

Тамара Олешко



**САМА СЕБЕ МАСТЕР  
МАНИКЮРА  
И ПЕДИКЮРА**

Тамара Олешко

**Сама себе мастер  
маникюра и педикюра**

«Издательские решения»

**Олешко Т.**

Сама себе мастер маникюра и педикюра / Т. Олешко —  
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-906831-6

Книга знакомит с особенностями строения кожи, ногтей рук и ног. Даны рекомендации по проведению процедур маникюра и педикюра самостоятельно в домашних условиях.

ISBN 978-5-44-906831-6

© Олешко Т.  
© Издательские решения

## Содержание

История ухода за ногтями	6
Виды маникюра и педикюра	7
Строение ногтя	8
Конец ознакомительного фрагмента.	9

# **Сама себе мастер маникюра и педикюра**

**Тамара Олешко**

© Тамара Олешко, 2018

ISBN 978-5-4490-6831-6

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## История ухода за ногтями

Ногти – это визитная карточка женщины. По их форме и ухоженности можно многое узнать о ней. Женские ногти – это тот элемент, который очень даже может быть привлекательным для мужских глаз, но, впрочем, может быть и наоборот. Если говорить о красивых ухоженных руках и ногах, это не значит, что ногти обязательно должны быть длинными, модной формы и покрытые росписью, украшенные декоративными элементами. Конечно, нет. Многие женщины по роду своей профессиональной деятельности не могут позволить себе носить длинные ногти на руках. Это те, кто должен особенно тщательно выполнять требования личной гигиены и безопасности при обслуживании клиентов. Длинные ногти на ногах не принято отращивать по условиям гигиены ног и профилактике их заболеваний. Стремясь иметь красивые руки и ноги, нужно не только следить за состоянием ногтей, но и регулярно, тщательно ухаживать за кожей рук и ног. Лицо, шея, декольте выдают женский возраст. А руки? А женские пяточки? Еще как!

Первый маникюрный набор, который был найден археологами в глубокой древности, был золотой. Цветной лак для ногтей использовали даже мужчины. Цвет ногтей соответствовал социальному статусу. Яркие ногти могли позволить себе только высокопоставленные особы, а бледные цвета были прерогативой низших слоев общества. Долгое время господствовал красный цвет. Такие ногти ассоциировались с хорошим здоровьем. Розовый лак впервые появился в 1917 году. Позже появились лаки других цветов. Искусство обрабатывать и украшать ногти было развито во Франции в 19 веке. К началу 20 века желание ухаживать за ногтями породило целую коммерческую отрасль. Во время второй мировой войны возник острый дефицит сырья для производства лаков для ногтей. Для получения лака стали использовать расплавленную киноплёнку и добавлять в нее измельченные красители. Так родилась эмаль для ногтей. В наше время средства для ухода за ногтями и кожей рук и ног можно приобрести в очень широком ассортименте. Это касается не только натуральных ногтей, но и искусственных. Если у женщины нет возможности отрастить длинные ногти, она может нарастить их искусственными материалами – гелем, акрилом или использовать типсы. Художественная роспись ногтей – это настоящее искусство. Для этого используются различные краски, специальные кисти и инструменты. Среди мастеров – профессионалов проводятся соревнования, конкурсы, профессиональные шоу, обучения и мастер-классы. В наше время маникюр доступен всем. Ухоженные руки – неотъемлемая часть успешного имиджа женщины. Слово «маникюр» латинского происхождения («manus» – рука, «сига» – забота, лечение).

## Виды маникюра и педикюра

Самый распространенный способ обработки ногтей – это классический обрезной. Мы привыкли к нему. По его технологии работает большинство мастеров. Сами женщины делают такой маникюр и педикюр дома. Обработку ногтей проводят металлическими режущими инструментами после предварительного замачивания рук или ног в теплом разрыхляющем растворе. Положительным аспектом классического обрезного маникюра является тщательная чистка ногтей и их обработка. Мастер имеет возможность довольно глубоко убрать ороговевшую кожу с кутикулы и боковых валиков ногтя. Отрицательный аспект заключается в том, что режущим инструментом можно нанести травму коже и даже внести в ранку инфекцию. Если порез глубокий и есть контакт с кровью, не исключена вероятность заболевания СПИДом, сифилисом, гепатитом. Этот риск существует при обслуживании в салоне. Мастер обязан тщательно дезинфицировать и стерилизовать инструменты, а женщина-клиент должна убедиться в том, что это требование выполняется. Дома тоже нужно дезинфицировать свой личный инструмент. Это довольно несложно. В аптеках продаются средства для таких целей. Классический обрезной маникюр или педикюр еще называют «мокрым».

Разновидностью «мокрого» маникюра и педикюра является, так называемый, «горячий». Для процедуры используется специальная термостатическая ванночка. В нее помещают раствор, состоящий из лосьона, растительных масел, витаминов. Смесь подогревается до температуры 50 С. Это прекрасная питательная процедура по уходу за кожей рук и ног.

Широкое применение получил аппаратный маникюр и педикюр. Обработку ногтей и кожи рук и ног проводят с помощью фрез, боров, различных насадок. Достоинства этого вида маникюра и педикюра в том, что он позволяет более точно, аккуратно, быстро и безболезненно выполнить процедуру. Недостаток заключается в том, что это под силу только мастерам. Технически женщине сложно самой выполнять такую процедуру. К тому же, аппарат довольно дорогой и женщины его не приобретают.

Наиболее интересными, удобными и доступными в домашних условиях являются препаратный маникюр и педикюр. У них много достоинств. В этом виде маникюра используется химическое воздействие на кожу вокруг ногтя специальными препаратами. Режущие инструменты не используются, травма кожи исключается, что является бесспорным достоинством этого метода. Препаратный маникюр или педикюр также принято называть биологическим, французским, европейским. Этот метод обработки ногтей очень прост и доступен в исполнении. Кутикула и валики смазываются гелем для удаления кутикулы. Он «растворяет» мертвые клетки огрубевшей кожи вокруг ногтя. В состав препарата входят сильнодействующие фруктовые кислоты. Иногда мастера используют смешанную технику маникюра. Если кожа у женщины тонкая, легкоранимая, то выполняя классический обрезной маникюр, они предварительно смазывают кожу гелем для размягчения кутикулы. Тоже самое может использовать и сама женщина, выполняя процедуру сама себе.

SPA-маникюр принципиально отличается от всех вышеперечисленных видов. Это процедура нового поколения. Мастера используют препараты на основе морских компонентов: воды, водорослей, грязей, солей.

SPA – от англ. «курорты с минеральными источниками». SPA процедуры для рук, ног, тела выполняют во многих салонах. SPA косметику женщина может использовать дома.

## Строение ногтя

Ногти считают придатком кожи. Состоят они из кератина, содержат в своем составе около 10% воды и 1% жира. Нарушение этого баланса приводит к ломкости ногтей. Кератин – это белковое вещество, которое имеет особенность разбухать при замачивании и твердеть при высыхании. Это свойство кератина используется в процедуре маникюра и педикюра. В среднем скорость роста ногтевой пластинки на руках 1 мм. в неделю. Делать маникюр желательно один раз в 7—10 дней. На руках ногти растут быстрее, чем на ногах, у мужчин – быстрее, чем у женщин, а летом – быстрее, чем зимой. Педикюр рекомендуют делать один раз в месяц. Определяющим фактором является состояние кожи на ступнях.

Ноготь условно можно разделить на две части – видимую и невидимую. Открытая часть ногтя, то есть та, которую мы видим, представляет собой тело ногтя. Закрытая часть ногтя, то есть та, которую мы не видим, является его корнем. Ногтевая пластинка находится на поверхности ногтевой фаланги – ногтевом ложе. Под ногтевой пластинкой располагаются нервные окончания и кровеносные сосуды. Сорвать ноготь очень больно. Если травмировать ногтевую пластинку сильным ударом, то она посинеет или почернеет. Это результат местного кровоизлияния в ногтевом ложе. На ногте имеется беленькая овальная часть – луночка. Корень ногтя вместе с луночкой называется матрицей и представляет собой жизненно важную, ростковую зону ногтя. Повреждение матрицы может привести к деформации ногтя, изменению его формы и замедлению его роста. Оказывать на матрицу давление нельзя. Кутикула – это не что иное, как эпидермис, образующий кожную складку у основания ногтя. В процедуре маникюра кутикула отодвигается и убирается. Обрабатываются также и ногтевые валики – задние и боковые кожные складки.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.