Для красоты и ухоженности ваших ног обязательно нужно делать педикюр. Особенно это важно при ношении открытых туфлей в летнее время года. Педикюр чаще всего делается в салоне, но если вы по каким-то причинам не можете его посещать, то заниматься ногами нужно самостоятельно. Много времени это не занимает, и больших вложений также не потребует. Нужно лишь аккуратно и регулярно выполнять несложные операции.



Педикюр делается примерно раз в 10-14 дней. При регулярном уходе за ступнями, кожа на стопах ног будет нежной и мягкой.

Далее проводится непосредственно сама процедура. Давайте, посмотрим основные этапы данной операции:

1) Распаривание ног, в результате которого проводится размягчение ногтей. Приготовьте ванночку для ног, куда налейте теплую воду. Туда добавьте гель для душа и морскую соль. Подержите там ноги минут десять, чтобы ногти размягчились и вытрите ноги полотенцем.

2) Далее проводится обработка кутикулы и самих ногтей. Подрезать ногти нужно специальными кусачками или маникюрными ножницами. Делайте подрезку по прямой линии, чтобы ногти имели форму квадрата. Такой подход предотвращает врастание ногтей в кожу. После того, как подрезка проведена, используйте пилочку для подрезки краев. Затем при помощи специальной лопатки сдвиньте кутикулу. Для этой цели можно применять апельсиновую палочку. Существуют специальные препараты для удаления или смягчения кутикулы. Его нужно нанести перед данной операцией на кожу. После того, как сдвинете кутикулу, удалите остатки при помощи ватного тампона. Потом проведите очистку ногтей от элементов кутикулы. Если остается сухая кожа, то ее нужно удалить при помощи пилочки. Для гладкой поверхности ноготь полируется 2-х

сторонней пилкой. Тщательно полируйте область кутикулы, ведь лак значительно лучше будет держаться на ровной и гладкой поверхности ногтей.

3) Не забывайте про уход стопами. Для идеального педикюра обязательно займитесь кожей стоп. Воспользуйтесь пемзой для удаления огрубевшей кожи. Также можно применять специальные скрабы для ног, которые продаются в любых аптеках и косметических салонах. После того, как стопы обработаны, на кожу следует нанести питательный крем.

4) Нанесение лака представляет собой завершающую стадию педикюра. Лаков сейчас великое множество. Можно нанести, как бесцветный, так и сделать роспись на ногтях. Перед нанесением лака обезжирьте поверхность специальным раствором. На обезжиренной поверхности ногтя лак будет держаться дольше. Положите между пальцами специальный разделитель или ватные тампоны. Но ноготь наносится основа, которая способствует выравниванию поверхности.

Когда основа высыхает, переходите к нанесению цветного лака. Его обязательно нужно наносить в 2 слоя. Тогда ногти будут выглядеть ярко и насыщенно. Поверх лака иногда наносится закрепитель, но в принципе, можно обойтись и без него. Далее даете лаку высохнуть и все готово.