**16- mavzu: Opil .shakllari**

1. Opil shakllari.
2. Teri turiga qarab vannalar tanlash.
3. Agar tirnoqlarga lak surtilgan bo‘lsa, uni tirnoqlarni tozalash vositasi (aseton) bilan olib tashlash kerak.
4. Tirnoqlarni diqqat bilan o‘rganib chiqing va agar kerak bo‘lsa, ularni qaychi yordamida bir xil yoki kerakli uzunlikda qisqartiring.
5. Pilka yordamida tirnoqlarga kerakli shakl bering. Lekin bunda keskin harakatlar qilmang. Pilkani tirnoq bo‘ylab uzun va yumshoq harakatlantiring. Albatta, bunda tirnoq burchagidan markaziga qarab, pilkani tirnoqqa ozgina egri qilgan holda pilkalanadi.
6. Tirnoqlarga kerakli shakl berilganda, kutikulani yumshatish uchun yog‘ bilan moylanadi va bir hovuch tuz qo‘shilgan issiq sovunli suvga botiriladi.
7. Tirnoq atrofidagi teri yumshatilib, oq rangga kirganda (taxminan 15 daqiqadan so‘ng), kutikulani orqaga surish uchun tayoqcha yoki metall asbob (lopatka) yordamida muloyimlik bilan tirnoqlarga zarar bermasdan kutikulani orqa tomonga siljiting. Yon silindrlarni tirnoq plastinasi yuzasidan uzoqlashtirish kerak, shunda ularni kesib tashlash osonroq bo‘ladi.
8. Teri siljiganida tirnoq quritilishi kerak. Endi qaychi yordamida tirnoq burchagidan boshlab yon valiklarni kesib olamiz. Keyin kutikulaga o‘tamiz. Oxirida ikkinchi yon tomondagi valikni kesib olamiz. Tirnoq atrofidagi terini kesib olish manikurning juda muhim bosqichi hisoblanadi. Kutikulani juda ehtiyotkorlik bilan kesib olish kerak. Shuni unutmangki, kutikula matritsani himoya qiladi. Shuning uchun kutikulani juda chuqur olib tashlash tirnoqning notekis o‘sishiga va infeksiya tushishiga olib kelishi mumkin. Bundan tashqari, chandiqli, qizarib ketgan kutikula hech kimning qo‘lini bezatmaydi.
9. Barcha harakatlar ikkinchi qo‘l uchun ayni tarzda takrorlanadi va qo‘llarini toza suv bilan yuvib olinadi.
10. Manikyurni tugatish uchun siz barmoqlarni diqqat bilan tekshirishingiz kerak va agar lozim bo‘lsa, qolgan burmalarni ham kesib olishingiz kerak.
11. Tirnoqning chekkasi mukammal silliq va tekis bo‘lishi kerak. Tirnoqlarning shakli va uzunligi bir xil bo‘lishi darkor. Agar kerak bo‘lsa, tirnoqlarni yana bir bor pilkalang.
12. Qo‘l terisiga oz miqdorda yumshatuvchi kremdan surting va terining ustki qatlamini qirib tashlash uchun bir necha daqiqa davomida qo‘llarni skrab yordamida ishqalang.
13. Namlantiruvchi kremdan yaxshilab surtib, yengil uqalagan holatda manikyurni tamomlaysiz.
14. Agar tirnoqqa lak surtmoqchi bo‘lsangiz, u holda tirnoqlardagi kremni tozalash vositasi bilan artib oling. Lak ostidan surtiladigan mustahkamlovchi vosita haqida ham unutmang.