1. Aşağıdakilerden hangisi vücut ağırlığının kişiden kişiye değişiklik göstermesindeki nedenlerden biri değildir?

A) Genetik yapı

B) Bireyin vücudunda enerji yakma hızı

C) Boy uzunluğu

D) Bireyin vücut bileşimi

2. Aşağıdakilerden hangisi obezitenin yol açtığı sorunlardandır?

A) İnsüline bağlı olmayan şeker hastalığı, mide bağırsak hastalıkları

B) Koroner kalp hastalığı, yüksek tansiyon, romatizma türleri

C) Bazı kanser türleri

D) Hepsi

3. Selülit analizinde işlemlerin doğru sıralaması aşağıdakilerden hangisidir?

A) Selülit oluşum bölgelerinin her birinde elle ve gözle teşhis yapılmalı, selülitin derecesi belirlenmeli ve çevre ölçümleri alınarak müşteri takip kartına kaydedilmelidir

B) Selülit oluşum bölgelerinin her birinde selülitin derecesi belirlenmeli, elle ve gözle teşhis yapılmalı, çevre ölçümleri alınarak müşteri takip kartına kaydedilmelidir

C) Selülit oluşum bölgelerinin her birinde selülitin derecesi belirlenmeli ve çevre ölçümleri alınarak elle ve gözle teşhis yapılmalı, müşteri takip kartına kaydedilmelidir

D) Selülit oluşum bölgelerinin her birinde ve çevre ölçümleri alınarak müşteri takip kartına kaydedilmeli, elle ve gözle teşhis yapılmalı, selülitin derecesi belirlenmelidir

4. Deri kıvrım kalınlığı ölçümü aşağıdaki durumlardan hangisinin belirlenmesi amacıyla yapılır?

A) Vücut yağ dağılımı B) Bel çevresi

C) Kalça çevresi D) Bel/ kalça oranı

5. Aşağıdaki tıbbi laboratuvar görüntüleme yöntemlerinden hangisi obezite tespitinde kullanılmaz?

A) Röntgen

B) Ultra-sonografi (USG)

C) Bilgisayarlı tomografi (CT)

D) Manyetik rezonans (MRI)

6. Aşağıdakilerden hangisi vücut ağırlığının doğru tartılması için en uygun şartlardandır?

A) Su kaybı veya su tutulmasına neden olan hiç bir etken yokken tartım yapılmalıdır

B) Tamamen dinlenmiş bir durumda tartım yapılmalıdır

C) Ayarları düzenli olarak kontrol edilen bir tartıyla tartım yapılmalıdır

D) Hepsi

7. Aşağıdakilerden hangisi çatlak tedavisinde kullanılan tıbbi yöntemlerden biri değildir?

A) Mezoterapi B) Lazer uygulaması

C) Bitkisel peeling D) Kozmetik ürünler

 8. Vücut analizi işleminde deri altı yağ kalınlığını belirlemek amacıyla özellikle spor, tıp ve beslenme uzmanlarınca yapılan antropometrik ölçüm yöntemi aşağıdakilerden hangisidir?

A) BKİ (beden kitle indeksi) (kg/m²)

B) Bel/kalça oranı

C) Deri kıvrım kalınlığı

D) Bel çevresi

9. Stria (çatlak) hakkında aşağıdakilerden hangisi yanlıştır?

A) Çatlak, dermiste başlayıp epidermise doğru gelişen bir deri bozukluğudur

B) Çatlak, epidermiste başlayıp dermise doğru gelişen bir deri bozukluğudur

C) Çatlak, derinin gerilme yönüne bağlı olarak dikey ya da yatay doğrultuda olabilir

D) Çatlak, son aşamada tam olarak giderilemeyen bir deri bozukluğudur

10. Aşağıdakilerden hangisi selülit tedavi yöntemlerinden biri değildir?

A) Elektrik akım sistemleriyle selülit tedavi yöntemleri

B) İlaçla selülit tedavi yöntemleri

C) Işınlar ve ses dalgalarıyla selülit tedavi yöntemleri

D) Cerrahi yöntemler

11. “Obezite” ile “aşırı kilo” kavramları hakkındaki en doğru açıklama aşağıdakilerden hangisidir?

A) Obezite, boyuna ve yaşına göre standarttan daha kilolu olanları; aşırı kilo ise aşırı vücut yağını belirtir

B) Aşırı kilo, boyuna ve yaşına göre standarttan daha kilolu olanları; obezite ise aşırı vücut yağını belirtir

C) Aşırı kilo ve obezite aynı anlama gelir

D) Obezite ile aşırı kilonun hiçbir ilgisi yoktur

12. Aşağıdakilerden hangisi selülitin oluşum ve ilerleme nedenlerden biri değildir?

A) Yeterli ve dengeli beslenme

B) Genetik nedenler

C) Metabolik nedenler

D) Yaşam alışkanlıklarından kaynaklanan nedenler

13. Aşağıdakilerden hangisinin selülit giderme aşamasında uygulanacak diyetten tamamen çıkarılması gerekir?

A) Gazlı ve kafeinli içecekler

B) Alkol ve sigara

C) Kızartmalar, hamur işleri ve şekerlemeler

D) Hepsi

14. Aşağıdakilerden hangisi selülit oluşumu içerisindeki elemanlardan biri değildir?

A) Dayanıklı hâle gelmiş bölmeli bir konjonktif doku

B) Su ve tuz molekülleri

C) Çizgili kas lifleri

D) Konjonktif doku içine hapsolmuş yağ hücreleri birikintileri

15. Aşağıdakilerden hangisi fiziksel aktivitenin artırılmasının obezite tedavisindeki olumlu etkilerinden biri değildir?

A) Enerji harcamasını artırarak negatif enerji dengesini sağlar

B) Vücuttaki çatlakların azalmasına neden olur

C) Vücut bileşimini etkiler, yağsız vücut ağırlığını artırır

D) Metabolik etkisi vardır, bazal metabolizma hızında artışa neden olur

16. Aşağıdakilerden hangisi çatlakların oluşumu sırasında deride meydana gelen değişikliklerden biri değildir?

A) Epidermiste kornea tabakasının kalınlığında artma

B) Dermiste elastin ve kollajen liflerinde değişim

C) Dermis hücrelerinde aşırı su tutulması

D) Pigment içeriğinde değişme (sedefleşme)

17. Vücut çatlaklarında kullanılan kozmetik ürünlerin içeriğinde aşağıdaki etken maddelerden hangisi bulunur?

A) Kollajen ve elastin B) Hiyalüronik asit

C) Vitaminler D) Hepsi

18. Aşağıdakilerden hangisi boy uzunluğunun doğru ölçülmesi için en uygun şartlardandır?

A) Ölçüm cihazlarının üzerinde durduğu zemin düz ve düzgün olmalıdır

B) Ölçüm sırasında müşterinin ayağında bir kullanımlık terlik olmalıdır

C) Ölçüm sırasında müşterinin dik ve serbest durması sağlanmalıdır

D) Hepsi

19. İnsan vücudunun ölçülerini konu edinen bilim dalı aşağıdakilerden hangisidir?

A) Anatomi B) Fizyoloji

C) Antropometri D) Antropoloji

20. Aşağıdaki şıklardan hangisinde vücutta çatlak oluşmasının nedenleri tam ve doğru olarak verilmiştir?

A) Genetik, biyolojik, hormonal ve mekanik nedenler

B) Genetik, biyolojik, psikolojik ve mekanik nedenler

C) Genetik, biyolojik ve çevresel nedenler

D) Biyolojik, çevresel ve mekanik nedenler

21. 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

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. 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

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 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

26. 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

27. 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

28. 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

29. Aşağıdakilerden hangisi güzellik uzmanları tarafından doktor gözetiminde uygulanabilen ozon terapi yöntemlerinden biridir?

A) Ozon sauna B) Ozonlu su

C) Ozonlu yağ D) Poşetleme

30. Aşağıdakilerden hangisi ozon terapi tedavi yöntemlerinden değildir?

A) Kupalama B) Ozon sauna

C) Ozonlu kozmetikler D) Solunum

31. Aşağıdakilerden hangisi oksijenin yararlarından değildir?

A) Bağışıklık ve sinir sisteminin desteklenmesi

B) Saç güçlendirilmesi ve cilt bakımı

C) Kandaki toksinlerin artması

D) Hafıza gelişimi

32. 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

33. Aşağıdakilerden hangisi vücutta oksijen eksikliğinde oluşabilecek rahatsızlıklardan değildir?

A) Tüm vücutta güçsüzlük

B) Aşırı yorgunluk ve bitkinlik

C) Karaciğer problemleri

D) Davranış bozuklukları

34. 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

35. 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

36. 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

 37. Aşağıdaki cümlelerde vakumlama ile vücut bakımına destek olarak kullanılan kozmetiklerin etkileri verilmiştir.

Uygun etken maddelerin isimleri hangi şıkta doğru olarak verilmiştir?

“Serbest radikallere karşı savaşan ve kolajen üretimini tetikleyen………………………”

“Anti-oksidatif etkisiyle serbest radikalleri etkisiz hâle getiren ayrıca nem tutma özelliğiyle tahrişlerde ve cilt kızarıklıklarında etkili olan ……………………”

“Selülit azaltıcı etkisiyle …………………”

“Yağın enerjiye dönüşmesindeki etkisiyle ……………………………”

“Selülit azaltıcı, cilt yenileyici ve toksin atıcı özellikleriyle …………………………”

A) Aslanpençesi özü, orkide özü, kafein, L-Carnitine, mineraller

B) Mineraller, aslanpençesi özü, orkide özü, kafein, L-Carnitine

C) L-Carnitine, aslanpençesi özü, orkide özü, kafein, mineraller

D) Aslanpençesi özü, orkide özü, kafein, mineraller, L-Carnitine

38. Aşağıdakilerden hangisi vakum yönteminde cilt üzerinden negatif basınç uygulandığında, vücut doku ve sistemlerinde oluşan değişikliklerden değildir?

A) Dokuların oksijenlenmesi azalır

B) Dokuların arasında sıkışmış olan sıvı serbest hâle gelir ve dolaşıma katılır

C) Kan ve lenf dolaşımı hızlanır

D) Mevcut fibröz doku, sertlik, ödem ve tıkanmalar çözülür

39. Aşağıdakilerden hangisi deri ve deri altı dokularda dolaşımı daha iyi hâle getirmek, dolaşım bozukluğu sonucunda oluşan yavaşlama ve tıkanmaları hafifletmek veya gidermek amacıyla vücuttaki lenf noktalarına çeşitli basınç sistemleriyle ayak tabanından göğüs altına kadar basınçlı uyarıların yapıldığı uygulamalardır?

A) Vakum ile vücut bakımı

B) Selülit giderme bakımı

C) Basınç ile vücut bakımı

D) Çatlak giderme bakımı

40. Aşağıdakilerden hangisi, pressoterapi bakım programı boyunca müşteriye hatırlatılması gereken bir öneri değildir?

A) Günlük su alımını 5-8 bardak daha arttırması

B) Uzman kontrolünde dengeli bir diyet ve egzersiz programı uygulaması

C) Seanslara aşırı tok gelmemesi

D) Uygulama basıncının müşterinin kan basıncından düşük olması gerektiğidir

41. Vakumlama ile vücut bakımı uygulamalarının seanslarının düzenlenmesinde aşağıdakilerden hangisi yanlıştır?

A) Seanslar pazartesi- çarşamba- cuma günlerine düzenlenebilir

B) Seanslar cumartesi- pazartesi- cuma günlerine düzenlenebilir

C) Seanslar pazartesi- salı- cuma- pazar günlerine düzenlenebilir

D) Seanslar salı- perşembe- cumartesi günlerine düzenlenebilir

42. “Vakumlama ile vücut bakımı uygulamaya, cihaz kullanım kılavuzunda başka şekilde belirtilmemişse sorun tespit edilen bölgenin ………………… veya ………………… bulunduğu yerlerden başlayınız.”

Yukarıdaki cümlede boş bırakılan yere uygun ifadeler, aşağıdaki şıklardan hangisinde tam ve doğru olarak verilmiştir?

A) Lenf bezlerinin, düğümlerinin

B) Atardamarının, toplardamarının

C) Sinir uçlarının, yağlarının

D) Selülitlerinin

43. Vakum yönteminde, deri altı dokulardan hangisi veya hangileri negatif basınçtan etkilenir?

A) Adipoz (yağ) doku B) Hücreler arası sıvı

C) Kas dokusu D) Hepsi

44. Aşağıdakilerden hangisi vakum yönteminin kullanım amaçlarından değildir?

A) Vücudu sıkılaştırmak

B) Selülit gidermek

C) Çatlak tedavisi yapmak

D) Vücudunbiçimlendirilmesine katkıda bulunmak ve biçimini korumak

45. “Dokulardan serbestleşen yağın daha etkili bir şekilde kanla taşınabilmesi için kanın akışkanlığının ve hacminin artırılması büyük önem taşımaktadır.Bunun olabilmesi için de mutlaka tüm selülit veya zayıflama tedavi programları süresince ……………………………………………… ve ………………………… gereklili ği ortaya çıkmaktadır.”

Yukarıdaki cümlede boş bırakılan yere gelmesi gereken en uygun terimler aşağıdakilerden hangisidir?

A) Pressoterapinin, yüksek basınçla yapılmasının

B) Vakumterapinin, karboksiterapinin

C) Bol su içilmesinin, egzersizin

D) Doktor kontrolünün, kan tahlilinin

46. Pressoterapinin vücuda etkileri, aşağıdaki şıklardan hangisinde tam ve doğru olarak verilmiştir?

A) Mekanik etki ve Refleksoterapik (nokta-basınç terapisi) etki

B) Mekanik etki ve elektriksel etki

C) Refleksoterapik (nokta-basınç terapisi) etki

D) Mekanik etki ve hidrostatik etki

47. “Deri ve deri altı dokuların hareketliliğini sağlamak ve bağ dokusunu yeniden yapılandırmak amacıyla deri üzerine uygulanan negatif basınç yardımıyla gerçekleştirilen uygulamalar, …………………………………………… olarak tanımlanabilir.”

A) Vakum tedavisi

B) Vakumlama ile vücut bakımı

C) Vakum cihazı

D) Vücut bakımı

48. Vakumlama ile vücut bakımı uygulamasını tam ve doğru olarak yapabilmek için aşağıdakilerden hangisinden yararlanılmalıdır?

A) Vakumlama ile vücut bakımı modül kitapçığı

B) Anatomi ve Fizyoloji Modül Kitapçığı ve Anatomi Atlası

C) Vakum cihazı eğitim kitapçığı ve cihaz kullanım kılavuzu

D) Hepsi

 49. Basınç uygulanan deri ve deri altı dokularda oluşan aşağıdaki değişikliklerden hangisi, diğerlerinin nedeni olabilir?

A) Etraf dokulardaki blokaj (duraksama/yavaşlama) sırasında oluşan, metabolik artıklar, vücuttan uzaklaştırılır

B) Selülit tedavisi yanında, selülitlerin oluşumu-gelişimi engellenir

C) Ödem ve selülitin giderilmesi ile vücutta şekil bozuklukları düzelir, estetik görünüme kavuşulur

D) Vücuttaki lenfatik ve toplardamar (venöz) dolaşımı hızlanarak damarlar arasında biriken sıvı dolaşıma katılır

50. Aşağıdakilerden hangisi vücuda basınç uygulama yöntemlerinden değildir?

A) Sıvı ile basınç (Hidroterapi) uygulama yöntemi

B) Ultrasound ile basınç uygulama yöntemi

C) Hava ile basınç uygulama yöntemi

D) Sargılama (body wrap) ile basınç uygulama yöntemi

51. Aşağıdakilerden hangisi elektrostimülasyon (pasif jimnastik) cihazlarında, elektrik akımının deriye iletilmesini kolaylaştırmak için kullanılmaz?

A) Bir kullanımlık pamuklu ped

B) Ekg jeli

C) Islak sünger

D) Dezenfektan

52. Sabit elektrotlar yardımıyla elektro lifting uygulamasında süre neye göre ayarlanır?

A) Cilt yapısına

B) Kas gruplarına

C) Duyu duyarlılığına

D) Yağ dokusunun kalınlığına

53. Aşağıdakilerden hangisi, ciltte yanık oluşmasını önlemede dikkat edilecek hususlardan biri değildir?

A) Elektrot geçirgenliği

B) Deri direnci

C) + ve \_ kutuplaşmanın bozulmas

D) Uygulanan akım türü

54. Aşağıdakilerden hangisi alternatif akımın etkilerinden biridir?

A) Cildi gençleştirir

B) Dokular arasında yerleşmiş yağları harekete geçirir

C) Metabolizmayı düzenler

D) Bağışıklığı artırır

55. Aşağıdakilerden hangisi vücut bakımında iyontoforez kulanım amaçlarından biri olamaz?

A) Cilt hassasiyetini giderme

B) Kolajen yapıyı sıkılaştırma

C) Cildi tonuslama

D) Detoks (toksinlerden arındırma)

56. Vücut bakımında, ……………… yardımıyla epidermisin birikimlerden arındırılması, özel kozmetiklerin yağ dokusuna ulaştırılması ve yağ hücrelerinin küçültülmesi amacıyla yapılan işlemlere “ultrasound ile vücut bakımı” denir.”

A) Ses dalgaları B) Yüksek frekans

C) Radyo frekans D) Elektrik enerjisi

57. Aşağıdakilerden hangisi galvanik akımın etkilerinden değildir?

A) Savunma sisteminin kuvvetlendirir

B) İdrara çıkmanın (su atımı) artar

C) Kas sistemi üzerinde izotonik etki sağlar

D) Dokuların pH’ını dengeler

58. Elektrik akımının biyolojik dokular üzerindeki etkileri hakkında aşağıdakilerden hangisi yanlış olarak verilmiştir?

A) Elektronlar, iletkenler üzerinden daha kolaylıkla hareket etmektedir

B) Deri ve yağ dokusu iyi yalıtkan özelliktedir

C) Biyolojik dokularda kaslar ve sinirler iyi iletken özelliktedir

D) Doğru dokudan cevap almak için tekniğin ve ayarların önemi yoktur

59. "Vücut ve cilt bakımında elektrik akımı yardımıyla iyonize olabilen kozmetiklerin, cildin alt katmanlarına ve hücrelere nüfuz ettirilmesi ve kasların uyarılarak gerginlik ve esneklik kapasitesini arttırma işlemleri ………………… yöntemleri olarak bilinmektedir."

A) Lenf drenajı B) Pasif jimnastik

C) Elektrolifting D) Elektrostimülasyon

60. Aşağıdakilerden hangisi hareketli elektrotlar kullanılarak uygulanan elektrolifting uygulamalarının özelliklerinden değildir?

A) Sadece bipolar uygulamalar yapılabilir

B) Göğüsler, üst kollar ve iç bacaklar, diz içi gibi sınırlı bölgelere uygulanır

C) Kaslar tek tek uyarılarak toparlanmalarına yardımcı olunur

D) Daha çok cilt sıkılaştırma ve toparlama amacıyla uygulanır

61. Aşağıdakilerden hangisinde elektrostimülasyon uygulama sıklığı ve seans sayısı tam ve doğru olarak verilmiştir?

A) Haftada 2-3 kez 15-20 seans

B) Haftada 2 kez 10-25 seans

C) Haftada 3 kez 10-12 seans

D) Haftada 1 kez 15-20 seans

62. Elektrolifting uygulamaları ile ilgili aşağıda verilen bilgilerden hangisi yanlıştır?

A) Yüksek frekanslı akımlar kullanılır

B) Sabit elektrotlar kullanılarak uygulanır

C) Hareketli elektrotlar kullanılarak uygulanır

D) Alçak frekanslı akımlar kullanılır

63. "Eletrolifting yöntemi ile ilgili aşağda verilen bilgilerden hangisi yanlıştır?

A) Haftada 2 veya 3 defa uygulanır

B) En az birer gün arayla uygulanmalıdır

C) Cildin durumuna göre 12- 15 seanslık bir kür olarak uygulanır

D) Her gün uygulanabilir

64. Aşağıdakilerden hangisi ultrasound uygulamasının sakıncalı olduğu durumlardan değildir?

A) 12 yaş altındakiler B) Şeker hastaları

C) Alkolü kişiler D) Kalp pili bulunanlar

 65. Aşağıda verilen bilgilerden hangisi yanlıştır?

A) “Ultrasound' un yarattığı mikro masaj, dokuların sıkıştırılmasına, genişlemesine, hücre sürtünmesine ve defibroza neden olur.”

B) “Ultrases dalgası, seçilen vücut bölgesinde özel olarak yağ hücrelerine ulaşıncaya dek kan damarı, sinirler gibi çevre dokulara zarar verir.”

C) “Vücudunda implant bulunanlara, plastik cerrahi uygulanmış olanlara doktora danışmadan ultrasound uygulaması yapılmamalıdır.”

D) “Ultrases tedavisi daha yoğun olarak karın, bel ve basen bölgelerine uygulanır.”

66. Aşağıdakilerden hangisi iyontoforez kullanımında azami akım şiddeti ayarlanırken göz önünde bulundurulması gereken hususlardan değildir?

A) Ürünün tipi

B) Kullanılacak olan elektrotların boyutu

C) Cilt yaşı

D) Müşterinin ağrı duyum eşiği

67. Aşağıdakilerden hangisi elektrolifting yönteminin uygulanmasının uygun olmadığı durumlardan biri değildir?

A) Enfeksiyonlar B) Regl dönemi

C) Hamilelik D) Duyu bozukluğu

68. “Vücut cildini ve cilt altı dokularını germek-tonlamak amacıyla elektrik akımları yardımıyla yapılan hareketlendirme yöntemi ............................olarak tanımlanabilir.”

A) Lifting B) Kaldırma

C) Yükseltme D) Elektrolifting

69. Aşağıdakilerden hangisi ultrasound’un vücut bakımındaki uygulama alanlarından değildir?

A) Phoresis (ürün yedirme)

B) Bölgesel inceltme

C) Görüntüleme

D) Selülit tedavisi

70. Aşağıda verilen bilgilerden hangisi doğrudur?

A) “Ultrasound işlemlerinde uygulama süresi kullanılan cihazın ve programın özelliğine göre 20 dk. ile 1.5 saat arasında değişir. ”

B) “Ultrasound uygulaması, haftada bir tekrar edilebilir ve genellikle 1-4 seans yeterlidir.”

C) “Müşterinin ultrasound işlemi öncesinde 3 saat aç kalması gerekir.”

D) Ultrases dalgası, seçilen vücut bölgesinde özel olarak yağ hücrelerine ulaşıncaya dek kan damarı, sinirler gibi çevre dokulara zarar verir.”

71. “Özel bazı yosunların veya bunları içeren kozmetiklerin çeşitli yöntemlerle cildi,……………, ……………… ve …………………………………………… amacıyla vücuda uygulanmasına yosunla vücut bakımı denir.”

Yukarıdaki cümlede boş bırakılan yerlere gelmesi gereken ifadeler, aşağıdakilerden hangisidir?

A) Kılcal damar, varis ve telanjiektazi problemlerini gidererek iyileştirmek

B) Yenilemek, sıkılaştırmak ve metabolizmasını düzenlemek

C) Kasları, dokuları ve hücreleri mekanik yolla hareketlendirerek toparlamak

D) Lenf, toplardamar ve savunma sistemini uyararak yenilemek

72. Aşağıdakilerden hangisi, parafinin cilt üzerindeki etkilerinden değildir?

A) Kahverengi cilt lekelerinin oluşumunu engeller

B) Cildi besler, canlandırır

C) Vücuttaki toksinlerin ve ödemin dışarı atılmasına yardımcı olur

D) Cildin savunma hücrelerini harekete geçirir

73. 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

74. Peeling için profesyonel uygulamalarda kullanılan kozmetikler hangi formda üretilmemektedir?

A) Katı B) Krem C) Köpük D) Jel

75. 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

76. Parafin bakımı vücudun hangi kısımlarında bölgesel olarak uygulanır?

A) Selülitin portakal kabuğu görünümünde olduğu bölgelerde

B) Sarkık kol altlarında

C) Bacaklarda

D) Hepsi

77. “Tüm hidroksi asitlerin %........’den düşük konsantrasyonları güzellik uzmanları tarafından kullanılabilir.”

Yukarıdaki cümlede boş bırakılan yerlere getirilecek bilgilerin bulunduğu seçeneği işaretleyiniz.

A) 20 B) 15 C) 35 D) 40

78. 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

79. Aşağıdakilerden hangisi derin peeling işlemlerinde doktorlar tarafından kullanılan kuvvetli bir asittir?

A) AHA B) TCA C) BHA D) PHA

 80. “Bu ürünlerin etken maddeleri, lipozom ve benzeri taşıyıcı sistemlerle değil, doğal bir yapı olan enzimlerle cilt katmanlarına taşınır.”

Bu cümlede bahsedilen peeling çeşidi aşağıdakilerden hangisidir?

A) Asit Peeling B) Granüllü peeling

C) Enzim peeling D) Mekanik peeling

81. Yosun uygulamalarında, vücudun hangi bölgelerinde bulunan lenf düğüm ve bezlerini sıkıştırmamak için bu bölgelerde bandajları daha gevşek sarmak gerekir?

A) Diz arkası B) Kasıklar

C) Koltuk altı D) Hepsi

82. Aşağıdakilerden hangisi, kil minerallerinin güzellik sektöründeki kullanım alanlarından biri değildir?

A) IPL uygulamalarında B) Kozmetiklerde

C) Sterilizasyonda D) Terlemeyi önlemede

83. Aşağıdakilerden hangisi, doğal beyaz kilin vücut cildine etkilerinden değildir?

A) Cildi besleyici

B) Güneş vb. cilt lekelerinde ton açıcı

C) Kılcal damar daraltıcı

D) Yağlanmayı dengeleyici

84. 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

85. Aşağıdakilerden hangisi, doğal yeşil kilin vücut cildine etkilerindendir?

A) Derin temizleyici

B) Cilt tazeleyici

C) Cilt deformasyonlarında, sarkmalarında gerdirici

D) Hepsi

86. Peeling işlemi sırasında allerjik reaksiyonla karşılaşmamak için aşağıdaki önlemlerden hangisi alınmalıdır?

A) Patentli ve son kullanma tarihi geçmemiş ürünler kullanılmalıdır

B) Uygulama öncesinde alerji testi yapılmalıdır

C) Uygulamalarda ürün kullanım kılavuzuna uygun hareket edilmelidir

D) Hepsi

87. 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

88. “Bu uygulamada daha az işlem görmüş yosunlar kullanılmaktadır.Bu nedenle etken maddelerinin vücuda nüfüz ettirilebilmesi için vücudun dışarıdan ısıtılması ya da ortamla ısı alışverişinin engellenmesi gerekir.”

Yukarıda anlatılan yosun uygulama yöntemi aşağıdakilerden hangisidir?

A) Sargılama yöntemiyle uygulama

B) Maske yöntemiyle uygulama

C) Masaj yöntemiyle uygulama

D) Soğutma yöntemiyle uygulama

89. Aşağıdakilerden hangisi su yosunlarının dünyamıza ve canlılara sağladığı yararlardan birisidir?

A) Yosunlar, tüm dünyanın ihtiyacı olan foto sentetik karbon ihtiyacının üçte ikisini üretir

B) Sularda yosunlar tarafından gerçekleştirilen fotosentez canlılara oksijen sağlar

C) Bazı yosun türleri gıda olarak tüketilmektedir

D) Hepsi

90. “Parafinle vücut bakımı”, parafinin deri üzerinde oluşturduğu hangi etki sayesinde hücre seviyesindeki dolaşımı artırarak dokuların kendini yenilemesini, toksinleri atmasını veya kullanılan kozmetik ürünlerin etken maddelerinin deriye emilimini sağlamaktadır?

A) Isı yalıtımı sayesinde

B) Kozmetik etken maddeler sayesinde

C) Uygulamada kullanılan doğal ürünler sayesinde

D) Hepsi