

独特的
技艺
和风格

Techniques and Styles

美甲 艺术

NAIL ART

每款美甲
附操作视频及图片
26 款美甲造型

【意大利】 LaLilliMakeup 著
图片和视频 Stefano Manzoni

宋婷 译



中国轻工业出版社 | 全国百佳图书出版单位

美甲 艺术

NAIL ART

独特的技艺和风格

Techniques and Styles

【意大利】 LaLilliMakeup 著

图片和视频 Stefano Manzoni

宋婷 译

 中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

美甲艺术. 独特的技艺和风格 / 意大利拉莉莉美妆
著; 宋婷译. —北京: 中国轻工业出版社, 2017.4
ISBN 978-7-5184-1238-9

I. ①美… II. ①意… ②宋… III. ①指(趾)甲-化
妆-基本知识 IV. ①TS974.15

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第320227号

Original titles:

NAIL ART-Tecniche e modelli per unghie d'autore

© Copyright Snake SA, Switzerland—World Rights

Published by Snake SA, Switzerland with the brand NuiNui

© Copyright of this edition: China light industry press

This simplified Chinese translation edition arranged through THE COPYRIGHT
AGENCY OF CHINA

责任编辑: 李建华 责任终审: 劳国强

责任校对: 吴大鹏 责任监印: 张 可

出版发行: 中国轻工业出版社(北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印 刷: 北京京都六环印刷厂

经 销: 各地新华书店

版 次: 2017年4月第1版第1次印刷

开 本: 720×1000 1/16 印张: 8

字 数: 100千字

书 号: ISBN 978-7-5184-1238-9 定价: 50.00元

邮购电话: 010-65241695 传真: 65128352

发行电话: 010-85119835 85119793 传真: 85113293

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社邮购联系调换

161103S4X101ZYW

目录

Part 1

基础知识 P6

常见问题 P7

迅速解决方案 P8

Part 2

指甲油中所含的油和精油 P9

Part 3

基本工具 P10

Part 4

底油 P13

Part 5

美甲工具 P15

Part 6

如何涂抹指甲油 P18

如何卸除指甲油 P20

如何卸除带亮片的指甲油 P21

Part 7

“DIY”美甲 P24

花朵和装饰 · 春

- | | | |
|-------|------|---|
| 魔法花朵 | P 30 |  |
| 樱花树 | P 32 |  |
| 欢乐复活节 | P 36 |  |
| 彩色波点 | P 40 |  |
| 渐变美甲 | P 42 |  |
| 热力橙 | P 44 |  |
| 疯狂卡通 | P 48 |  |

阳光灿烂的日子 · 夏

- | | | |
|--------|------|---|
| 喷溅美甲 | P 56 |  |
| 金属镜面美甲 | P 58 |  |
| 糖果色豹纹 | P 62 |  |
| 炫彩东方 | P 66 |  |
| 彩虹波点 | P 70 |  |
| 土耳其风 | P 72 |  |
| 海军蓝 | P 76 |  |

温暖的情调和 清澈的天空 · 秋

- | | | |
|------------|------|---|
| 魔法万圣节 | P 82 |  |
| 花纹晕染美甲 | P 86 |  |
| 法式泡泡 | P 90 |  |
| 几何图案配波尔卡圆点 | P 92 |  |
| 可爱玩具屋 | P 94 |  |
| 反法式美甲 | P 98 |  |

节日气氛 · 冬

- | | | |
|--------|-------|---|
| 雪花图案美甲 | P 104 |  |
| 金属映像 | P 108 |  |
| 圣诞魔法树 | P 112 |  |
| 黑色雪花 | P 116 |  |
| 好莱坞 | P 118 |  |
| 甜蜜爱恋 | P 122 |  |

美甲 艺术

NAIL ART

独特的技艺和风格

Techniques and Styles

【意大利】 LaLilliMakeup 著

图片和视频 Stefano Manzoni

宋婷 译

 中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

美甲艺术. 独特的技艺和风格 / 意大利拉莉莉美妆
著; 宋婷译. —北京: 中国轻工业出版社, 2017.4
ISBN 978-7-5184-1238-9

I. ①美… II. ①意… ②宋… III. ①指(趾)甲-化
妆-基本知识 IV. ①TS974.15

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第320227号

Original titles:

NAIL ART-Tecniche e modelli per unghie d'autore

© Copyright Snake SA, Switzerland—World Rights

Published by Snake SA, Switzerland with the brand NuiNui

© Copyright of this edition: China light industry press

This simplified Chinese translation edition arranged through THE COPYRIGHT
AGENCY OF CHINA

责任编辑: 李建华 责任终审: 劳国强

责任校对: 吴大鹏 责任监印: 张 可

出版发行: 中国轻工业出版社(北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印 刷: 北京京都六环印刷厂

经 销: 各地新华书店

版 次: 2017年4月第1版第1次印刷

开 本: 720×1000 1/16 印张: 8

字 数: 100千字

书 号: ISBN 978-7-5184-1238-9 定价: 50.00元

邮购电话: 010-65241695 传真: 65128352

发行电话: 010-85119835 85119793 传真: 85113293

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社邮购联系调换

161103S4X101ZYW

引 言

狮子凭借它的爪子称王

我们只需要一个细节就可以抓住一个女人的性格：被精心照料、修剪、抛光、装饰过的指甲一直都与女性特质联系在一起。

当我们向他人进行自我介绍时，首先呈现在对方面前的是我们的双手，手是我们的名片。因此，我们需要认真关爱我们的双手。

对于我个人来说，当我全身心投入到美甲和化妆事业时，我感觉到放松，清除了一切烦恼，并且从每日平淡的生活中解脱出来。在本书中介绍的所有样式都代表了我本人，既体现我的审美，也体现我的性格。

从指甲结构到修饰方法，从必备工具到如何做出完美的指甲，这些美甲的基础知识在本书中都有详细的说明。

当你第一次的尝试离你的预期目标相差许多时，不要灰心。练习是必要的，并且一定要不断地进行练习，永远不要放弃新的尝试。

尝试各种不同的颜色，享受其中，你离成功并不遥远！

NAIL ART.

目录

Part 1

基础知识 P6

常见问题 P7

迅速解决方案 P8

Part 2

指甲油中所含的油和精油 P9

Part 3

基本工具 P10

Part 4

底油 P13

Part 5

美甲工具 P15

Part 6

如何涂抹指甲油 P18

如何卸除指甲油 P20

如何卸除带亮片的指甲油 P21

Part 7

“DIY”美甲 P24

花朵和装饰 · 春

魔法花朵

P 30



樱花树

P 32



欢乐复活节

P 36



彩色波点

P 40



渐变美甲

P 42



热力橙

P 44



疯狂卡通

P 48



阳光灿烂的日子 · 夏

喷溅美甲

P 56



金属镜面美甲

P 58



糖果色豹纹

P 62



炫彩东方

P 66



彩虹波点

P 70



土耳其风

P 72



海军蓝

P 76



温暖的情调和 清澈的天空 · 秋

魔法万圣节

P 82



花纹晕染美甲

P 86



法式泡泡

P 90



几何图案配波尔卡圆点

P 92



可爱玩具屋

P 94



反法式美甲

P 98



节日气氛 · 冬

雪花图案美甲

P 104



金属映像

P 108



圣诞魔法树

P 112



黑色雪花

P 116



好莱坞

P 118



甜蜜爱恋

P 122



Part



基础知识

指甲的结构及构成

首先，让我们来了解一下指甲的组成以及它们的结构。

我们的指甲几乎全部由角蛋白组成，含有少量的维生素、金属盐、脂肪、水及氨基酸。缺水的指甲极易变得干燥脆弱，柔软且富有弹性的指甲通常有较高的含水量，水分接近18%。从结构上来说，指甲又可以被细分为以下几部分：甲母（生长层）、甲板（真实指甲）、指甲后缘和甲床。

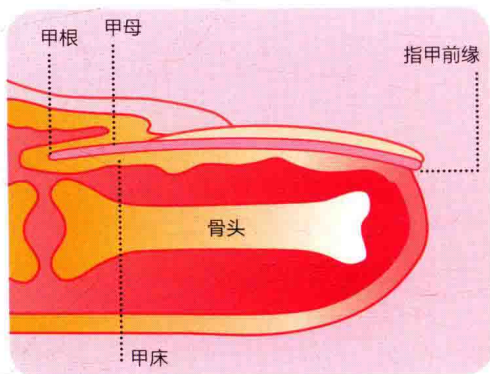
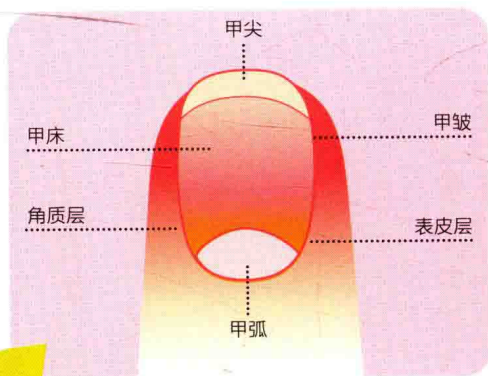
甲板由三部分组成。

- **甲根**：指甲的最底层，在半月区可见。
- **指甲体**：中部、粉红色的指甲部分。
- **甲尖**：指甲自由、突出的部分。由于甲板不断往外生长，所以甲尖与甲床不连接。

在指甲的专业术语中，包裹着甲尖的弯曲的线叫“微笑线”。

指甲后缘是折叠的角质层，覆盖甲床的边缘和指甲的基础即甲根。

甲床是由真皮组织构成的，里面分布着神经和血管。



常见问题

——和几个实用小帮助（如脆弱易断指甲、指甲生长缓慢等）

从指甲可以看出一个人的身体是否健康。

指甲油可以帮助我们掩盖指甲上的一些缺点，但是我们不应该忽视指甲上一些细微的变化。治疗比单纯掩盖要好得多。健康的指甲强壮，表面光滑平整，且呈现出均匀的亮粉色。

● **脆弱易断的指甲：**脆弱、薄且易断的指甲会比较容易折断——由于缺乏维生素或矿物质。我们知道，角蛋白是指甲中最重要的组成部分，指甲还含有其他少量微量元素，如果缺少了这些微量元素，角蛋白的结构就会受到影响，从而使我们的指甲变得脆弱易断。但是小心！当我们的指甲频繁地接触一些溶剂（如丙酮）、清洁剂、碱性肥皂或者其他一些让指甲变得脆弱、易断的物质时，指甲的健康状况也会恶化。所以才建议大家，在干家务活的时候要戴上橡胶手套，保护双手。

● **颜色发紫或紫蓝色的指甲：**通常在冬天，由于气候寒冷，指甲像嘴唇一样，会呈现出紫蓝色。这是由于血液循环不足导致的。

● **颜色发黄的指甲：**一个最常见的导致指甲发黄的因素就是吸烟，但是使用一些劣质的、深色的指甲油也会导致这个问题出现。所以请记住，在涂抹带色指甲油前，先涂抹一层底油。同时也可以参考一些在后面 DIY 部分提出的解决方案。

● **白色斑点：**有时出现在指甲上的白色斑点是由于小的外科创伤导致空气进入指甲所致。

● **黑色斑点：**黑色斑点是当指甲受到外力挤压时导致的细微出血造成的。如果你的手指曾经被门卡住过，你就会明白我说的意思。这些斑点会存留一段较长的时间，但最终它们会消失的。

● **颜色发白的指甲：**可能是指甲里长了真菌！

● **有竖纹的指甲：**可能是由于缺钙导致的。

指甲一直在持续不断地生长，但是通常情况下，在夏天生长的速度要快一些。脚趾甲比手指甲的生长速度缓慢得多。

漂亮、健康、强壮的指甲一定离不开健康的饮食。

镁、钙、维生素 D 都能够帮助指甲生长，维生素 B 让指甲更强韧。

最丑的和最短小的指甲都是啃咬所致：啃咬指甲绝对是一个可憎的习惯。因为这让双手变得难看，羞于呈现在他人面前！目前市场上有很多不同种类的带有恶气味的指甲油，这是为了防止啃咬指甲专门设计的。

我的建议



用橄榄油、洋葱、大蒜、几滴醋和红辣椒制作成药水，涂抹在你的指甲上，去除多余药水。你的嘴——包括吸血鬼的——会永远远离你的双手！

如果你总在路上奔波，甚至没有多余的 5 分钟时间来准备制作这份“防咬指甲药水”，那就用洋葱简单地在指甲上摩擦吧。

迅速解决方案

针对一些较常见的问题

生长缓慢：可以在市场上购买一些有帮助指甲加速生长的指甲油。

易断指甲：停止涂抹指甲油一段时间，并且由内到外给指甲做保湿工作。早晚涂抹护手霜或乳木果油，回到家后遵照配方，准备一个加强版方案。一个比较有效的“古老秘方”就是把蓖麻油涂抹在指甲上。

指甲断裂：避免频繁地做美甲和使用粗颗粒的 emory 板打磨指甲；使用不含丙酮的溶剂；在指甲上涂抹含乳木果油的强化版底油；按下面的配方准备一份强韧指甲的溶剂。一个有效的传统的补救方案是将橄榄油、蓖麻油混合几滴天然柠檬油和一茶匙乳木果油，混合均匀后，涂抹在你的指甲上。

Part 2

指甲油中所含的油和精油

市场上有很多针对指甲的产品，有些价格昂贵，有些价位合理；这些产品使用非常方便，简单易学，很实用。但是我们经常会忘记，大自然已经给我们的指甲和手提供了天然的保护，有很多品种在我们的家中都可以找到，比如橄榄油、柠檬精油、蓖麻油。

让我们来看看这些油的用处。

橄榄油或特级 纯橄榄油

是一种天然的强化剂，其组成成分非常接近人体皮肤产生的皮脂。橄榄油十分有益于我们的皮肤和指甲，是很好的角质层保湿成分。

大蒜精油

有效防止真菌、细菌生长。这是一种“防咬指甲药水”中的成分。不推荐消化系统功能较弱的人群使用这种油。

蓖麻油（蓖麻）

滋补剂，同时也是强韧剂，经常被用于美容治疗中。将它用于指甲和皮肤上能够产生强韧和保湿的作用。

摩洛哥坚果油

这是一种很昂贵的油，颜色很清亮，直接从摩洛哥的刺阿甘树的绿色果实中提取出来。这种油富含维生素 E、亚油酸、omega-3、omega-6 和必需脂肪酸，能够滋养保湿皮肤，强韧指甲，并使其富于光泽。

柠檬精油

从柑橘类果实中提取出来，对将要断裂的指甲很有用处。使用的时候最好有精准的用量，并且不要过量。在将柠檬精油涂抹在指甲上前，一定要与其他油（橄榄油、坚果油或蓖麻油）混合。柠檬天然有一种强韧作用。注意：柠檬精油对光敏感，要避免其暴露在阳光或强光照射下。



Part



基本工具

市面上有各种各样的美甲工具，但是你应该知道哪一种是你需要的，是适合你的。抛光条是必备品，最好在你的手机包里常备一个抛光条以备不时之需，但是……你应该选择哪种抛光条吗？

抛光条可以由不同材料制成：

1 纸。这是最普遍的一种材料，制作成本低，且很常见。这种抛光条可以有各种类型、颜色、形状（方形、半月形、长条形等）。它由纸做成，所以很容易被加工成不同的形状，厂家可以把它做成适宜放到包里携带的长度，这样就可以随时方便地使用。这种抛光条也可以做成表面粗糙程度不同的产品，从极细到极粗糙，非常实用、方便、轻巧、灵活，而且能适用于不同形状的指甲，因此对你的美甲工作非常有用。

这种材料的抛光条也有缺点。因为它是由纸制作的，因此不能够清洗，与水接触的话会直接毁坏抛光条。

2 金属。这种抛光条使用期较长，易清洗，使用方便，但是不建议指甲脆弱易断裂的人群使用。有健康、强壮指甲的人很适合用金属抛光条。

3 玻璃。这种材料的抛光条的特殊性在于它表面极细腻的颗粒，适合所有类型指甲的人使用，尤其是指甲比较脆弱的人群，因为这种抛光条使用的时候，作用比较温和。一个优质的玻璃抛光条可以清洗，如果保存良好的话，可以使用较长时间。

4 木头。这种材料的抛光条和纸质抛光条十分相似，只是抛光条的内部材料不同，这种抛光条内部是木质的。木质抛光条较为实用、轻巧，表面粗细程度不同，你可以选择一种适合你指甲情况的。

5 钻石。这种材料的抛光条十分坚硬，易于清洗，在消毒的时候也不会被毁坏。这种抛光条通常是专业美甲师、美容师使用的。



6 塑料。这种抛光条主要用于重新生长的指甲，因其制作材料为塑料，所以易于清洗消毒，更多的被专业美甲师使用。

7 缓冲抛光条。这是一种多功能“三合一”产品。缓冲抛光条的内部通常充满泡沫，很容易使用。最常见的形状是“方形”，你可以用一面打磨指甲，用另一面抛光，再用另一面磨平，最后一面可以被用来涂抹、修整指甲油。因此这是一个非常实用的工具。



抛光条的粗糙程度由表面的颗粒或粗砂石数量决定：颗粒数量越多，抛光条质量越好；颗粒数量越低，抛光条的表面越粗糙。

精细颗粒的抛光条最适合有脆弱易断且薄的指甲的人群使用（120/120）（100/180）。

中等程度粗细颗粒的抛光条适合在没有指甲刀或剪刀的情况下，打磨指甲的长度（100/100）（100/80）。

粗颗粒的抛光条适合有健康、强壮的指甲的人群使用（80/80）。

基本工具 其他配件

指甲钳。这是修剪指甲长度及形状必不可少的一个工具，跟传统的、适合脆弱易断指甲的剪刀不同，这种工具更加适合强韧的指甲。为了方便，我更喜欢用指甲钳。我认为它很实用，并且修剪得更加精准。



指皮钳。一定要正确地去除掉死皮，防止倒刺或伤口引发一系列感染。为了去掉死皮，可以使用传统的指甲刀或“指皮钳”，但是只能当指甲周围有多余的死皮出现时使用。如果你不擅长使用这种工具，可以选用其他去死皮的产品。先软化死皮，让你更容易更安全地去掉死皮。



推皮棒。若需要推死皮，可以使用木质“推皮棒”（一次性）或者金属“推皮棒”。木质的推皮棒比较实用，使用的时候作用比较轻缓，金属推皮棒则比较野蛮，但是我个人更喜欢金属的。



泡手碗。为了制作完美的美甲，泡手碗是必不可少的，因为它能让你清洗手指，软化死皮。并且有了泡手碗，你也能够比较方便地为指甲涂抹护理油或护手霜。