
8. “Bölgesel yağ fazlalıkları ve sellülit tedavisinde karboksiterapi,……………….. yöntemi
veya ……………………….yöntemiyle kombine edilerek çok daha iyi sonuçlar elde
edilebilmektedir.”
Yukarıdaki cümlede boş bırakılan yere gelmesi gereken en uygun terimler aşağıdakilerden
hangisidir?

**A) LPG, lenf drenaj**
B) lenf drenaj, solaryum
C) LPG, peeling
D) Lenf drenaj, peeling
9. Aşağıdakilerden hangisi Lipolizin temel etkilerindendir?
A) Yağ hücrelerindeki zarların geçirgenliklerini arttırmak.
B) Hücre içerisindeki yağı hücre dışına çıkarmak.
C) Yağ hücrelerini tamamen deforme edip ortadan kaldırmak.
**D) Yukarıdakilerin hepsi.**
10. Lipoliz yönteminin tartışmaya açık olan noktası aşağıdakilerden hangisidir?
A) Geçirgenliği artan hücre zarlarının eski hallerine nasıl döneceği.
**B) Eritilerek dolaşıma katılan yağların vücuttan nasıl atılacağı.**
C) Yöntemin maliyetinin çok yüksek olması.
D) Yöntemin diğer yöntemlerle birlikte kullanılamaması.
11. Lipoliz uygulamasının etkinliği daha da arttırmak ve hızlandırmak istenirse; aşağıdaki
uygulamalardan hangisiyle kombinasyon yapılamaz?
A) Karboksiterapi.
B) AHA ile derin soyma işlemleri.
**C) Mezoterapi.**
D) Manyetik alan tedavileri.
12. Aşağıdakilerden hangisi Lipoliz uygulamalarında destekleyici kozmetik
işlemlerdendir?
A) Pressoterapi
B) Vücut analizi.
C) Masaj.
**D) Hepsi.**
13. “Tek renkli, oldukça düz, yoğun, aynı fazlı paralel dalgalar halinde hareket eden çok
yüksek enerjili ışık demetine …………………. denir.”
Yukarıdaki cümlede boş bırakılan yere gelmesi gereken en uygun terim
aşağıdakilerden hangisidir?
A) Mezoterapi
B) Karboksiterapi
**C) Lazer**
D) Mezolift
14. Aşağıdakilerden hangisi Lazer ile normal ışık arasındaki farklar hakkında yanlış bir
bilgidir?
A) Normal ışık her tarafa yayılırken; lazer tek doğrultuda yayılır.
B) Normal ışığın dalgaları ışık kaynağından uzaklaştıkça düzensizleşirken; lazer
ışığının dalgaları çok uzaklara bile kaynaktan çıktığı gibi bir düzen içerisinde
gider.
C) Normal ışık tüm renklerin karışımından oluşurken; lazer ışığı hangi dalga
boyunda oluşturulmuşsa, o dalga boyuna ait renktedir veya renksizdir.
**D) Lazer ışığı insan cildinde yüzeysel seviyede kalırken; normal ışık insan cildini**
**geçerek daha derinlere ulaşabilmektedir.**
15. Aşağıdakilerden hangisi lazerin dermatolojideki uygulama alanlarındandır?
A) Deri hastalıkları ve deri yenileme
B) Damarsal ve pigmente lezyonlar
C) Kıl giderme
**D) Hepsi doğrudur.**
16. Aşağıdakilerden hangisi bir lazer ışını değildir?
**A) IPL**
B) Nd: YAG
C) Alexandrite
D) Diode
17. “Mezolifting” nedir
A) Mezoterapide kullanılan cihazın adıdır.
**B) Yüz mezoterapisidir.**
C) Selülit Mezoterapisidir.
D) Lifting araçlarından birinin adıdır.
18. Uygulanan kozmetik amaçlı tıbbi bakım yöntemine uygun destekleyici kozmetik
bakım yöntemlerinin neler olduğuna karar verirken aşağıdakilerden hangisi dikkate
alınmalıdır?
A) Vücut analizi sonuçlarına göre tespit edilen sorun.
B) Uygulanan/ karar verilen kozmetik amaçlı tıbbi bakım yöntemlerinin neler
olduğu.
C) Müşterinin genel sağlığının ve cilt yapısının bu yöntemlerin uygulanmasına
uygun olup olmadığı.
**D) Yukarıdakilerin hepsi.**
19. Aşağıdakilerden hangisi oksijenin yararlarından değildir?
A) Bağışıklık ve sinir sisteminin desteklenmesi
B) Saç güçlendirilmesi ve cilt bakımı
**C) Kandaki toksinlerin artması**
D) Hafıza gelişimi
20. Aşağıdakilerden hangisi vücutta oksijen eksikliğinde oluşabilecek rahatsızlıklardan
değildir?
A) Tüm vücutta güçsüzlük
B) Aşırı yorgunluk ve bitkinlik
**C) Karaciğer problemleri**
D) Davranış bozuklukları
21. Aşağıdakilerden hangisi oksijen ve besin yetersizliği sonucunda görülen
rahatsızlıklardan biri değildir?
**A) Cilt sağlıklı ve canlı bir görüm alır.**B) Cilt formunu ve sıkılığını kaybeder.
C) Cilt incelir, kurulaşır ve kırışır yaşlılık lekeleri meydana gelir.
D) Ciltte hücre bölünmesi önemli miktarda azalır.
22. Aşağıdakilerden hangisinde yaşlara göre cildin oksijenlenme seviyesi yanlış
verilmiştir?
**A) 20yaşında cilde ki oksijen seviyesi %100’dür.**
B) 20 yaşında ciltteki oksijen seviyesi %75’tir.
C) 40 yaşında ciltteki oksijen seviyesi %50’dir.
D) 30 yaşında ciltteki oksijen seviyesi %75’tir.
23. Uygulamada kullanılan oksijen basınç seviyesi ve aktif maddeler geniş kapsamlı
bilimsel dermatolojik testler sonucunda seçilmiştir. Aşağıdakilerden hangisi bu
uygulama sonucunda görülen etkilerden biri değildir?
A) Aktif maddelerin cildin derinliklerine kadar ulaştığı
B) Aktif maddelerin epidermisin tabakalarında biriktiği
C) Cildin olması gerektiği kadar aktif maddelerle doygunlaştığı
D) Aktif maddelerin subcutiste daha etkin olduğu
24. Aşağıdakilerden hangisi oksijen terapinin cilt ve vücut üzerindeki etkilerinden biri
değildir?
A) A, B ve C vitaminleri anti oksidan etkisini azaltır.
B) Cildin nem ihtiyacını karşılar.
C) Kırışıkları azaltır.
D) Oksijenin yağ yakıcı özelliğinden dolayı selülit bakımlarında da etkili bakımlar
sağlar.
25. Aşağıdakilerden hangisi aşamalı oksijen kürünün vücut üzerindeki etkilerinden biri
değildir?
A) Her türlü dolaşım bozukluğunun düzenlenmesi
B) Çeşitli akciğer ve bronsiyal hastalıklarda oksijen alımının en iyi şekilde
sağlanması
C) Kan basıncı ile ilgili düzensizliklerin giderilmesi
D) İç kulakta dengenin bozulması
26. Oksijen terapi hakkında aşağıda verilen bilgilerden hangisi yanlıştır?
A) Atrofik ciltlerin tedavisinde kesinlikle kullanılmaz.
B) Cilt yaşlanmasını önleme de kullanılır.
C) Cildin hastalık, doğum ve benzeri olaylar sonrası yeniden canlandırılmasında
kullanılır.
D) Hasırlı cildin yeniden kısa sürede canlandırılmasın da kullanılır.
27. Aşağıdakilerden hangisi oksijen terapi uygulamasının yasak olduğu durumlardan biri
değildir?
A) Yaşlılarda uygulanmaz.
B) Gençlerde uygulanmaz.
C) Obezlerde uygulanmaz.
D) Akut solunum rahatsızlığı olan kişilerde uygulanmaz.
28. Aşağıdakilerden hangisi oksijen terapi uygulamalarında dikkat edilecek noktalardan
biri değildir?
A) Alerjik cilt reaksiyonlarını engellemek için cilde uygun(anti alerjik) kozmetikler
kullanılmalıdır.
B) Uygulama bölgesinde asla sigara içilmemeli ve herhangi bir şey yakılmamalıdır.
C) Kapalı alanlarda aşırı oksijen bulunması yangın riskini arttırmaktadır.
D) Her uygulamada olduğu gibi müşteri kanı ile temas olunabilinir. Bir sakıncası
yoktur..
29. Aşağıdakilerden hangisi ozon terapinin cilt ve vücut üzerindeki etkilerinden biri
değildir?
A) Yorgunluğu giderir, stresi azaltır.
B) Kolajen ve elastin üretimini azaltır.
C) Yaşlanmayı geciktirir.
D) Kan dolaşımını hızlandırır.ulamada olduğu gibi müşteri kanı ile temas olunabilinir. Bir sakıncası
30. Aşağıdakilerden hangisi ozon terapinin kullanıldığı dört temel alandan birisi değildir?
A) Virüslerin sebep olduğu hastalıkların tedavisinde (karaciğer hastalıklarından
hepatitler, uçuklar, zonada) kullanılır.
B) Dolaşım bozuklukları ve geriatride kullanılır.
C) Akciğer rahatsızlıklarında solunum maskesi olarak kullanılır.
D) Zor iyileşen enfekte yaralarda ve enlamatuar hastalıklarda (bacaklardaki açık
yaralar, yanıklar mantar enfeksiyonlarında) kullanılır.
31. Aşağıdakilerden hangisi ozonun kullanıldığı yerlerden biri değildir?
A) Suların dezenfeksiyonunda kullanılır.
B) Tat ve koku gideriminde kullanılır.
C) Renk gideriminde kullanılır.
D) Hastalıkların tanısında kullanılır.
32. Aşağıdakilerden hangisi ozon terapi tedavi yöntemlerinden değildir?
A) Kupalama
B) Ozon sauna
C) Ozonlu kozmetikler
D) Solunum
33. Aşağıdakilerden hangisi ozon saunanın etkilerinden değildir?
A) Ozon sauna vücudun dış etkenlere karşı direncini azaltarak vücudu güçsüz bırakır.
B) Böbreklerin 24 saat boyunca çalışmasını gerektiren ağır metallerin boşaltım
işini terleme yoluyla ve metabolizmayı hızlandırarak yerine getirir.
C) Vücuttaki su ve toksin dengesini ayarlar.
D) Sağlığı kötü yönde tehdit eden yağlar, yağ asitleri, metobolik elementler ve
zararlı toksinlerin kalbe yüklenmeden vücuttan atılmasına yardımcı olur.
34. Aşağıdakilerden hangisi güzellik uzmanları tarafından doktor gözetiminde
uygulanabilen ozon terapi yöntemlerinden biridir?
A) Ozon sauna
B) Ozonlu su
C) Ozonlu yağ
D) Poşetleme
35. Güzellik uzmanları tarafından yapılabilecek kozmetik uygulamalar hakkında aşağıdaki
bilgilerden hangisi doğrudur?
A) Güzellik uzmanları derinin tüm tabakalarına işlem yapabilirler.
B) Güzellik uzmanları derinin hipodermis tabakasına işlem yapabilirler.
C) Güzellik uzmanları epidermisin canlı tabakalarına işlem yapabilirler.
D) Güzellik uzmanları epidermisin ölü tabakalarına işlem yapabilirler.
36. Aşağıdaki ifadelerden hangisi peeling işleminin amaçları arasında yer almaz?
A)Bölgesel incelme sağlamak B)Vücut cildini yenilemek
C)Çatlakları gidermek D)Lekeleri gidermek
37. Aşağıdakilerden hangisi peeling amacıyla yararlanılan doğal ürünlerden biri
değildir?
A) Bitkilerin kök, gövde, özüt, çekirdek, tane, yaprak ve yağları
B) Hayvansal yağlar
C) Mineral ve tuzlar
D) Meyve ve sebzeler
38. Aşağıdakilerden hangisi parafin uygulamasının yapılmaması gereken durumlardan
birisi değildir?
A) İltihaplı eklem romatizmalarının aktif dönemlerinde
B) Kortizon tedavisi görenlerde
C) İlerlemiş kılcal damar çatlamalarında
D) Varis şikayeti olanlarda
39. Isısını uzun süre devam ettirebilen bir madde olan parafin, uygulamalarda derinin
hangi özelliği nedeniyle tercih edilmektedir?
A) Deride D vitamini sentezi yapılır.
B) Deri, kendini yenileyebilen bir organdır.
C) Isıtılan deri, ısısını uzun süre koruyamaz.
D) Deri tabakalarında, çeşitli savunma hücreleri bulunur.
40. Parafin bakımı vücudun hangi kısımlarında bölgesel olarak uygulanır?
A) Selülitin portakal kabuğu görünümünde olduğu bölgelerde
B) Sarkık kol altlarında
C) Bacaklarda
D) Hepsi
41. Aşağıdakilerden hangisi yosunların özelliklerinden değildir?
A) Yosunlar, dünyamızın bilinen ilk canlı organizmalarıdır.
B) Tipik su bitkisi türlerindendir.
C) Tüm yosun türleri çok hücrelidir.
D) Diğer bitkilerin yosunların gelişmesinden meydana geldiği düşünülmektedir.
42. Aşağıdakilerden hangisi hedeflenen sonuca ne müşterinin vücut ve cilt durumuna göre
yosun uygulamaları ile kombine edilebilecek uygulamalardan değildir?
A)TCA peeling uygulamaları B)Vibrasyon masajı
C)Kızılötesi ışın uygulaması D)Isı sistemleri uygulamaları
43. Kil mineralleri estetik tıpta, kozmetik ürünlerde etken madde veya katkı maddesi
olarak hangi terapilerde kullanılmaz?
A) Jeoterapi B) Ozon terapi C) Paramud terapi D) Peloterapi
44. Aşağıdakilerden hangisi, kil minerallerinin güzellik sektöründeki kullanım
alanlarından biri değildir?
A) IPL Uygulamalarında B) Kozmetiklerde
C) Sterilizasyonda D) Terlemeyi önlemede





Formun Altı