



Verzorging van handen & natuurlijke nagels

Handen zijn ons visitekaartje!! Dus een goede verzorging is van groot belang. In deze folder vind je adviezen en informatie over de verzorging van handen en natuurlijke nagels. Heb je na het lezen hiervan nog vragen, dan kan je altijd contact met mij opnemen.

Nagelriemolie en nagelriemcrème:

Het is van groot belang dat je je nagelriemen elke dag regelmatig met **nagelriemolie** insmeert (smeer ook onder de rand van de nagels!!). Dit zorgt ervoor dat je nagels gezond, flexibel en gehydrateerd blijven. Je nagelriemen zullen door het gebruik van nagelriemolie soepel en gezond blijven. Droge en gescheurde nagelriemen kunnen infecties of ontstekingen veroorzaken, omdat vuil er makkelijk bij kan komen. Ga daar dus niet aan zitten peuteren of knippen, maar smeer ze lekker in met de nagelriemolie. Het terugduwen van de nagelriemen is niet perse nodig. Maar als je dit wel wilt dan dient dit heel voorzichtig te gebeuren met een bokkenpootje. Gebeurt dit niet dan kan je je nagel beschadigen of een ernstige infectie of ontsteking oplopen. Daardoor kan je nagel dan enige maanden of zelfs permanent, lelijk uitgroeien. Er kunnen bijvoorbeeld ribbels op de nagelplaat ontstaan.

Huishoudhandschoenen:

Je handen komen regelmatig in aanraking met water en schoonmaakmiddelen, wat een behoorlijk aanslag is op de huid, nagels en nagelriemen. Daarom is het aan te raden om altijd met huishoudhandschoenen te werken in zo'n geval. Werk je veel in de tuin? Ook dan is het aan te raden om handschoenen te dragen.

Nagels schoonmaken:

Zit er vuil onder de nagels? Dan kan je het beste een tandenborstel gebruiken om ze schoon te maken. Zo kan je niks beschadigen.

Verzorgende handcrème:

De huid van onze handen is kwetsbaar en we gebruiken en wassen ze dagelijks. De huid droogt dus snel uit en daarom is het belangrijk om ze dagelijks met een goede verzorgende en hydraterende **handcrème** in te smeren. Ook na het wassen van de handen.

Nagelvijl:

Zijn de nagels wat te lang geworden? Het beste is om ze met een kartonnen nagelvijl (240/240 grit) korter te vijlen. Nog beter voor de natuurlijke nagel is een glasvijl. Deze sluit alle lagen van de nagel af, waardoor de kans op splijten kleiner is. Gebruik geen ijzeren nagelvijl, want door het vijlen ontstaat er warmtewrijving en dan verbranden de nagels.

Nagels lakken:

Lak je graag je nagels? Breng bij donkere kleuren eerst een laag base coat aan om verkleuring van je nagels te voorkomen. Het pigment van de nagellak trekt namelijk in je nagel waardoor de nagel dus verkleurd. En voor extra bescherming en een mooie glans kun je een top coat over de nagellak aanbrengen. Wanneer je de nagellak er weer af wilt halen, gebruik dan een nagellakremover zonder aceton. Aceton is namelijk niet goed voor de nagels en de nagelriemen als ze er regelmatig mee in aanraking komen.