

瑞丽袖珍丛书

护手美甲法

本书编译组 编译

图书在版编目(CIP)数据

护手美甲法 / 《护手美甲法》编译组编译.

北京: 中国轻工业出版社, 1998.11 重印

(瑞丽袖珍丛书)

ISBN 7-5019-2344-2

I. 护… II. 护… III. 手-化妆-方法 IV. TS974

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 29561 号

护手美甲法

原书名: ネイル CARE & ART BOOK

日本主妇之友社供稿

©主妇之友社所有

本书编译组 编译

责任编辑: 朱 骏

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: 深圳佳信达印务有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 1998 年 10 月第 1 版 1998 年 11 月第 2 次印刷

开 本: 640 × 900 1/32 印张: 2.5

字 数: 86 千字 定价: 12.80 元

书 号: ISBN7-5019-2344-2/TS · 1434

著作权合同登记 图字 01-1998-2101 号

· 如发现图书残缺请直接与我社发行部联系调换 ·

瑞丽袖珍丛书

护手美甲法

本书编译组 编译

 中国轻工业出版社

护甲美甲使用的工具

向你介绍修整指甲、趾甲使用的主要工具。为了最好地护理修饰，一定要备齐必要的工具。

★ 橙色木制小棒

细长的棒状工具用来去除指甲边的裂皮并做指甲油的修整。

● 粉色指甲锉

用于修平凹凸不平的指甲，在使用三用指甲锉之前用。

★ 三用指甲锉

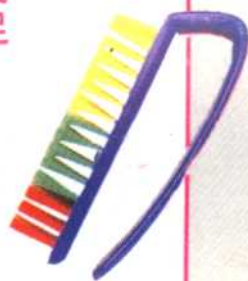
磨平指甲的凹凸不平、给你光泽美甲的平板状指甲锉。

★ 修甲砂纸

修整指甲长短及形状用的平板状指甲砂纸。正反两面的粗糙度不同。

的刷子。
的工具。它是护足专用的。
去脚后跟粗糙感

● 美足



● 香蕉形修甲砂板

用于足部去茧及粗糙度修护的工具。由于是曲线状，所以使用比较便利。

■ 指甲刷

去死皮护理时用于去除指甲周围的脏物。

★必备品。

●尽可能准备的用品。

■拥有它会更便利的备用品。

67

★基础用底油

防止指甲油色彩沉淀而最先上的一层透明甲油。



★最后一层用顶油

涂完指甲油后最后涂一层透明指甲油。不但可保持指甲油长久，更可增添光泽。



★去除指甲死皮用油

营养指甲周边的皮肤并促进指甲生长的专用油。



★清除硬、死皮的角质层软化剂

滋润、柔软角质层并去除指甲边死皮的简便清除液。



★洗甲水

洗甲用水，也可用于指甲表面或指甲缝的去污。





■ 空气压缩清洗器

用于清洗指甲的空气压缩清洗器。

● 去除肉刺用钳

专用于去除指甲周边肉刺的钳子。



■ 修眉用剪

用假指甲的时候，也可用它对长度进行适当调整。



RAE 78 / IN 01

目 录

第一部分

美甲的基本技巧	5
---------------	---

第二部分

掩饰手指缺点	45
--------------	----

第三部分

美甲经典范例	67
--------------	----

第四部分

美足的基础知识	145
---------------	-----

1

Part 第一部分

三部曲：修整、护理、上色

美甲的基本技巧



人们常常只注意到化妆、发型，却忽略了手和指甲的护理。手指可能远比你想像中的重要得多。正确的护理，会让你拥有一双美手。如果掌握了修整、护理、上色等全套步骤，那么你的手就十全十美了！

Step 1 步骤 修整甲形

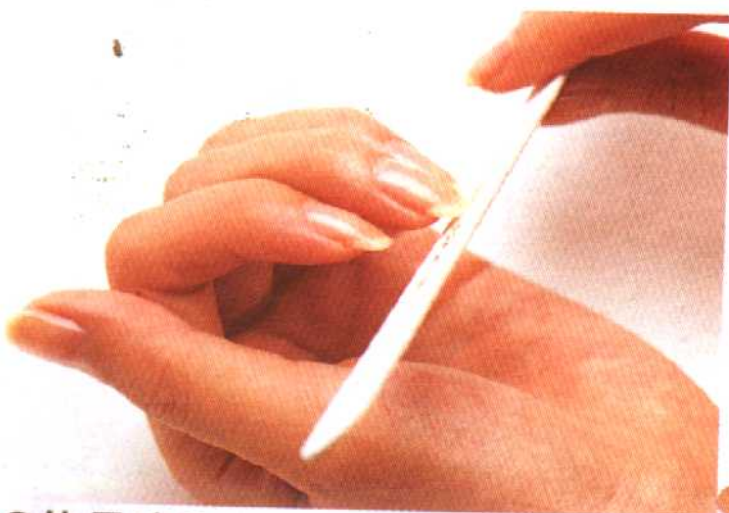
修甲锉刀基本使用方法

用锉刀修出亮丽的指甲

修剪成形的指甲共有方形、方圆形、椭圆形及尖形四种，均可用锉刀修整。快掌握正确使用锉刀的方法，先为你的指甲修修形吧！



●手拿法● 将修甲锉刀轻轻地夹在拇指与其他四指间。



●使用法● 呈 45°，注意不要过于倾斜或倾斜角度不够。

指甲锉

指甲专用锉刀分正反粗细两面使用。

方形指甲



领先潮流的大都会感，
十足的纤纤玉指……

四角形的指甲叫方形指甲。由于它所显示的是时髦且鲜明的个性，所以各种金属色都会合适。另外，方形指甲是最适合脚趾甲的甲型。

1 水平状修整指甲尖



将锉刀放在指甲尖上，从左向右水平削锉。

方圆形指甲

适合任何人的最不易折断的理想甲型

比方形指甲略圆滑的方圆形,是所有甲型中最不易折断的形状,适合指甲脆弱的人。这种甲型适宜涂深色甲油,且适合显瘦的、骨节明显的手。



双面用锉刀



●粗糙面●

颜色深的一面为粗糙面。在修形或修指甲长度时用此面。



●细滑面●

白色为细滑面。最后修整甲形时用它来完成。

1 水平地锉指甲尖

同修整方形指甲时一样,将锉刀放于指甲上,水平地削锉。



2 侧面修整

将方形指甲的两侧修出圆润感。用锉刀呈椭圆形曲线进行削锉,即可修出漂亮的指甲。



3 削锉指甲两边的里侧

同上图一样,修整指甲两边的里侧。指甲尖部的白色部分与下面肉色部分的比例为 1:3 是理想长度。



椭圆形指甲

想重点突出女性温柔雅致感觉的甲型

将指甲的顶部全部锉成圆滑的椭圆形,就会自然呈现出柔美的感觉,适合稍胖而美的手形。采用粉色等淡雅的甲油会为你添加美丽。



1 削锉指甲两边,使之有圆润感

对着指甲尖端,呈倾斜角度放置锉刀,沿从两边向中央的方向锉,不要留下棱角的感觉。



2 指甲的里侧也做同样的削锉

同上图一样,由两边向中央方向移动锉刀来进行修整,尽量做到朝同一方向移动锉刀。

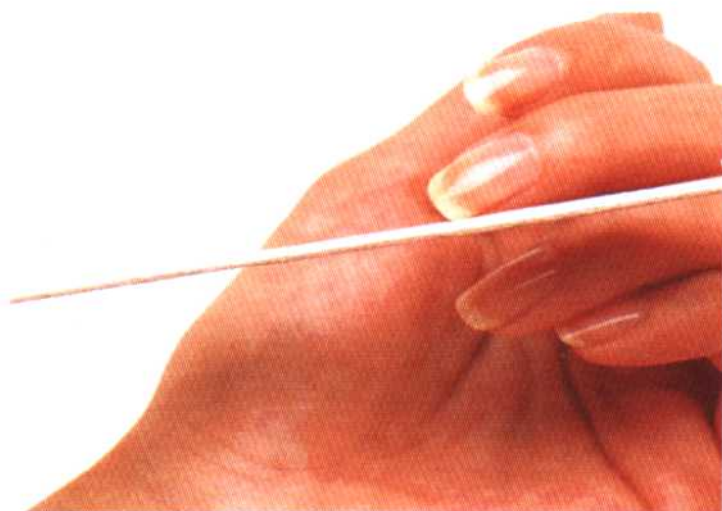


尖形指甲



充分展示古典风格的 个性派甲型

这种甲型曾经是好莱坞女星间流行的。对于指甲较薄的亚洲人虽不很合适,但对于配合潮流感 100% 的化妆,这样的甲型是一种新的尝试呢!



1 将指甲两边 削尖

与削锉椭圆形时一样,从两边向中央移动地锉,并将锉刀沿直线移动。

2 指甲里侧也进行同样的削锉

与上述方法相同,里侧也是由两边向中央锉,只是不要形成椭圆形指甲尖的圆边,而是彻底地削尖。



Step 2 步骤 修整甲面

三用指甲锉的三面

●黑色面●

颗粒最粗的一种，先用此去除甲面的凹凸不平。

●白色面●

颗粒中等粗细，用此面将指甲表面打滑。

●灰色面●

修整甲面最后一道工序，用此面为指甲表面上光。

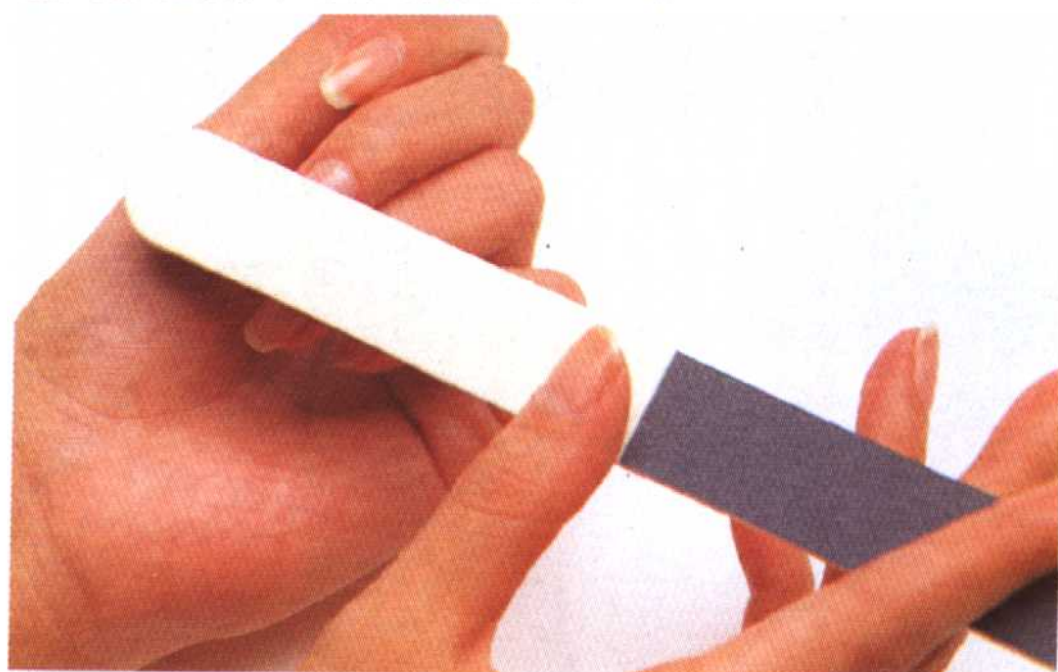
修整指甲表面的凹凸起伏和纹线

为了能涂出完美漂亮的指甲，首先去除甲面的凹凸不平是十分必要的，这叫指甲打光。一般使用拥有三种不同粗细颗粒的磨砂锉刀。

三用指甲锉

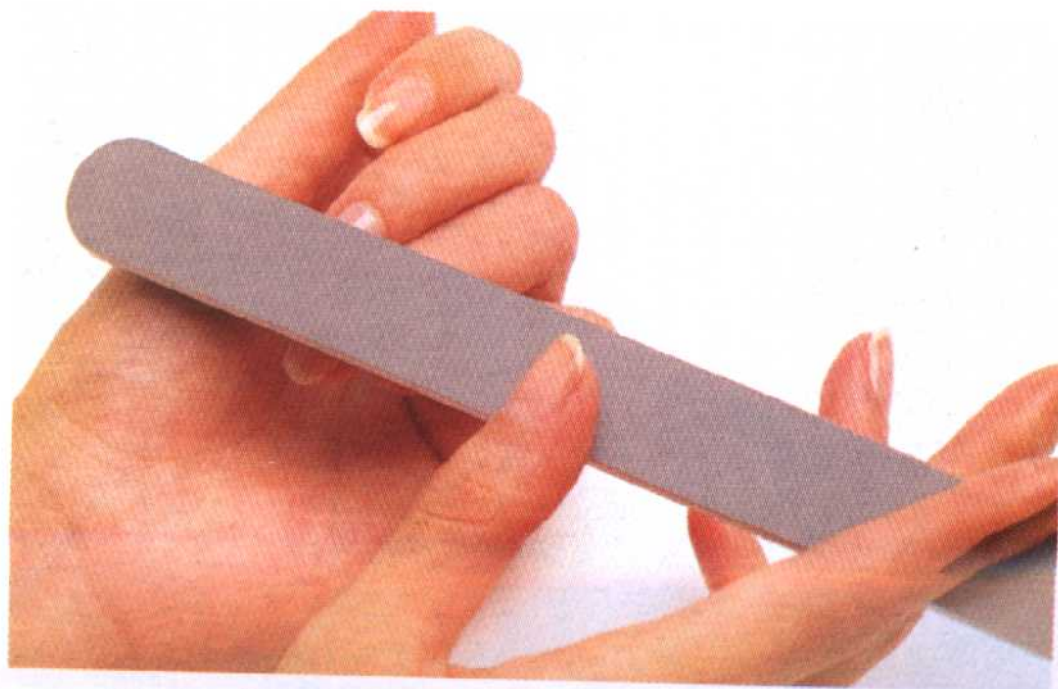
三种不同粗细表面的指甲锉，分黑、白及背面的灰三色。

1 削锉指甲表面的凹凸不平



分别用三面指甲锉的最粗的黑面和中等粗的白面,从小指到大拇指一一修整。

2 磨锉修整甲面



用三面指甲锉颗粒最细的灰色面来锉,不仅可磨出指甲的光泽且有促进血液循环的效果。

Step 3 步骤 护理嫩皮

1 修甲液(将指尖部放入温水中)



为了较易地去除指甲周围的死皮,将指尖放到温水中浸润指甲角质层的过程叫修甲护理。将温水放到碗内,让指尖浸泡一段时间来软化角质层,用蒸过的毛巾捂住也可以。手指取出后再用毛巾拭干。

对于指甲根部较硬的死皮如果不进行处理,即使用再美丽的指甲油也涂不出漂亮的指甲。一周最好进行一次死皮处理。

去除指甲周围堆积的死皮



左边是角质层软化剂,右边是洗甲水。

2 在指甲周围涂角质层软化剂

滴一滴角质层软化剂在指甲根部的嫩皮上,用小刷子充分地润泽皮肤。



3 按摩角质层

为使角质层软化剂充分渗透,润泽角质层,要进行良好的按摩。

4 用橙色小木棍对角质层进行按压

在小木棍顶部裹上棉花,轻轻按压清除死皮,千万不要过度用力。

