

# СЕКРЕТЫ безупречного СПА в маникюре !



*Оксана Наговницина*

# **Оксана Наговицина**

# **Секреты безупречного**

# **Spa в маникюре**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=67827924](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=67827924)*

*SelfPub; 2024*

## **Аннотация**

Наше настроение напрямую зависит от того, как мы выглядим. Но для того чтобы чувствовать себя уверенно, стильной одежды, ярких аксессуаров и укладки бывает недостаточно. Во все времена признаком элегантности считались ухоженные руки. А если позаботиться и о ногах? Прекрасное самочувствие гарантировано! Данная книга представляет собой руководство по применению принципов SPA в маникюре и педикюре. В ней описывается философия и ценности SPA, а также подробно объясняется, как добиться той самой «магии», не только преображающей кожу и ногти, но и влияющей на настроение клиента. Советы, представленные в книге, будут полезны и мастерам ногтевого сервиса, и тем, кто хочет сохранить красоту и молодость кожи без хирургического вмешательства.

# Содержание

Приветствие	4
Урок 1. Диагностика состояния кожи рук и ногтей	8
Урок 2. Экспресс-варианты Spa-уходов в маникюре	13
Урок 3. Как восстановить ногтевую пластину после снятия искусственных покрытий	18
Конец ознакомительного фрагмента.	20

# **Оксана Наговицина** **Секреты безупречного** **Спа в маникюре**

## **Приветствие**



Меня зовут Оксана Наговицина. Мой стаж в сфере ногтевого сервиса уже более 25 лет. В начале своей карьеры я активно участвовала в чемпионатах, была неоднократным призером этапов Кубка России и чемпионата Европы, участником чемпионата мира в составе сборной России в номинациях по дизайну ногтей (полный образ).

В моём портфолио дизайны ногтей со светодиодами, гончарной глиной, рентгеновской плёнкой, стеклом и сменными элементами, но больше всего мне нравилось и нравится до сих пор создавать программы ухода за кожей и ногтями. Я убеждена, что даже самые безупречно смоделированные и виртуозно украшенные ногти теряются на неухоженной коже рук!

Потому уход за кожей рук, ног и натуральными ногтями для меня в приоритете. Я – фанат Spa!

Для меня Spa – это не просто набор вкусно пахнущих кремов. Spa – это целый мир, тысячелетняя философия, центром которой является человек, его здоровье, душевное спокойствие и красота.

Spa в маникюре и педикюре – это особая магия, благодаря которой преображаются кожа и ногти и, что особенно важно, настроение клиента.

Spa в маникюре и педикюре – это уход за кожей и ногтями, сочетающий в себе заботу о здоровье, сохранение индивидуальности и красоты, гармонизацию настроения.

И меня, как мастера, радует, что результат виден после

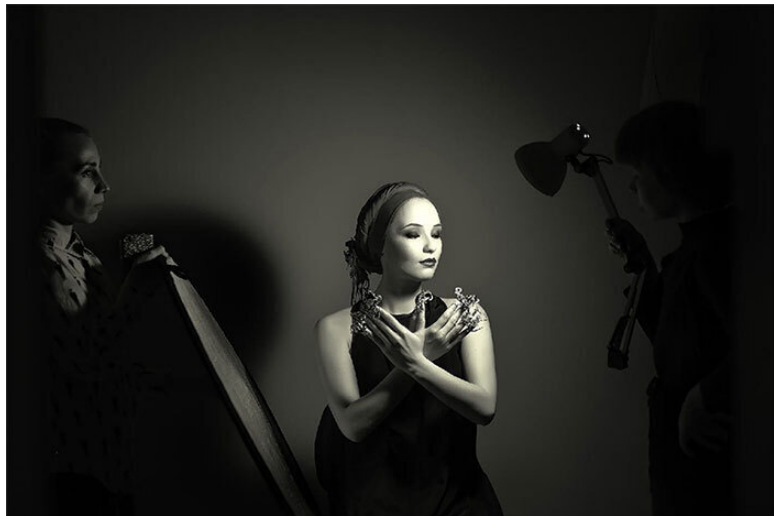
первого же визита клиента!

В 2020 году я создала онлайн-школу Nail spa lesson по Spa в маникюре и педикюре и методическое пособие, которое легло в основу этой книги. Мне хочется, чтобы мастера ногтевого сервиса так же, как я полюбили Spa – уходы и ввели их в меню своих услуг.

Мода переменчива, а с ней и длина, и форма, и цвет, и дизайн ногтей.

Красота – вечна! Красота в ухоженности и здоровье!

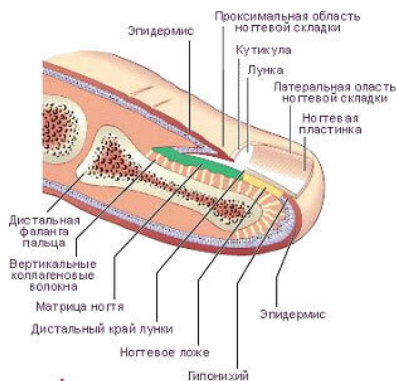
Присоединяйтесь к безграничному, волшебному миру Spa с моими простыми уроками.



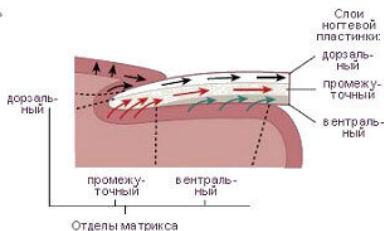
# Урок 1. Диагностика состояния кожи рук и ногтей

Чтобы подобрать Spa – программу или же средства для домашнего ухода важно правильно провести диагностику кожи и ногтей.

Думаю, что как мастера по маникюру Вы уже знакомы со строением ногтя.



А



Б

Увидеть здоровые, блестящие, розовые натуральные ногти на руках клиента в последнее время практически невозможно.

Связано это со многими факторами, среди которых пло-



хая экология, стрессы, имеющиеся и перенесённые заболевания, механические и химические повреждения ногтевой пластины, отсутствие ухода.

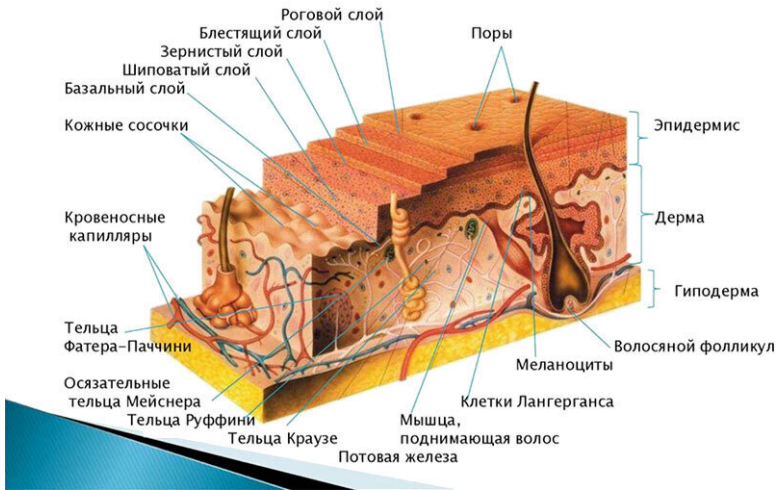
Чаще всего мастера ногтевого сервиса сталкиваются с такими проблемами:

- истончение ногтевой пластины
- сухие, ломкие ногти
- деформированные ногти
- грибковые заболевания ногтей
- онихолизис
- онихофагия, дерматофагия

В Spa-программах мы будем работать с зоной, под которой спрятан матрикс, чтобы активировать рост ногтей. А также с кутикулой и боковыми валиками для улучшения их состояния.

А теперь немного о строении кожи.

# Строение кожи



Стандартно различают 4 типа кожи – нормальная, сухая, жирная, комбинированная.

В последнее время выделяют отдельно чувствительную и стрессированную.

Применительно же к коже рук и ног я бы выделила:

- нормальную ближе к сухой

Такая кожа на руках и ногах встречается у юных клиентов. Она мягкая, гладкая, ровного цвета.

- сухую кожу

Самый часто встречаемый тип кожи на руках и ногах. Тонкая и тусклая.

– очень сухую

Тоже встречается достаточно часто, особенно в холодное время года.

– сухую раздраженную

И такой тип кожи на руках и ногах мастера по маникюру и педикюру могут встретить достаточно часто. Я специально называю кожу раздражённой, а не чувствительной, ведь если к дискомфорту от чрезмерной сухости на коже начинают появляться покраснения, шелушения, «пузырьки» и трещинки такая кожа больше похожа на женщину в состоянии истерики, чем на чувствительную барышню. Увлечение антисептиками в пандемию в разы увеличило число клиенток с таким типом кожи.

–очень сухую,стрессированную

Такую кожу еще называют усталой. Истонченная,крайне сухая и тусклая,с выраженными морщинами и заломами.

Жирную или комбинированную кожу на руках и ногах Вы встретите вряд ли. Влажную, да и часто, а вот жирную вряд ли.

И все потому, что кожа на руках значительно более тонкая, уязвимая, чем кожа даже на лице, не имеет сальных желёз. Да и моем мы руки гораздо чаще, чем ещё больше истончаем и сушим кожу.

У любого типа кожи могут ещё и такие проблемы, как

возрастные изменения, пигментация, чрезмерная влажность (потливость), трещины.

После диагностики состояния кожи и ногтей переходим к подбору Spa – программы. Необходимо уточнить, каким временем и бюджетом располагает клиент и что он ждёт от процедуры (его цель найти решение проблемы или просто немного отдохнуть).

Я всегда стараюсь предложить клиенту несколько видов (экспресс-вариант, оптимальный, бюджетный, роскошный).  
О них в следующих уроках.



## **Урок 2. Экспресс-варианты Spa-уходов в маникюре**

Время – ценный ресурс. Современный ритм жизни заставляет многих экономить его на уходах за кожей. Быстро привести руки в презентабельный вид мечтают многие клиенты, а Вы легко сможете осуществить эти мечты с помощью экспресс-вариантов Spa, из которых оптимальным будет дуэт пилинга и массажа рук. Такой уход займёт примерно 10–15 минут, но будет полностью соответствовать всем канонам Spa – улучшит состояние кожи и ногтей, общее самочувствие клиента и его настроение.

Пилинг и крем или масло для массажа подбираются с учётом состояния кожи и ногтей (см. Урок 1)

### ***Шаг. 1. Пилинг***

Если клиент молод, кожа на руках нормальная ближе к сухой, то можно использовать пилинг с абразивными частицами (соль, сахар, кофе, молотая скорлупа орехов или фруктовых косточек, крупы...). Такую разновидность пилинга называют скрабом.

Небольшое количество скраба наносим на кожу рук, массируем 3–5 минут и смываем теплой водой или снимаем

остатки при помощи тёплого компресса.

Данная процедура не только глубоко очищает кожу, но и улучшает и выравнивает её цвет, снимает усталость, отёчность, стимулирует кровотоки, как следствие, питание кожи.

В случаях, когда кожа на руках очень сухая, то скраб предпочтительнее использовать с очень мелкими абразивными частичками( к примеру,пудра янтаря) и/или на масляной основе (предпочтительнее жидкое базовое масло).

Если кожа на руках сухая, сухая стрессированная и/или с явными признаками возрастных изменений (дряблая, с морщинами, с пигментными пятнами), то лучше воспользоваться энзимным пилингом. В отличие от скрабов и кислотных энзимные пилинги значительно деликатнее, а потому, на мой взгляд, идеальны для тонкой, сухой кожи рук.

Энзимы – растительные ферменты (папаин, например, получают из дынного дерева) обладают следующими свойствами: противовоспалительными, омолаживающими, заживляющими. Помогают справиться с пигментацией и гиперкератозом. Очень комфортны в применении как для мастера, так и по ощущениям для клиента.

**Я не рекомендую в программах маникюра использовать кислотные пилинги. Безусловно они дают быстрый и видимый эффект, но истончают и без то-**

**го тонкую от природы кожу рук. К тому же их не стоит использовать в солнечное время года и в случаях сильных раздражений на коже.**

И так, первый этап экспресс-ухода скраб или пилинг мы сделали. Занимает этот шаг от 2 до 10 минут. Далее в зависимости от того, каким временем располагает клиент, наносим крем по проблеме или выполняем массаж по маслу (крему). Если я использую на первом этапе ухода скраб на масляной основе, то сразу выполняю массаж, а после просто наношу крем это позволяет сэкономить время клиента, не лишая его при этом всех радостей Spa.

## ***Шаг 2. Нанесение крема по проблеме или масла для кожи рук.***

И сразу же возникает вопрос, КАК ПРАВИЛЬНО ПОДОБРАТЬ КРЕМ ИЛИ МАСЛО?

Конечно же, исходя из состояния кожи клиента (возвращаемся к уроку 1).

Если кожа нормальная, ближе к сухой (как правило у молодых клиентов), то можно использовать лёгкие увлажняющие крема, например, на основе геля алоэ или персикового масла. Также для такой кожи подойдут масла виноградных косточек, кедровых орехов, миндальное, арахисовое (особенно зимой), абрикосовое. Дополнить лёгкие текстуры кре-

мов и масел можно с помощью цитрусовых эфирных масел (летом лучше не использовать) – лимона, мандарина, апельсина. Одна-две капли этих масел придадут коже сияние и подарят хорошее настроение клиенту. Хорошо для нормальной, молодой кожи будет и эфирное масло ванили. Ароматный "гормон радости" нравится всем и позволяет сохранить мягкость кожи, снять любые раздражения и покраснения.

В случае, если у клиента кожа на руках тонкая и сухая необходимы более плотные текстуры кремов или крема на основе мультиламеллярной эмульсии, в составе которых, к примеру, масла какао, Ши, жожоба, манго, баобаба, бабасу, рыжика ярового, сансаквы, брокколи, конопли, примулы вечерней. Хороши для сухой кожи и все "ореховые" масла. Они не просто смягчают кожу, но и питают витаминами и насыщенными кислотами. Из эфирных масел в работе с сухой и тонкой кожей мне нравятся масла кедра, опять же ванили, аира, ромашки, пачули, бархатцев, герани, розы, моркови, базилика, лаванды, мирры, розового дерева.

При сухой коже с признаками возрастных изменений я добавляю "женские" эфирные масла – роза, герань, вербена, мимоза. А при работе с мужчинами можно использовать масла бергамота, иланг-иланга, ветивера.

Если же кожа на руках очень сухая, а бывает и с раздражениями, то необходимы интенсивно питающие крема. В состав таких кремов часто добавляют мочевины (желательно не



более 2 %), коллаген, лецитин, комбучу, протеины (соевый, шелка, пшеницы), гиалуроновую кислоту, экстракт тамаринда. Также масла жожоба (жидкий воск, близкий к естественной гидролипидной пленке кожи), Ши, миндаля, семян мурмуру, какао, органы, бораго, таману, маргозы, лавра благородного, конопли. Мне самой нравится для ухода за очень сухой кожей рук масло авокадо. Лёгкое, быстро впитывается, но при всём этом интенсивно питает и смягчает кожу, снимает покраснения и раздражения. Из эфирных масел можно добавить лаванду, иссоп, розовое дерево или дерево хо, дикую морковь, ладан, сандал, мирру, сосну горную, герань, ромашку римскую, майоран сладкий, зеленый мандарин.

Экспресс-уход за кожей рук занимает в общей сложности не более 15 минут, а его эффект будет радовать Вашего клиента ещё долгое время. На первом этапе глубокой очистки скрабом или пилингом появляются ощущения лёгкости, свежести, молодости. На втором же, массаж с кремом или маслом, – ощущение комфорта и отдыха.

Все вместе – лёгкость, свежесть, комфорт и отдых, и есть ключевые составляющие Spa!

## **Урок 3. Как восстановить ногтевую пластину после снятия искусственных покрытий**

Думаю, что многим мастерам знакома ситуация, когда клиентка говорит, что хочет походить со своими ногтями и ей не нужны никакие покрытия, особенно с популяризацией ЗОЖ и модой на все естественное. Пандемия также увеличила спрос на натуральный маникюр. Впрочем, иногда бывают ситуации, когда в следствие повреждения ногтевой пластины делать покрытия нельзя. И очень часто после снятия покрытий ногти требуют восстановления. Пропилы при моделировании или аппаратном маникюре, ожоги при полимеризации гелей в лампе, некорректное снятие гель-лака (некоторые клиентки любят просто "отковыривать" покрытие), реакция на материалы, ушибы, трещины, "перенашивание" материала и в результате проблемы: истончение и сухость ногтевой пластины, деформация и онихолизис, повышенная чувствительность и просто неэстетичный вид.

**Средства и программа ухода, соответственно, подбираются исходя из того, в каком состоянии ногти клиентки будут после снятия покрытия.**

В случаях, если клиентка уже продолжительное время ходит с искусственными ногтями большой длины или толщины( частенько приходят с подобными "выравниванием", "укреплением", "идеальным бликом") я предлагаю начать переход к своим, натуральным ногтям с тонкого покрытия эластичной базой и топом. Естественно, убрав длину и рекомендовав домой уход в виде масла для кутикулы (на основе натуральных растительных и эфирных масел) и крема на ламеллярной эмульсии.

# 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.