



# ДИЗАЙН НОГТЕЙ

самые модные узоры

**Дизайн ногтей:  
самые модные узоры**

«РИПОЛ Классик»

2011

## Дизайн ногтей: самые модные узоры / «РИПОЛ Классик», 2011

Каждая женщина, следящая за своей внешностью, понимает, насколько важно следить за состоянием ногтей. Маникюр и педикюр представляют собой комплекс процедур, направленных на оздоровление и декорирование ногтей на руках и ногах. Данная книга содержит подробную информацию о видах этих процедур и способах их проведения. Также здесь представлен список необходимых материалов и инструкции о том, как выполнить эти процедуры в домашних условиях.

, 2011

© РИПОЛ Классик, 2011

## Содержание

Введение	5
История маникюра	7
Древний Египет	8
Древний Китай	9
Древняя Индия	10
Древняя Греция	11
Русь	12
Франция	13
США	14
Уход за руками	15
Защита кожи рук	16
Очистка кожи рук	18
Питание кожи рук	20
Конец ознакомительного фрагмента.	21

# Дизайн ногтей: самые модные узоры

## Введение

С давних пор ухоженные ногти на руках и ногах были не только украшением, но и признаком хорошего тона. Еще А. С. Пушкин в романе «Евгений Онегин» писал: «Быть можно дельным человеком и думать о красе ногтей». Даже при наличии прекрасно выполненного макияжа, стильной прически и дорогой одежды неухоженные ногти способны в одно мгновение перечеркнуть ваш имидж. Не следует забывать о том, что руки всегда находятся на виду, а при рукопожатии они являются своеобразной визитной карточкой человека.

Поскольку руки – это рабочий инструмент человека, они в большей степени, чем другие части тела, подвергаются воздействию неблагоприятных факторов, а значит, требуют более тщательного ухода.

Кроме того, подкожный жировой слой на кистях рук очень тонкий, а потому кожа на руках быстро стареет. Для того чтобы избежать этого, процедуру маникюра рекомендуется проводить не реже 1 раза в неделю. При этом она должна включать в себя не только обработку ногтей, но и уход за кожей.

При периодическом проведении сеансов парафинотерапии, применении ванночек с добавлением различных компонентов, использовании кремов и лосьонов кожа рук и ног будет оставаться гладкой и упругой в течение долгого времени.

Ногти, так же как и волосы, состоят из омертвевших клеток кератина и отрастают от живого корня из ногтевого фолликула. Последний располагается в нескольких миллиметрах от поверхности ногтевой кожи и прикреплен к ложу настолько прочно, что при травмировании сходит вместе с ним.

У основания ногтя (под ногтевой лункой) находится матрица ногтя, повреждение которой неминуемо сказывается на росте и состоянии ногтевой пластины.

Замечено, что ногти являются своеобразным индикатором общего состояния здоровья человека. Существует целая методика определения заболеваний по ногтям. Кроме того, известно, что они полностью отрастают за 3,5 месяца, а потому специалист может с высокой точностью определить, когда заболевание начало развиваться.

Однако нередко деформация ногтевой пластины происходит из-за отсутствия должного ухода. Так, при постоянном контакте с моющими средствами и водой, ногти могут потерять эластичность, стать сухими и ломкими, начать слоиться. Для того чтобы избежать этого, следует предохранять руки от воздействия негативных факторов, стараться выполнять работу по дому, связанную с использованием агрессивных и абразивных химических средств, в резиновых перчатках, а после каждого мытья насухо вытирать руки мягким полотенцем.

К сожалению, далеко не все женщины могут похвастаться крепкими ногтями, поэтому все большей популярностью пользуются наращенные ногти. Современные технологии позволяют удовлетворить практически любые требования касательно их формы, длины и структуры.

Кроме того, такие ногти прекрасно скрывают дефекты натуральных ногтей, а нанесенный на них лак держится очень долго. Они придают рукам ухоженный вид, позволяя проводить процедуру маникюра лишь 1 раз в месяц.

Наиболее популярны 3 технологии наращивания ногтей: на основе акрила, геля и шелка. Каждая из них имеет свои достоинства и недостатки, оставляя право выбора за женщиной.

Не менее важен уход за стопами ног. При его отсутствии на подошвах ног образуется роговой слой, могут появиться мозоли, натоптыши и болезненные трещины. Избежать этого поможет лишь постоянный уход за кожей и ногтями.

Педикюр особенно актуален в весенне-летний период, когда ногти на ногах оказываются на виду благодаря открытой обуви. Однако это вовсе не означает, что в остальное время эту процедуру не нужно проводить. Лишь регулярный уход за ногами может дать хороший результат.

Из данной книги можно почерпнуть информацию о методиках выполнения разных видов маникюра, педикюра и сопутствующих процедур. Пользуясь полученными рекомендациями, любая женщина сможет правильно ухаживать за своими ногтями самостоятельно.

## История маникюра



В настоящее время маникюр и педикюр являются целой системой ухода за руками и ногами, которая включает в себя лечебно-восстановительные процедуры, уход за кожей и ногтями с использованием современных средств и технологии создания искусственных ногтей.

Термин «маникюр» происходит от латинских слов *manus* («рука») и *cure* («уход»). С давних времен эта процедура являлась обязательной во многих культурах мира и включала в себя уход за руками, цель которого заключалась в предупреждении возникновения заболеваний кожи и ногтей и придании рукам красивого, ухоженного вида.

## Древний Египет

Искусство маникюра было известно еще в Древнем Египте. Когда в 1964 году была найдена одна из древнейших гробниц, выяснилось, что в ней покоятся «хранители и мастера ногтей фараона» – Нианкханум и Ханумхотеп. Именно под таким почетным титулом значились в списке свиты фараона Нусера придворные мастера маникюра.

Согласно археологическим свидетельствам, еще в 3500 году до н. э. фараоны Египта окрашивали свои ладони, ступни и ногти хной. Делалось это не только для украшения, но и в гигиенических целях. Это подтверждается находками, сделанными в гробнице фараона Нармера.

Следует отметить, что в Древнем Египте существовало несколько видов красок для ногтей для определения сословной принадлежности человека. В яркие цвета имели право окрашивать ногти лишь представители царской семьи. Египтянки менее знатного происхождения (но не простолюдинки) красили ногти в зеленый цвет. Рабы могли использовать только бледные, пастельные тона.

Для хранения маникюрных инструментов, красителей и косметических средств в Египте использовали шкатулки, богато украшенные драгоценными камнями. Это также свидетельствует о высокой значимости маникюра в жизни богатых египтянок.

Клеопатра, знаменитая правительница Египта, запомнилась современникам, кроме всего прочего, длинными ногтями, которые она окрашивала в насыщенный терракотовый цвет. Известно, что для маникюра ее придворные мастера использовали обыкновенную хну.

Первый справочник по косметике, обнаруженный в Египте, также был составлен Клеопатрой. В него входили всевозможные рецепты косметических средств, в том числе и тех, которые применялись при уходе за руками и ногтями.

В целом египтянки требовательно относились к своей внешности, окрашивая ногти цветными красителями, умачивая кожу лица, рук и ног различными маслами и благовониями, изготовленными на основе натуральных компонентов.

Также следует упомянуть о том, что хранителями древних рецептов и мастерами косметических процедур в Древнем Египте были жрецы. Именно они составили рецепты наиболее часто используемых средств, которые были популярны и в дальнейшем.



## **Древний Китай**

В Древнем Китае ухоженные руки и длинные ногти также являлись отличительным признаком представителей богатого сословия. Маникюр был обязательной процедурой не только для знатных женщин, но и для высокородных мужчин. При окрашивании ногтей использовали натуральные красители.

Примерно 6 веков назад в Китае были очень популярными золотая и серебряная краски для ногтей, а во времена династии Мин ногти стали красить в черный и красный цвета. Чуть позже особы знатного происхождения, чтобы подчеркнуть богатство своего рода и избежать повреждения ногтей, начали надевать на пальцы своеобразные колпачки, по форме напоминавшие длинные ногти. Такие наперстки изготавливали с особым мастерством из золота и серебра.

Согласно верованиям древних китайцев, длинные ногти помогали их обладателям общаться с божествами, а ухоженные руки и окрашенные в яркие цвета ногти символизировали мудрость человека и говорили о его высоком происхождении.

В Древнем Китае краску для ногтей изготавливали из натуральных компонентов, используя смесь воска, желатина, гуммиарабика, яичных желтков и какого-либо натурального красителя.

## **Древняя Индия**

В Древней Индии существовало учение Аюрведа, которое, согласно легенде, создал сам Брахма, являвшийся одним из верховных богов. Аюрведой владели просветленные риши-лекари, которые с ее помощью не только безошибочно устанавливали диагноз, но и излечивали самые тяжелые заболевания. Они считали, что по форме, состоянию и цвету ногтя можно определить состояние здоровья человека и установить, каким недугом он страдает. Каждый палец риши связывали с функционированием определенного органа. Так, большой палец проецировался на череп и мозг, указательный – на легкие, средний – на двенадцатиперстную кишку, безымянный был связан с функцией почек, а мизинец – с деятельностью сердца.

## **Древняя Греция**

В Древней Греции уходом за ногтями высокородных господ занимались специально обученные этому мастерству рабы – косметы. Женщины окрашивали ногти особым образом: они никогда не закрашивали ногтевые лунки, которые, по их мнению, олицетворяли полумесяц.

## Русь

На Руси с ногтями было связано множество различных суеверий. Например, стричь их по каким-то причинам разрешалось лишь по четвергам, а остриженные ногти непременно следовало бросить в воду. После принятия православия длинные ногти начали считаться атрибутом дьявола.

## Франция

Во Франции первые косметические средства появились при Екатерине Медичи. С 1566 года ко двору можно было являться лишь с макияжем на лице и напудренной прической. В то же время стали придавать большое значение состоянию рук и ногтей, что было связано с частым возникновением различных эпидемий, которые из-за отсутствия гигиены распространялись с ужасающей скоростью и имели катастрофические последствия.

Следует заметить, что уход за ногтями в то время заключался лишь в их чистке, а носить длинные ногти, тем более окрашенные в неестественный цвет, строго запрещалось. За подобное поведение женщину могли обвинить в колдовстве и даже приговорить к сожжению на костре.

В течение всего Средневековья дамы даже знатного происхождения были вынуждены очень коротко стричь ногти, чтобы не вызвать негодования Церкви и не привлечь внимания инквизиции. В то же время разрешалось полировать их, чем усердно и занимались столичные модницы. Они использовали для этих целей полировочный порошок и специальные небольшие дощечки, обтянутые замшей высокого качества. Такие приспособления называли «баф». После полировки поверхность ногтей становилась безупречно гладкой и блестящей.

Француженки были первыми женщинами в Европе, которые для лечения ногтей и придания им прочности стали использовать лимонный сок.

В XVI веке во Франции начали разрабатывать рецепты новых косметических средств для ухода за телом, в том числе за руками. Они создавались по индивидуальным заказам, а рецептура хранилась в строжайшем секрете и передавалась по наследству, как неслыханное богатство.

Благодаря изобретениям французских косметологов с XVI века эта страна начала играть ведущую роль в индустрии косметических средств и средств гигиены, а популярность французской косметики сохранилась и в наше время.

Постепенно маникюр и педикюр стали в Европе невероятно популярными процедурами. Во многом это случилось благодаря исключительной чистоплотности и стремлению к совершенству во внешности французского короля Луи Филиппа. Он регулярно обращался за помощью к косметологам, в том числе и к специалистам по маникюру и педикюру.

## США

Накладные ногти первыми начали применять еще в древности шаманы индейских племен. Во время проведения священных ритуалов они прикрепляли к своим ногтям когти животного, являвшегося покровителем данного племени. По мнению древних, это помогало шаману быстрее перевоплотиться в священное животное и узнать будущее племени или заручиться поддержкой высших сил.

В 1932 году был изобретен декоративный лак для ногтей, который имел ярко-красный цвет. Однако в его состав входили тяжелые пигменты, а потому после нанесения на ногти он быстро расслаивался и стирался. Это приводило к тому, что модницам приходилось порой по несколько раз в день красить ногти.

Однако подобные неудобства несколько не повлияли на все возрастающую популярность косметической новинки, а в маникюрных салонах Америки становилось все больше и больше посетительниц. Постепенно декоративным лаком начали пользоваться женщины по всему миру, что послужило толчком к бурному развитию косметической индустрии.

Моделировать ногти начали в США более 60 лет назад, а первый искусственный ноготь был изготовлен в 1951 году Фредом Слэком, который был по профессии дантистом.

Однажды во время работы он нечаянно поранил ногтевую пластину. Поврежденный ноготь мешал Фреду нормально работать. Тогда он взял кусочек фольги, аккуратно обрезал ножницами лишние края, поставил его под край травмированного ногтя и зафиксировал кончики фольги на подушечке пальца. На открытую рану Слэк наложил пломбировочный материал, опилил края и тщательно отшлифовал. В результате получилось подобие ногтя, которое имело очень непрезентабельный вид, но отлично защищало травмированный палец.

Мастера маникюра вслед за изобретателем дантистом начали активно использовать для наращивания ногтей акрил, который покупали у зубных врачей. Многие дамы мечтали иметь длинные красивые ногти, а если они не имели возможности их отрастить, то прибегали к услугам специалистов.

В первое время основой для наращивания мог служить практически любой подходящий подручный упругий материал: типсы изготавливали из срезанных натуральных ногтей, кусочков киноплёнки, фольги и т. п. Мастера приклеивали их к кончику ногтя, а сверху накладывали бумагу.

## Уход за руками



Каждая женщина, следящая за своей внешностью, хотела бы иметь ухоженные руки и ногти. Современная косметология обладает массой приемов и средств, благодаря которым кожа рук будет оставаться молодой и здоровой, а ногти будут выглядеть аккуратными и стильными. Уход за руками включает в себя очищающие и оздоровительные процедуры, массаж и парафинотерапию, а красивые ногти – это не только профессионально сделанный маникюр, но и здоровые, ухоженные руки.

## Защита кожи рук

На кожу рук, так же как и на ногти, оказывают негативное влияние многие факторы. К их числу относятся и препараты бытовой химии, с которыми практически каждая женщина сталкивается ежедневно.

Занимаясь уборкой квартиры, мытьем посуды, стиркой и другими домашними делами, необходимо надевать резиновые перчатки, которые предотвращают воздействие химических компонентов на кожу рук. Следует помнить о том, что в любом моющем средстве содержится некоторое количество веществ, которые уничтожают жировую защиту кожи рук. В том случае, если работа в перчатках по каким-либо причинам невозможна, придется прибегнуть к косметическим восстановительным процедурам. Так, для того чтобы восстановить жировую защиту, необходимо после каждого мытья посуды (стирки и т. д.) наносить на руки толстый слой жирного питательного крема. В этом смысле перчатки являются более дешевым и эффективным средством защиты.

После выполнения работы по дому перчатки надо мыть, не снимая с рук, затем вытереть полотенцем, обильно обсыпать тальком или крахмалом, а уже затем снять с рук, выворачивая наизнанку. Наружную сторону перчаток также лучше обработать тальком или крахмалом. После этого можно приступать к мытью и обработке рук.

Надежной защитой для рук от воздействия вредных факторов внешней среды могут стать так называемые перчатки-невидимки, которые представляют собой тонкую пленку, образующуюся на поверхности кожи в результате обработки специальным кремом. В настоящее время в продаже имеется достаточно широкий выбор подобных средств.

В том случае, если все же приходится работать без перчаток, перед стиркой или мытьем посуды необходимо нанести на руки крем. В некоторых случаях, для того чтобы грязь не попала под ногти, подногтевое пространство заполняют обычным размягченным туалетным мылом. Для этого лишь нужно поскоблить ногтями поверхность влажного куска мыла. После окончания работы грязь вместе с мылом легко удаляется из-под ногтей.

При сильном загрязнении рук рекомендуется пользоваться специальной щеточкой и мылом, не прибегая к помощи таких средств, как растворитель, керосин или бензин. Все они сушат кожу рук и способствуют образованию трещин.

Некоторые профессии предполагают частое мытье рук. Это приводит к тому, что кожа утрачивает свою эластичность, становится сухой и неприятной на ощупь. Для того чтобы избежать этого, после каждого мытья рук необходимо наносить на них крем, содержащий растительные экстракты. Можно также смазывать их растительным маслом, лучшим из которых считается оливковое. Также с ним следует делать обертывания. Такую процедуру чаще всего проводят перед сном. Необыкновенно эффективно обертывание с растительным маслом, смешанным с медом в пропорции 3: 1. Эту массу нагревают на водной бане, наносят на сложенную в несколько слоев марлю или чистую хлопчатобумажную ткань, накладывают на руки, накрывают вощеной бумагой и фиксируют с помощью тканевых перчаток. Такая процедура очень эффективна при сухой коже рук и в случае появления трещин, шероховатостей и т. п.

На начальных стадиях поражения кожи обертывания проводят 1 раз в неделю. В осложненных случаях количество процедур увеличивают (2 и более раз в неделю), пока состояние кожи на руках не придет в норму.

Достаточно большой вред коже, в том числе и на руках, могут нанести солнечные ванны, принимаемые в неограниченном количестве. Для того чтобы защитить ее от ожогов, можно использовать различные масла и кремы, которые следует втирать в кожу перед началом приема солнечных ванн. При этом не следует наносить его слишком толстым слоем, поскольку



это приводит к перегреву кожи. Также не рекомендуется использовать для защиты от солнца обычный питательный крем.

В настоящее время в продаже имеется широкий ассортимент средств для защиты кожи от воздействия солнечных лучей. Многие отдают предпочтение молочку для загара, который применяется для всего тела. Крем для загара чаще всего наносят лишь на лицо, а для защиты рук он не подходит. Масло для загара не слишком эффективно защищает кожу, поэтому оно подходит лишь тем людям, которые загорают быстро, но не обгорают.

Специальные защитные средства особенно рекомендуется использовать людям с чувствительной кожей и детям, а также тем, кто по каким-либо причинам вынужден находиться на солнце в течение длительного времени.

Следует помнить, что любое защитное средство надо наносить на сухую кожу за 20 минут до начала приема солнечных ванн.

Если же меры предосторожности не были приняты вовремя и не удалось избежать ожога, можно использовать примочки из сырого молока или теплого чая. Кроме того, травмированной коже хорошо помогают компрессы из настоя ромашки и маска из муки.

## Очистка кожи рук

Немаловажное значение при уходе за руками играет очищение кожи. Даже мыть их следует по определенным правилам, поскольку состояние кожи во многом зависит от используемого моющего средства. Мыло плохого качества негативно влияет на состояние кожи, а средства, содержащие различные полезные вещества, не только очищают ее от пыли и грязи, но и обеспечивают надлежащее питание.

В настоящее время ассортимент мыла, предлагаемого в специализированных магазинах, огромен. Многие разновидности содержат растительные экстракты, которые благотворно влияют на состояние кожи.

Для устранения трещин и заживления кожи подойдет мыло на основе меда, с экстрактом календулы, добавлением серы или содержащее минеральные соли.

Людам, страдающим от аллергии, рекомендуется использовать мыло с экстрактом лаванды, которое способствует снятию раздражения.

Для омоложения кожи подходит мыло с йогуртом, экстрактом мяты и другими растительными добавками.

В случае нежной или ослабленной кожи рук лучше всего подходит глицериновое мыло.

Для мытья рук следует использовать только туалетное мыло с различными жировыми добавками. Вода должна быть теплой, поскольку от холодной воды кожа становится грубой. Руки после мытья необходимо вытирать полотенцем, предпочтительно махровым, которое в меньшей степени травмирует кожу. Невыполнение этих простых требований может привести к появлению шершавостей, трещин и пересушиванию кожи. После мытья рук рекомендуется провести сеанс мини-массажа.

Существует несколько рецептов, совмещающих очищение кожи с ее питанием.

### Рецепт 1.

В эмалированную или фарфоровую емкость влить 1 ст. л. растительного масла. Затем поставить в горячую воду на 1–2 минуты, чтобы оно слегка подогрелось.

Ватным тампоном, смоченным в масле, очистить кожу рук.

### Рецепт 2.

Очистку кислым молоком рекомендуется проводить в весенний и летний периоды. Благодаря этой процедуре кожа становится более гладкой и нежной. Кислое молоко можно заменить кефиром или сметаной. Ватный тампон нужно смочить в средстве и протереть им кожу, после чего нанести на руки жирный крем.

### Рецепт 3.

Разбить в миску 1 яичный желток, добавить 0,5 ст. л. растительного масла, 0,5 ст. л. кипяченой воды и несколько капель лимонного сока. Вместо воды можно использовать лосьон с уксусной настойкой. Все тщательно перемешать, смочить в полученном средстве ватный тампон, нанести на кожу рук и оставить на 2–3 минуты, после чего смыть водой или удалить с помощью мокрого ватного тампона.

### Рецепт 4.

1 стакан овсяных хлопьев пропустить через мясорубку, добавить 10 г пищевой соды и хорошо перемешать.

Смочить руки водой и нанести на них полученную массу на 5–10 минут.

## Питание кожи рук

Ухоженные руки, аккуратные ногти и безупречный маникюр не только производят благоприятное впечатление на окружающих, но и придают женщине уверенность в себе, позволяют ощущать себя совершенной. Помимо этого, от состояния рук во многом зависит и общее самочувствие человека. Ведь многие заболевания возникают именно в результате отсутствия должного ухода за руками.

Кожа рук не настолько плотная, чтобы не реагировать на различные воздействия окружающей среды. Именно на них в гораздо большей степени, чем на другие открытые части тела, влияют внешние раздражители. Если не обеспечить должной заботы, на коже вскоре могут появиться мелкие морщины, она начнет преждевременно стареть, теряя природную эластичность.

Уход за руками невозможен без использования кремов, которые необходимо подбирать на основании индивидуального типа кожи. Бережное отношение к ним не сводится исключительно к ежедневному использованию крема, но включает в себя целый комплекс процедур, призванных поддерживать в норме кожу и ногти. Не следует забывать и о том, что неправильный уход за руками может привести к тем же последствиям, что и его отсутствие.

Известная американская актриса Джейн Фонда, считает, что залогом здоровья, в том числе и кожи, является вода. В день нужно выпивать не менее 6 чашек воды. Именно вода растворяет токсины и способствует их выведению из организма через кожу.

Существует ряд правил ухода за кожей рук, которых советуют придерживаться косметологи и мастера маникюра.

1. Уход за ногтями, кожей рук и ног должен быть постоянным.
2. Немаловажную роль в оздоровлении ногтей и кожи играет правильное питание. Пища должна быть разнообразной и содержать все необходимые для нормального роста ногтей витамины и минералы.
3. При уходе за кожей и ногтями необходимо пользоваться лишь качественной косметикой.
4. Гигиенический маникюр и педикюр следует делать не реже 1 раза в 2 недели.
5. Мыть руки рекомендуется мягкой водой комнатной температуры. Можно также использовать для этого минеральную воду.
6. Для поддержания здоровья кожи и ногтей рекомендуется ограничить употребление пшеничного хлеба и сахара.
7. Необходимо своевременно предпринимать меры для избавления от потливости рук, поскольку повышенная влажность на поверхности кожи часто способствует развитию грибковых заболеваний.

## **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.