



Pflege und Gestaltung der Hände und Nägel

Die Hände sind unsere Visitenkarte: Sie fallen im Alltag sofort ins Auge, sind ständig im Einsatz und daher stark beansprucht. Gepflegte Hände und schöne Fingernägel tragen entscheidend zum äußeren Erscheinungsbild bei. Für Kosmetikerinnen ist die Maniküre deshalb ein wichtiges und lukratives Arbeitsfeld. Neben der Pflege und Gesunderhaltung spielt auch die dekorative Gestaltung eine große Rolle. In diesem Kapitel geht es um die Grundlagen, Methoden und Produkte der Hand- und Nagelpflege.

Bedeutung

Der Begriff „Maniküre“ stammt vom lateinischen *manus* (Hand) und *cura* (Pflege). Sie umfasst die systematische Pflege und Verschönerung der Hände und Nägel. Eine fachgerecht durchgeführte Maniküre verbessert nicht nur das Aussehen, sondern auch die Gesundheit der Nägel.

Vorbereitung

Ein gut organisierter Arbeitsplatz ist Voraussetzung: gute Beleuchtung, ergonomische Sitzposition, sauberes Werkzeug und strikte Hygiene. Vor Beginn der Behandlung erfolgt eine **Anamnese**: Welche Probleme oder Wünsche hat die Kundin? Sind die Nägel brüchig, verfärbt oder beschädigt?

Ablauf einer klassischen Maniküre

1. **Beurteilung der Hände und Nägel** – Analyse von Nagelform, Hautzustand und eventuellen Problemen.
2. **Entfernung von Nagellack** – mit sanften Entfernern, bevorzugt acetonfrei.
3. **Kürzen und Formen** – mit Feilen (Saphirfeilen, Glasfeilen oder Polierfeilen). Schneiden mit Scheren wird eher vermieden, um Risse zu verhindern.
4. **Nagelbad** – ein lauwarmes Bad mit Seife oder Pflegezusatz macht die Nagelhaut weich.
5. **Behandlung der Nagelhaut** – vorsichtiges Zurückschieben oder Entfernen mit Rosenholzstäbchen, Zangen oder speziellen Präparaten.
6. **Pflegepräparate** – z. B. Nagelöl, Nagelcreme oder härternde Fluids.

7. **Handmassage** – sorgt für Entspannung, bessere Durchblutung und eine gepflegte Haut.
8. **Polieren oder Lackieren** – je nach Wunsch glänzende Politur oder farbiger Nagellack.

Hygiene und Sicherheit

Jedes Instrument muss nach Gebrauch desinfiziert werden. Einmalmaterialien (z. B. Feilen) verhindern Kreuzkontaminationen. Kosmetikerinnen achten darauf, keine Verletzungen zu verursachen.

Dekorative Anwendungen an Händen und Armen

Kosmetik geht über die reine Pflege hinaus. Viele Kunden wünschen eine ästhetische Verschönerung:

- **Nagellack in Trendfarben**
- **French Manicure** mit weißem Nagelrand und natürlichem Look
- **Nageldesigns** mit Mustern, Strasssteinen oder Stickern
- **Henna- oder Airbrush-Verzierungen** auf Händen und Armen

Hier sind Kreativität und Feingefühl gefragt. Dekorative Anwendungen machen die Maniküre zu einem Lifestyle-Produkt.

Pflegestiefkinder: Ellenbogen, Arme und Knie

Während Hände und Nägel im Fokus stehen, werden andere Körperbereiche oft vernachlässigt. Kosmetikerinnen können gezielt Pflege für trockene Ellenbogen, raue Knie oder strapazierte Unterarme anbieten. Peelings, reichhaltige Cremes und Packungen bringen spürbare Verbesserungen und runden die Behandlung ab.

Fingernägel – Pflege und Gestaltung

Formen der Nägel

Nägel können je nach Handform unterschiedlich gestaltet werden: rund, oval, mandelförmig oder eckig. Eine harmonische Nagelform unterstreicht die Schönheit der Hände.

Nagellackieren

- **Unterlack** schützt vor Verfärbungen.
- **Farblack** bestimmt das Design. Von transparent bis knallig bunt ist alles möglich.
- **Überlack/Top Coat** versiegelt den Lack, verlängert die Haltbarkeit und bringt Glanz.

Trends

Aktuelle Trends reichen von **Minimalismus mit Nude-Tönen** über **auffällige Neonfarben** bis zu **effektvollen Glitzernägeln**.

Kunstnägel und Nagelmodellage

Für viele Kundinnen sind Kunstnägel die Lösung, wenn natürliche Nägel brüchig oder zu kurz sind.

Techniken

- **Gelmodellage:** flüssiges Gel wird aufgetragen, unter UV-Licht ausgehärtet und anschließend in Form gefeilt.
- **Acrylmodellage:** Pulver und Flüssigkeit werden gemischt und härten an der Luft aus.
- **Fiberglas- oder Seidenmodellage:** dünne Gewebestreifen werden mit Kleber fixiert und verstärken den Naturnagel.

Vorteile

- Längere Haltbarkeit
- Stabile und formschöne Nägel
- Große Designvielfalt

Risiken

- Bei unsachgemäßer Anwendung: Verletzungen, Allergien oder Pilzinfektionen
- Regelmäßige Pausen zur Regeneration der Naturnägel sind empfehlenswert

Gesundheitsrisiken und Verantwortung

Auch wenn die Maniküre ein kosmetischer Eingriff ist, können Risiken entstehen. Zu starkes Feilen, falsche Chemikalien oder unsterile Werkzeuge führen zu Schäden. Deshalb gilt:

- Keine Behandlung bei akuten Entzündungen oder Pilzerkrankungen.
- Kunden bei auffälligen Symptomen an einen Arzt verweisen.
- Bewusstsein für Allergien gegen Lacke oder Kunstnagelmaterialien entwickeln.

Die Hand- und Nagelpflege ist ein eigenständiger und wichtiger Bereich der Kosmetik. Sie kombiniert **funktionale Pflege, dekorative Verschönerung und gesundheitliche Vorsorge**. Eine professionelle Maniküre sorgt nicht nur für schöne Hände, sondern auch für Entspannung und Wohlbefinden.

Kosmetikerinnen können hier ihre Fachkenntnisse, ihr kreatives Talent und ihren Sinn für Trends optimal verbinden. Mit sauberer Technik, hochwertigen Produkten und individueller Beratung wird die Maniküre zu einem besonderen Erlebnis – und zu einem zentralen Baustein ganzheitlicher Kosmetik.