

爪のこと

Q & A



爪の症状って？

- ・爪の変色（黒っぽくなるなど）
- ・爪周りの炎症
- ・爪が割れ・カケ
- ・爪にスジが入る
- ・爪の凹凸、二枚爪



どんなケアがいい？

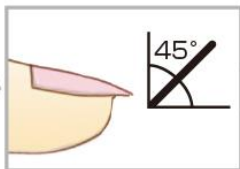
こまめな保湿を心がけましょう。保湿にはハンドクリームや爪用のオイルで大丈夫。爪への負担を少なくするために、カットは爪やすりを。



チェック



爪やすりの使い方



矢印の向きに削ると、爪を痛めにくい



マニキュアは塗ってもいいの？

マニキュアやベースコートを塗ることで、爪を守ることができます。マニキュアはお好きなものを。気になる方や爪に傷・炎症がある場合は、お湯で落とせるものやネイルシールもあります。



マニキュア以外の方法は？

- ・爪専用のテープで保護
- ・爪ジェルキャップ
- ・手袋



困ったときは？

ポイント



院内のスタッフに相談を



気になることは一人で抱え込まずに気軽にお声かけください。あなたらしく過ごせる方法を一緒に考えていきましょう。