

# Сучасні технології по догляду за шкірою рук і нігтями



*Використання сучасних технологій по догляду за шкірою рук та нігтями:*

- ♥ *способи регенерації та встановлення пошкоджених нігтів;*
- ♥ *аромотерапія – підбір засобів та олій;*
- ♥ *парафінотерапія – засіб лікування сухої шкіри рук;*
- ♥ *система SPA препаратний манікюр*

## *Способи регенерації та встановлення пошкоджених нігтів*

Революційна формула гель-лаку перевернула сферу манікюру і уявлення про крас жіночих рук. Він має певні переваги перед звичайним лаком: більш міцний, має широку палітру кольорів і відтінків, має притягає погляди блиском і створює умови для креативу і творчості. Але після процедури нарощування гель-лаком, так і після простого нанесення його на нігті багато користувачі відзначають виникнення проблем з їх здоров'ям. А саме:

- Нігтьові пластини стають м'якими і тонкими.
- Нігті чутливо реагують на температурні зміни, після дотику до гарячої води болять, сверблять і розшаровуються.
- Зіпсований зовнішній вигляд: з'являється шорстка або хвиляста поверхня, зникає здоровий блиск, колір тьмяніє нігтів, з'являється нездорова жовтизна.
- Нігті ламаються навіть від невеликого для них фізичної напруги.





**Розшаровування.** Ніготь являє собою рогову пластину, яка складається з незліченно безлічі еластичних, нашарованих один на одного бета-кератинових лусочок. Незважаючи на зовнішній вигляд суцільної і гладкою поверхні, він має шарувату пористу структуру. Цей факт дозволяє йому насичуватися необхідною життєвою вологою, але також це дозволяє волозі випотевати, чому відбувається пересушування рогового шару.

**Процес нанесення гель-лаку складається з декількох послідовних кроків:**

- **Обробка бафом або пилочками для нігтів** – здійснюється з метою необхідності усунення верхнього шару нігтя для хорошого зчеплення з гелевим покриттям;
- **Нанесення спеціальних рідин** (знежирювачах, праймер, базове покриття) для підготовки нігтя до гелевому покриттю;
- **Нанесення кілька шарів кольорового гель-лаку;**
- **Нанесення фінішного топового шару**, що створює блиск і ефективний захист від зовнішнього впливу.

При цьому всі верстви просушуються в УФ-лампі за строго визначеним виробником данного конкретного гель-лаку часу. Після нанесення дві доби не рекомендується піддавати покриття впливу води через незавершеність процесу полімеризації. Також не потрібно намагатися зняти лак самостійно через велику ймовірність пошкодження поверхні рогового шару.

Багато проводять корекцію манікюру 1 раз у кілька тижнів і по мірі необхідності.

**Розшаруванню нігтів сприяють помилки майстрів манікюру в даній технології нанесення гель-лаку:**

- **Вилучений занадто товстий шар природного нігтя** і на решту тонкий лягає дуже велике навантаження;
- **Не завдано рекомендований шар праймера або обезжирювача**, який забезпечує додаткове зчеплення природного і штучного поверхонь.
- **Неякісні косметичні засоби також сприяють виникненню руйнівних наслідків.** Наприклад: досить якісний лак складається з полімерів (для міцності і глянцевого блиску), пластифікаторів (для еластичності і міцності), пігментів (відповідають за кольорне рішення) і розчинників (для однорідності складу).

Дані компоненти не завдають серйозної шкоди здоров'ю нігтів, а от які-небудь додаткові – можуть.

- **Майстер не дотримувався тимчасових обмежень сушіння в УФ-лампи** т «перетримав» руки під нею;
- **Інструменти в салоні не піддаються потрібній санобробці**, внаслідок чог майстер заніс грибок, який невблаганно псує нігтьову пластину.
- **Правильне зняття** (спеціальними засобами і дотримуючись певної технології) теж грає важливу роль у збереженні здоров'я нігтьової пластини.



*Іншими причинами розшарування нігтів є:*

- **Гормональні зміни організму**, пов'язані менструальними циклами вагітністю і грудним вигодовуванням;
- **Прийом лікарських засобів**, зокрема антибіотиків;
- **Стресовий стан** через нервові потрясіння або перевтому;
- **Стан авітамінозу**, що характерно для багатьох регіонів нашої країни.
- **Серйозне захворювання**, що вимагає повного обстеження в медичному закладі.

**Необхідна перерва.** Немає єдиної думки про те, скільки ж має бути перерва між нанесеннями гель-лаку на нігті. Одні майстри манікюру твердять, що нові шар можна наносити відразу ж після зняття старих. Інші запевняють, що дане покриття дуже шкідливо, тому зловживати ним не варто, і дотримуються думки «чим довше перерва – тим краще». Зупинимось на найбільш поширеній версії:

- **Перш за все, клієнти манікюрних салонів повинні адекватно оцінювати стан здоров'я своїх нігтів: чим гірше їх зовнішній вигляд після зняття гель-лаку, тим більше різних відновлювальних процедур потрібні зробити.** Тому реабілітаційний період повинен тривати до повного і оздоровлення і буде тривати декілька місяців.
- **Навіть при відсутності будь-яких серйозних проблем потрібна перерва.** Виходячи з практичного спостереження висококваліфіковани фахівців у сфері нігтьового бізнесу, наносити і коригувати покриття гель-лак



можна протягом 12 тижнів (це виходить середньому 4 відвідування манікюрного салону поспіль). Після цього необхідна місячна «відпустка» з застосуванням різних відновлювальних процедур. Після чог знову можна наносити гелеве покриття насолоджуватися бездоганим зовнішнім виглядом рук.

**Професійна допомога.** Індустрія краси не стоїть на місці. Вчені-косметологи спільно з докторами наук відкривають не тільки нові формули різних косметичних засобів, але і здійснюють б'юті-відкриття щодо відновлення здоров'я. Професійна компетентна оцінка майстрами манікюру стану нігтів і наступні спеціалізовані процедури допоможуть повернути здоров'я і показовий зовнішній вигляд, втрачені нанесенням гелевого покриття:

- **Гарячий манікюр** – салонна процедура, яка за короткий час максимальнo відновлює здоров'я нігтів. Це відбувається під час витримування пальців спеціальному масляному чи кремовому складі, нагрітому до 500С. Від цієї температури розкриваються пори, активізується процес кровообігу, і всі живильні речовини, що містяться в розчині, проникають в найглибші шари шкірного покриття і рогового шару нігтів.
- **Запечатування нігтів** являє собою втирання на пошкоджені ділянки нігтів меду та бджолиного воску. Даний засіб утворює на поверхні захисний бар'єр, який схожий на природний. Після курсу таких процедур повертається їх еластичність і природний блиск.
- **Парафінові ванночки** славляться своїми поновлюючими властивостями. Близько півгодини часу, витраченого на ці процедури, дозволяє знайти красіє руки зі здоровими нігтями. Різні мікроелементи, що знаходяться в парафіновому складі, проникаючи в найглибші шари, насичують необхідним поживними речовинами, нормалізують обмінні процеси, інтенсивно звожують і блокують передчасне в'янення нігтів і шкірного покриття.
- **Спеціалізовані лікувальні лаки знаходять все більшу популярність.** Вони можуть бути кольоровими або прозорими, і покликані плекати і захищати пошкоджені ділянки від агресивних впливів хімічних засобів, несприятливі погодних умов і фізичного впливу ззовні.



Спеціальні лікувальні покриття досить поширені в SPA-салонах і салона краси. Також можна ними користуватися самостійно в домашніх умовах. Косметичний ринок пропонує широкий асортимент таких покриттів. Необхідно адекватно оцінити стан своїх нігтів, щоб підібрати підходящий засіб. Найбільш ефективні препарати, що містять кальцій, мінерали, вітаміни, шовкові волокна. Вони будуть сприяти інтенсивному зростанню і зміцненню нігтів і шкіри навколо них. Розглянемо найбільш затребувані:

- «Nail Protex» від Sally Hansen з вітамінами E і B5 відновлює і зміцнює структуру. Наноситься на нігті у кілька шарів без подальшого лакового покриття.
- «Original Nail Envy» містить кальцій, вітамін E і протеїни пшениці. З рекомендованими двома тижнями застосування надає необхідний комплексний догляд.
- Крем-масло «Fresh Melon Nail Butter» від BeYu з оліями ши мигдаля зміцнює нігті і блокує їх розшарування. Покривати нігті 2 рази на тиждень протягом місяця.



**Профілактичні заходи.** Ці засоби рекомендується застосовувати всім для підтримки здоров'я і краси рук, незалежно від наявності гелевого покриття.

- Періодичне, але регулярне зволоження кутикули натуральними маслами які захистять від пересихання і розшарування нігтьової пластини.
- Збалансоване харчування, збагачене різними вітамінами і мікроелементами, обов'язковим включенням овочів і фруктів для забезпечення організму всім необхідними поживними речовинами, а значить, для нормалізації всіх основних систем життєдіяльності.
- Прийом Бадів або мультивітамінних комплексів в сезони можливого виникнення авітамінозу.



Народні засоби. Люди завжди помічали цілюща і відновне вплив сил природи н



ослаблені місця і передавали покоління в покоління деякі народні рецепти, покликані відновити пошкоджені нігті. Розглянемо найбільш популярні. Сольові ванни

Дані склади рекомендуються для крихких, ламких і ослаблених нігтів. Для їх виготовлення потрібно змішати трохи морської солі з лимонним екстрактом або соком і декількома



краплями будь-якого цитрусового ефірного масла. Даний склад розчинити в теплій воді і занурити в неї руки на чверть години. У підсумку до нігтям не тільки повернеться еластичність, але і здоровий колір.

Сіточку з йоду. Даний спосіб є експрес методом, здатним швидко відновити повернути здоров'я нігтям, які потоншали його і відшарувалися в результат застосування гель-лаку. Тільки не потрібно перестаратися з нанесенням, оскільки спирт, що міститься в йоді, може сприяти випаровуванню вологи, необхідної для нормалізації обмінних процесів в нігтьовій пластині.

Вітамінний масаж. Необхідно взяти кілька капсул знаменитого своїми поживними і відновними властивостями вітамінізованого препарату «Аевіт» і легкими масажними рухами втирати засіб попередньо очищені пошкоджені нігті. Натуральні масла. Відомо, що натуральні масла багаті різними вітамінами і мікроелементами. Такий склад діє як відновник життєвих сил, міцності і натурального кольору навіть у найбільш уражених пластин. Для цього необхідно взяти невелику кількість натуральної масла (оливкового, мигдального, реп'яхової і ін), розігріти його в водяній бані до теплого стану і опустити в нього руки на 10-15 хвилин. Після чого промокнути паперовим рушником. Курс лікування - 2-3 рази в тиждень протягом місяця.





**Маска з ягід.** Дана процедура досить популярна наші дні і користується великою затребуваністю серед б'юті-блогерів. Для оптимального склад необхідно змішати садові та борові ягоди: брусниця, обліпиху, червону і чорну смородину, журавлину, - з принципом «чим кисліше-тим краще». В даному складі лікувати буде вітамін С, рясно міститься в даних ягодах. Він поверне фортеця і активізує міжклітинні обмінні процеси. Слід нанести розім'яту ягоду на нігтьові зони, через 15 хвилин змити прохолодною водою.

Не слід користуватися цим методом при наявності тріщин на руках, дрібних ран, виразок і області повного спилювання нігтьової пластини, так як кислота середовище може посилити ситуацію.

## ***Ароматерапія – підбір засобів та олій***

**Ароматерапія** — це стародавнє, вдосконалене віками мистецтво використання ефірних олій, фітонцидів рослин та інших ароматних речовин для укріплення фізичного та психічного здоров'я та для косметичного догляду за тілом. Використання ароматичних речовин відоме ще з часів стародавніх культур Єгипту, Індії і Китаю, античної Греції та Риму.

Ароматерапевти застосовують ефірні олії, їх розчини в рослинних оліях (жирах), гідрозолі. Ефірні олії додають у воду для ванн, використовують в аромалампах і в композиціях для масажу. Кожен із таких методів дозволяє корисним речовинам проникати в організм різними шляхами: через органи дихання або шкіру. Коли людина приймає ароматичну ванну, то отримує подвійний ефект: і вдихання, і проникнення через шкіру. Також масла можна використовувати для зміцнення нігтів

Дія ефірних олій

- Освіжаюче дію - ефірні масла Кананга, ялиці, імортеля, м'яти кучерявої, м'яти перцевої, лаванди, мандарина, бігардії, апельсина, лимона і ветівера.
- бадьорить - аромат лимона, свіжість зелені .
- Посилення працездатності - жасмин.
- Расслабляющее і заспокійливу дію - іланг - іланг. До того ж масло іланг - ілангу стимулює вироблення гіпофізом ендорфінів, що надають болезаспокійливу дію, викликають ейфорію і загострюють сексуальне бажання.
- розслаблюючим впливом володіють також базилік, гальбанум, імортель, ромашка, лаванда, меліса, мімоза, бігардія, апельсин, троянда, сандал, ваніль і кедр.
- Заспокійлива дія - кріп, герань, жасмин, ромашка, меліса, бігардія, ваніль, полин лимонний.
- Проти депресій і важких душевних станів - бергамот.



- Болезаспокійлива дію, відчуття легкості і внутрішньої розкутості - грейпфрут.
- Стимулююча дія - ефірні масла коріандру, мускатника, гвоздики, м'яти перцевої, вербени, розмарину, ялівцю, ісопу і лимона.
- Очищуючий дію - масла герані, лаванди, лимонника, мускатника, апельсина, троянди, розмарину, шавлії, лимона і лепехи.
- гармонізують дією - масла

Кананга, гальбанума, герані, жасмину, майорану, мандарина, мімози, апельсина, троянди і сандалу.

- Чуттєве дія - ефірні олії бергамоту, Кананга, герані, жасмину, кардамону, мандарина, бігاردії, апельсина, пачулі, троянди, сандалу, іланг- ілангу, полину лимонної.
- Зміцнююче дія - ефірні масла дудника, лаванди, меліси, мускатника, м'яти перцевої, розмарину, вербени, кедра, лимона, ветівера і полину.
- антистресову дію - ефірні олії бергамоту, гальбанума, герані, жасмину, коріандру, лаванди, мімози, бігاردії і пачулі.

## ***Парафіноterapia – засіб лікування сухої шкіри рук.***

Парафіноterapia є прекрасним засобом зробити шкіру рук і ніг красивою, зволоженою, здоровою. Після процедури шкіра стає біліше, зволоженою. Особливо актуально процедура парафіноterapiї стає під час зміни сезонів, коли шкіра рук



особливо чутливо реагує, сохне, обвітряється, тріскається, луштитися.

Після процедури парафіноterapiї шкіра стає гладка, м'яка, ніжна, здорова, зволожена. Парафіноterapia стане порятунком для людей з дуже сухою шкірою рук.

Якщо в парафін додати ефірні масла, досягається повна релаксація і душевний комфорт. Парафін має розігрівуючий і розслаблюючий вплив. Тому з великим успіхом використовується в косметології.

Розплавлений парафін, при температурі приблизно 54 градуси, до в'язкої тягучої маси білого кольору, використовують в парафіноterapiї.

Парафіноterapia застосовують в комплексі в лікуванні наслідків травм, захворювань суглобів, болю в руках і ногах. Через те, що після охолодження парафін зменшується в розмірі, стискається через 25 хвилин, він охоплює шкіру рук і розгладжує шкіру. Це дозволяє усунути набряклість. Зазвичай під парафін наноситься лосьйон або зволожуючий крем.



зберігається приблизно сім днів. Додавання ефірних масел, ароматизаторів цілющих трав і вітамінів сприятиме оновленню шкіри. Посилити лімфодренаж і поліпшити пружність шкіри допоможе парафіноterapia з додаванням морських водоростей. У парафіні присутня спеціальна емульсія вітаміну Е. Цей компонент має протизапальну, спазмолітичну і розсмоктуючу властивість.

Парафіноterapia сприяє оздоровленню рук. Процедура виконується так. Спочатку майстер дезінфікує руки, свої та клієнта. Потім масажними рухами в шкіру рук втирається спеціальний живильний крем. До цього моменту вже готова ванночка з розплавленим парафіном. Ручки необхідно занурювати в теплий парафін від 3 до 5 разів. Після занурення руки загортають в захисні пакети. На шкіру парафін можуть накладатися у вигляді аплікацій. Не бійтеся обпекти шкіру рук клієнта. Адже парафін має низьку теплопровідність, повільно віддаючи тепло рукам. Зверху одягають махрові рукавички спеціально для парафіноterapiї. В такому стані руки знаходяться 15 - 20 хвилин. У цей момент шкіра рук підвищується на 1-2 градуси. Верхній роговий шар шкіри розм'якшується під дією гарячого парафіну. Розширюється міжклітинний простір. Це призводить до розкриття пір, потовиділенню, висновку солей і токсинів. Поступово парафін остигає. Живильні компоненти з крему проникають в шкіру і закриваються пори. Після цього знімаються рукавиці з пакетами. Використані захисні пакети із залишками парафіну викидаються. Розігрітим вологим рушником протирається шкіра рук. Завершальним етапом стає нанесення на шкіру рук захисного крему. Результатом процедури стає очищена, піживлена кремом, доглянута шкіра.



В результаті парафіноterapiї відновлюється водний баланс шкіри. Шкіра руки зволожена. Всі токсини вийшли під тепловою дією парафіну. Парафіноterapia сприяє відновленню епідермісу, має загоювальні властивості за рахунок підвищення припливу крові. Парафіноterapia має свої протипоказання. Це висип і рани на шкірі, варикозне розширення вен, підвищений артеріальний тиск. Інфекційні захворювання гіпертонічна хвороба і діабет так само є протипоказаннями до парафіноterapiї.

## *Система SPA – препаратний манікюр*

- ♥ *пілінг – сучасне очищення шкіри рук, нанесення живильної маски;*
- ♥ *масаж кистей рук та догляд за шкірою рук і нігтями з використанням сучасних косметичних, рослинних засобів, глин та олій;*

– пілінг – сучасне очищення шкіри рук, нанесення живильної маски; масаж кистей рук та догляд за шкірою рук і нігтями з використанням сучасних косметичних, рослинних засобів, глин та олій. *Запечатування нігтів - Це процедура що дозволяє повернути ламким нігтям красу, здоров'я і силу! Якщо в даний час нігті переживають не найкращі часи, запечатування - це те, чого вони потребують. Процедура представляє собою інтенсивний догляд за нігтями, що захищає їх від розшаровування, пересихання, стимулюючи і зміцнюючи їх зростання, що забезпечує живлення і зміцнення нігтьової пластини.*

Ця процедура, як правило, призначена для крихких і тонких нігтів, що шаруються. Також рекомендують проводити її після зняття нарощених нігтів для зміцнення натуральних, попереджаючи їх розшарування і висихання, стимулюючи зростання. На нігті в процесі запечатування утворюється спеціальна плівка, що служить надійним захистом протягом 2-3-х тижнів - у нігтьової пластини є всі необхідні для здоров'я речовини. У цей час можна робити манікюр, покривати нігті декоративним лаком і виконувати майже будь-яку роботу.

В даний час техніка запечатування нігтів зустрічається в декількох варіантах, залежності від застосування косметичних засобів, але першовідкривачем вважається японський манікюр або «P-Shine» (Pi-Шайн), що має 4-х вікову історію. Це секрет стародавнього манікюру з використанням тільки природних препаратів і матеріалів, що дозволяли японським дамам вищого суспільства домагатися делікатного блиску нігтів, по вигляду нагадували рідкісний рожевий перли.

Саме в натуральності використовуваних компонентів складається основна перевага японського манікюру. Це дозволяє рекомендувати його для пошкодженого, ослабленого нігтів. У традиційному японському манікюрі майстер за час всієї процедури жодного разу не торкається до рук клієнта синтетичною пилою або металевим інструментом.

Обробка нігтів складається з 3-х основних етапів: *діагностика і догляд за кутикулою манікюр із застосуванням спеціального набору і сухий масаж.*

Перший етап - підготовка нігтьової пластини - «дихання нігтя» і обробка кутикули пом'якшуючими і лікувальними засобами. Кутикула забирається дерев'яною паличкою, зробленою з особливого сорту апельсинового дерева - татібуну, з допомогою рідини з екстрактом морських водоростей і мінеральними компонентами. Після цього нігтьова пластина обробляється мінеральною пастою з лікувальними властивостями і виробляється шліфування нігтя полірувальним блоком з натуральної телячої шкіри. До складу цієї пасти входять такі компоненти: перлова крихта, кераміка, кальцій, рідкісний кварц. Пілінг субстанції сприяє підвищенню

еластичності нігтьової пластини і дають можливість, не залишаючи подряпин відшліфувати її дрібні нерівності. Бджолиний віск і парафін у складі пудри на поверхні нігтя створюють тонку захисну плівку, надовго зберігаючи природний блиск.Затем поліруючої пудрою проводять «запечаткування нігтя» і його шліфування спеціальним полірувальним блоком. Кремнієва пудра створює захисну оболонку крізь яку не проникають ніякі хімічно шкідливі сполуки, а нанесена раніше мінеральна паста живить ніготь. В заключення класичного японського манікюру робиться ароматичний масаж рук гарячими мішечками з травами і мінеральними солями і нанесення індивідуально підібраного лікувального покриття. У багатьох салонах запечаткування нігтів проводиться як окрема процедура тривалістю близько 30 хвилин. Нігті, після зняття лаку, розм'якшують у ванночці з лікарським настоєм застосовуваним при ламкості. Після цього на сухі нігті наносять крем на основі бджолиного воску, після чого, видаливши залишки крему, за допомогою ватного тампона втирають вітамінізоване масло - по 2 хвилини на кожен палець. Далі нігть очищають від залишків олії і наносять основу, лак і нарешті, для прискорення висихання всіх шарів лаку, що закріплює покриття з ефектом сушіння.

Під час процедури ніготь покривається поновлюючими мікроелементами і воском. Завдяки цьому лусочки, з яких складається нігтьова пластинка, підживлюються відсутніми компонентами і запечатуються, стаючи більш здоровими і міцними. Завдяки постійному виконанню такого манікюру нігтьова пластинка вирівнюється, поліпшується і стає практично ідеальною.

Існує кілька варіантів «ремонту», вибір яких залежить від ступеня «поломки». Для «легких травм» типу тріщини або надлому підійде заклеювання. Воно робиться з допомогою прозорого пластиру для нігтів. При великій тріщинці найкраще скористатися спеціальним клеєм. Але після заклеювання клеєм надлом найкраще зміцнити зверху прозорим пластиром.

Звичайно, ці процедури не відновлять нігтик, але вони дозволять зберегти гарний манікюр до тих пір, поки ніготь не відросте.

У самих крайніх випадках, коли ніготь надламаний дуже сильно, від нього все доведеться позбутися. Однак не поспішайте бігти за ножицями або кусачками обрізати всі свої ненаглядні нігті «під корінь». Їх можна і наростити. Можна скористатися послугами фахівців. Однак не завжди знайдеться час на підхід до салону, та й у фінансовому відношенні ця процедура може виявитися не всім підходящою. А можна це зробити самим будинку - кожен сам вибирає, що йому більше підходить. Як? Ми вам зараз розповімо.

У спеціальних салонах і магазинах продаються пластикові пластинки, що імітують вільний край нігтя. Крім того, вам знадобиться клей для нігтів. Про ці речі найкраще подбати заздалегідь, не чекаючи, поки станеться непередбачене, так як це може статися і пізно ввечері, коли бігти вже буде нікуди.

Отже, процедура наклеювання «імплантанту» схожа на процедуру манікюру.

*Спочатку* «хворий» нігтик потрібно очистити від забруднень і мертвою шкіркою кутикули. Далі підпиляти кінчик пилкою. Ви, напевно, пам'ятаєте, що для цих цілей не можна використовувати грубу металеву пилку. Звертайтеся з нігтями ніжно, тоді отримаєте ідеальний результат.

*Наступний етап* - наклеювання пластикового нігтя, точніше, кінчика нігтя. Першим слід правильно підібрати накладку за формою і довжиною. З довжиною, принцип, все зрозуміло. Довгі нігті можна завжди підрізати. Особливу увагу

потрібно звернути на ширину і вигин «імпланта». Найкращим способом перевірки є примірка.

Після того як ви будете повністю впевнені в тому, що вибрали накладки ідеальної форми, можна приступати до наклеювання. Для кращого склеювання поверхню «свого» нігтя потрібно зробити матовою і гладкою (звичайно, з допомогою пилочки). Намагайтеся не наносити занадто багато клею. «Імпланта» слід добре притиснути до нігтя, а потім видалити залишки клею. Різницю між своїм стороннім нігтем потрібно підпиляти в основі.

Готовий нігтик краще не турбувати протягом 1 години, щоб клей як слід закріпився. Потім, за бажанням, можна покрити ніготь лаком.

