



中国美发美容协会
China Hairdressing & Beauty Association



OMC全球会员国代表
OMC Country Member

权威
推荐

MILADY
STANDARD
NAIL TECHNOLOGY



CENGAGE
Learning®

国际美甲造型标准教程

[美] Milady 编著
吴达茄 译



中国工信出版集团



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

MILADY STANDARD NAIL TECHNOLOGY

国际美甲造型 标准教程

[美] Milady 编著

吴达茄 译



人民邮电出版社

北京

图书在版编目 (C I P) 数据

国际美甲造型标准教程 / (美) 时髦女士 (Milady)
编著 ; 吴达茹译. — 北京 : 人民邮电出版社, 2016. 5
ISBN 978-7-115-41597-4

I. ①国… II. ①时… ②吴… III. ①指 (趾) 甲—
化妆—教材 IV. ①TS974. 1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第014116号

版权声明

[Milady Standard Nail Technology]

[Milady]

Copyright © 2016 by Delmar, a part of Cengage Learning.

Original edition published by Cengage Learning. All Rights reserved. 本书原版由圣智学习出版公司出版。版权所有, 盗印必究。

Post & Telecommunications Press is authorized by Cengage Learning to publish and distribute exclusively this simplified Chinese edition. This edition is authorized for sale in the People's Republic of China only (excluding Hong Kong, Macao SAR and Taiwan). Unauthorized export of this edition is a violation of the Copyright Act. No part of this publication may be reproduced or distributed by any means, or stored in a database or retrieval system, without the prior written permission of the publisher.

本书中文简体字翻译版由圣智学习出版公司授权人民邮电出版社独家出版发行。此版本仅限在中华人民共和国境内 (不包括中国香港、澳门特别行政区及中国台湾) 销售。未经授权的本书出口将被视为违反版权法的行为。未经出版者预先书面许可, 不得以任何方式复制或发行本书的任何部分。

981-1-285-08047-5

Cengage Learning Asia Pte. Ltd.

151 Lorong Chuan, #02-08 New Tech Park, Singapore 556741

本书封面贴有Cengage Learning防伪标签, 无标签者不得销售。

◆ 编 著 [美] Milady

译 吴达茹

责任编辑 李天骄

责任印制 周昇亮

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京市雅迪彩色印刷有限公司印刷

◆ 开本: 787×1092 1/16

印张: 16.75

2016年5月第1版

字数: 716千字

2016年5月北京第1次印刷

著作权合同登记号 图字: 01-2015-7373号

定价: 99.00元

读者服务热线: (010) 81055296 印装质量热线: (010) 81055316

反盗版热线: (010) 81055315

广告经营许可证: 京东工商广字第8052号

目录

第1部分 入门指导 / 13

第1章 历史和职业发展机会 / 14

美容和美甲技术简史 / 16
美甲师的职业发展道路（美国） / 19
复习题 / 21

第2章 生活技能 / 22

生活技能 / 24
成功的指导原则 / 24
成功的法则 / 25
认识和管理压力 / 25
动机和自我管理 / 26
管理自己的职业生涯 / 27
设定目标 / 27
时间管理 / 29
学习技能 / 30
道德规范 / 31
个性发展和态度 / 32
复习题 / 33

第3章 你的职业形象 / 34

美丽与健康 / 36
外表很重要 / 37
你的仪态 / 38
复习题 / 39

第4章 成功的沟通技能 / 40

人际关系 / 42
沟通的基本原则 / 43
客户咨询/需求评估 / 46
沟通中的特殊问题 / 48
沙龙内部的沟通 / 50
复习题 / 52

第2部分 科学概论 / 53

第5章 感染控制：原则和实践 / 54

感染原则 / 56
预防原则 / 62
标准预防措施 / 70
专业的沙龙形象 / 70
复习题 / 83

第6章 解剖学和生理学概述 / 84

细胞 / 86
组织 / 88
器官和身体系统 / 88
骨骼系统 / 90
肌肉系统 / 92
神经系统 / 95
循环系统 / 97
淋巴/免疫系统 / 100
内分泌系统 / 101
消化系统 / 102
排泄系统 / 102
呼吸系统 / 102
皮肤系统 / 103
生殖系统 / 103
复习题 / 103

第7章 皮肤结构、生长和营养 / 104

皮肤解剖结构 / 106
保持皮肤健康 / 111
皮肤老化 / 112
皮肤问题 / 114
在沙龙中预防皮肤问题 / 119
复习题 / 123

第8章 指甲的结构与生长 / 124

自然指甲单元 / 126
指甲构造 / 126
指甲的生长 / 128
了解你的指甲 / 129
复习题 / 129

第9章 指甲失调和疾病 / 130

指甲失调 / 132
指甲疾病 / 137
复习题 / 139

第10章 化学基础知识 / 140

化学 / 142
物质 / 142
酸碱度 (pH) / 148
复习题 / 149

第11章 美甲产品的简易化学知识 / 150

了解化学品 / 152
附着力、黏合剂和底油 / 152
清洁的开始 / 153
指甲涂料 / 154
过度接触的原则 / 158
复习题 / 161

第12章 电的基本知识 / 162

电力 / 164
电力设备安全 / 166
复习题 / 168

第3部分 指甲保养 / 169

第13章 美甲 / 170

有关美甲专业人员的州规定 / 172

美甲技术工具 / 172
专业美甲产品 / 179
基础美甲 / 182
男士的美甲服务 / 185
按摩 / 186
SPA美甲 / 187
芳香疗法 / 188
石蜡护理 / 188
美甲艺术 / 190
仅仅是个开始 / 190
复习题 / 207

第14章 修脚 / 208

修脚工具 / 210
专业修脚产品 / 215
关于修脚 / 216
消毒 / 221
复习题 / 229

第15章 电动锉削 / 230

电动锉刀的类型 / 232
电池供电式微型马达机器 / 232
手持式微型马达机器 / 232
选择电动锉刀 / 233
关于锉头 / 234
电动锉削技术 / 238
修脚的电动锉刀 / 243
排除问题 / 243
电动锉削安全提示 / 245
继续教育 / 245
复习题 / 247

第16章 甲片和甲套 / 248

甲片 / 250
甲套 / 251
甲套的保养、修复和去除 / 252
复习题 / 265

第17章 单体液和聚合粉指甲增强产品 / 266

- 单体液和聚合粉增强产品的化学成分 / 268
- 单体液和聚合粉指甲增强用品 / 270
- 单体液和聚合粉增强产品的保养和裂缝修复 / 272
- 无气味单体液和聚合粉产品 / 274
- 有色聚合粉产品 / 274
- 复习题 / 289

第18章 UV和LED凝胶 / 290

- UV和LED凝胶的化学成分 / 292
- UV和LED凝胶 / 292
- UV和LED凝胶用品 / 295
- 何时使用UV或LED凝胶 / 295
- 选择合适的UV或LED凝胶 / 296
- UV或LED灯和灯泡 / 296

- 凝胶指甲油 / 297
- UV和LED凝胶的保养和去除 / 298
- 复习题 / 317

第19章 创意修饰 / 318

- 向客户介绍美甲艺术 / 320
- 色彩理论 / 321
- 指甲油 / 322
- 涂漆 / 323
- 单体液和聚合粉美甲艺术 / 325
- UV凝胶美甲艺术 / 326
- 装饰品 / 327
- 喷枪 / 328
- 美甲比赛 / 330
- 仅仅是个开始 / 335
- 复习题 / 346



(以上内容请扫码关注【尚美客】公众微信号，
回复【41597】下载阅读)

MILADY STANDARD NAIL TECHNOLOGY

国际美甲造型 标准教程

[美] Milady 编著

吴达茹 译



人民邮电出版社

北 京

前言

本系列图书原版引进自美国圣智学习中心,是美国职业教育学校使用的标准职业教材。英国、西班牙、墨西哥、巴西、澳大利亚、新加坡、日本、韩国等国家均已引进出版。本系列图书一共5本,包括:《国际美发技术标准教程》、《国际美容护肤标准教程》、《国际化妆造型标准教程》、《国际美甲造型标准教程》以及《国际剪发技术实例教程》。图书经过多名国际及美国行业专家、行业优秀人才、教育主管等多次修订编写而成,全面、详细、专业地对行业从业人员需要掌握的基础理论及操作技术进行了详细的图解说明。

■ 致学员

恭喜!你选择了一个充满无限潜力的职业,这一职业可培养你从多方面发展,让你成为一名自信、成功的专业美甲师。作为一名专业美甲师,你将在客户的生活中扮演至关重要的角色。你的客户将依赖于你为他们提供持续的服务,帮助他们让自己的仪表最得体。

《美甲》杂志的行业统计数据显示,在2013年,专业美甲师为美国上百万追逐时尚的客户提供了价值超过485亿元的美甲、修脚和指甲增强服务。美甲业务随着产品技术、应用技巧和商业策略方面的新突破而不断进步和发展,对受过培训且精明能干的美甲师的需求同样在不断增加。本书是所有专业美甲师开启其职业生涯首先需要学习的基本美甲技术。

你很幸运,因为将有杰出的导师与你分享他们的技能和经验。你将在研讨会、讲习班和会议上遇到其他行业专家,从而学到最新的技术、特定产品知识和管理流程。当然,你获得的所有经验将让你对所选的职业有更深入的了解。你将建立一个专业人际网络,可向他们征询职业建议、寻求机遇和方向指导。不管你选择哪个方向,我们都祝你有一个成功、愉快的旅程!

■ 致导师

本书是在许多导师和专业人士的帮助下编写完成的。Milady调查了来自美国各地的导师、专业美甲师和护理局管理人员,并收到了来自众多专家的详细意见,从而了解到需要更改、添加或从上一版本中删除哪些内容。

本书包含有关许多主题的新信息,包括感染控制、产品化学、美甲、修脚、电动锉削、单体液和聚合粉美甲以及UV和LED胶。还介绍了最新的美甲艺术工具和技术。

作为导师,当你要求提供描述美甲师开展其工作和为其客户服务的照片和图片时,我们听取了你的意见;我们进行了为期6天的照片拍摄,目的在于更新全书包括流程图片在内的超过230张图片。

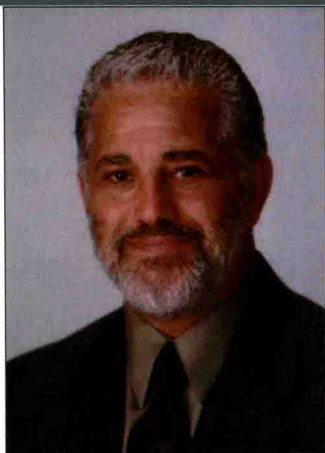
■ 本书特点

应你的需求,本书包含以下特点。



- **部分和章节。**本书分为 4 个部分和 22 章，非常易于使用。
- **全彩色图片。**所有图片均全彩色显示，有全新的照片向你展示美甲和修脚的分步流程、甲片和甲套、电动锉削、单体液和聚合粉美甲、UV 胶，还有一张全新的基本美甲图。
- **学习目标和复习题。**学习目标在每一章为学员提供成果导向的可衡量目标。用复习题进一步强化这些目标，评估学员对学习目标中设定的目标把握得如何。
- **实际皮肤照片与指甲失调和疾病。**包含了全彩色照片来帮助学员更准确地鉴别皮肤与指甲失调和疾病。
- **客户咨询准则。**用一整章内容着重介绍客户咨询和为识别和满足每个客户的需求提供建议。
- **化学品安全保障。**专门用一整章内容探讨美甲沙龙中的化学品安全这一重要主题。学员将学习识别美甲沙龙中常用的化学品如何造成伤害，如何保护他们自己及其客户，以及如何查阅安全说明书（SDS）（原名为化学品安全说明书 [MSDS]）。
- **安全注意事项。**突出显示的安全注意事项提醒学员注意可能涉及危险程序的服务。这些注意事项讲解了如何避免危险情况以及如何在安全、干净的环境中提供服务。
- **技巧。**这些技巧就最高效地完成分步流程的方式给出提示，帮助学员提高其美甲技术技能。
- **业务技巧。**这些技巧帮助美甲师改善其业务关系，从而确保完整的客户满意度。
- **应用技巧。**这些技巧让美甲师在执行服务流程时有更深入的认识。

关于作者



■ 吉姆·麦克尼尔 (JIM MCCONNELL)

吉姆·麦克尼尔于1986年获得了俄勒冈大学的化学学士学位，自1988年以来一直是聚合物领域的一名化学家。从俄勒冈大学毕业后，他先后12年在石油行业担任一名催化化学家，并在木制品、混凝土涂层和钢材涂层行业担任聚氨酯和环氧树脂化学家。他和他的妻子Lezlie于1998年创立了McConnell Labs, Inc.，专门为他们在奥勒冈州尤金市的沙龙制造淡雅美甲产品。他们很快就开始在全球销售UV胶产品。麦克尼尔为全球许多美甲技术杂志撰过稿，帮助解答问题、宣传化学知识和解释UV光技术。他还担任过美国钢结构油漆协会（SSPC）和美国腐蚀工程师协会（NACE）各委员会的董事会成员。



■ 珍妮特·麦考密克

(JANET MCCORMICK), MS, CIDESCO

珍妮特·麦考密克是一名经验丰富的执业美容师和美甲师，一名受欢迎的培训师，曾是水疗中心总监和一家成功沙龙的前经营者。身为三本书的作者，她还为两个专业的业界典范教科书撰写过几章，并在美容行业贸易杂志中写过上百篇备受推崇的文章。

麦考密克是Medinail Learning Center的联合经营者，这家公司提供两种认证：面向沙龙美甲师的高级美甲师认证项目和医疗美甲师认证项目，后者是一个培训美甲师在足医诊所工作的项目。她还是一家咨询和培训公司Spa Techniques的经营者，并且以此公司的名义撰写文章。



■ 维姬·彼得斯 (VICKI PETERS)

作为一名美甲师，维姬·彼得斯因获得美甲冠军而享誉业界。作为一名封面艺术家和作家，她的作品在全球发表，超过了美甲业历史上的任何其他美甲师。作为一名教育工作者，她培训了来自俄罗斯、德国、日本、爱尔兰、英国、加拿大、墨西哥、非洲、澳大利亚和美国的技术人员。作为一名行业领导者，她指导了数千家公司，引领行业达到新的水平。彼得斯是拥有31年资历的资深美甲师、过往美甲比赛的冠军、裁判和赛事主任、技术教育工作者和特约商业演讲嘉宾。她也是Milady Nails Q&A Book、Drilltalk、The Competitive Edge和Novartis' Nail Healthy Guide的作者。她的美甲艺术在电视指南、Dayspa、美甲、Nailpro、Nailpro Europe和众多时尚杂志的封面上出现过。她在美甲业的专长包括沙龙工作和实际技术经验、研发、教育和全球讲课。

■阿莉莎·里曼多·波特罗 (ALISHA RIMANDO BOTERO)

阿莉莎·里曼多·波特罗是美甲行业公认的著名培训和教育专家之一。在担任教育工作者的头两年，她在美国超过 100 所美容学校和职业技术学校中授过课。在波特罗 14 年的职业生涯中，她的工作可谓“开创性的”；她是超过 1 500 个宣传和教育活动的平台艺术家和励志演说家。她参加过世界各地超过 100 次美甲比赛，于 2005 年赢得了世界冠军。波特罗与研发化学家一同致力于开发人造美甲产品、纳米护肤品和甲皮护理品、指甲油系列和天然护甲产品。她的创新产品系列之一荣获业界最佳包装 ABBIE 奖，而且其他几种产品被公认为是顾客首选的最佳产品。

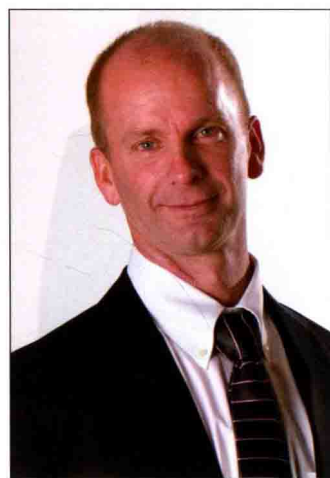
身为艺术美甲设计 (Artistic Nail Design) 公司的执行副总裁和创意总监，波特罗不断鞭策自己和她的团队为专业美甲市场打造高品质产品和优质培训。



Janel McCormick, MS, Nail Technician, Esthetician and Author, Fotoproof, FL 供图

■约翰·哈拉勒 (JOHN HALAL)

43 年前，约翰·哈拉勒开始投身美容行业，最初担任发型师。他是一名执业美容导师，曾是发廊和学校的老板，目前是 Tricoci University of Beauty Culture 的教育主管。哈拉勒是化妆品化学家协会 (SCC) 的一名附属成员和 Beauty Changes Lives (BCL) 的财务主管，是美国美容学校协会 (AACS) 的前任会长和印第安纳美容美发协会 (ICBA) 的现任会长，是 Hair Structure and Chemistry Simplified and Milady Hair Care and Product Ingredient Dictionary 的作者，还是《国际美容护肤标准教程》和若干其他 Milady 出版物的投稿人。哈拉勒以最高荣誉从印第安纳大学获得了副学士学位，是黄金重点国家荣誉协会和 Alpha Sigma Lambda 的一名成员。他撰写了涵盖各方面主题的许多文章，这些文章已在若干专业贸易杂志上发表。他经常作为演讲嘉宾四处旅行，以解决专业和消费群体的需求。



Jim McConnell Labs, Inc 公司供图

■玛丽·安·基尔戈 (MARY ANN KILGORE)

玛丽·安·基尔戈持有心理学学士学位和工业与组织心理学硕士学位，是一名执业美容师。高中毕业后，她遵从自己的美容爱好报名进入了一所美容学校。毕业后短短 5 年，她就开了一家全方位服务发廊。鉴于其发廊经营经验和十几年来在发型设计师岗位上的磨炼，她成为一个创意产业的管理者是必然的结果。基尔戈有着强烈的求知欲。白天在发廊工作的同时，她读了一所大学，于 2001 年获得了心理学硕士学位。她从自己经营发廊转为在企业工作，并且仍然保留着先前的客户。

凭借超过 15 年的培训开发和引导经验，基尔戈为金融、人力资源、客户服务、运营、制造和美容行业等领域的团队设计和交付了广泛的学习解决方案。另外，她还是一家领先的零售美容店管理了一支美容顾问团队。她目前在一家国家美容产品公司担任沙龙顾问一职，同时兼任美甲师。



Vicki Peters 供图



■ 道格拉斯·朔恩 (DOUGLAS SCHOON)

道格拉斯·朔恩拥有 30 年的从业经验，曾担任过研究员、国际讲师、作家和教育工作者，并是专业美容界公认的权威。他担任 Creative Nail Design (CND) 研发项目的项目总监有 19 年，过去 6 年他是自己创立的咨询公司 Schoon Scientific 的总裁。他极力主张沙龙安全，是专业美甲界在美国、欧洲、加拿大、澳大利亚和日本的科学和技术问题的代表。朔恩是几本书的作者和视听培训计划的创建者，并且写了数百篇有关沙龙化学品、化学品安全和消毒的文章。作为一名作家和演说家，他因能将复杂的理论和概念讲得有趣且通俗易懂而为人称道。他最新的一本书，*Nail Structure & Product Chemistry*，第二版（圣智学习出版）也被视为面向专业美甲师的一个很好的资源。目前，朔恩是专业美容协会（PBA）的指甲油制造商委员会（NMC）的一名联席主席。



■ 杰瑞尔 E. 斯皮尔 (JERYL E. SPEAR)

杰瑞尔·斯皮尔是一名资深造型师，曾经是沙龙老板。在美容业的 20 年间，她的技艺至臻完善。在 Beauty Launchpad 担任了 4 年的执行编辑之后，杰瑞尔于 2011 年成为 HOT 美容杂志的主编和创意总监，这是专注于专业美容行业各门类的领先贸易刊物（印刷和电子形式）。

■ 上一版撰稿人

黛博拉·比蒂 (DEBORAH BEATTY)
 朱厄尔·坎宁安 (JEWELL CUNNINGHAM)
 凯瑟琳 M. 佛兰吉尔 (CATHERINE M. FRANGIE)
 林·哈尔彭 (LIN HALPERN)
 拉辛达·汉丁斯 (LACINDA HEADINGS)
 南希·金·修普 (NANCY KING HEUPEL)
 特里·伦德伯格 (TERRI LUNDBERG)
 戈弗雷 F. 米克斯 (GODFREY F. MIX), D.P.M.
 劳拉 J. 米克斯 (LAURA J. MIX)
 丽贝卡·莫兰 (REBECCA MORAN)
 杰奎琳·奥里芬特 (JACQUELINE OLIPHANT)
 苏·艾伦·舒尔特斯 (SUE ELLEN SCHULTES)

致谢

Milady 工作人员和撰稿人希望对帮助完善了本书的许多人和组织表示感谢。正是因为他们的意见，我们能够出版对于美甲技术领域的学员和专家而言均是宝贵资源的这样一本书。我们对为该版本做出贡献的所有人表示衷心的感谢和感激。

■ 特别感谢以下人员和组织

- Entity 1 Gel Technology 公司。
- Atwood Industries 公司。
- Medicoool, Inc. 公司。特别感谢史蒂夫·华乐丝 (Steve Wallace) 提供第 15 章中的电动部件图片。
- KUPA, Inc. 公司。
- 感谢约瑟芬 (碧娜) 莫尔 [Josephine (Pina) More] 出色的照片拍摄，完美的技术技能和她过人的精力和敬业精神。
- 感谢 Aerovex Systems, Inc. 公司总裁杰夫·卡德瑞拉 (Jeff Cardarella) 提供美甲沙龙通风设备。
- 感谢位于纽约克里夫顿公园的 Bella Moda 的美甲师托尼 VU (Tony VU) 在整本书中展现的非凡的美甲艺术创作。
- 感谢纽约莱瑟姆 Inside Out Beauty Consulting 的丹尼尔·克拉尔 (Danielle Klahr) 应用她的专业、专长和技术知识。
- 感谢来自纽约古德兰的化妆师托姆·坎默 (Thom Cammer) 。
- 感谢化妆师艾米·伊丽莎白·史密斯 (Amy Elizabeth Smith) 在我们的模特身上做出的惊人化妆设计。
- 感谢纽约豪斯维尔的黛布拉·温达斯 (Debra Windus) 大力帮助我们收集拍照用的物资。
- 感谢吉恩·克劳德和他在纽约奥尔巴尼 Jean Paul Day Spa 和 Hair Salons 的团队。吉恩·克劳德让 Milady 工作人员拍摄了一整天。特别感谢香农·格雷迪 (Shannon Grady) 、凯思琳·德维 (Kathleen Dewy) 、摩根·杜克 (Morgan Duke) 、艾希莉·洪科 (Ashley Junco) 和黛布拉·博杜安 (Debra Beaudoin) 的帮助。
- 感谢美甲和手模特的耐心和敬业：雪莉·阿伦斯伯格 (Shirley Arensberg) 、图尼卡·比尔德 (Tunika Beard) 、金柏莉·卡多纳 (Kimberly Cardona) 、萨曼莎·库克 (Samantha Cook) 、斯蒂芬妮·费雷蒂 (Stephanie Ferretti) 、丹尼尔·克拉尔 (Danielle Klahr) 、马谢勒·米尔克斯 (Marchelle Milkes) 、格雷格·雷诺 (Greg Rayno) 、小帕特丽夏·赖利 (Jr., Patricia Reilly) 、鲍勃·雷斯尼克 (Bob Resnick) 、希娜·萨洛内 (Sheena Salone) 、尼莎·托马斯 (Nisha Thomas) 和罗西 Vu (Rosie Vu) 。
- Durocher Enterprises Inc 总裁布赖恩·迪罗谢 (Bryan Durocher) 。

- 美甲杂志。
- 马恩岛国家文物局。
- 罗马美甲学院。
- 来自 Ecsalonce 的凯瑟琳·黄 (Catherine Wong) 。
- 来自 ViVid Nail & Beaute Salon 的韦夫·西蒙兹 (Viv Simmonds) 。
- 辛迪·戴维斯 (Cindy Davis) 。
- 感谢马西米利亚诺·布拉加 (Massimiliano Braga) 制作指甲。
- Noble Nails 的路易丝·卡拉威 (Louise Callaway) 。
- LCN / Wilde Cosmetics GmbH。
- Emilio 公司。

■ 审稿人

- 芭芭拉·阿塞洛 (Barbara Acello) , Innovations in Health Care, 得克萨斯州丹顿
- 弗朗西丝 L. 阿切尔 (Frances L. Archer) , MHSA, The Nail Clinic School of Manicuring, 南卡罗来纳州哥伦比亚
- 梅勒妮·比奇 (Melanie Beachy) , Carriage Court Salon, 俄亥俄州平原城
- 阿米·巴斯 (Ami Barth) , 肯塔基州贝尔维尤
- 梅林达 T. 博雷戈 (Melinda T. Borrego) , 玛丽尼罗美容学校, 康涅狄格州北格兰比
- 洋太·博特萨拉斯 (Yota Botsaras) , 沙龙老板, 加利福尼亚州赛普拉斯
- 苏珊娜·卡萨贝拉 (Suzanne Casabella) , 纽约州执业美甲师和美容师, 纽约州柯萨奇镇
- 丽莎 W. 克劳福德 (Lisa W. Crawford) , Bellafonte Academy of Beauty, 肯塔基州梅斯维尔
- 乔安·迪普雷特 (JoAnn DiPrete) , Ultrionics, 俄亥俄州科普利
- 劳伦·盖勒 (Lauren Gellar) , Evergreen Beauty College, 华盛顿州马里斯维尔
- 莎丽·戈莱特利 (Shari Golightly) , 经营者 / 美容师 / RCMT / 灵气导师, 科罗拉多州格里利市
- 詹妮弗·海恩 (Jennifer Hain) , Columbia Montour Area Vocational Technical School, 宾夕法尼亚州密德堡
- 约翰·哈拉勒 (John Halal) , Honors Beauty College, Inc., 印第安纳州印第安纳波利斯
- 唐娜·海恩斯 (Donna Haynes) , Houston Training School, 得克萨斯州密苏里城
- 辛迪·海德曼 (Cindy Heidemann) , ABC School of Cosmetology, Esthetics, & Nail Technology Inc., 伊利诺伊州山中湖镇
- 梅格·金 (Meg King) , Spa Solas by Meg & Company, 宾夕法尼亚州阿德莫尔

- 苏珊·科拉尔 (Susan Kolar) , 大卫普莱斯利职业美容学校, Transitions School of Cosmetology Careers, 密歇根州阿玛达
- 洛里·马尼克 (Lori Manicho) , YourNewSchool, 俄亥俄州阿姆林
- 尤兰达·马修斯 (Yolanda Matthews) , The Cosmetology Connection & Consulting Services, 德克萨斯州休斯顿
- 珍妮特·麦考密克 (Janet McCormick) , 佛罗里达州弗罗斯特普鲁夫
- 劳里亚·马林斯 (Lauria Mullins) , Leander ISD, 德克萨斯州乔治城
- 达琳·雷 (Darlene Ray) , 米勒莫特技术学院, 田纳西州奥尔图
- 莱斯利·罗斯特 (Leslie Roste) , King Research 教育总监, 堪萨斯州普莱瑞村
- 谢丽尔·西姆金斯·安德森 (Cheryl Simkins-Anderson) , Jean Paul Salon & Day Spa, 纽约州奥尔巴尼
- 薇琪·塞尔韦 (Vickie Servais) , New Horizons Regional Education Center, 弗吉尼亚州汉普顿
- 罗伯特·斯伯丁 (Robert Spalding) , MediNail Learning Center 的 DPM, 田纳西州信号山
- 唐娜·西蒙斯 (Donna Simmons) , Tulsa Tech, 俄克拉荷马州科林斯维
- 玛德琳·乌多德 (Madeline Udod) , Eastern Suffolk BOCES (已歇业) , 纽约州法明维尔
- 金柏莉·卡特·威廉姆斯 (Kimberly Cutter-Williams) , 萨凡纳技术学院教育学硕士, 佐治亚州萨瓦纳

■ 拍摄地点

- Austin's School of Spa Technology, 纽约州奥尔巴尼
- CNY Healing Arts Wellness Center & Spa, 纽约州莱瑟姆市
- Jean Paul Spa & Salons, 纽约州奥尔巴尼和莱瑟姆市
- Kimberley's... A Day Spa, Ltd., 纽约州莱瑟姆市

■ 摄影师

- Joseph Schuyler Photography 公司, 纽约州奥尔巴尼
- 迪诺·帕特塞利 (Dino Petrocelli) , 专业摄影师, 纽约州奥尔巴尼
- 保罗·卡斯尔 (Paul Castle) , Castle Photography, Inc., 纽约州特洛伊
- Michael Dzaman Photography 公司 © Michael Dzaman/Dzaman Photography

目录

第1部分 入门指导 / 13

第1章 历史和职业发展机会 / 14

美容和美甲技术简史 / 16
美甲师的职业发展道路（美国） / 19
复习题 / 21

第2章 生活技能 / 22

生活技能 / 24
成功的指导原则 / 24
成功的法则 / 25
认识和管理压力 / 25
动机和自我管理 / 26
管理自己的职业生涯 / 27
设定目标 / 27
时间管理 / 29
学习技能 / 30
道德规范 / 31
个性发展和态度 / 32
复习题 / 33

第3章 你的职业形象 / 34

美丽与健康 / 36
外表很重要 / 37
你的仪态 / 38
复习题 / 39

第4章 成功的沟通技能 / 40

人际关系 / 42
沟通的基本原则 / 43
客户咨询/需求评估 / 46
沟通中的特殊问题 / 48
沙龙内部的沟通 / 50
复习题 / 52

第2部分 科学概论 / 53

第5章 感染控制：原则和实践 / 54

感染原则 / 56
预防原则 / 62
标准预防措施 / 70
专业的沙龙形象 / 70
复习题 / 83

第6章 解剖学和生理学概述 / 84

细胞 / 86
组织 / 88
器官和身体系统 / 88
骨骼系统 / 90
肌肉系统 / 92
神经系统 / 95
循环系统 / 97
淋巴/免疫系统 / 100
内分泌系统 / 101
消化系统 / 102
排泄系统 / 102
呼吸系统 / 102
皮肤系统 / 103
生殖系统 / 103
复习题 / 103

第7章 皮肤结构、生长和营养 / 104

皮肤解剖结构 / 106
保持皮肤健康 / 111
皮肤老化 / 112
皮肤问题 / 114
在沙龙中预防皮肤问题 / 119
复习题 / 123

第8章 指甲的结构与生长 / 124

自然指甲单元 / 126
指甲构造 / 126
指甲的生长 / 128
了解你的指甲 / 129
复习题 / 129

第9章 指甲失调和疾病 / 130

指甲失调 / 132
指甲疾病 / 137
复习题 / 139

第10章 化学基础知识 / 140

化学 / 142
物质 / 142
酸碱度 (pH) / 148
复习题 / 149

第11章 美甲产品的简易化学知识 / 150

了解化学品 / 152
附着力、黏合剂和底油 / 152
清洁的开始 / 153
指甲涂料 / 154
过度接触的原则 / 158
复习题 / 161

第12章 电的基本知识 / 162

电力 / 164
电力设备安全 / 166
复习题 / 168

第3部分 指甲保养 / 169

第13章 美甲 / 170

有关美甲专业人员的州规定 / 172

美甲技术工具 / 172
专业美甲产品 / 179
基础美甲 / 182
男士的美甲服务 / 185
按摩 / 186
SPA美甲 / 187
芳香疗法 / 188
石蜡护理 / 188
美甲艺术 / 190
仅仅是个开始 / 190
复习题 / 207

第14章 修脚 / 208

修脚工具 / 210
专业修脚产品 / 215
关于修脚 / 216
消毒 / 221
复习题 / 229

第15章 电动锉削 / 230

电动锉刀的类型 / 232
电池供电式微型马达机器 / 232
手持式微型马达机器 / 232
选择电动锉刀 / 233
关于锉头 / 234
电动锉削技术 / 238
修脚的电动锉刀 / 243
排除问题 / 243
电动锉削安全提示 / 245
继续教育 / 245
复习题 / 247

第16章 甲片和甲套 / 248

甲片 / 250
甲套 / 251
甲套的保养、修复和去除 / 252
复习题 / 265