

# STAR NAILS Всё, что нужно знать о педикюре

Ухоженные руки, сияющая увлажнённая кожа, модный маникюр и педикюр перестали быть прерогативой деловой элиты и исключительно эстетической необходимостью. Маникюр и педикюр сегодня доступны каждому, и делают их даже мужчины и дети. К счастью, миф о том, что подобные процедуры направлены только на обработку ногтей и покрытие их лаком, развеивается, и приходит понимание, что регулярный грамотный уход предотвращает развитие многих заболеваний. Особенно это касается ног. Почему педикюр – не просто красота, но и здоровье, мы спросили у мастера ногтевого сервиса Снежаны Немцевой, владелицы студии ногтевой эстетики «Star Nails».

Самара, ул. Садовая, 225  
+7 922 533 65 55  
@star\_nails\_professional



## ЛК Снежана, какие проблемы решает педикюр?

**Снежана Немцева** Во-первых, педикюр – комплексный уход за ногтями и кожей стоп, включающий удаление огрубевших частиц, мозолей, натоптышей, коррекцию формы ногтей во избежание их врастания. Во-вторых, педикюр способен решить не только эстетические проблемы, но и медицинские: неприятный запах, глубокие трещины, потливость ног. Ухоженные ногти и кожа становятся практически неуязвимыми перед грибковой инфекцией. Педикюр помогает справиться с сухими и стержневыми мозолями, воспалением ногтевого валика, онихомикозом, вросшими ногтями и сопутствующими воспалительными процессами. Перед тем, как обратиться к подологу с одной из таких серьёзных проблем, мы рекомендуем сделать гигиенический педикюр в студии.

## ЛК Что делать тем, кто стесняется говорить о своей проблеме?

**С.Н.** Прийти к нам. Мы для этого и работаем, чтобы выявить причину дискомфорта, помочь справиться с проблемой. Я считаю, что каждый должен заниматься своим делом, и мы готовы работать с любыми ногами. Мне по-настоящему доставляет удовольствие делать педикюр и видеть, как преображаются ноги клиента. При этом мы понимаем, что заботимся не только о красоте, но и о здоровье.

## ЛК Может ли человек в домашних условиях сделать педикюр?

**С.Н.** В домашних условиях можно поддерживать ноги уходовыми процедурами. После того, как мастер должным образом обработал всю поверхность ног, удалив повреждения, натоптыши, мозоли, увлажняющие маски и кремы будут очень эффективны и полезны. Педикюр лучше делать в салоне на регулярной основе. В случае появления дискомфорта при ходьбе, мозолей, натоптышей, вросшего ногтя следует незамедлительно обратиться к специалисту.

## ЛК Можно ли сказать, что регулярный педикюр обеспечивает профилактику возрастных изменений стопы?

**С.Н.** Конечно. Грамотный уход должен совмещаться с грамотным подходом к здоровью всего опорно-двигательного аппарата. По ноге мы можем увидеть, правильно ли происходит распределение нагрузки на стопы, где находится основной перекосяк, порекомендовать обратиться к остеопату, заказать ортопедические стельки.

## ЛК Важно ли оборудование, на котором работает мастер?

**С.Н.** Да, так же как и отдельный кабинет, удобное кресло, косметика, которая представлена в салоне. Клиенту должно быть комфортно, обстановка должна располагать на расслабление и получение удовольствия, обязательно должен нравиться мастер и сама процедура. Мы стараемся создавать такую атмосферу, чтобы человеку захотелось вернуться. Также мы работаем на натуральной польской косметике, которая подходит даже чувствительной детской коже. А аппарат с пылесосом, которым мы располагаем в салоне – это тоже наше преимущество и забота о здоровье окружающих. Нет дискомфорта от летящей пыли, нет никакой вибрации, ожогов или других неприятных ощущений в процессе работы.

## ЛК Вы упомянули о детском уходе. Детям тоже необходим педикюр?

**С.Н.** Дети часто неправильно стригут ногти, поэтому могут появляться проблемы вросших ногтей и их последствия в виде воспалений. А подростки не обращают внимания на натоптыши и стержневые мозоли, пока невыносимая боль не заставит рассказать родителям и обратиться к специалисту. Поэтому, конечно, мы работаем с детьми и в первую очередь рассказываем им, как правильно стричь ногти.

## ЛК Ещё один волнующий всех вопрос. Какое покрытие для ногтей лучше делать в зиму?

**С.Н.** Каждый сам решает носить ли зимой гель-лак, но мой совет – делать максимально тонкое покрытие на ногтях ног. Как только мы начинаем надевать закрытую обувь, нагрузка на ногти резко возрастает, что чревато онихолизисом – это когда ногтевое ложе отходит от ногтевой пластины, здесь легко могут присоединиться грибковая и бактериальная инфекции, появиться все те проблемы, о которых мы говорили в начале. Узкая обувь, долгое нахождение ног без проветривания, влажность – прямой путь к заболеваниям стопы и ногтей — гипергидроз, подошвенные бородавки, подногтевые кровоизлияния. Поэтому я всегда и всем рекомендую сохранять сухость ног, носить удобную обувь, делать регулярный уход с максимально тонким покрытием на ногтях и своевременно обращаться к специалисту в случае любого дискомфорта.