

Інше

УДК 687.54

Бушта Віра

*майстер манікюру та педикюру,
інструкторка з манікюру,
засновниця та власниця Beauty Vibes LA
(Лос-Анджелес, Каліфорнія, США)*

Bushta Vira

*Nail Artist (Manicure and Pedicure Specialist) and Educator,
Founder and Owner of Beauty Vibes LA
(Los Angeles, California, USA)*

**ТЕХНІКА БЕЗПЕЧНОГО МАНІКЮРУ ДЛЯ КУТИКУЛИ У
ПРАКТИЦІ АТРАВМАТИЧНОГО МАНІКЮРУ: АНАТОМІЧНЕ
ПОЗИЦІОНУВАННЯ, ФІКСАЦІЯ ПРОКСИМАЛЬНОЇ СКЛАДКИ
ТА ЧИСТЕ ПОКРИТТЯ ГЕЛЬ-ЛАКОМ
DERMACARE CUTICLE-SAFE MANICURE TECHNIQUE (DCMT)
WITHIN ATRAUMATIC MANICURE PRACTICE: ANATOMICAL
POSITIONING, FIXATION OF THE PROXIMAL NAIL FOLD, AND
CLEAN GEL POLISH APPLICATION**

***Анотація.** У роботі розглянуто сучасні підходи до атравматичного манікюру як інноваційної техніки, спрямованої на мінімізацію ризику пошкодження шкіри, судин і нігтьового апарату під час обробки. У межах дослідження представлено авторський підхід техніки безпечного манікюру для кутикули *Dermacare Cuticle-Safe Manicure Technique (DCMT)*, який ґрунтується на анатомічно обґрунтованому позиціонуванні інструмента, фіксації проксимальної складки та контрольованому безпечному зрізі кутикули з подальшим чистим нанесенням гель-лакового покриття.*

Детально проаналізовано принципи безпечного зрізу, умови формування безперервної лінії, типові помилки майстрів, а також фізіологічні аспекти взаємодії інструмента з м'якими тканинами. Метою цієї статті є систематизація та анатомічне обґрунтування техніки безпечного манікюру для кутикули, як окремої атравматичної методології манікюру DCMT, а також демонстрація її переваг над традиційними підходами до видалення кутикули з точки зору безпеки тканин, збереження судинної мережі та довготривалого стану шкіри.

Особливу увагу приділено авторській техніці безпечного манікюру для кутикули DCMT, що базується на фіксації руки клієнта, анатомічному позиціонуванні пальців майстра та контролі руху проксимальної складки під час зрізу. Окремо розглянуто вплив різних видів інструментів – ножиць-«крючків», нашкірних кусачок, фрез із різним типом насічки та пушера – на якість обробки й стан шкіри.

Проаналізовано особливості підготовки нігтьової пластини, включно з апаратним очищенням, вирівнюванням архітектури та технікою нанесення гель-лаку під кутикулу без ризику затікань. Отримані узагальнення формують комплексну авторську методику безпечного манікюру для кутикули DCMT, що забезпечує високу естетику покриття та безпеку клієнта незалежно від індивідуальних особливостей шкіри й нігтів.

Ключові слова: атравматичний манікюр, техніка безпечного манікюру для кутикули «Дермакер», безпечний зріз, безперервна лінія зрізу, фіксація руки, проксимальна складка, ножиці-«крючки», нашкірні кусачки, апаратна обробка, фреза з червоною насічкою, пушер, ремувер для кутикули, підготовка нігтьової пластини, гель-лак, робота під кутикулу, архітектура нігтя.

Summary. *The paper examines modern approaches to atraumatic manicure as an innovative technique aimed at minimizing the risk of damage to the skin, blood vessels, and the nail apparatus during treatment. Within the scope of the study, the author presents the Dermacare Cuticle-Safe Manicure Technique (DCMT), which is based on anatomically justified instrument positioning, fixation of the proximal nail fold, and a controlled, safe cuticle trimming followed by a clean gel polish application.*

The principles of safe cuticle cutting, the conditions required for forming a continuous cut line, common mistakes made by nail technicians, as well as the physiological aspects of interaction between the instrument and soft tissues are analyzed in detail. The purpose of this article is to systematize and anatomically substantiate the Dermacare Cuticle-Safe Manicure Technique (DCMT) as an independent atraumatic manicure methodology, as well as to demonstrate its advantages over traditional cuticle removal approaches in terms of tissue safety, preservation of the vascular network, and long-term skin condition.

Special attention is given to the author's Dermacare Cuticle-Safe Manicure Technique (DCMT), which is based on secure fixation of the client's hand, anatomical positioning of the technician's fingers, and controlled movement of the proximal nail fold during cutting. The influence of various types of instruments: hook scissors, cuticle nippers, electric drill bits with different types of abrasiveness, and the pusher on the quality of treatment and skin condition is considered separately.

The features of nail plate preparation are also analyzed, including electric file cleansing, architectural leveling, and the technique of applying gel polish under the cuticle without the risk of flooding. The obtained generalizations form a comprehensive proprietary methodology – the Dermacare Cuticle-Safe Manicure Technique (DCMT) – which ensures high aesthetic quality of the coating and client safety regardless of individual skin and nail characteristics.

Key words: *atraumatic manicure, Dermacare Cuticle-Safe Manicure Technique (DCMT), safe cut; continuous cut line, hand fixation, proximal nail fold, hook scissors, cuticle nippers, cuticle remover, electric file treatment, red-grit drill bit, pusher, nail plate preparation, gel polish, under-cuticle application; nail architecture.*

Вступ. Сучасна індустрія нігтьового сервісу характеризується активним пошуком методів, спрямованих на підвищення безпеки та фізіологічної обґрунтованості манікюрних процедур. Зростання кількості клієнтів із чутливою, тонкою або реактивною шкірою, а також поширення гель-лакових систем і апаратних методик актуалізують проблему травматизації нігтьового апарату та прилеглих м'яких тканин. Неправильна техніка обробки кутикули може призводити до порушення бар'єрної функції проксимальної складки, мікротравм, контактних дерматитів і вторинних інфекцій, що підкреслює необхідність перегляду традиційних підходів до манікюру з позицій анатомії та фізіології.

У цьому контексті особливої актуальності набуває атравматичний манікюр як система методів, що поєднує делікатне втручання, контроль інструментального впливу та збереження цілісності живих тканин. Важливою складовою такого підходу є чітке розмежування ороговілої кутикули та епоніхію, правильне анатомічне позиціонування інструментів і стабілізація проксимальної складки під час роботи. Саме ці принципи покладені в основу авторської методики Dermacare Cuticle-Safe Manicure Technique (DCMT), яка розглядається в даній статті як окрема, анатомічно обґрунтована техніка безпечного манікюру для кутикули.

Виклад основного матеріалу. Нігтьовий апарат пальця – це складна структура, що складається не лише з видимої нігтьової пластини, а й із м'яких тканин, які її оточують та підтримують [1, с. 97].

Пластина нігтя – це тверда кератинізована структура, яку ми бачимо збоку. Під нею – нігтьове ложе (nail bed), яке містить кровоносні судини, нерви та дермальні клітини. При коректній анатомії саме через нігтьове ложе видно рожевий відтінок нігтя – за рахунок кровоносних судин [2].

На основі нігтя – в частині, що прихована під шкірою – знаходиться нігтьова матриця (nail matrix), яка відповідає за формування нових кератинізованих клітин нігтя [1, с. 98].

Що стосується «кутикули» (cuticle) та «епоніхію» (eponychium): важливо розрізняти ці терміни. Епоніхій – це складка шкіри (proximal nail fold), жива тканина, що перекриває основу нігтя і захищає матрицю [3, с. 512]. З епоніхію постійно оновлюється тонкий шар мертвих клітин – власне «кутикула», яка «видається» на поверхню нігтьової пластини і виконує бар’єрну функцію, запобігаючи потраплянню бактерій і забруднень у зону росту нігтя [4].

Також існують інші ділянки, що доповнюють нігтьовий апарат: бічні складки шкіри (perionychium/paronychium), які захищають бокові краї нігтьової пластини; дистальна – гіпоніхій (hyponychium), що підпирає вільний край нігтя, утворює бар’єр при вільному краю [2].

Таким чином, «кутикула + епоніхій + прилеглі складки шкіри + нігтьове ложе і матриця» утворюють єдиний анатомічний комплекс, де кожна частина має свою функцію і важливість. При манікюрі надзвичайно важливо розуміти, які з цих структур можна безпечно обробляти, а які – ні.

Нігтьове ложе (і прилеглі шкірні тканини під нігтем) має багату васкуляризацію: кровопостачання забезпечують пальцеві (digital) артерії, а також судини, що проходять через дерму в нігтьовому комплексі [1, с. 98].

Через це навіть при стандартному анатомічному устрої, живі тканини під шкірою можуть бути досить близько до поверхні – особливо там, де шкіра тонка, або структура нігтя / прилеглої шкіри має індивідуальні особливості. У таких випадках найменший надмірний механічний вплив

(зріз, надто глибоке входження інструмента) може зачепити капіляри, спричинити кров, біль і тривале загоєння.

Також варто враховувати варіабельність шкіри у клієнтів: тонка шкіра, мінімальна підшкірна клітковина, підвищена чутливість, гормональні зміни або стан, коли судини «наповнені» – усе це може вплинути на видимість і близькість судин до поверхні кутикули або проксимальної складки.

Хоч прямі наукові джерела рідко описують «блондинок» чи «молодих клієнтів» як окрему категорію з «тонкою шкірою», загальний принцип анатомічної мінливості та індивідуального розташування судин у шкірних складках та навколо нігтьового апарата – очевидний через розгалужену васкуляризацію нігтьової зони [1, с. 99].

Отже, ризик близького розташування судин – це природна анатомічна особливість, що лише у поєднанні з тонкістю шкіри, індивідуальними особливостями, станом шкіри (зволоження / сухість) та історією попередніх манікюрів (або травм) може підвищити небезпеку при неправильній обробці.

Перш ніж перейти до опису сучасних технік атравматичного манікюру, слід підкреслити, що манікюрні процедури без належної техніки та дотримання гігієнічних норм супроводжуються реальними ризиками для здоров'я. По-перше, контактна алергія, зокрема алергічний контактний дерматит (ACD), є одним із найчастіших несприятливих наслідків після використання гель-лаків і акрилових матеріалів; дослідження показують, що саме (мет) акрилати здатні сенсibiliзувати імунну систему і викликати запальні реакції навколо нігтьової пластини та шкіри, що може супроводжуватися набряком, свербінням, почервонінням або навіть відшаруванням нігтя від нігтьового ложа при повторному контакті з алергеном [25, с. 228]. По-друге, травматичне ушкодження нігтьового апарату, пов'язане із механічним зрізом кутикули або надмірним впливом інструментів, сприяє порушенню природного бар'єру тканин і створює

умови для бактеріальних і грибкових інфекцій, таких як пароніхія або зелена інфекція нігтя (chloronychia). Саме ці аспекти підкреслюють необхідність атравматичного підходу у манікюрі для мінімізації ризиків і захисту здоров'я клієнта.

Хоч сучасні наукові тексти про будову нігтя рідко дають зовнішні «симптоми», за анатомією і з логіки можна визначити, на що майстру варто звернути увагу перед зрізом кутикули.

Якщо проксимальна складка або кутикула виглядає дуже тонкою, напівпрозорою, з легко помітним рожево-червоним відтінком – це може свідчити про те, що під нею близько розташовані капіляри або тонкі шкірні шари. Також судини під тонкими шарами шкіри можуть давати зміну кольору при легкому натисканні чи торканні.

Якщо при легкому механічному впливі (наприклад, відсунення пушером) з'являються задирки, або шкіра реагує болем, червоністю, «наливом» крові — це також тривожні ознаки. Адаптуючи вашу власну логіку: такі клієнти потребують максимально делікатного підходу – можливо, навіть без зрізу ножицями, замість цього краще працювати лише фрезою або максимально м'яко шліфувати.

Також, якщо шкіра пружна, еластична, «не суха», а при її натисканні видно, що вона «живе», наповнена – це вказує на те, що тканини тонкі, з чутливою васкуляризацією, і ризик травми при необережності зростає.

Отже, перед початком манікюру важливо візуально оцінити стан проксимальної складки, кутикули та шкіри навколо – і за наявності ознак підвищеної чутливості або тонкої, «живої» шкіри адаптувати техніку: або мінімальний зріз, або відмова від інструментального зрізу на користь більш лагідних методів.

Ключовим у безпечному манікюрі є чітке розрізнення між живими тканинами (епоніхій – проксимальна шкірна складка, шкіра навколо нігтя, судини, капіляри) та ороговілим шаром (самою «кутикулою» – мертвими

клітинами, які вже втратили живлення і прикріпилися до нігтьової пластини) [4].

Спеціальна фіксація проксимальної складки у техніці DСMT для безпечного зрізу кутикули полягає в тому, що майстер легенько натискає великим пальцем на проксимальну валик та трохи опускає проксимальну складку вниз. У такому положенні змінюється кут і рівень тканини відносно інструмента, робоча лінія зрізу стає видимою та доступною, а лезо рухається по тій частині шкіри, яка вже ороговіла й готова до видалення.

Цей прийом забезпечує кращий контроль над тканиною: кутикула фіксується у потрібному положенні, перестає зміщуватися або підніматися назустріч лезу. Завдяки опущеній складці майстер чітко бачить межу між епоніхієм – живою тканиною – та тонким ороговілим «комірцем», який можна безпечно зрізати. Це значно знижує ризик порізу, адже без фіксації складка може зміститися під дією інструмента і лезо зайде глибше, у ділянку з капілярами. Легка фіксація запобігає цьому. Крім того, стабільна тканина дозволяє виконати плавний, рівномірний зріз без мікроривків і «зубчиків».

Фізіологічно цей прийом ефективний, тому що проксимальна складка має еластичну основу, а капіляри розташовані дуже близько до поверхні. Якщо складку не зафіксувати, вона піднімається під тиском інструмента, і майстер мимоволі заходить занадто глибоко, що призводить до крові. Легке опускання складки зменшує натяг тканин і покращує візуалізацію межі ороговілого шару; знижує ризик травматизації капілярів. Саме це забезпечує анатомічну безпеку техніки.

Під час зрізу у техніці DСMT важливо виконувати легку фіксацію проксимальної складки великим пальцем, щоб стабілізувати тканину, вивести ороговілий край у робочу площину та попередити його підйом назустріч інструменту. Такий прийом дозволяє виконати плавний і

безпечний зріз без залучення живої тканини та ризику пошкодження капілярного шару.

Живі тканини завжди «тремтять» при дотику: вони більш пружні, можуть бути чутливими, мати рожевий/червоний колір через кров, містити капіляри, мати невелику еластичність. Ороговіла кутикула – навпаки, мертва, тонка, суха, прозора або злегка матова, не реагує на легкий дотик або натиск (якщо не торкатися живої шкіри під нею), не має питань з кровопостачанням, не болить, не «наливається» при натисканні.

Щоб визначити межу, зазвичай звертають увагу на: рівень прилягання шкіри до нігтьової пластини, текстуру, колір, реакцію на легке відсунення пушером, де починається «свій» ороговілий шар, а де – починається живий епоніхій.

Саме ця уважна оцінка перед зрізом – запорука безпеки: якщо є сумніви, чи не зачіпається жива тканина – краще припинити маніпуляцію або обрати більш щадний варіант догляду.

Безпечний зріз кутикули – це не просто питання естетики, а питання безпеки, гігієни та здоров’я нігтьового апарату. Насамперед – «безпечним» вважається такий зріз, при якому видаляється лише надлишкова ороговіла тканина, тоді як жива шкіра, проксимальна складка (епоніхій) та зона росту нігтя залишаються неушкодженими, а їхня функція захисту – збережена [5].

При правильному виконанні видалення кутикули не має викликати болю, крові, подразнення чи мікротравм, які можуть стати воротами для інфекцій [6].

Саме тому «безпечний зріз» – це не просто естетична межа “просто-красиво”, а техніка, де пріоритет – цілісність шкіри, збереження бар’єрної функції, і мінімізація ризиків.

У контексті салонних процедур важлива і стерильність інструментів, і санітарні вимоги: все, що контактує зі шкірою, має бути продезінфіковане або стерилізоване, особливо якщо робиться зріз [7].

М’яка безперервна лінія зрізу – один із найважливіших критеріїв професійного, атравматичного манікюру. Якщо зріз виконаний ривком, під неправильним кутом – утворюються мікро-надрізи, “залазини”, нерівності або зазубрини, які згодом перетворюються на задирки або тріщини, подразнення або навіть запалення. Такі дефекти знижують естетику манікюру, погіршують комфорт, але головне – можуть стати точками входу для бактерій [8].

Навпаки, коли інструмент ковзає плавно, по лінії, паралельно нігтьовій пластині, без тиску “вглиб” – це мінімізує можливість зачепити живу тканину, капіляри або зруйнувати захисний шар. Такий підхід захищає і шкіру, і нігтьове ложе.

До типових помилок, які призводять до травм, належать: використання грубих або тупих інструментів (нестерильних, неправильно заточених), надто агресивне натискання при відсуванні чи зрізі, робота на вологій або розм’якшеній шкірі без чіткого розрізнення мертвого і живого шару, “різкі” рухи ножицями, нашкірними кусачками або фрезером, відсутність належної стерилізації й дезінфекції [9].

Особливо небезпечно, якщо майстер не має достатнього досвіду і не володіє навичками визначати межу між ороговілим роговим шаром і живою шкірою, або якщо інструменти – не адаптовані для кутикули (наприклад, прості кусачки для нігтів замість професійних для кутикули). У такому випадку ризик порізу, інфікування, запалення, надмірного травмування – в рази зростає [8].

У професійному манікюрі ключовим є не відмова від зрізу як такого, а вміння точно визначити межу безпечного втручання. Саме тому рішення про зріз кутикули завжди має ґрунтуватися на візуальній та тактильній

оцінці проксимальної складки, товщини ороговілого шару та реакції тканин на фіксацію і відсування.

Якщо під час огляду та правильної фіксації складки майстер чітко бачить відокремлений ороговілий «комірець» і може стабілізувати тканину у безпечному положенні, зріз є виправданим і фізіологічно безпечним. Водночас у випадках, коли шкіра надто тонка, гіперчутлива або межа між ороговілою та живою тканиною недостатньо виражена, техніка має бути адаптована: зменшення глибини зрізу, робота поетапно, комбінування з апаратною обробкою, шліфуванням або делікатним шліфуванням мертвого шару [10].

Такий підхід не заперечує зріз як метод, а навпаки – підкреслює важливість контрольованого, усвідомленого та анатомічно обґрунтованого виконання, при якому майстер не діє «наосліп», а працює з тканиною в стабільному положенні, із чітким розумінням її структури. Саме це і є основою безпечного зрізу, а не механічне уникання інструмента.

Особливої уваги потребують клієнти з тонкою, легко травмованою або реактивною шкірою: у таких випадках ключову роль відіграє не відмова від техніки, а корекція захвату, сили фіксації, кута інструмента та вибору способу обробки, що дозволяє зберегти цілісність живих тканин і водночас досягти чистого, акуратного результату.

Авторська техніка Dermacare Cuticle-Safe Manicure Technique (DCMT) фіксації та позиціонування руки майстра під час манікюру – це не просто елемент зручності, а запорука безпеки, акуратності та збереження цілісності тканин навколо нігтя. Правильне положення руки майстра, контроль над проксимальною складкою і точність у роботі інструментом – все це мінімізує ризик порізів, мікротравм та подальших ускладнень [11].

Позиція руки майстра щодо руки клієнта відіграє ключову роль. При комфортному, стабільному розташуванні майстер має змогу контролювати

рух інструмента, кут та силу натиску, не створюючи нечітких або «рваних» ліній. Щоб забезпечити таку стабільність, рука клієнта має бути зручно, але спокійно зафіксована, так щоб проксимальна складка лежала рівно, а майстер міг легко бачити контур кутикули та зону зрізу без потреби натискати чи перегинати пальці. Саме зручна та ергономічна поза робить можливим плавний контроль і точний зріз.

Особливо важливо пасивно або м'яко фіксувати проксимальну складку перед зрізом. За потреби перед зрізом ороговілого шару доцільно виконати коротке пом'якшення кутикули ремувером для кутикули, що полегшує контрольований зріз і зменшує ризик мікротравм. За загальноприйнятими рекомендаціями для безпечного манікюру використовують пушер чи апельсинову паличку, щоб акуратно відсунути м'яку шкіру і звільнити «кишеню» під кутикулою [12]. Це дозволяє чітко відокремити живі тканини (епоніхій, проксимальний валик) від ороговілого шару, який підлягає видаленню [11].

Таке відсування або фіксація змінює анатомічний кут між проксимальною складкою і нігтьовою пластиною таким чином, що робоче лезо або інструмент ковзає строго по поверхні ороговілого шару, не натискаючи вниз у напрямку дерми або судин. Завдяки цьому зменшується ризик зачепити живі тканини або капіляри, які можуть лежати близько до поверхні. Саме це (зміна положення складки + контроль кута інструмента) – основа атравматичної роботи [12].

Фізіологічне обґрунтування такої фіксації полягає у тому, що живі частини (епоніхій, дерма, капіляри) залишаються «закритими» або відсунутими від основи нігтя, поки ороговіла кутикула – відокремлена та доступна для видалення. Коли складка зафіксована, мертва шкіра відділяється більш чітко, і інструмент не «ловить» живі тканини, не створює ривків, не тягне шкіру. Таким чином, зменшується ймовірність мікропошкоджень, подразнень, задирок чи кровоточивості. В статтях по

безпечному догляду за нігтями підкреслюють, що при правильно виконаному відсуванні та подальшому зрізі ризик травми мінімальний, і при цьому зберігається природний бар’єр захисту нігтьового ложа [11].

Особливо уважно цю техніку слід застосовувати при роботі з клієнтами, у яких шкіра тонша, «налита», чутлива або схильна до «наливу» крові – наприклад, при тонкій дермі або підвищеній судинній чутливості. У таких випадках інструмент має торкатися лише мертвої шкіри, рух має бути максимально плавним, без ривків, натиск мінімальним, а сама складка – стабільно зафіксована. Якщо є хоч найменші сумніви – краще відмовитися від зрізу, обрати більш щадні методи (наприклад, апаратну обробку, м’яке шліфування або зволоження). Це допомагає уникнути травм, подразнень і робить манікюр максимально безпечним.

Загалом, авторська техніка DСMT, яка передбачає відповідальну фіксацію, уважне позиціонування руки майстра і контроль за зоною роботи – це не просто спосіб зробити акуратний манікюр, це професійний підхід, який захищає здоров’я нігтьового апарату, зберігає цілісність шкіри і запобігає ускладненням.

Правильний вибір інструментів – фундамент для атравматичного манікюру. Інструмент має відповідати завданню, бути достатньо гострим і точним, а також підходити до конкретного типу шкіри та кутикули. Неправильні інструменти або невміння їх використовувати – одна з головних причин мікропошкоджень, задирок, подразнень або навіть інфекцій [13].

При цьому важлива не лише окрема «якість» кожного інструмента, а й правильна їх комбінація та черговість використання – так, щоб шкіра і кутикула оброблялись поступово, делікатно, без надмірного навантаження. Нижче – детальний розбір кожного з інструментів, які часто використовують у професійному манікюрі, з акцентом на безпеку та делікатність.

Фреза, ножиці-«крючки», нашкірні кусачки, пушер і їх грамотне поєднання – все це має сенс лише за умови, що майстер чітко контролює стан шкіри, кут інструмента і силу натискання [14].

Перш ніж детально про інструменти – важливий момент: незалежно від методу, інструменти потрібно стерилізувати або дезінфікувати перед кожним клієнтом. Недотримання санітарних норм – це не лише ризик травми, але й зараження [14].

Ножиці з вигнутими, тонкими ріжучими лезами – класичний вибір для акуратного, контрольованого зрізу ороговілого шару кутикули, після попереднього пом’якшення ремувером (за потреби). Їхня конструкція дає змогу обережно слідувати контуру нігтя і проксимальної складки, що важливо при роботі поруч із живою тканиною [13].

Якщо ножиці добре заточені і майстер вправний, вони дозволяють здійснити зріз лише зайвого мертвого шару без «тягнення» чи «відкушування» живої шкіри. У «крючків» часто вигнутий кінчик – це дає доступ до складок і дозволяє працювати тонко, навіть на складних ділянках[15].

При цьому важливо виконувати зріз невеликими, контрольованими рухами, уникати різких «різів», не тиснути на інструмент сильніше, ніж потрібно – інакше є ризик порізати чутливу шкіру або травмувати проксимальну складку [15].

Нашкірні кусачки (також «кутикульні ніпери») – зручний інструмент для видалення зайвого ороговілого шару, особливо якщо кутикула щільна або росте інтенсивно. Вони дають швидкий і достатньо чистий зріз.

Однак для безпечного використання важливо, щоб леза були гострі, виготовлені з якісної сталі, а рукоятки зручні, підходили під руку майстра – це дає контроль над зусиллям і мінімізує ризик «захопити» живу тканину[13].

Особливо обережно кусачками треба працювати на тонкій, чутливій шкірі або там, де судини близько до поверхні – надто глибоке «захоплення» або занадто широкий шматок для зрізу може призвести до порізу, кровотечі або подразнення. У таких випадках можна обмежитись м'якшим інструментом або фрезою [16].

Апаратна фреза з алмазним або корундовим покриттям – популярний інструмент для апаратного манікюру, який дає змогу обробити кутикулу, зону проксимальної складки, бокові валики і «кишені» під нігтем без активного зрізу гострим лезом. Такі фрези, за умови правильної техніки, менш травматичні [14].

Для роботи з проксимальною складкою підходять фрези з м'яким або середнім абразивом – наприклад, з «червоними» насічками (або відповідними маркуваннями), які дозволяють акуратно зняти ороговілу шкіру або відшарувати «мертву» кутикулу, не зачіпаючи живі тканини [14].

При роботі фрезою важливо дотримуватись правильного кута, не тиснути сильно, тримати інструмент під відповідним положенням і не затримуватись тривалий час на одному місці – щоб уникнути перегріву шкіри, опіків, подряпин чи пропилів [17].

Також важливо перед роботою обов'язково продезінфікувати насадку – фреза може контактувати з шкірою та мікротравмами, тому гігієна критична [18].

Пушер – інструмент (паличка, метал або апельсинова), який використовують для обережного відсування кутикули та проксимальної складки перед зрізом або апаратною обробкою. Його мета – відокремити відмерлу шкіру від нігтьової пластини, зробити «кишеню» для подальшої роботи інструментом [19].

При цьому пушер має використовуватися з обережністю: рухи мають бути м'якими, без надмірного тиску, щоб не травмувати живу шкіру або не

зняти занадто багато разом із відмерлою. Надто агресивне відсування – одна з типових помилок, що може пошкодити проксимальну складку або нігтьову пластину [6].

Після відсування – і перед основним зрізом або обробкою – слід оцінити, чи відділилась лише мертва шкіра, чи не зачеплена жива. Якщо є сумніви – краще зупинитися, а не продовжувати з ризиком [20].

Оптимальна техніка – це продумана послідовність: делікатне відсування пушером – очищення/ обробка фрезою/ м’яке пом’якшення кутикули/ підготовка (зокрема із застосуванням ремуверу для кутикули) / зріз кутикули тонкими ножицями/ніперами – фініш: зволоження, живлення шкіри. Такий підхід допомагає мінімізувати навантаження і травматизм [19].

Наприклад, використання фрези перед ножицями або кусачками дає змогу розм’якшити «кишеню», відокремити мертву шкіру, і лише потім – акуратно зрізати. Або навпаки: після пушера і м’якого пом’якшення, за допомогою ремуверу для кутикули – легке шліфування навколо проксимальної складки – і лише найактуальнішу частину «комірця» зрізати ножицями або кусачками. Така комбінація дає більший контроль, зменшує ризики і забезпечує чистий, акуратний результат [12].

При цьому важливо оцінити стан шкіри перед кожним етапом: якщо шкіра чутлива, «налита», судини близько – може бути доцільно обійтись лише фрезою або відсуванням + зволоженням, без зрізу ножицями/ніперами. Такий «щадний» підхід часто є оптимальним.

Пояснення лежить не лише у естетиці, а у безпеці і здоров’ї нігтьового апарату. Ороговіла кутикула – це те, що можна видаляти. Але якщо інструмент неправильно обраний або неправильно використаний – можна легко зачепити живу шкіру, порізати судини, створити мікротріщини, задирки чи навіть інфекцію [6].

Хороший інструмент — це не просто «метал з лезом» – це інструмент, налаштований на тонку, делікатну роботу, який дає майстру контроль над кожним міліметром, кожним рухом. Стерильність, гострота, адекватний абразив чи форма – усе це має значення. І найменша неуважність може призвести до проблем, які зіпсують і здоров’я клієнта, і репутацію майстра.

Підготовка нігтьової пластини перед нанесенням гель-лаку у межах техніки DСMT – критично важливий етап, від якого в значній мірі залежить і естетичний вигляд манікюру, і довговічність покриття, і безпека клієнта. Передусім виконують гігієнічну обробку рук, очищують нігтьову пластину від старого покриття (якщо таке є), вирівнюють довжину та форму нігтів пилкою, а також обробляють область кутикули – видаляють ороговілі ділянки, очищують бічні валики, проксимальну складку, птеригій та «кишені» під нігтем. Це може бути зроблено класичним (обрізним), апаратним або комбінованим способом, залежно від потреб клієнта та стану шкіри [21].

Після первинної обробки кутикули та нігтьової пластини важливо правильно підготувати саму пластину для нанесення гель-лаку. Зазвичай застосовують легке шліфування або шліфування (бафом чи м’якою фрезою), щоб зняти природний блиск нігтя та створити мікрошершавість – це сприяє кращій адгезії основи гель-лаку. Проте ця шліфовка має бути делікатною: надто грубе «зачищення» пластини нерідко призводить до її ослаблення або пошкодження, тому найлегші абразиви або м’які шліфувальники – оптимальний варіант [22].

Перед нанесенням базового шару важлива хімічна підготовка пластини: після очищення і шліфування її слід ретельно знежирити – наприклад, за допомогою спеціального дегідратора або клінсера. Це допомагає видалити пил, залишки шкіри, природний себум чи вологу, які можуть перешкодити зчепленню гель-лаку з поверхнею. Така

суха, чиста основа – запорука того, що база «прихопиться» рівномірно й міцно [23].

Нанесення бази (base coat) – це фундамент для покриття. База має бути нанесена рівномірно, тонким, але достатнім шаром, при цьому важливо не допустити занадто товстого шару або надмірного «затікання» бази на шкіру навколо нігтя, особливо під кутикулу. В ідеалі база має покрити пластину, зокрема торець вільного краю, щоб запечатати ніготь і забезпечити довговічність фінішного покриття [22].

При нанесенні наступних шарів – кольору гель-лаку та топу – важливо стежити за архітектурою нігтя: поверхня має бути рівною, без потовщень, затікань чи зморшок лаку. Особливу увагу треба звернути на торець вільного краю – його треба «запечатати», щоб покриття не почало відшаровуватись з краю при першому контакті з водою чи побутовими речами. Уникаючи занадто товстих шарів або нерівномірного нанесення, майстер забезпечує гладку, естетичну поверхню та довший час носіння [22].

При роботі біля кутикули та проксимальної складки важливо, щоб матеріал (база, колір, топ) не потрапляв на живу шкіру або в зону зрізу: це може призвести до подразнень, запалення або швидкого відшарування покриття. Тому майстер має точно контролювати нанесення, тримати пензлик під правильним кутом, не «заштовхувати» лак під шкіру, і при потребі – акуратно «відкотити» його від кутикули до полімеризації. Такий підхід допомагає досягти чистої лінії біля кутикули, захистити шкіру і створити естетичний контур [22].

Після завершення нанесення всіх шарів (база, колір, топ) і полімеризації, важливим етапом є догляд за зрізаною або обробленою шкірою навколо нігтя: зазвичай рекомендують нанести олію для кутикули або інший зволожуючий засіб, щоб живити шкіру, запобігти її пересиханню і підтримати бар’єрну функцію. Це допомагає утримати нігті і шкіру в

здоровому стані після маніпуляцій і робить манікюр більш комфортним для клієнта [24].

У випадках, коли ніготь проблемний – наприклад, дуже тонкий, ламкий, з нерівною поверхнею або тріщинами – підготовка може включати додаткові заходи: легке зміцнення пластини, використання спеціальних баз або праймерів, які створюють додатковий шар для кращої адгезії і захисту. При цьому важливо підбирати продукти і техніку з урахуванням стану нігтя, щоб уникнути пересушування, надмірного посиленого шліфування або порушення структури пластини [23].

Отже, підготовка нігтів до гель-лаку – це багатоступеневий процес: очищення, корекція форми, не обтяжливе шліфування, знежирення, нанесення бази, колірного покриття та топу з уважністю до країв і кутикули, і завершальний догляд за шкірою. Кожен з цих етапів має значення: тільки цілісна та акуратна підготовка забезпечує красивий, рівний, довговічний манікюр, з мінімальним ризиком подразнень чи проблем із зчепленням покриття.

Висновки. У результаті проведеного аналізу встановлено, що безпечний манікюр для кутикули повинен ґрунтуватися на глибокому розумінні анатомії нігтьового апарату, фізіологічних особливостей шкіри та принципів атравматичного втручання. Авторська методика Dermacare Cuticle-Safe Manicure Technique (DCMT) демонструє ефективність за рахунок поєднання анатомічно обґрунтованої фіксації проксимальної складки, контрольованого позиціонування інструментів і раціонального вибору технік обробки. Такий підхід дозволяє мінімізувати ризик травмування, зберегти судинну мережу та бар’єрну функцію тканин, а також забезпечити високий естетичний рівень манікюру й довготривалий комфорт клієнта. Запропонована методика може бути рекомендована як безпечна та професійно обґрунтована альтернатива традиційним технікам обробки кутикули у практиці сучасного нігтьового сервісу.

Література

1. Haneke E. (2015). Anatomy of the nail unit and the nail biopsy. *Seminars in cutaneous medicine and surgery*, 34(2), 95–100. <https://doi.org/10.12788/j.sder.2015.0143>
2. LibreTexts. 5.3C: Nails. In *Anatomy and Physiology (Boundless)*. Retrieved from [https://med.libretexts.org/Bookshelves/Anatomy_and_Physiology/Anatomy_and_Physiology_\(Boundless\)/5%3A_Integumentary_System/5.3%3A__Accessory_Structures_of_the_Skin/5.3C%3A_Nails](https://med.libretexts.org/Bookshelves/Anatomy_and_Physiology/Anatomy_and_Physiology_(Boundless)/5%3A_Integumentary_System/5.3%3A__Accessory_Structures_of_the_Skin/5.3C%3A_Nails) (дата звернення: 05.01.2026).
3. de Berker D. (2013). Nail anatomy. *Clinics in dermatology*, 31(5), 509–515. <https://doi.org/10.1016/j.clindermatol.2013.06.006>
4. Sivo. (2025). *What is the anatomy of the cuticle?* Nail Anatomy – Sivo. Retrieved from <https://blog.sivo.it.com/nail-anatomy/what-is-the-anatomy-of-the-cuticle/> (дата звернення: 05.01.2026).
5. Global Fashion. (2024). *Do you need to trim your cuticles when doing a manicure?* Global Fashion Blog. Retrieved from <https://globalfashion.ua/en/blog/id663-do-you-need-to-trim-your-cuticles-when-doing-a-manicure> (дата звернення: 05.01.2026).
6. Gould, W. R. (2025). *Is it ever safe to cut your cuticles? Here's what experts say.* Real Simple. Retrieved from <https://www.realsimple.com/how-to-cut-cuticles-11709690> (дата звернення: 05.01.2026).
7. Health NSW. *Nail treatment and safety tips.* NSW Health. Retrieved from <https://www.health.nsw.gov.au/environment/factsheets/Pages/nail-treatment.aspx> (дата звернення: 05.01.2026).
8. ThePilochki. (2021). *Апаратний чи обрізний: який манікюр кращий.* ThePilochki.ua. Retrieved from <https://thepilochki.ua/ua/aparatnij-chi-obriznij-yakij-manikyur-krashnij/> (дата звернення: 05.01.2026).

9. LillyShop.pro. (2022). *Який манікюр краще – апаратний чи обрізний*. Retrieved from <https://lillyshop.pro/uk/blog-uk/kakoy-manikyur-luchshe-apparatnyy-ili-obreznoy-uk/> (дата звернення: 05.01.2026).

10. American Academy of Dermatology. (n.d.). *Manicure/pedicure safety*. AAD. Retrieved from <https://www.aad.org/public/everyday-care/nail-care-secrets/basics/pedicures/manicure-pedicure-safety> (дата звернення: 05.01.2026).

11. D'Halluin, A. (2024). *Cuticle care*. NailSkillz. Retrieved from <https://nailskillz.com/en/blogs/nagels/nagelriem-verzorging> (дата звернення: 05.01.2026).

12. MONLIS. *How to remove cuticles without damaging your nails*. MONLIS Blog. Retrieved from <https://mon-lis.de/en/blog/how-to-remove-cuticles-without-damaging-your-nails> (дата звернення: 05.01.2026).

13. Гергель-Соловей, С. (2024). *Правильний вибір манікюрних ножиць та кусачок: Експертні рекомендації*. BeautyProf. Retrieved from <https://beauty-prof.com/pravilnij-vibir-manikjurnih-nozhic-ta-kusachok-ekspertni-rekomendaciji-ua> (дата звернення: 05.01.2026).

14. Staleks. (2023). *Види фрез для манікюру. Фрези для манікюру — опис із фото*. Staleks. Retrieved from <https://staleks.ua/ua/blog/freza-dlya-manikyura.html> (дата звернення: 05.01.2026).

15. Metallic Products. *How to use cuticle scissors safely and effectively*. Metallic Products. Retrieved from <https://metallicproducts.co.uk/how-to-use-cuticle-scissors-safely-and-effectively-metallic-products/> (дата звернення: 05.01.2026).

16. TufiShop. *Jak poprawnie usuwać skórki bez ich uszkodzenia: najlepsze metody i narzędzia*. TufiShop. Retrieved from <https://www.tufishop.com/en/przydatne-artykuy/jak-poprawnie-usuwa-skorki-bez-ich-uszkodzenia-najlepsze-metody-i-narzedzia/> (дата звернення: 05.01.2026).

17. Нісіма. (2024). Як уникати помилок при використанні твердосплавних фрез для манікюру? Nisima. Retrieved from <https://nisima.ua/yak-ynykaty-pomylok-pry-vykorystanni-tverdosplavnykh-frez-dlia-manikiuru/> (дата звернення: 05.01.2026).

18. Naomi24. Як користуватись фрезером для манікюру. Retrieved from <https://naomi24.ua/uk/jak-koristuvatis-frezerom-dlja-manikjuru/> (дата звернення: 05.01.2026).

19. LillyShop.pro. *Cuticle care — guarantee of a perfect manicure*. Retrieved from <https://lillyshop.pro/en/blog-en/uhod-za-kutikuloy-garantiya-idealnogo-manikyura-en/> (дата звернення: 05.01.2026).

20. Brown, K. J. (2023). *Everything you need to know about cutting cuticles*. InStyle. Retrieved from <https://www.instyle.com/cutting-cuticles-8350716> (дата звернення: 05.01.2026).

21. Збаржевецька, В. (2020). Як підготувати нігтьову пластину до нанесення гель-лаку? TufiShop. Retrieved from <https://www.tufishop.com.ua/uk/poleznye-stati/kak-podgotovit-nogtevuuyu-plastinu-k-naneseniyu-gel-laka/> (дата звернення: 05.01.2026).

22. GoodHouse. Як нігті підготувати до нанесення гель-лаку? GoodHouse. Retrieved from <https://goodhouse.com.ua/robimo-manikyur-gel-lakom/5964-yak-nigti-pidgotuvati-do-nanesennya-gel-laku.html> (дата звернення: 05.01.2026).

23. Mudrakova. *Покриття геляком для початківців*. Mudrakova. Retrieved from <https://mudrakova.com.ua/blogs/pokrytie-gel-lakom-dlya-nachinayushchih/> (дата звернення: 05.01.2026).

24. GlossCompany. Як зробити апаратний манікюр. GlossCompany. Retrieved from <https://glosscompany.ua/yak-zrobyty-aparatnyi-manikiur/> (дата звернення: 05.01.2026).

25. Lipman, Z. M., & Tosti, A. (2021). Contact Dermatitis in Nail Cosmetics. *Allergies*, 1(4), 225-232. <https://doi.org/10.3390/allergies1040021>