

时尚广场丛书7

shishang
guangchang

彩
甲
基
础

紧跟时尚脚步 体验惊眸滋味

紧跟时尚的脚步 留意精致风景

纤纤指尖 不甘寂寞

用心 争宠聚焦的目光

陕西旅游出版社

(陕)新登字012号

责任编辑: 赵乐宁

封面设计: 涂丽娜

责任监制: 刘青海

时尚广场——彩甲基础

主 编 云雨

出版发行 陕西旅游出版社 (西安长安路32号 邮编: 710061)

经 销 新华书店

印 刷 深圳宝峰印刷有限公司

开 本 787×1092 毫米 1/64

印 张 20

字 数 1000千字

版 次 2003年1月第1版 2003年1月第1次印刷

印 数 1-3000套

书 号 ISBN 7-5418-1215-3/J·208

定 价 99元 (共10册)

彩甲基础——美甲缤纷绘

guangchang
shishang

女人总能将美挖掘，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、执着狂热的心。在不经意间，眼前一位摇曳多姿的伊人，掩齿而笑时轻启玉手。哇！你才发现，连毫厘之地的指甲，女人都不放过，创造了让人诧异且惊叹不已的绝伦之美！

这道风景别出心裁、浪漫奢华、亮人眼目、经典雅致又如此风情万种。你不禁感慨：从未有哪个时代的女人，因为指甲而变得如此高贵、妖娆、优雅又迷人。

《彩甲基础》从美甲的历史、指甲的生理构成讲起，到彩绘的初、中、高级课程，细细道来，将文化底蕴贯穿全篇。精美的图示，少了些许浮华，多了份纯美的沉淀。

此书好看、好用，值得珍藏。

CONTENTS 目录

第一篇	彩绘指甲的流行	2
	回溯美甲的历史	3
第二篇	呵护你的手指	5
	修整指甲的概念	6
	修整指甲的技巧	8
	如何做手指基础保养	10
	正确卸除指甲油	13
第三篇	认识指甲油 & 彩绘工具	17
	神奇成分	18
	指甲油有哪些类型?	19
	选购小秘诀	22
	保存撇步	23
	彩绘工具	24
	什么是真指甲、假指甲?	26
第四篇	你适合什么颜色的指甲油?	33
	指甲油 VS. 个性	34
	指甲油 VS. 肤色	40
	指甲油 VS. 服装	41
第五篇	彩绘指甲初级篇	43
第六篇	彩绘指甲中级篇	69
第七篇	彩绘指甲高级篇	97



1

彩绘指甲的流行

Via & Brisa



指甲是手部最精彩的部分，性感鲜艳的红色修长指尖，容易对男性形成性感的联想；整齐美观的指甲，会让人产生足以信赖、好感的印象。纤纤十指，虽然不如脸蛋重要，却是评价一个人的另一种隐性标准。

彩绘指甲先后在欧美及日本风行，在中国目前却仍属沙龙级的产品与服务。其实这其中的门道，并没有一般人想像的那么难。从擦上两色指甲油或加上小亮片开始，Via & Brisa就是想以最简单的步骤与工具来完成美丽的指甲造型。

无论是天真的小女生、抢眼劲爆的靓女，还是知性成熟的都市女性，如果能够随着心情搭配不同的指甲油色系或自己精心设计的图案，一定能够在举手投足之间让旁人留下深刻印象。

回溯美甲的历史

你能想像指甲油这么时髦的东西竟有好几千年的历史吗？其实，指甲与手的保养与装饰，自古以来就是社会地位的象征。不管在任何年代里：拥有一手修长、华丽指甲的人非富即贵，多半属于上流社会阶层，不必从事体力劳动。

6000B.C.……6000年前埃及人以指甲花将指甲染成金色。埃及艳后的墓中，发现一个化妆盒当中记载着，涂上“处女指甲油”为通往西方极乐世界之用……

1000

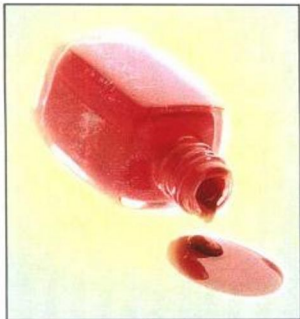


……大约在唐代以前，中国妇女就已经出现染指甲的风气。所用的材料是凤仙花，腐蚀性强

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，颜色数个月都不会消失。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……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。虽然指甲染色曾引起社会舆论的攻击……





1900 ……1916 年装饰性指甲油问世，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、朱红为流行颜色……

1960 ……50 年代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，帮助指甲变长或强……



1980 ……在指甲美容、艺术指甲、水晶指甲等有许多新的发展，以及之后衍生出来的指甲彩绘……

2 呵护你的手指

NAIL CARE & NAIL CARE

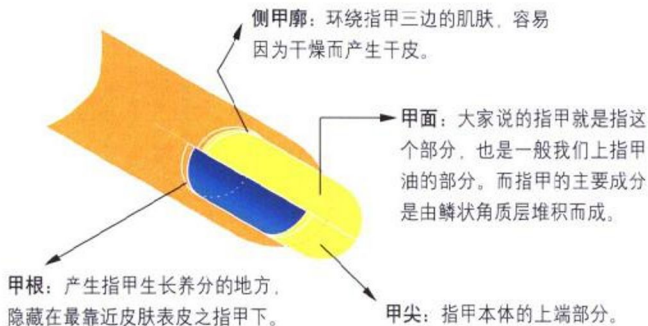
不是每个人都有时间和金钱去沙龙或美容院保养自己的指甲。因此，本章节示范了简易的手指保养，让你轻松拥有轻盈、自然的十指风情。



修整指甲的概念

了解你的指甲构造

别小看指甲只占了身体的小小部分，其中的构造跟学问也是很高深的呢。



如何防止指甲容易断裂？

1. 不能用铁棒来磨擦指甲，因为铁的材质较硬，磨擦力大容易使指甲断裂。
2. 定期保养你的双手。
3. 多多摄取维生素B2（例如肝脏、蛋黄、胚芽、肉类及黄、绿色蔬菜）。
4. 需要时可擦上保护指甲油。

小地方做起，美丽玉手不难

想为自己的指甲彩绘上独特的风情，展现不同的魅力？基本功课是先要保养出一双洁净、细致的手。难吗？需要的只是在日常生活中细心、耐心的照顾。如果你对自己的宝贝脸庞勤加保养不遗余力，那手与指甲呢？干燥、老化的角质层堆积，会让整只手看起来粗糙、黯淡失去光泽，也泄露了年龄的秘密。



而除了手部肌肤的保养外，指甲的保养常常是被忽略的一环。当你每天早晚保养脸部，用化妆水或乳液擦完脸时，顺手拿来擦拭手背之外，也别忘了让指甲有机会得到些滋润。

这种懒人保养法，日积月累下来你会发现，其实有一只纤纤玉手并不是太难的事。

对于经常擦指甲油的人，长期涂抹指甲油会使指甲变黄，一旦不涂反而更难看，保养更不容忽视。应该至少2~3天不涂指甲油。否则，指甲的水分、油分不足，会造成指甲前端裂开，失去光泽而易断。

Q?A

Q: 有亮粉的指甲油，好像太耀眼了？

A: 选择亮粉指甲油时，尽量选择颜色素雅的颜色例如粉红、藕色，这样就不会十分“招摇”。而金黄色也是很棒的颜色，因为东方人肌肤多偏黄，衬着肤色反而很自然喔！

修整指甲的技巧



指甲每天约长0.1厘米，因为指甲有生命，所以也有组织，指甲根部的干皮和小皮，具有保护指甲的重要功能。因此，不要修剪干皮、甲皮是保护指甲的第一原则。

正确修指甲法

1. 清洁：先于温水中浸泡双手约3分钟，指甲会变得柔软适合修剪。
2. 每周固定修剪指甲与老皮：用修甲棒修出方形或椭圆形的指形。不要修得太圆，使得两边指甲太深入肉中。易造成“指甲嵌入症”。
3. 略微将指肉最外缘的老化死皮剪除，硬皮修剪太厉害伤到皮肤，要小心。

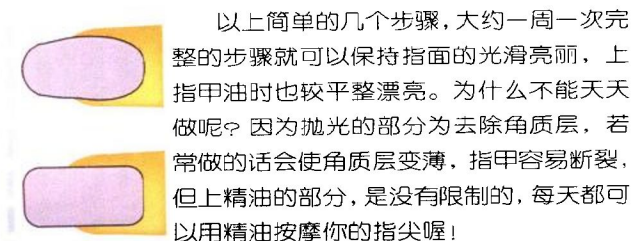




4. 修剪指甲后，由外向内以修指专用锉刀 45 度角磨指甲，不要磨指甲外角和外边，以免指甲受损。如果不喜欢方方正正的指甲模样，可以把指尖磨成圆滑、修长的形状。但保持指甲长的原状是磨指甲最好的参考样式。使用锉刀修整时，勿来回地锉指甲，如此反而会使指甲变双层且不平，甚至容易断裂。务必用同一方向来锉。

5. 最后用磨光板、抛光棉和指甲油打亮指甲。这动作可轻轻按摩指甲，并促进指甲生长。指尖的指甲表层可呈现较佳的聚合性和完美光泽。最后再上一层保护的指甲油。

6. 上指缘油：在指缘周围擦上玫瑰精油或 Baby Oil。



以上简单的几个步骤，大约一周一次完整的步骤就可以保持指面的光滑亮丽，上指甲油时也较平整漂亮。为什么不能天天做呢？因为抛光的部分为去除角质层，若常做的话会使角质层变薄，指甲容易断裂，但上精油的部分，是没有限制的，每天都可以用精油按摩你的指尖喔！

如何做手指基础保养

是否发现手指边缘的硬皮常常很容易勾破丝质的衣服？指甲表面看起来有些条状、干燥的感觉？大多数人较不注重手部保养，所以手指及指甲多属于干燥性质，容易龟裂有细纹，指边有硬皮。而保养手部可不是专属贵妇的权利，在家也可轻松做保养，让手部肌肤和脸部一样光彩照人。

Q & A

Q：哪里可找到保养指甲的保养品？

A：美甲沙龙内除了有各式各样的保养用品外，也有各式美甲油，包括擦拭用的按摩油、保湿液。以及保湿型透明指甲油及无色的隔离性指甲油。当然，最经济实惠的还是一般的橄榄油或精油。



手部保养 DIY

1. 上乳液：先擦上手部保养专用乳液，均匀抹在手臂、手掌、手指，特别是手部干燥时一定要用。

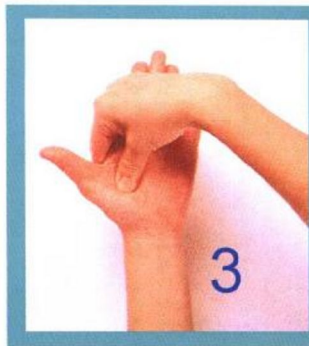


2. 拉指关节：右手抓左手指关节，夹指关节往外拉，左拉、右拉、上拉、下拉、侧拉，然后瞬间放掉。从小指到食指，一个一个重复上述动作。因为指缝有淋巴腺，充分拉扯有助排除体内毒素。



2





3. 按压手掌心: 按压手掌心, 慢慢加压、放开, 持续数秒, 尤其是靠手腕的肉垫, 多多按摩可以强化女性的生殖器官。



4. 按摩手臂: 从指尖往手腕方向轻轻按摩可以让手臂的纹路减少, 促进血液淋巴腺循环, 常做可使手部肌肤明显感觉光滑不少。

彩绘 Tips

1. 在上指甲油之前先涂上一层无色的指甲油, 如此可以保护指甲油, 避免上色不均的困扰。
2. 尽量避免尖锐的物品刮伤表面。若有干燥现象, 用精油按摩指尖。
3. 若是擦深色指甲油, 记得 3 天后一定要卸除喔! 若是一般浅色大约在维持一个礼拜后卸除。
4. 一个礼拜找一天完全不上指甲油, 趁这天做好基本保养让指甲休息放松, 让下次上色彩绘能够更完美持久。

正确卸除指甲油

卸除指甲油就得靠去光水，去光水的成分是融化指甲油的强力混合溶剂，若使用不好的去光水会使得指甲的水分油分都被挥发，造成指尖断裂或发黄的现象，而去光水价格从几十元到几百元不等，如何选择一瓶便宜又好用的去光水呢？



Q?A

Q：指甲发黄了，怎么办？

A：指甲发黄的原因有二：一为上指甲油过久所产生的色素沉淀，可以使用护底指甲油，隔离有颜色的指甲油，保护指甲避免色素沉淀。另外一般浅色指甲油在七天后要卸除，深色指甲油三天一定要卸除，也可避免色素沉淀指甲发黄。

另一为使用不当的去光水，使指甲表面干裂，使指甲油的色素更容易沉淀。对自己好一点，仔细挑选品质较优的去光水吧。

去光水的选择

1. 别贪小便宜去买夜市不知名品牌的去光水，虽然说有品牌的品质不一定好，但有牌子会顾虑到自己的形象，起码有一定的保障。

2. 拭去指甲油后，若指甲的表面呈现雾状，代表此去光水的溶解剂腐蚀性过强不宜使用。

3. 味道不代表去光水的品质，只是为了让你闻起来较不刺鼻。

4. 擦拭在水晶指甲上更容易分辨去光水的好坏，若表面因此产生黏稠现象或凹凸不平，代表腐蚀性过强不宜使用。



卸指甲油棉片的选择

一般化妆棉或棉花都可以用来卸沾染去光水卸除指甲油，不过一般市售化妆棉较薄，卸除时色素容易沾染，也较容易挥发。建议大家使用药房的脱脂棉，好用又实惠。