

PLEASE NOTE! THIS IS PARALLEL PUBLISHED VERSION OF THE ORIGINAL ARTICLE

To cite this Article: Aalto-Korte, K. ; Laitinen, J. ; Pesonen, M. ; Takala, E-P. ; Kurimo, R. & Poutanen, M. (2016)
Työterveyttä kosmetologeille. KosmetologiSKY 4, 56-59.



TYÖTERVEYTTÄ KOSMETOLOGEILLE

Laurea Ammattikorkeakoulun lehtorit ja Työterveyslaitoksen asiantuntijat toteuttivat Opetushallituksen rahoituksella hius- ja kauneudenhoitoalan ammattiopettajien 'Hius- ja kauneudenhoitoalan terveyshaittojen ehkäisy' (HIKAT) täydennyskoulutuksen.

Teksti Artikkelin kirjoittamiseen osallistuivat Kristiina Aalto-Korte, Jaana Laitinen, Maria Pesonen ja Esa-Pekka Takala / Työterveyslaitos sekä Ritva Kurimo ja Marjo Poutanen / Laurea-ammattikorkeakoulu
| Kuvat Ilpo Vuorivirta / Laurea-ammattikorkeakoulu, Shutterstock

Kampaajilla ja kosmetologeilla on paljon työhön liittyviä ihon ja tuki- ja liikuntaelimestön ongelmia, joiden ennaltaehkäisy on hyvä oppia jo ammattia opiskellessa. Kampaajista ja kosmetologeista iso osa toimii yrittäjinä, jolloin he joutuvat vastaamaan paitsi omasta myös työntekijöitensä työkyvystä.

Työturvallisuusasiat ovat sen vuoksi tärkeitä hallita. Ergonomian huomioiminen työtilojen suunnittelussa, kalusteiden ja työvälineiden hankinnassa, työtapojen valinnassa ja töiden järjestelyssä vähentävät työstä aiheutuvia ongelmia.

Työkykyä voi ylläpitää myös hyvillä elämäntavoilla ja edistämällä omaa ja työyhteisön hyvinvointia.

Kampaajat ja kosmetologit tarvitsevat asiakastyössään tietoa kosmeettisten tuotteiden allergiaa aiheuttavista ainesosista, koska heidän täytyy löytää sopivat tuotteet myös allergioista ja iho-oireista kärsiville asiakkaille.

Kosmetologien työhön liittyvistä sairauksista on vähemmän tutkimustietoa, mutta myös tähän ammattiin liittyy korkea ammatti-ihotaudin riski. Akrylaattiyhdisteiden käyttö rakennekynsien teossa on

**TEHOKAS TAPA VÄLTÄÄ ONGELMIA
ON PYRKIÄ LÖYTÄMÄÄN
OIKEAT JA TURVALLISET TYÖTAVAT
JO OPISEKELUAIKANA.**

lisännyt allergioita ja nostanut ammattitautien määrää.

'Hius- ja kauneudenhoitoalan terveyshaittojen ehkäisy' (HIKAT) -hankkeessa (2015-2016) kehitettiin hius- ja kauneudenhoitoalan ammatillisten oppilaitosten opettajille täydennyskoulutus, jossa työterveyteen, työkykyyn ja työturvallisuuteen liittyvää materiaalia ja työkaluja liitettiin osaksi käytännön opetusta ammatillisissa oppilaitoksissa.

Koulutuksen sisällöt ja toteutus

Täydennyskoulutuksen suunnittelussa oli jo heti alkuvaiheessa mukana myös edustajia kuudesta ammatillisesta oppilaitoksesta Työterveyslaitoksen ja Laurea ammattikorkeakoulun edustajien lisäksi.

Koulutus sisälsi neljä moduulia, joista opintopisteitä kertyi yhteensä 20. Moduulit sisältöineen esitellään seuraavalla aukeamalla.

Koulutus toteutettiin pääosin verkkototeutuksena ja lisäksi oli kolme lähipäivää Laurea Tikkurilassa. Täydennyskoulutukseen osallistui 35 ammattiopettajaa eri puolilta Suomea, ja 25 heistä sai koulutuksen valmiiksi suunnitellun, varsin tiukan aikataulun puitteissa.

Ammattiopettajat saivat tehtäviä, jotka toteutettiin käytännön opetustyössä omien opiskelijoiden ja mahdollisuuksien mukaan myös omien kollegoiden kanssa.

Koulutuksessa annettiin materiaalia ja välineitä opetustyöhön. Opettajat myös kehittivät itse näitä välineitä, esimerkiksi työturvallisuuteen liittyviä tarkistuslistoja, ja kokeilivat niitä omassa työssään.

Koulutukseen osallistuvat opettajat koostivat koulutuksen ajan oppimispäiväkirjaa. Päiväkirjan muoto oli vapaa. Päiväkirjat ja lukuvuoden mittainen oppimispolku esiteltiin viimeisenä lähiopetuksen päivänä.

Monessa ammattikoulussa aiottiin jatkaa HIKAT-tehtävien käyttöä opetuksessa täydennyskoulutuksen jälkeenkin. Näin työturvallisuustieto siirtyisi valmistuvien opiskelijoiden mukana työelämään. Tehokas tapa välttää ongelmia on pyrkiä löytämään oikeat ja turvalliset työtavat jo opiskeluaikana.

Opetushallitus myönsi rahoituksen toisen asteen opettajien täydennyskoulutukseen huhtikuussa 2015 ja se tuli toteuttaa vuoden 2016 loppuun mennessä. Koulutus aloitettiin jo syksyllä 2015, mistä seurasi haastetta suunnitteluun ja toteutukseen, koska välissä oli kesätauko. Seuraavassa esitellään opetuskokonaisuuden tavoitteita, sisältöjä ja toteutustapoja moduuleittain.

**100% TURVALLISET,
LUONNOLLISET JA
LAADUKKAAT
RIPSIENPIDENNYKSET JA
VOLYYMIRIPSET**

by Jo Mouselli
**XTREME
LASHES**

**MARKKINOIDEN YKSITYISKOHTAISIMMAT
RIPSIENPIDENNYSKOULUTUKSET
JO 10 VUODEN AJAN**

Valitse liikkeesi ripsienpidennysmerkiksi **aito ammattilaismerkki** - Xtreme Lashes - joka on ollut puhtaasti suomalaisen maahantuojaan, A Class Beautyn edustuksessa ripsienpidennysalan suunnannäyttäjänä Suomessa jo vuodesta 2007 lähtien.

Xtreme Lashes -edustusta ei myönnetä kotihoitoliin joten valitsemalla Xtreme Lashesin tiedät, että kotiseutusi kotitekijät eivät tarjoa samaa kuin sinä virallisena kauneudenhoitoalan ammattilaisena.

WWW.XTREMELASHES.FI

**HALUAISITKO TÄYDELLISTEN
KULMAKARVOJEN TAITURIKSI?
Lue lisää: www.neyes.fi**

UUTTA SUOMESSA!

N|EYES
Brows

HydraFacial, Xtreme Lashes, iS Clinical, Pronails ja Castelbel-merkkien puhtaasti suomalainen, luotettava maahantuoja vuodesta 2007

A CLASS
Beauty

Piispanportti 5, Espoo
Puh. 0440 875 880
asiakaspalvelu@aclassbeauty.eu
www.aiclassbeauty.fi

Leading Beauty Brands

for Beauty Professionals

AIHEALUEIDEN ESITTELY

MODUULI 1

KOSMETIIKAN RAAKA-AINE-OSAAMINEN JA LAINSÄÄDÄNTÖ



Työympäristön turvallisuuden lisäämiseksi täydennyskoulutuksen tavoitteita olivat muun muassa, että koulutukseen osallistuva opettaja perehtyy kosmetiikkalainsäädäntöön käyttäjän ja kosmetiikan parissa työskentelevän näkökulmasta.

Tärkeää on, että hän osaa EU:n kosmetiikkalainsäädännön määräämät alalla toimijoiden vastuut ja tunnistaa kosmetiikkatuotteista erityisesti allergiaa aiheuttavia ainesosia ja niitä koskevia lainsäädännöllisiä määräyksiä. Tärkeää on myös, että hän osaa ohjata omia opiskelijoita lainsäädäntötiedon pariin ja tiedon päivittämiseen.

Opettaja ohjattiin myös havainnoimaan työympäristöään ja tarkastelemaan eri työvaihteita mikrobiologisen kontaminaation riski huomioiden. Täydennyskoulutustehtävissä heidän täytyi yhdessä opiskelijoidensa kanssa pilkkoa totutut työketjut osiin ja pohtia, täyttyvätkö puhtausvaatimukset läpi työketjun. On tärkeää, että opettajat tunnistavat mikrobiologian näkökulmasta työympäristön puhtauden merkityksen ja kosmetiikkatuotteiden säilymiseen vaikuttavat tekijät myös tuoteturvallisuuden varmistajina.

Moduuli sisälsi myös kokoavan raaka-aineisiin ja lainsäädäntöön liittyvän kehittämistehtävän. Koulutettava yhdessä työtovereidensa ja muiden koulutettavien kanssa käynnisti sähköisen tuotekäsikirjan suunnittelun kaikista koulullaan käytettävistä kosmeettisista valmisteista siten, että tiedoista löytyisi tuotteiden ainesosaluettelot. Luetteloista nostettaisiin esiin allergisoivimmat raaka-aineet ja raaka-aineiden lainsäädännölliset määräykset. Tämä käsikirja voisi olla käytössä myös opiskelijoilla.

MODUULI 2

IHOTAUDIT, ALLERGIAT JA HENGITYSTIESAIRAUDET



Moduulin 2 opetuksen ja oppimisen tavoitteeksi asetettiin se, että osallistuja tunnistaa tärkeimmät hius- ja kauneudenhoitoalan töissä esiintyvät ihon ja hengitysteiden terveysriskien aiheuttajat, tietää, millaisia terveysongelmia ne voivat aiheuttaa ja tuntee keinot terveysriskien hallintaan.

On tärkeää, että opettaja on motivoitunut toteuttamaan terveysriskien ennaltaehkäisyä omassa työssään ja välittämään tietoa riskien aiheuttajista ja suojautumiskeinoista opiskelijoilleen, kollegoilleen ja (työssä oppimisen) työpaikoille.

Opettaja kävi omien opiskelijoittensa kanssa läpi oman työympäristönsä eli koulun opetustilan ihon suojaamiseen liittyviä yksityiskohtia valmiin tarkistuslistan avulla ja muokkasi listasta omaan työympäristöön sopivan version. Tavoitteena oli kehittää työkalu, jonka avulla ihon suojaamiseen liittyvät asiat pysyvät kunnossa jatkossakin.

Suojakäsineiden riisuminen käsien ihoa likaamatta on vaikeaa. Demonstraatioiden avulla omille opiskelijoille opetettiin oikeaoppinen käsineiden riisuminen. 'Julisteet opetuksessa' -tehtävässä kehitettiin ihon suojaamisen tärkeistä muistuttava juliste omaan opetustilaan. 'Kohti uusia työtapoja' -tehtävässä osallistujat pohtivat sekä yksin että verkkokeskusteluissa ihon suojaamisen kannalta ongelmallisia työtapoja ja mahdollisuuksia muuttaa niitä omilla työpaikoillaan.

Hengitysteiden suojeleuosiassa tutustuttiin erityisesti suojautumiseen rakennekynsien valmistuksessa sekä Työterveyslaitoksen 'Töissä terveenä' -sivustoon, joka käsittelee allergisten sairauksien vaikutusta ammatin valintaan.

MODUULI 3

ERGONOMIA, TYÖSUOJELU JA TYÖTURVALLISUUS



Moduulin aihealueet olivat 1) Työsuojelun perusteet ja työturvallisuuslain velvoitteet, 2) Ergonomian yleiset periaatteet, 3) Työn analysointi ja kehittämiskohteiden valinta ja 4) Työn kehittämisen periaatteita.

Tavoitteena oli, että toisen asteen opiskelijoiden osaaminen ergonomiasta ja työturvallisuudesta omaan ammattiin kehittyi harjoittelemalla ko. asioita ammatillisessa koulutuksessa.

Ergonomian peruseriaatteena on työn ja ihmisen välisen vuorovaikutuksen kehittäminen. Aloitusluennoilla korostettiin, että työssä tulisi huomioida ihmisen ominaisuudet ja rajoitteet. Työn kehittämisessä tulisi arvioida työn kokonaisuutta, ei siis vain esimerkiksi yksittäisiä työasentoja tai työkalujen muotoilua.

Moduuli sisälsi materiaalia työturvallisuudesta ja ergonomiasta hius- ja kauneudenhoitoalalla. Lopullisessa materiaalikosteessa oli julkaisuja Työterveyslaitoksen, Työterveysrahaston, opetus- ja kulttuuriministeriön sekä EU:n ja USA:n työsuojelu- ja työterveysorganisaatioiden julkaisemia kirjallisia materiaaleja. Näiden avulla opiskelijoiden tuli koostaa kauneudenhoitoalalle sopiva työsuojelun ja ergonomian tarkistuslista ja sitten kokeilla sen käyttöä opetuksessaan.

Osallistujat kertoivat myös jakaneensa harjoitukset kollegoilleen ja pohtineensa niitä työympäristön turvallisuuteen liittyvissä keskusteluissa. Lupaavaksi kehittämällä oppimisen keinoksi osoittautui työtapa, jossa työturvallisuuden ja ergonomian opetus toteutettiin antamalla opettajien koota tarkistuslistoja tulevien työntekijöiden käytettäväksi.

MODUULI 4

TYÖKYKY, TYÖYHTEISÖN HYVINVOINTI, JAKSAMINEN JA TERVEELLISET ELÄMÄNTAVAT



Viimeisessä moduulissa olivat aiheena työkyky ja työssä jaksaminen. Keskeisinä sisältöinä olivat työkyvyn osa-alueiden tarkastelu ja oman ammatin työterveyden vaatimusten tunnistaminen. Tärkeänä tavoitteena oli myös löytää keinoja työkyvyn ylläpitoon ja ohjata myös omia opiskelijoita tunnistamaan ammatin vaatimuksia ja ohjata heitä löytämään keinoja edistää työterveyttä ja ylläpitää työkykyä.

Tavoitteena oli, että koulutukseen osallistuja tunnistaa työkyvyn osa-alueet sekä oman ammatin vaatimukset työkyvylle ja terveydelle. Koulutukseen osallistuja omaksuu keinoja edistää omaa työkykyä ja terveyttä ammatissaan. Tärkeänä tavoitteena oli, että koulutukseen osallistuva opettaja osaa opettaa vastaavat asiat opiskelijoilleen.

Moduulin tehtävissä opettajat toteuttivat ensin opetuksessaan työpajan 'Sytyttääkö', samalla lailla kuin se heille toteutettiin moduulin aloitaneessa lähipäivässä. Työpajan toteutusta arvioitiin ja kehitysideat kirjattiin ylös.

Opettajat arvioivat myös oppilaiden tiedontarpeita: miten hyvin he tunnistavat tulevan ammattinsa vaikutukset ja vaatimukset omalle työkyvyllään ja miltä osin osaaminen on hyvällä tasolla? Mitkä ovat keskeiset tavoitteet edistää työkyvyn osaamisen kehittämistä jatkossa?

Toisessa moduulin tehtävässä opettajat suunnittelivat kirjallisuuteen perehtyen kaksi opetustuokiota työkyvyn ylläpitämisestä. Kolmantena tehtävänä oli suunnitella opetustuokiota ensimmäisen tehtävän tulosten perusteella.



Koulutuksesta saatu palaute ja tähtäys tulevaan

Kaikista moduuleista tehtiin palautekysely e-lomakekyselynä. Moduuleista kysyttiin samat 11 kysymystä. Lisäksi oli mahdollista antaa sanallista palautetta. Sanallisista palautteista nousi esiin koulutuksen kehittämiskohteita seuraavaan toteutukseen. Palauteissa olleet muutamat huomautukset tiukasta aikataulusta ja verkkoalustaan liittyvistä hankaluuksista olivat ymmärrettäviä ja aiheellisia.

Palautteiden ja koulutuksen järjestäjien kokemuksen perusteella seuraava toteutus olisi hyvä suunnitella yksityiskohtaisesti selvästi aiemmin, koska silloin se mahdollistaisi opettajille oman työn suunnittelun omien opiskelijoiden tai kollegoiden kanssa paremmin.

Aikatauluun ja verkkoalustaan liittävää kritiikkiä lukuun ottamatta palaute oli muuten pääsääntöisesti hyvää. To-

teutuspäivässä lokakuussa 2015 mukana olivat ylilääkäri **Kristiina Aalto-Korte** (oikealla) ja apulaisylilääkäri **Maria Pesonen** (vasemmalla) Työterveyslaitokselta sekä lehtori **Ritva Kurimo** Laureasta.

toteutukseen kokonaisuutena, materiaaleihin, tehtäviin ja ohjaukseen oltiin hyvin tyytyväisiä. Toteuttajien näkökulmasta koulutus onnistui pääosin hyvin, kun otetaan huomioon koulutuksen laajuus ja lukuisten tehtävien toteuttaminen opettajien omissa opetusryhmissä käytännön koulutyössä.

HIKAT-koulutus halutaankin toistaa, koska kaikki halukkaat eivät mahduneet mukaan ensimmäiselle toteutukselle. ●

➔ [HIKAT-MATERIAALEJA NETISSÄ TTL.FI](https://www.ttl.fi)
VUODEN 2017 ALKUPUOLELLA

