



KỶ THI VIẾT QUỐC GIA VỀ  
MỸ DUNG HỌC

BẢN TIN DÀNH CHO THÍ SINH

Hãy thăm trang [www.nictesting.org](http://www.nictesting.org) để có bản tin mới nhất trước khi dự thi.

Kỳ thi Quốc gia về Mỹ dung học là kỳ thi cấp phép quốc gia về Mỹ dung học, do Hội đồng Liên Tiểu bang gồm các Hội đồng Mỹ dung học Tiểu bang (NIC) soạn và tổ chức. Bản tin dành cho Thí sinh này gồm có đại cương nội dung cần nắm được trong kỳ thi Quốc gia về Mỹ dung học của NIC, các câu hỏi và trả lời mẫu. Thời gian thi viết Mỹ dung học là 120 phút.

**CÁC KHÁI NIỆM KHOA HỌC**  
30 %

**Kiểm soát Truyền nhiễm**

- ◇ Vi sinh vật
  - Vi khuẩn
  - Virút
  - Ký sinh trùng
  - Miễn dịch
  - Phòng ngừa
- ◇ Các phương kiểm soát truyền nhiễm
  - Làm vệ sinh
  - Tẩy uế
  - Vô trùng hóa
- ◇ Quy định của liên bang
  - Nguyên tắc của OSHA
  - Tờ dữ liệu an toàn về chất liệu (MSDS)
  - Cơ quan bảo vệ môi trường (EPA)
  - Cục quản lý thực phẩm và dược phẩm (FDA)
  - Lưu ý chung

- ◇ Sơ cứu
  - Chảy ít máu
  - Bỏng nhẹ
  - Hơi sưng mắt

**Giải phẫu người**

- ◇ Tế bào
- ◇ Mô
- ◇ Cơ quan
  - Tim
  - Phổi
  - Da

**Sinh lý cơ bản (hệ cơ thể)**

- ◇ Hệ xương
  - Xương sọ
  - Xương mặt
  - Xương cổ
  - Xương vai
  - Xương bàn tay và cánh tay
  - Xương bàn chân và cẳng chân

- ◇ Hệ cơ
  - Cơ da đầu
  - Cơ nhai
  - Cơ miệng
  - Cơ mắt và mũi
  - Cơ bàn tay và cánh tay
  - Cơ bàn chân và cẳng chân
  - Cơ cổ
  - Cơ vai và lưng trên
- ◇ Các loại khớp nối
- ◇ Hệ tuần hoàn
  - Hệ mạch máu hoặc hệ tim mạch
  - Hệ mạch bạch huyết

- ◇ Hệ nội tiết
- ◇ Hệ hô hấp
- ◇ Hệ da
- ◇ Hệ thần kinh
- ◇ Hệ bài tiết

**Công thái học/Định vị cơ thể**

- Nguyên tắc cơ bản về hóa học**
- ◇ Vật chất
  - ◇ Độ pH
  - ◇ Dinh dưỡng
  - ◇ Dược phẩm
  - ◇ Hợp chất
  - ◇ Hỗn dược
  - ◇ Thành phần sản phẩm
  - ◇ Dẫn nhân sản phẩm
  - ◇ An toàn sản phẩm

**Các Nguyên lý Cơ sở của Điện**

- ◇ Dòng điện
- ◇ Điện trong khoa mỹ dung
  - Điện liệu pháp
  - Quang liệu pháp

**CHĂM SÓC VÀ CÁC DỊCH VỤ**  
VỀ TÓC  
40 %

**Môn học nghiên cứu về lông, tóc**

- ◇ Thuộc tính và cấu trúc của tóc và da đầu
  - Thân tóc
  - Gốc tóc
  - Sự hóa sừng
- ◇ Phân tích tóc và chất lượng tóc
  - Xốp
  - Đàn hồi
  - Kết cấu
  - Độ dày
- ◇ Các giai đoạn phát triển của tóc
- ◇ Rụng tóc
- ◇ Các điều kiện của da đầu và tóc
  - Rối loạn
  - Bệnh

**Quy trình quán khăn**

- ◇ Gọi đầu
- ◇ Cắt tóc
- ◇ Dịch vụ hóa chất
- ◇ Nhiệt

**Quy trình gọi đầu, bôi dầu xả, mát xa và chải tóc**

- ◇ Phân tích tóc
- ◇ Phân tích da đầu
- ◇ Gọi đầu
  - Lựa chọn sản phẩm
  - Quy trình
- ◇ Bôi dầu xả
  - Lựa chọn sản phẩm
  - Quy trình
- ◇ Điều trị da đầu
- ◇ Mát xa da đầu

**Nguyên lý Thiết kế Kiểu tóc**

- ◇ Các yếu tố của kiểu tóc
  - Dạng
  - Đường thẳng/hướng

- Dạng mọc
- Kết cấu
- Màu

- ◇ Nguyên tắc cân bằng và thiết kế
- ◇ Hình dạng khuôn mặt

**Quy trình cắt tóc**

- ◇ Tư vấn của khách hàng
  - Diện mạo mong muốn
  - Hình dạng khuôn mặt
  - Lối sống và/hoặc khí hậu
  - Phân tích tóc
- ◇ Nguyên tắc cắt tóc
  - Vùng đầu
  - Nâng hoặc chiếu
  - Đường thẳng và góc
  - Kiểm tra chéo
  - Kết cấu

**Dụng cụ và an toàn**

- Điện
- Thủ công
- ◇ Cắt tóc cơ bản
  - Kiểu cứng hoặc kéo cắt tóc cùn
  - Kiểu chia độ
  - Kiểu theo lớp
  - Kiểu kết hợp

**Quy trình tạo kiểu tóc**

- ◇ Tư vấn của khách hàng
- ◇ Tạo kiểu ướt
- ◇ Tạo kiểu bằng nhiệt
- ◇ Tắt tóc

**Tóc già, làm dày tóc hoặc nối tóc**

- ◇ Tư vấn của khách hàng
- ◇ Tóc già và làm dày tóc
  - Thành phần tóc già (ví dụ: tóc người hoặc tóc tổng hợp)
  - Cấu trúc tóc già (ví dụ: đội mũ và không đội mũ)
  - Chăm sóc tóc già

- ◇ Làm dày tóc và thêm tóc

**Tư vấn dịch vụ hóa chất**

- ◇ Phân tích tóc
- ◇ Phân tích da đầu

- ◇ Kiểm tra dị ứng bẩm sinh (áp da)
- ◇ Kiểm tra tóc sơ bộ
- ◇ Kết quả mong muốn

**Dịch vụ hóa chất**

- ◇ Tạo sóng bằng hóa chất
  - Độ cân bằng pH của tạo sóng hóa chất
  - Quy trình tạo sóng bằng hóa chất

- ◇ Chất duỗi tóc bằng hóa chất
  - Cân bằng độ pH của chất duỗi tóc bằng hóa chất
  - Quy trình duỗi tóc bằng hóa chất

**Quy trình nhuộm tóc**

- ◇ Quy luật màu sắc
- ◇ Loại màu tóc
  - Màu tóc tạm thời
  - Màu tóc bán và một phần vĩnh viễn
  - Vĩnh viễn
  - Chất nhuộm sáng

**Nhuộm tóc**

- Lăn đầu
- Nhuộm lại
- Sửa màu

**DỊCH VỤ CHĂM SÓC DA**  
15 %

**Mô học Da**

- ◇ Kết cấu da
  - Các lớp da
  - Thân kinh trên da
  - Các tuyến trên da
  - Các loại da
  - Màu da

**Tình trạng da**

- Rối loạn
- Bệnh

**Chức năng da**

**Tư vấn dịch vụ chăm sóc da**

- ◇ Phân tích da
- ◇ Tiền sử sức khỏe

**Quy trình quán khăn để thực hiện dịch vụ dành cho mặt**

**Quy trình nhổ lông mày tạm thời**

- ◇ Cạo
- ◇ Nhỏ
- ◇ Bôi sáp
- ◇ Làm rụng lông
- ◇ Se chỉ
- ◇ Phết đường

**Quy trình dành cho mặt**

- ◇ Dụng cụ chăm sóc da
  - Thiết bị
  - Dụng cụ
  - Sản phẩm và dụng cụ
- ◇ Điều trị mặt
  - Liệu pháp điện
  - Thao tác mát xa
  - Bôi ngoài da

**Trang điểm mặt**

- ◇ Lý thuyết về màu sắc trong trang điểm
- ◇ Quy trình bôi mỹ phẩm
  - Cơ bản
  - Chuyên môn
  - Sửa chữa
- ◇ Lông mi giả
  - Kiểm tra dị ứng bẩm sinh
  - Bôi
- ◇ Nhuộm lông mày và lông mi

**DỊCH VỤ CHĂM SÓC MÓNG**  
15 %

**Tư vấn dịch vụ chăm sóc móng**

**Cấu trúc móng**

- ◇ Thành phần móng
- ◇ Sự phát triển của móng
- ◇ Tình trạng móng
  - Rối loạn
  - Bệnh

**Quy trình cắt sửa móng tay và chăm sóc móng chân**

- ◇ Dụng cụ chăm sóc móng
  - Thiết bị
  - Dụng cụ
  - Sản phẩm và dụng cụ
- ◇ Các loại cắt sửa móng tay và chăm sóc móng chân
  - Cắt sửa móng tay và chăm sóc móng chân cơ bản
  - Cắt sửa móng tay và chăm sóc móng chân đặc biệt

**Quy trình mát xa**

- Mát xa bàn tay và cánh tay
- Mát xa bàn chân và cẳng chân
- ◇ Quy trình kiểm soát lây nhiễm cho bồn chăm sóc móng chân

**Chăm sóc móng tiên tiến**

- ◇ Quy trình tiên và hậu phục vụ
- ◇ Mẹo chăm sóc móng
- ◇ Bao móng và phủ móng
  - Acrylic
  - Gel
- ◇ Nghệ thuật vẽ móng

**CÁC CÂU HỎI MẪU**

Các câu hỏi mẫu sau đây giống như các câu trong đề Thi Viết Mỹ dung học của NIC. Mỗi câu có kèm theo bốn lựa chọn để trả lời. Chỉ có một lựa chọn đúng. Các câu trả lời đúng được liệt kê sau phần câu hỏi mẫu.

1. Mỹ phẩm lỏng thường có chất gì sau đây?
  - a. Màu kim loại
  - b. Màu hỗn hợp
  - c. Màu thực vật
  - d. Màu ôxy hóa
2. Nên bôi gì sau đây lên da sau khi tẩy mụn đầu trắng?
  - a. Chất ăn da
  - b. Chất khử mùi
  - c. Chất khử trùng
  - d. Kem tẩy trắng
3. Lược và bàn chải trước khi tẩy trùng cần được
  - a. lau bằng khăn
  - b. lau bằng giấy vệ sinh
  - c. rửa nước lạnh.
  - d. rửa bằng xà phòng và nước ấm.
4. Quá trình làm thon và móng bằng kéo gọi là gì?
  - a. Xén
  - b. Tia
  - c. Cắt bằng dao cạo
  - d. Cắt lợp
5. Chất duỗi tóc hóa học khiến cho tóc
  - a. Ngừng mọc.
  - b. Cứng.
  - c. Tạo gợn sóng mới.
  - d. Mềm và phồng lên.
6. Khi nào cần thử khuynh hướng gen?
  - a. Khi da đầu bị rách.
  - b. Trước khi dùng ôxy già.
  - c. Trước khi dùng màu ôxy hóa.
  - d. Trước khi dùng màu thực vật.

7. Móng mọc từ phần nào?
  - a. Nếp móng.
  - b. Gốc móng
  - c. Liềm móng
  - d. Biểu bì.

8. Chức năng của chất nhờn là gì?
  - a. Làm khô da.
  - b. Làm cứng da.
  - c. Làm sạch da.
  - d. Làm trơn da

9. Tẩy trùng là quá trình
  - a. Giữ vi khuẩn sống.
  - b. Khử mùi khó chịu.
  - c. Chỉ diệt các vi sinh vật có ích.
  - d. Diệt cả vi khuẩn có ích và có hại.

10. Khăn mới giặt là nên để ở đâu?
  - a. Trên giá sạch
  - b. Ở chỗ nào thuận tiện.
  - c. Trong tủ hoặc ngăn kéo đóng kín.
  - d. Chồng ngăn nắp cạnh chậu gội đầu.

**Trả lời**

1. d 4. b 7. b 10. c
2. c 5. d 8. d
3. d 6. c 9. d

**HÃY THĂM TRANG**  
[www.nictesting.org](http://www.nictesting.org)  
**ĐỀ TẬP LÀM BÀI KIỂM TRA TRỰC TUYẾN MỸ DUNG HỌC THEO BÀI CỦA NIC**  
(phải trả phí \$30.00)

THAM KHẢO VỀ MỸ DUNG HỌC

*Milady's Standard Cosmetology, 2012*

Milady  
5 Maxwell Drive  
Clifton Park, NY 12065  
(800) 347-7707  
[www.Milady.com](http://www.Milady.com)

*Salon Fundamentals, Cosmetology, 2010*

Pivot Point International, Inc.  
Evanston, IL 60201  
(800) 886-4247  
[www.pivot-point.com](http://www.pivot-point.com)

*Cosmetology Career Concepts, Haircutting,  
Hairdesigning, Haircoloring, and Success Dynamics,  
2010*

CLiC International  
396 Pottsville-St. Clair Highway  
Pottsville, PA 17901  
(800) 207-5400  
[www.clicusa.com](http://www.clicusa.com)

NIC Health and Safety Standards

NIC, Inc., October 2002

NIC Cleaning and Disinfecting of Circulating and Non  
Circulating Tubs and Spa's for All Industry Modalities

NIC, Inc., August 2007

[www.nictesting.org](http://www.nictesting.org)

THAM KHẢO  
THÊM

*Milady's Standard Cosmetology, 2004 & 2008*

Milady  
5 Maxwell Drive  
Clifton Park, NY 12065  
(800) 347-7707  
[www.Milady.com](http://www.Milady.com)

*Salon Fundamentals Cosmetology, 2006 & 2007*

Pivot Point International, Inc.  
Evanston, IL 60201  
(800) 886-4247  
[www.pivot-point.com](http://www.pivot-point.com)

*Milady's Standard Nail Technology, 2007*

Milady  
5 Maxwell Drive  
Clifton Park, NY 12065  
(800) 347-7707  
[www.Milady.com](http://www.Milady.com)

*Làm sạch và Khử trùng các Bồn tắm và Spa Có và Không có Sủi  
đối với Mọi Cơ sở trong Ngành\**

Các chuẩn nên tuân thủ khi làm sạch và khử trùng tất cả các bồn tắm và spa có và không có sủi là: (nên dùng kính và găng bảo hộ chống xianua và cần tránh không để cho bàn chân hay các vùng da khác trên cơ thể khách hàng tiếp xúc với các chất tẩy trùng).

1. Sau mỗi khách hàng hoặc mỗi phần dịch vụ,
2. Tháo nước khỏi bồn
3. Làm sạch bồn đúng theo chỉ dẫn của nhà sản xuất. Thật cẩn thận dỡ bỏ hết màng váng, nhất là ở ống dẫn nước. Rửa bồn cẩn thận.
4. Đổ nước đầy bồn.
  - a. Cho chất tẩy trùng thích hợp vào nước theo quy định sau đây:
    - i. Ít nhất phải dùng loại chất tẩy vi trùng, vi rút, nấm và trực khuẩn đã đăng ký với EPA (theo công thức dùng cho bệnh viện), đã được pha và sử dụng theo chỉ dẫn của nhà sản xuất, **TRỪ CÁC BỒN ĐÃ TIẾP XÚC TRỰC TIẾP VỚI MÁU HOẶC DỊCH CƠ THỂ.**
    - ii. **Nếu Bồn đã TIẾP XÚC TRỰC TIẾP VỚI MÁU HAY DỊCH CƠ THỂ**, ít nhất phải dùng loại chất tẩy trùng đã đăng ký với EPA có khả năng diệt vi rút HIV-1 và Hepatitis B của người hoặc trùng lao, đã được pha và sử dụng đúng theo chỉ dẫn của nhà sản xuất.
  - b. Để cho chất tẩy trùng nằm trong bồn không sủi, hoặc sủi trong bồn sủi đủ khoảng thời gian đã được chỉ rõ trong hướng dẫn của nhà sản xuất.
5. Vào cuối ngày phải tháo mọi bộ phận rời (màng lọc, nút ống thoát, vòi, v.v) làm sạch và tẩy trùng các bộ phận rời như sau:
  - a. Chà và chải bằng xà phòng và chất tẩy cho sạch các mảnh vụn.
  - b. Rửa sạch.
  - c. Nhúng ngập hẳn trong chất tẩy vi trùng, vi rút, nấm và trực khuẩn đã đăng ký với EPA (theo công thức dùng cho bệnh viện), đã được pha và sử dụng theo chỉ dẫn của nhà sản xuất.
  - d. Rửa sạch.
  - e. hong khô.
6. Lắp các bộ phận đã tẩy trùng vào bồn. (ống xả, vòi,v.v) hoặc cất vào một thùng chứa khô, có nắp kín, đã khử trùng và cách xa các chất gây ô nhiễm.

Một số mỹ viện chọn cách mua thêm ống xả và các bộ phận rời để có thể thay ngay lập tức bằng các bộ phận đã được tẩy trùng để tiết kiệm thời gian giữa các khách hàng. Nếu như thế, mọi đồ nghề đã **TIẾP XÚC VỚI MÁU HOẶC DỊCH CƠ THỂ** phải được tẩy trùng tối thiểu là bằng một dung dịch khử trùng đã đăng ký với EPA và có khả năng diệt *HIV-1* và *virút Viêm gan B trên người hoặc Lao* đã được pha và dùng đúng theo chỉ dẫn của nhà sản xuất. Cách cất giữ giống như trong mục 6 trên đây.

Phê duyệt vào tháng 8 năm 2007

**\*\*LƯU Ý:** Các thí sinh California nên tham khảo CCR 980.1 - 980.3 Điều 12 Sức khỏe và An toàn về việc làm vệ sinh và tẩy trùng bồn spa chân nước xoáy và không có ống dẫn nước và bồn hay bể spa chân không có nước xoáy.