

中国美容高等教育系列教材

北京中国驻颜美容学院
北京驻颜美容科学研究所

组织编写

美甲艺术教程

MEIJIA YISHU JIAOCHENG

主 编 ● 张春彦



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

中国美容高等教育系列教材

美甲艺术教程

MEIJIA YISHU JIAOCHENG

北京中国驻颜美容学院 组织编写
北京驻颜美容科学研究院

主 编 张春彦

副主编 王榕榕



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

美甲艺术教程 / 张春彦主编. — 北京: 人民军医出版社, 2010.7

(中国美容高等教育系列教材)

ISBN 978-7-5091-3936-3

I. ①美… II ①张… III ①指(趾)甲—美容—高等学校—教材 IV ①TS974.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 118862 号

策划编辑: 侯平燕 柯 鸣 文字编辑: 王红健 责任审读: 周晓洲

出 版 人: 齐学进

出版发行: 人民军医出版社

经 销: 新华书店

通信地址: 北京市 100036 信箱 188 分箱

邮 编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927300-8058

网址: www.pmmp.com.cn

印刷: 北京于宇星印刷厂 装订: 恒兴印装有限公司

开本: 787 mm × 1092 mm 1/16

印张: 6.5 字数: 138 千字

版、印次: 2010 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001 ~ 3000

定价: 35.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换

总 序

中国的美容高等教育经过数十年的发展，走过了一段坎坷而曲折的历程。从 20 世纪 80 年代的美容短期培训形式的初级教育，发展到今天的各学科体系较为完善、门类较为齐全的高等美容教育，中国的美容教育培训为社会培养了一大批急需的各类美容人才。作为中国首家美容高等教育学府，北京中国驻颜美容学院在数十年从事美容高等教育的教学过程中，面对美容高等教育的一片空白，不断地通过市场研究和社会需求的分析，进行了艰辛的探索，逐步形成了美容高等教育的学科体系。

为使广大学生和各类美容从业人员能系统地学习美容高等教育系列学科的相关知识，北京中国驻颜美容学院在系统总结自身多年教育教学经验的基础上，组织多名专家学者对学校的教学成果进行总结并汇编成系列教材。本套教材共包括 7 本：《大学美容教程》《美容礼仪教程》《美容导师教程》《美容讲师教程》《美容消费心理学》《美容法律实务》《美甲艺术教程》。

由于水平和经验有限，编写的时间也比较仓促，书中错误和疏漏之处，敬请广大读者和业界朋友不吝指教，多提宝贵意见和建议，以使这套中国美容高等教育的系列教材能在使用中得到逐步完善。

北京中国驻颜美容学院 院长 张春彦

前言

爱美是女士们的“专利”，近年来，女士们追求美的心态更延伸到指甲上，有关美甲的服务就如雨后春笋一样，成行成市。在纤纤十指的指甲上绘制不同的优雅图案和花纹，是创意的无限发挥，也是美甲艺术动人心弦之处。女性总能将美挖掘，并发挥得无所不在、无时不在。林林总总的服装饰物，朱红淡绿的装扮都还不足以包裹住女人那颗追求尽善尽美、执著而热烈的爱美之心。在不经意间，抬起纤纤玉手，你才发现，连毫厘之地的指甲，都能创造出诧异且惊叹不已的艺术魅力。指甲是手部最精彩的部分，性感鲜艳的红色修长指甲，容易使男性产生性感的联想；整齐美观的指甲，会让人产生信赖和好感。纤纤十指，虽然不如美丽的脸盘重要，却是评价人的另一种隐性标准。

美甲，一个与美共存的名词，在人们脑海中的印象已日渐清晰。美甲是指对指甲的修饰美化工作，也称指甲的美容。美甲起源于欧美，盛行于美国好莱坞，迄今已有三十多年的历史。美甲分为观赏型艺术指甲和实用型指甲两大类。观赏型艺术指甲深蕴着丰富的文化内涵。通过精良的艺术构思，完美的设计及巧夺天工的技艺，将一个国家，一个民族的文化，风土人情，尽显世人眼中，是国际文化交流的新发展。实用型指甲是在自然指甲的基础上，通过专业的技术加工再植上人造指甲，使其与自然指甲浑然一体，手指修长，从而改变手型不美的缺陷，让女性更完美，更妩媚。美甲的出现丰富了人体形象设计的完美性，满足了人们对美的追求。美甲的起源虽在欧美，但艺术的精华却早为中国人知晓。它向人们展示了美甲的内涵——灵感与艺术的结晶。它将民族的文化、古老的传说、爱情的悲欢离合，以巧夺天工的技艺，或立体三维镶嵌甲、或科幻神笔绘卡通、或梦幻奇彩拓印甲、或立体画花彩绘甲；那神、那韵、雀跃指尖，令人美不胜收。美甲是一种流动的美。在舞会欢宴中，那绚丽的十指随着音乐的节拍形似彩蝶纷飞，迷倒了爱靚族，追着美甲师挑灯夜战。美甲是爱的播种机。婚礼殿堂上，新娘指尖红色的玫瑰代表着火红的爱，白色的百合，以柔情蜜意充分显示女性的柔美与性感，增添无尽魅力。美甲是生活的弥补，岁月的补充。岁月沧桑，生活的不公平可以使容颜日渐衰老，先天的赋

予，也许使你无法步入丽人的行列。但那指尖流淌的爱与美却可以战胜岁月的挑战，稍加修饰就能永葆亮丽。飞人乔依娜指上的美甲曾伴她渡过多少辉煌。美甲像一本书，神秘、多彩，将女人心中太多太多的梦想，无尽的追求和希望，尽显指尖。透过那一双双梦幻般的玉手，您能听到那静默无语的女人心声。美甲是身份、地位的标志，象征着良好的修养和优雅的气质，为您带来一份自信和成功的追求。美甲是事业开拓者良好的契机。行业标准、教育规范、材料开发、市场开拓，全似一张白纸，待有志者去探索、开发。美甲是国际文化交流的桥梁，通过指尖艺术将博大精深的中华民族文化传播向国际舞台。美甲似无声的行动，吸引着无数人加入她的行列，她呼唤着社会的理解与支持，她似一颗幼苗需要呵护和扶植。美甲将以她无尽的魅力和顽强和生命力在美的行业中脱颖而出。让我们祝愿美甲这朵美丽的小花在不久的将来，将以东方的文化与精美的技艺位于世界美甲行业之巅。

美甲艺术是将指甲视作一块小小的画布，能充分地发挥自己的想象力与感受的一种创新艺术。随着社会的进步和生活水平的提高，越来越多的女性已经不满足于着装打扮，吸引眼球的美甲已成为展现个人的魅力和个性的所在。指甲的日常修饰已十分重要，一个对服饰有品位的女性，定会精心修饰自己的指甲。由此可见，美甲有着它深远的文化艺术内涵，他能够在方寸之间勾画出一个国家风土人情和一个民族的特有气质，并可在极有限的空间里，尽情发挥你无尽的构思和完美的想象力。

由于编者水平有限，文中错漏之处，恳请读者批评指正。

主 编

目 录

第 1 章 美甲概论	1
第一节 美甲艺术的起源及发展简史	1
第二节 美甲项目及种类	3
第三节 美甲的定义	4
第四节 美甲的基本步骤	4
第五节 指甲与健康	7
第六节 指甲与营养	9
第 2 章 美甲师的职业道德及形象	11
第一节 美甲师的职业道德	11
第二节 美甲师的形象	13
第 3 章 消毒杀菌	17
第一节 美甲工具	17
第二节 美甲常规消毒	20
第 4 章 指甲外形及结构	23
第一节 指甲的基本构造	23
第二节 指甲的形状	25
第 5 章 手足的护理与指（趾）甲修护	26
第一节 手足皮肤的特点	26
第二节 手部指甲修形及护理	31
第三节 足部趾甲的修形及护理	35
第四节 指甲外形的修整	40
第五节 指甲的抛光	44
第六节 护理指甲的几点误区	45

第6章	指甲油的使用技巧	47
第一节	指甲油的常识	47
第二节	指甲油的涂法	50
第三节	指甲油的清理	52
第7章	贴片甲制作	53
第一节	指甲贴片的分类	53
第二节	全贴片指甲的制作程序	54
第三节	半贴片指甲的制作	58
第8章	指甲的彩绘艺术	59
第一节	指甲彩绘	59
第二节	手绘的技巧	63
第三节	水晶雕花	66
第9章	水晶甲	69
第一节	水晶甲的技巧及实操	69
第二节	法式水晶甲的制作	75
第三节	日本镭射水晶甲的制作	79
第四节	水晶指甲卸除方法	82
第五节	水染甲的制作步骤	84
第六节	三色组彩绘制作步骤	84
第七节	水钻美甲步骤	84
第八节	克莉斯汀——凝胶指甲制作步骤	85
第九节	水晶凝露制作步骤	86
第10章	丝绸指甲与光疗树脂指甲	87
第一节	丝绸指甲	87
第二节	丝绸指甲制作程序	88
第三节	丝绸指甲的常见问题	89
第四节	光疗树脂指甲	91

第 1 章

美甲概论

第一节 美甲艺术的起源及发展简史

指甲是手部最精彩的部分，性感鲜艳的红色修长指甲，容易使男性产生性感的联想；整齐美观的指甲，会让人产生信赖和好感。纤纤十指，虽然不如美丽的脸庞重要，却是评价人的另一种隐性标准。

6 000 年前古埃及人以指甲花将指甲染成金色。在埃及艳后的墓中，发现一个化妆盒中记载着，涂上“处女指甲油”为通往西方极乐世界之用。

大约在 2 590 多年前，古埃及人率先用臆羚的毛皮摩擦指甲使之发亮，并在下面涂以散沫花汁使之呈现出迷人的艳红色。从此，世间女子比拼美丽就又多了一件利器。

公元 1000 年大约在唐代以前，中国妇女就已经出现染指甲的风气。所用的材料是凤仙花，腐蚀性强的凤仙花开之后，取其花、叶放在小钵捣碎后加少量明矾，便可用来浸染指甲，经过连续浸染三到五次，颜色数月都不会消失。中国古代官员还用装饰性的金属假指甲增加指甲长度，显示尊贵地位。

1800 年英国维多利亚时期，维持洁白的指甲，表示不必劳苦工作，指甲的保养成为一种时尚。

1916 年装饰性的指甲油问世，也是市面上首次出现透明指甲油，之后并加入玫瑰红等添加色素。Max Factor 在美国引进一系列指甲保养、美化的商品。以红色、深红、朱红为当时的流行色。

1960 年由于成功引进色素在指甲油里，并开始正式商品化，全球女性不分阶层开始迷恋上指甲油。人工压克力指甲的发明，帮助指甲变长或坚固。

1980 年后指甲美容、艺术指甲、水晶指甲等有了许多更新的发展，以及之后衍生出来的指甲彩绘等。

美甲，是一个与美共存的名词，它已经在人们脑海中的印象日渐清晰。美甲是指对指甲的修饰美化工作，也称指甲的美容。美甲于 20 世纪 60 年代盛行于美国好莱坞，美国好莱坞的明星由于越来越被众人瞩目，所以她们已不只满足于容貌、服饰的美丽，而开始寻求整体的形象美。而“手”作为女人的第二张脸，逐渐被重视起来，于是第一种人造水晶指甲应运而生，这就是人工指甲的起源。迄今已有三十多年的历史。

美甲在中国市场的出现也就是近 10 年的时间,从最初的星星之火已发展到现在的燎原之势。美甲项目也从最初的水晶甲、丝绸甲、自然甲修护、彩绘发展到今天的手足部皮肤护理、光疗树脂甲、水晶雕花甲等。

美甲分为观赏型艺术指甲和实用型指甲两大类。观赏型艺术指甲深蕴着丰富的文化内涵。通过精良的艺术构思,完美的设计及巧夺天工的技艺,将一个国家,一个民族的文化,风土人情,尽显世人眼中,是国际文化交流的新发展。实用型指甲是在自然指甲的基础上,通过专业的技术加工再植上人造指甲,使其与自然指甲浑然一体,手指修长,从而改变手型不美的缺陷,让女性更完美,更妩媚。美甲的出现丰富了人体形象设计的完美性,满足了人们对美的追求。

美甲虽在欧美得到盛行,但艺术的精华却早为中国人知晓,它向人们展示了美甲的内涵——灵感与艺术的结晶。它将民族的文化、古老的传说、爱情的悲欢离合,通过巧夺天工的技艺(如立体三维镶嵌甲、科幻神笔绘卡通、梦幻奇彩拓印甲、立体画花彩绘甲)展现出来。

美甲是爱的播种机。婚礼殿堂上,新娘指尖红色的玫瑰——火红的爱,白色的百合,以柔情蜜意充分显示女性的柔美与性感,增添无尽魅力。当新郎牵起那一双传情夺目的玉手时,将象征着他们心手相连,情深似海。

美甲是生活的弥补,岁月的补充。岁月沧桑,生活的不公平可以使容颜日渐衰老,先天的赋予,也许使你无法步入丽人的行列。但那指尖流淌的爱与美却可以战胜岁月的挑战,稍加修饰就可以永葆亮丽。美甲像一本书,神秘、多彩,将女人心中太多太多的梦想,无尽的追求和希望,尽显指尖。透过那一双双梦幻般的玉手,您能听到那静默无语的女人心声。

美甲是身份、地位的标志。象征着良好的修养和优雅的气质,为您带来一份自信和成功的追求。美甲手绘艺术的起源,大约要追溯到公元前 2800 年。人们最初在祭祀、去除鬼邪、消除灾难等的活动仪式中,为了增加节日喜庆的欢乐气氛,开始在脸上、衣服上涂抹各种各样的颜色,于是有了手绘艺术的开始。到了后来,手绘艺术成了装饰美学。宫廷里的歌女、舞女为了装饰自己,使自己变得更加美丽,便开始在指甲上染一种喜悦的颜色,这便是美甲艺术的最初雏形。古代的手绘艺术颜色是由大自然中植物颜色和矿物颜色组成的,例如古代的熏石,用水一蘸,便能做画眉之用,现在的美甲技术,一开始是单色片涂,把指甲油涂满整个指甲。这是最简单的美甲手绘形式。而现今,人们已不满足于单色手绘的需要,开始在指甲片上描绘图案,这便形成了现今的美甲手绘艺术。

评论一个国家是否发达,不仅在于它的经济实力,还要看其文化的发展水平。衡量一个社会是否文明,不仅在于它的物质生活环境,还看其精神领域的要求。美甲文化,不是简单的感官与精神的对话,而是具有文化品格的神韵的流动。

手,能够体现人的生活条件与文化素养。一直以来,很多女性没有意识到对手的保护,岁月在手上留下了无情的印迹。相比之下,如果双手皮肤光泽有弹性,指甲清洁光亮,那么这位女士的良好品位、生活条件与习惯,便一览无余地展现在人们的眼前,她的身份地位便会受到积极的评价。随着美容技术的发展,化妆已能很好地掩饰岁月的影响,但若没有精心呵护,双手是藏不住一个人的沧桑经历的。因而在西方,手是判断女

性身份的标准之一，是生活品质优劣、文化修养高低的综合体现。

手，能够反映人的艺术品位与独特个性。

手，能够充分展现女性魅力。在社会交往中，与人握手，男性应有力度，充满自信，女性则要热情而不失温柔，用皮肤与指甲的接触传达丰富的信息。无论赴宴还是谈判，举手投足之间，细致保养的双手与精心修饰的指甲时常会完成语言、表情无法胜任的交流。然而随着经济的发展和人民生活水平的提高，现代女性不再满足于好妻子、好母亲，手部护理、指甲的美化日益成为女性完善自我、增强性感魅力之必需。科学技术的进步，也使美甲与日常生活紧密地结合起来。美化的双手，可以给你力量和自信，可以悄悄地改变你的生活。美甲文化已走入百姓生活，成为独具时代特色的组成部分。

第二节 美甲项目及种类

目前世界上的美甲艺术分为以下几类。

一、指甲笔绘

手绘美甲是在指甲表面用特制的油彩绘出各式各样的美丽花纹或镶嵌特制的饰物。它既可从视觉上改变手的形状，使其丰满、白皙、润滑，并使自然甲加长、加固，又能在指甲上进行描绘，彩贴出色彩斑斓的图案。不论是手绘图案，还是用贴纸、水钻和吊饰等进行点缀，最后都要涂上一层护甲油，目的是对图案和装饰加以固定。

二、指甲勾绘

用甲油和指甲艺术笔，勾绘出简单美丽的图案。

三、指甲喷绘

用喷绘机和专用喷绘颜料，在甲面上喷出各种渐变颜色的效果。

四、贴片甲

贴片甲又分为全贴和半贴。全贴：顾名思义，就是整个贴在指甲上的甲片，包括水晶全贴，自然全贴以及色彩全贴。半贴包括自然半贴、水晶半贴、色彩半贴以及法式甲。法式甲是一种特殊的半贴甲，分为水晶法式、色彩法式、经典法式几大类。

贴片甲是用指甲专用胶水，将全贴或半贴甲片贴在甲表面，从而造就修长甲形，缺点是透气性较差。

五、水晶甲

水晶甲是指甲操作中难度最大也是最坚固的指甲，水晶甲有很多种，有经典的粉白相间的法式水晶甲、晶莹剔透的透明水晶甲和颜色绚丽的彩色水晶甲，但是不管是哪一款，它都可以纠正甲型，达到坚固自然甲的效果。同时，由于水晶甲是以具有良好透气性的水晶粉为原料，从而避免了贴片甲的生硬和隔绝空气的沉闷感，通过适度的挤压可以做出一个饱满的拱度，从而起到修饰手型的最佳效果，而且更为自然逼真。水晶甲一般用水晶粉、水晶液造就优美甲形。水晶甲起源于好莱坞，它的特点是质地坚固耐磨，不易断裂。

六、光疗树脂甲

光疗树脂甲一般包括自然法式光疗树脂指甲、自然彩色光疗树脂指甲、法式贴片光疗树脂指甲、透明延长光疗树脂指甲、彩色延长光疗树脂指甲和光疗内雕指甲。

光疗树脂甲是水晶甲的换代产品，它无色无味不含化学物质，是利用紫外线将天然树脂聚合于真甲表面，从而造就出坚韧、光泽的指甲。它不仅不伤真甲，相反更增加指甲强度，只要每二至三周进行一次指甲修补，便可持续拥有甲形优美、晶莹通透的指甲，即使平日涂上普通甲油，甲油会因为有了树脂打底而变得不易脱落，方便打理。

第三节 美甲的定义

美甲是一种对指（趾）甲进行装饰美化的工作，又称甲艺设计。

美甲是根据客人的手形、甲形、肤质、服装的色彩和要求，对指（趾）甲进行消毒、清洁、护理、保养、修饰美化的过程，具有表现形式多样化的特点。

在许多人眼中，认为美甲不过就是涂涂指甲油么，其实不然，美甲的特色是通过精致的操作工艺，弥补残甲、断甲及指甲凹、短、粗等缺陷，使其变得饱满、修长，美观。美甲过程中，运用不同材料、技艺，塑造出来的指甲主要可分为水晶甲、丝绸甲、GEL凝胶甲、尼龙甲等几类，这几类“特殊指甲”均可与自然指甲浑为一体而不露痕迹。而水晶指甲，是目前较流行的一种，其风格高贵、典雅，坚固耐磨。

第四节 美甲的基本步骤

首先对指甲进行适当的修剪和打磨，使指甲看起来形状美观，表面光洁平整。然后分别为指甲涂上指甲油并风干，再涂指甲油并风干。油作为底色通常选用白色指甲油，会更好还原图案的真实色彩；也可选用透明或浅色指甲油创作出另类风格，让最终效

果新异而和谐。指甲油要选用对指甲起到营养、保护作用的合格产品。专用指甲油无毒、无副作用，由生产商或代理商提供，涂油的作用是提高彩绘清晰度。

美甲的基本步骤如图 1-1 至图 1-12 所示。



图 1-1 去除陈旧的指甲油



图 1-2 修饰指甲的外形



图 1-3 使用去死皮膏



图 1-4 肥皂水中浸泡双手



图 1-5 软化角质层



图 1-6 推去角皮层

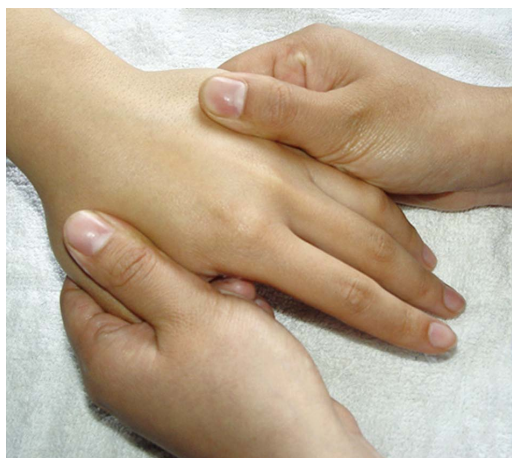


图 1-7 涂抹手部润皮露并按摩

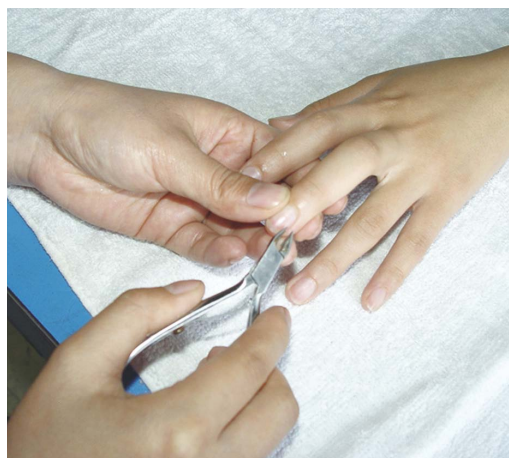


图 1-8 修整指甲边缘的逆刺



图 1-9 打磨指甲



图 1-10 手部按摩

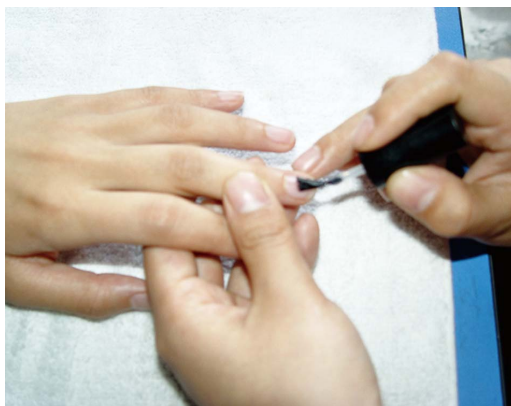


图 1-11 涂指甲油



图 1-12 手部涂蜡并包裹

美甲过程中的注意事项如下。

1. 彻底清洁 开始前先用杀菌肥皂洗手消毒，然后在放入温水的洗手钵中浸泡嫩皮，使之变软。并用湿纱布擦拭甲面和甲缝。

2. 精心打磨和修剪 用小剪刀剪去肉刺，用指甲钳修剪出理想的甲形，并用三面磨甲锉，按顺序轻磨指甲表面，会令指甲表面顿生光泽，用指甲锉修整甲形时，指甲锉要保持 45° ，并要朝同一方向锉甲，否则指甲容易分裂。

3. 手部保湿 洗净磨好甲面的手，涂上手部专用的保湿霜，按摩至完全吸收，这个步骤可让你的双手娇柔嫩滑。

4. 护甲底油不能省 在涂甲油前，一定要先涂一层淡彩护甲油，能够起到保护指甲光泽，提高韧度并让甲油色彩鲜亮持久的作用。

5. 选择喜欢的颜色 选择你喜欢的或能与你的服饰出色搭配的颜色，小心涂抹，晾干之后再涂上一层透明甲油，可以让甲油保持更持久。

6. 尝试彩绘 调配两三种心仪的色彩，绘上喜欢的图案，或搭配晶亮溢彩层甲油，还可以贴上闪亮的小水钻，让你的双手绽放非凡光彩。

第五节 指甲与健康

指甲是健康的荧光屏，这是因为人的十二经脉会于指端。正常人的指甲光洁、平滑、半透明，呈均匀的淡红色，甲端有定型的弧度，甲根有一月状灰白色的甲弧。压其前端，放开后血色开始恢复，标志着气血充足，运行流畅，人体健康无病。身体一旦出现疾病，即会通过神经、血管、经络等反映到指甲上，出现指甲的形状、颜色的异常变化。

一、指甲形状与疾病

1. 指甲凸起并向指肉中卷伸，是呼吸系统可能出现慢性疾病的征象，如肺气肿、结核病、心血管病等。
2. 指甲条纹紊乱，并呈现深褐色，是脱水和初期肾虚的反映。
3. 指甲出现横纹，可能是心肌梗死前的一种征兆，也和麻疹、腮腺炎有关。
4. 指甲出现絮状白云，常是有蛔虫的迹象。
5. 指甲出现竖的条纹，多是缺乏维生素 A 的表现。
6. 指甲部分脱落，表明新陈代谢紊乱。
7. 指甲平坦，凹陷成匙状，无光且脆弱，多是缺铁性贫血所致。
8. 指甲突然变厚和指甲周围脱皮，表明呼吸道或消化道可能存在肿瘤。
9. 指甲中间下陷，整片指甲变成平坦或匙状，常和铁质不足的贫血病、梅毒、甲状腺功能障碍、风湿症等有关。
10. 指甲出现不规则凹点，很多牛皮癣病人常有此现象。
11. 指甲成行的凹状麻点，常因患簇状秃发症所致。

二、指甲颜色与疾病

1. 指甲外表蜡白无华 中央凹陷周围凸起，表面出现纵横的沟纹，常常是贫血的征象。如指甲上出现横贯白线，多见于砷、铅等金属中毒，或霍奇金病、糙皮病等。甲板表面出现白斑，多为慢性肝、肾病所致。
2. 指甲表面或周围出现黄色 常见于慢性出血性疾病，甲状腺功能减退，肾病综合征与胡萝卜素血症。指甲周围出现黄色，要警惕恶性黑色素瘤，但长期吸烟或长期服用四环素药物者，老年人也可使指甲变黄。
3. 指甲出现紫色 多为心脏病、血液病人的一个特点，反映血液内缺氧或某些成分异常，若紫色与白色交替出现，可见于肢端动脉痉挛症。指甲成暗紫色，呈杵状，要警惕恶性肿瘤、肝硬化等。
4. 指甲出现青色 如急腹症患者四肢不适，指甲便突然变青，胎儿死于腹中的孕妇，指甲会持续发青。如指甲呈青紫色，常见于先天性心脏病病人、大叶性肺炎、重度肺气肿病人；癌症患者或中毒者的指甲也常出现青色瘀斑。
5. 指甲出现蓝色 常出现在白喉、急性肠道传染病与食管异物阻塞；如指甲根部呈蓝色半月状，常是血液循环障碍或心脏病、雷诺综合征、风湿性关节炎或红斑狼疮造成。
6. 指甲出现灰色 常见于青光眼患者或黏液性水肿、类风湿性关节炎、偏瘫患者及营养不良。
7. 指甲出现黑色 多见于外伤或甲沟炎症患者、肾上腺皮质功能减退、胃肠息肉综合征，维生素 B₁₂ 缺乏、黑色素瘤也可能在指甲上出现黑色。

8. 指甲周围出现红斑 常见于红斑性狼疮。
9. 指甲部分或全部脱色 多见于新陈代谢紊乱。

第六节 指甲与营养

一、洗甲水

指甲上覆盖着一层可防止脱水或开裂的自然油膜，在为指甲补充营养之前，先用无丙酮洗甲水洗去这层油膜。

二、调理液

杏仁油是一种极好的调理液，凡士林中掺上几滴维生素E油也能起到同样的作用。护理方法是先用洗甲水洗去指甲油，然后在温水中轻轻洗净指甲，在手上和指甲的根部表皮处抹上调理液，再将两手分别插入塑胶袋，裹在一条热毛巾中15分钟。睡觉之前这样护理指甲会让你的指甲受益匪浅。

三、修剪

每7~10天修剪指甲以防边缘开裂。

四、摩擦

如果不涂指甲油，至少也得保证每周用力摩擦指甲1次。这种摩擦可以增加血液循环，有利于指甲健康。摩擦的时候注意只朝一个方向用力，一旦感到手指发热了就停止。

五、护手油

自己可试着调制植物性护手油。将一些精炼杏仁油和蜂蜜加入柠檬汁中，再均匀抹到手上，可以起到去除死皮和保湿的作用。

六、手膜

偶尔换一种护理方式，每周给手也做一次“面膜”。保湿及湿手可涂保湿液，这样可以保持水分，更好地护理你的手。