

Наши ножки созданы не только для того, чтобы носить туфли. Это еще и сексуальный объект. Поэтому они всегда должны быть в порядке: и летом, и зимой. Касается это в первую очередь ухоженных стоп и педикюра. Ведь если мужчина увидит твои огрубевшие пятки, с трудовыми мозолями и облупившимся лаком, что он подумает? Правильно! Что хозяйка таких ножек не только неряшлива, но еще и ленива.

Конечно, не всегда бывает возможность сходить на педикюр в салон. Поэтому женский сайт sympaty.net решил научить тебя делать педикюр в домашних условиях. А на это найти время всегда можно!

Как делать педикюр в домашних условиях. Начинаем с ванночки

для ног

В первую очередь удали лак с ногтей. Затем приготовь специальную ванночку для ног. Добавь туда что-либо на твой выбор: 3 столовые ложки питьевой соды, настойку календулы, ромашки, растительное масло, крошки туалетного мыла или морскую соль. В продаже ты также можешь найти уже готовые средства с антибактериальным, смягчающим, увлажняющим эффектами.

Ванночку следует наполнять теплой водой, и когда она остывает, подливай горячую воду.

Как делать педикюр в домашних условиях. Приводим в порядок стопы

Когда кожа на ступнях смягчится, можно начинать ее обрабатывать. Нам необходимо удалить натоптыши, ороговевшие участки и отжившую кожу, а также мозоли.

Для этого подойдет мелкозернистая пемза, щеточка или специальный бритвенный станок для педикюра. Пемзой пройдишься круговыми движениями по всей подошве, а бритвой – по направлению от пальцев к пятке.

Педюкюр в домашних условиях: секреты тонкости

Автор: Елена
23.01.2010 15:54

Для обработки самых труднодоступных мест используй скраб для ног. Нанеси его на все ступни и между пальцами. Аккуратно помассируй и смой теплой водой.

Мозоли на ногах удаляй при помощи щипчиков.

После того, как закончишь обрабатывать ступни, сполосни их водой, вытри полотенцем и вотри крем для ног, которым ты пользуешься. Это может быть питательный крем, дезодорирующий, смягчающий или увлажняющий.

После таких процедур твои ножки должны стать мягкими и гладкими, почти как у младенца!

Как делать педикюр в домашних условиях. Обрабатываем ногти
Приступать к обработке ногтей желательно не ранее чем через 20-30 минут после ванночки, когда ноги хорошо обсохнут. Иначе, подрезая и подпиливая еще влажные ногти, ты рискуешь получить повреждение ногтевой пластины, отчего ногти начнут расслаиваться.

Итак, ногти нужно подрезать и придать форму. Для этих целей используй маникюрные ножницы, щипчики и пилочку.

Ногти на ногах обрезай по прямой линии, не закругляя уголки, стремясь придать форму квадрата или прямоугольника. Такой способ обрезания ногтей на ногах предотвратит их болезненное врастание в кожу пальцев. Принято оставлять ноготь на большом пальце такой длины, чтобы он слегка прикрывал сам палец, другие же ногти должны быть короткими.

Не забудь также вычистить грязь, скопившуюся под ногтями.

А затем пилочкой придай ногтям форму, шлифуя уголки, которые не должны оставаться

Педюкюр в домашних условиях: секреты тонкости

Автор: Елена
23.01.2010 15:54

острыми. Шлифованные и гладкие ногти уберегут твои колготки от повреждений и зацепок

Как делать педикюр в домашних условиях. Кутикула

Теперь обрабатываем кутикулу. Если раньше принято было кутикулу обрезать, то сейчас рекомендовано делать необрезной маникюр и педикюр. Ведь обрезанная кутикула может послужить причиной инфицирования ногтевой пластины и воспаления кожи

Для обработки кутикулы нужно нанести на нее специальное масло или смягчающий гель, а затем специальной лопаточкой или палочкой из апельсинового дерева аккуратно отодвинуть кутикулу к основанию ногтя.

Как делать педикюр в домашних условиях. Нанесение лака

И наконец, любимое занятие многих женщин – нанесение лака для ногтей!

Прежде чем красить ногти лаком, поверхность ногтя протри жидкостью для снятия лака или обычным спиртом. Это обезжирит ноготь, и лак будет держаться дольше.

Для лучшей стойкости педикюра наноси лак в несколько этапов:

1. Прозрачный лак-основа или любой лечебный лак, который защитит от въедания в ногтевую пластину цветных пигментов красящего лака;
2. 1-2 слоя цветного лака;
3. Лак-закрепитель, который продлит жизнь педикюру, не позволит цветному лаку откалываться, облезать или стираться. Цвет лака для ногтей выбирай на свой вкус, в зависимости от настроения, образа и цвета лака на руках.

Согласись, ничего сложного в домашнем педикюре нет, одни только «приятности»!

Маленькие секреты домашнего педикюра

Для работы тебе понадобятся: пемза, мягкая щетка для очищения, лопаточка (палочка

из апельсинового дерева), щипчики (кусачки), пилочки, маникюрные ножницы. Маникюрные ножницы тебе нужны двух видов: прямые для обрезания ногтей и закругленные для удаления кутикулы (если все-таки предпочитаешь обрезной педикюр). Если перед сном нанести на ступни крем для ног, или смазать их оливковым маслом, либо каким-либо эфирным маслом, а затем надеть хлопковые носки и оставить так на ночь, то наутро твои ножки будут мягкими и практически «шелковистыми». Если ногти на ногах начали желтеть, то попробуй провести пилинг для ногтей. Поищи специальные скрабы в продаже или приготовь сама, например, из кофейной гущи. При регулярном применении поверхность ногтя очистится от пятен и вернется к первоначальному цвету. Если поверхность ногтя неровная, в глубоких бороздках, используй специальное средство, которое выравнивает ноготь и используется как лак-основа. Ванночка для ног из морской соли не только полезна для ногтей, но и помогает снять усталость ноющим ногам, а также уменьшает потливость. При каждом сеансе педикюра делай массаж стоп, ведь там находится множество точек, связанных с нашими внутренними органами. Благодаря массажу не только ножки будут чувствовать себя лучше, но и весь организм в целом.