

Vogue Nail DIY

时尚

美甲

DIY

COME ON,
创意属于你的炫彩心情,
自己动手给美甲, 做个妙手女人!

最 IN 的款式设计

最易学的健康美甲宝典

崔黎黎 SF 工作室 编著



2006 最新版

农村读物出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

时尚美甲DIY / 崔黎黎, SF工作室编著. —北京: 农村读物出版社, 2005.11
ISBN 7-5048-4770-4

I.时... II.①崔... ②S... III.指甲—化妆—基本知识 IV.TS974.1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2005) 第124891号

编 著 崔黎黎 SF工作室
摄 影 SF工作室
设 计 SF工作室
模 特 曲琳 陈景 薛英 苏珊
美甲制作 崔黎黎

出 版 人	傅玉祥
责任编辑	李 娜
出 版	农村读物出版社 (北京市朝阳区农展馆北路2号 100026)
发 行	新华书店北京发行所
印 刷	中国农业出版社印刷厂
开 本	889mm×1194mm 1/32
印 张	3
字 数	80千
版 次	2006年1月第1版 2006年1月北京第1次印刷
印 数	1~10 000册
定 价	15.00元

(凡本版图书出现印刷、装订错误, 请向出版社发行部调换)

时尚

美甲DIY

编著：崔黎黎 SF工作室



农村读物出版社

时尚美甲

shishangmeijia

纤纤玉手，三指轻翘，万千风情，醉人心扉……美丽和女人总是紧密相联，而女人也总能将美挖掘，使它无处不在。林林总总的服饰，多彩的装扮都还不足以包裹住女人那颗追求着尽善尽美的心。在不经意间，抬起玉手，你才发现，连毫厘指甲，都创造了令人诧异且惊叹不已的绝伦之美。

“妙指如诗”，别致靓丽的美甲，不仅让你时刻都散发出非凡的韵律美，更于无形中提升个性品味，为你的美丽加足一百分，弹指间魅影醉人。

那么怎样才能自己绘制出让人绝美的炫亮美甲呢？

其实很简单！本书以专业、简易、时尚的原则，为你提供最完美的美甲DIY捷径。书中详细介绍了美甲的基本方法与多种简单易学的扮靓巧招，只要认真领会它们，并加以实践，相信你也可以为自己轻松打造最IN的个性靓甲！

闲暇之余，亲自动手去尝试，感悟美甲艺术吧，你会发现它是非常美妙的事情。充分发挥你的想像力，淋漓尽致展现你的时尚个性，让梦幻般的美丽驻留在玉指间，让万千变化的魔力呈现在指尖上，生活将更加灿烂多彩，你的魅力也将时刻成为众人瞩目的焦点。



Part 1 美甲热身知识

1. 了解你的指甲 8
2. 基本美甲工具 10
3. 手部按摩 12
4. 选择适合你的甲形 14
5. 指甲的修护 16
6. 选择指甲油的诀窍 18
7. 巧选指甲油颜色 20
8. 如何完美涂色 22
9. 指甲油的卸除 24



Part 2 艺术美甲小锦囊

1. 甲油点绘艺术
 - 法式醒甲 28
 - 妙笔生花 30
 - 缤纷线条勾绘 32
2. 海绵印图幻彩艺术 34
3. 贴花艺术 36
4. 画龙点睛“睛”水晶钻 38



Part 3 魔力迷你彩绘

1. 法式彩丝 短彩豹纹 42
2. 画花蝴蝶结 点彩梅花情 44
3. 尖花蝴蝶结 百合飘香 46
4. 多种主题花型彩绘 46
5. 不同风格美甲翻站 52



Part 4. 纤纤玉指贴出来

- 1. 全贴片指甲的制作 67
- 2. 半贴片指甲的制作 70
- 3. 法式贴片指甲的制作 72
- 4. 贴片的卸除技巧 76

Part 5. 时尚美甲欣赏 79

Part 6. 七彩附录

- 1. 梦幻人体彩绘 92
- 2. 美甲小史 94



PART 1.

美甲热身知识

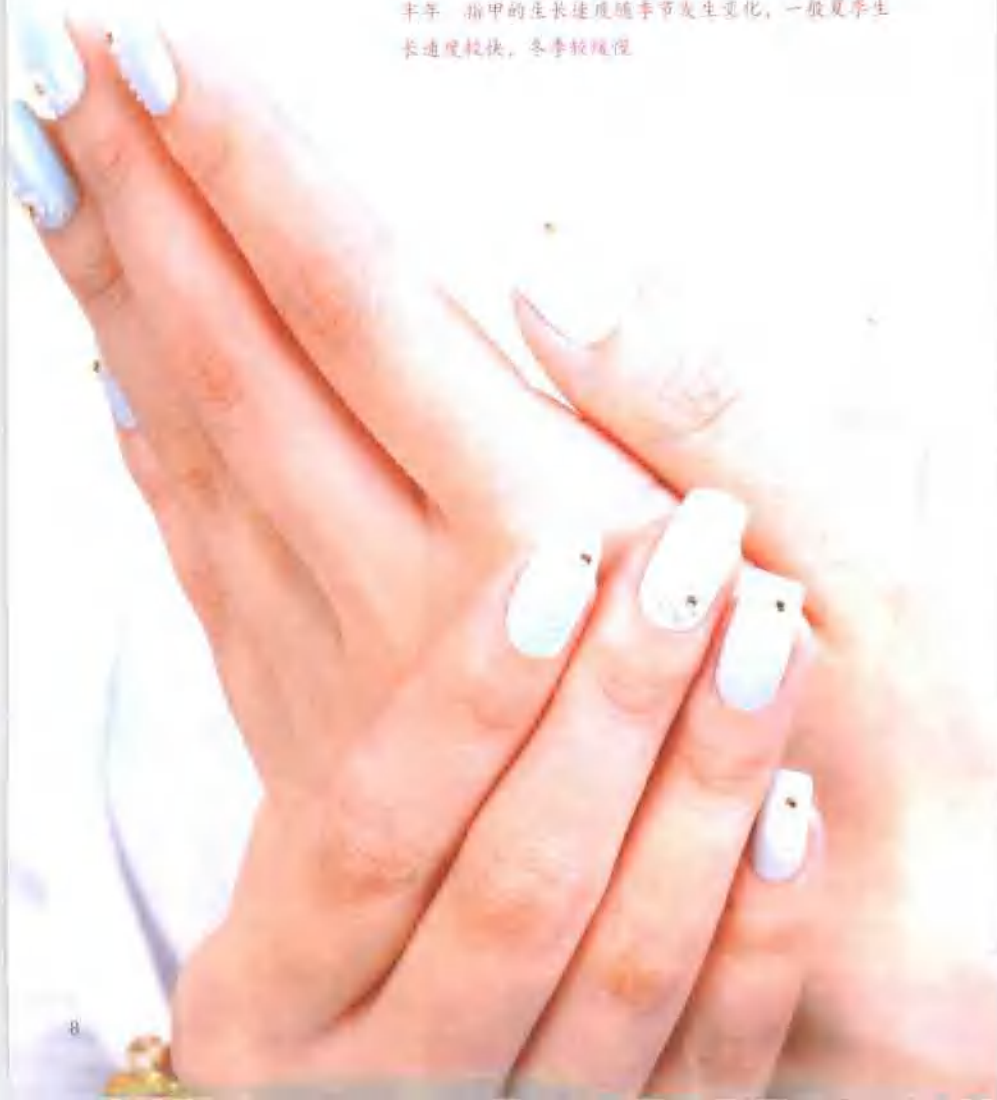
掌握美甲、护甲基础常识与技巧，是成功绘制炫甲的重要一环。所以美甲前先来热身，做好充分准备，才能轻松上阵。step by step，为自己的美丽加分。

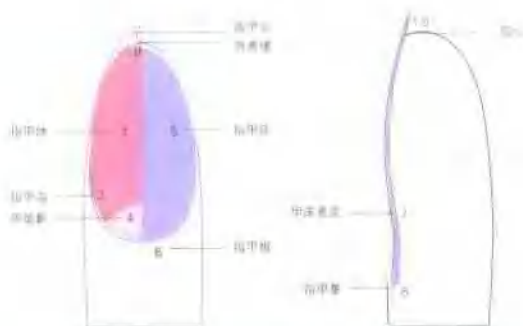
1. 了解你的指甲
2. 基本美甲工具
3. 手部按摩
4. 选择适合你的甲形
5. 指甲的修护
6. 选择指甲油的诀窍
7. 巧选指甲油颜色
8. 如何完美涂色
9. 指甲油的卸除

1. 了解你的指甲

进行指甲保养之前，应该先了解指甲的构造及特征，这样才能更好保护你的纤纤玉指。

健康的指甲应该是光滑、亮泽、圆润饱满，呈粉红色，指甲每个月生长的3毫米左右。新陈代谢周期为半年。指甲的生长速度随季节发生变化，一般夏季生长速度较快，冬季较缓慢。





指甲主要由三大部分组成：1. 指甲尖(指甲前缘)；2. 指甲体(甲盖)；3. 指甲根、指甲基。

1. 指甲尖——也叫指甲前缘，是指甲面从甲床分离的部分，由于下方没有支撑，缺乏水分油分，所以容易裂开。

2. 指甲体——也叫甲盖，一般称“指甲”部分，是由位于指甲根部的甲母构成。

3. 指甲沟——指甲的外框，如果太干燥，便容易长出肉刺。

4. 甲弧影——也叫半月区，是位于指甲根部白色好像半月形的地方。

5. 指甲床——支撑指甲皮肤的组织，与指甲紧密相连，供给指甲水分，下方密布血管，使指甲呈粉红色。

6. 指甲根——位于指甲根部，在甲基的前面，极为薄软，其作用类似农作物的根茎。

7. 甲床表皮——即“软皮”，其功能在于保护柔软的指甲。

8. 指甲基——位于指甲根部，含有毛细血管、淋巴管和神经。其作用类似于土壤，甲基是指甲生长的源泉，甲基受损时使指甲停止生长或畸形生长。

9. 游离缘——也叫“微笑线”，是甲体与甲床游离的边线。

10. 指心——是指甲尖下的薄层皮肤。

贴心小Tips

如何防止指甲断裂？

1. 不能用铁棒来磨指甲，因为铁的材質較硬，磨擦力大容易使指甲断裂。
2. 定期保养你的双手。
3. 多食含维生素B₅的食物（例如肝脏、蛋黄、胚芽及绿色蔬菜）。
4. 需要时可擦上保护指甲油。

2. 基本美甲工具

“工欲善其事，必先利其器。”工具的选种与齐备，是美甲的第一步。熟悉它们各自的用途，才能顺利地施施美甲。



1. 死皮钢推: 推甲根死皮, 使指甲修长。
2. 死皮叉: 去指甲两侧死皮。
3. 手动打孔钻: 在指甲上打孔, 用于装饰。
4. 镊子: 取酒精棉、人造钻石等专用。

5. 指皮剪:
去甲沟、甲根周边死皮。



- 6 一字剪:
剪人造甲片的专用工具。



9. 加粗条 (150# 120# 100#)
用于磨片前打磨指甲面、指甲边缘。

10. 抛光条
用以代替抛光, 使手指面。



7. 羊皮挫:
打磨蜡膏专用, 使指甲光亮。

- 8 指甲刷:
用于扫除甲面上的甲粉。

11. 豆腐块:
可磨平指甲表面的纹路。



12. 抛光块:
按黑、白、灰次序可抛出色指甲的亮度。



13



14



15



16

13. 抛光膏: 保护指甲, 增强指甲亮度。
14. 推脂膏: 按摩手指专用, 帮助干燥的手部。
15. 水晶粉: 用于溶解水晶粉。
16. 水晶粉: 和水晶膏相配, 制作出西施甲比如有水晶粉。



18



19



20



21



22



23



24



25

17. 洗甲水:
用于卸除指甲上的指甲油。
18. 保固亮油:
起保护作用防紫外线。
19. 健康色红油:
涂后使甲面红润呈现健康光泽。
20. 加钙底油:
隔离有颜色的指甲油, 保护指甲色素沉淀, 使指甲表面平滑, 上色效果好。
21. 营养油:
防止起肉刺和死皮, 补充甲根营养。
22. 干燥黏合剂:
吸收甲面的油分, 水分, 易于黏合, 起消毒作用。
23. 指甲专用胶:
作贴片甲专用。
24. 死皮膏:
可有效去除死皮。



25. 水晶笔

制作水晶甲的专用笔。



26. 画笔

彩绘美甲专用笔;
经美国卫生动流检。



27. 丙烯颜料

彩绘美甲使用颜料。
因其颜色持久所以能持久。



28. 调色盘

用于各色颜料的调配;
因其颜色持久所以能持久。



29. 人造钻石

可粘贴在甲, 因其颜色持久所以能持久。



30. 亮片

可粘贴在甲面, 使其更亮。



31. 甲片

用于粘贴指甲。



32. 纸托板

制作水晶甲的一种辅助。
能防止水晶甲变形。



33. 泡手醋

能防止水晶甲变形。
能防止水晶甲变形。



34. 水晶晶

能防止水晶甲变形。
能防止水晶甲变形。



35. 酒精棉

75%医用酒精用于消毒。



36. 牙签

用于制作水晶甲;
能防止水晶甲变形。

3. 手部按摩

随着科技的飞速发展，生活节奏的加快，许多职业人士长期处于高压状态，导致手部肌肉紧张、血液循环不畅，进而引发一系列手部问题。通过科学的手部按摩，可以有效缓解手部疲劳，改善血液循环，增强手部肌肉力量，对于预防和缓解手部疾病具有重要意义。

应准备物品：

按摩膏、护手霜。

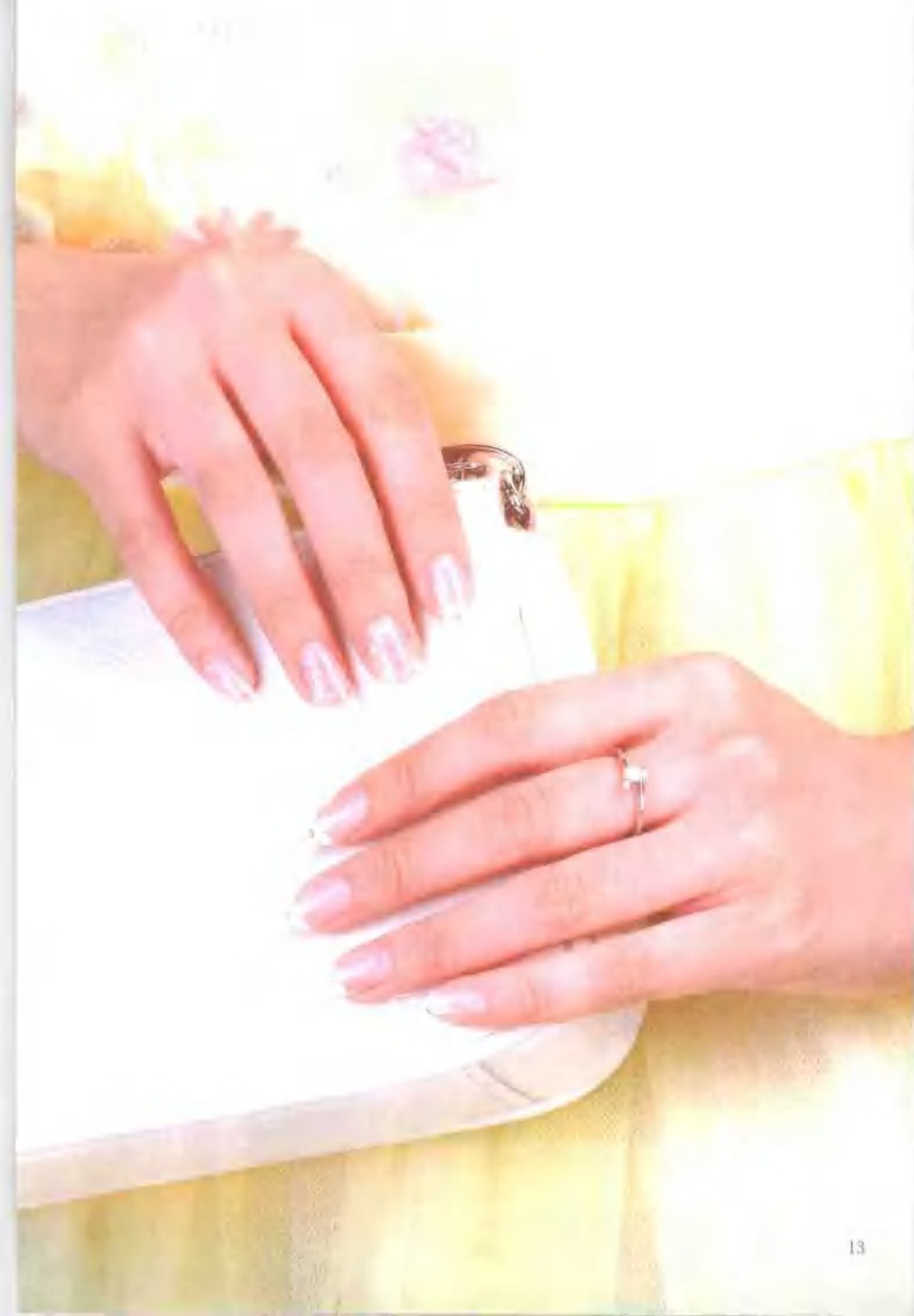
步骤演示：

1. 清洁后取适量按摩膏涂在手背上，均匀涂抹，并向手腕方向轻轻按摩。手部特别干燥时可用乳液。
2. 用另一只手的食指和拇指指腹，由指根按摩手指至指尖，轻压指甲两侧按摩手指。
3. 掰开两根手指用拇指按压指根，分缕手指，将手指依次往两边分缕。
4. 用另一只手的食指及中指夹住手指，一根一根来回绕转。
5. 用手指轻揉掌心。
6. 手掌贴手掌往后轻压。
7. 拭净按摩膏后，涂护手霜滋润双手。



贴心小Tips

在进行手部按摩时，力度要适中，避免过度用力导致手部受伤。按摩时间不宜过长，以免造成手部疲劳。同时，手部按摩应与日常手部护理相结合，才能达到最佳效果。



4. 选择适合你的甲形

指甲的形状在生活中最常见可分为方形、方圆形、椭圆形、长圆形四种，您可依据自己的手指形状来定是哪种指甲。

□ 方形指甲：

方形指甲较个性化及带领潮流，不易断裂，比较受职业女性和白领阶层人士的喜欢。脚趾甲也可以修成这种形状。

适宜人群：经常操作电脑键盘或其他常用指尖工作的人。

1. 将180°锉条与指甲尖成直角从左向右水平削锉。
2. 将指甲的侧面贴在锉条上，垂直打磨指甲两侧。
3. 从两侧向中间方向平直修整对称。
4. 完成效果。



○ 方圆形指甲：

方圆形指甲前端和侧面都是直的，棱角的地方成圆弧形轮廓。这种看上去很结实形状会给人柔和的感觉，对于骨节明显，手指修长的你，方圆形可以弥补不足之处。

适宜人群：对于喜欢留长指甲的人，工作中指甲会受到注意的人及指甲易折易裂的人都比较适合。

1. 用180°锉条与甲面成45度角，从两侧向中间打磨指甲前缘。
2. 用锉条沿着指甲两侧向中间呈圆形曲线状打磨。
3. 将两侧的尖角锉圆。
4. 完成效果图。



○椭圆形指甲

圆周的椭圆形是最自然的形状。从游离缘开始，到指甲前端的轮廓是椭圆形，属于较传统的东方甲形。

适宜人群：适合于任何人。

1. 手握180#锉条打磨指甲前缘。
2. 左右对称打磨两侧。
3. 两侧向中间按椭圆形轨迹打磨，直到圆润光滑为止。
4. 完成效果。



○尖圆形指甲：

尖圆形指甲适合修长的手指，可使手显得纤细。这种形状的指甲有易断裂的弱点，但如果经常保持这样形状的话，就可以使指尖的动作看起来纤细优美。

适宜人群：不经常从事家务或手工的人。

1. 锉条与指甲尖呈45度打磨指甲前缘。
2. 从两侧向中间修磨。
3. 沿指甲前缘下方，从两侧向中间按曲线轨迹磨锉成尖形。
4. 完成效果。



贴心小Tip

修整指甲要做到尽可能少使用指甲刀，以减少指甲的负担。如果使用指甲刀会令指甲增添额外压力，也容易造成指甲基部开裂，即所谓的“咬基甲”。另外指甲结实牢固的人，先用粗面的粗砂面修整轮廓，然后用细砂面收尾；指甲脆弱的人，只使用细砂面就可以了。