



## 美甲族小心变成病甲族

<http://www.firstlight.cn> 2010-11-01

经常美甲影响健康，许多“美甲族”美甲不成，反而变成“病甲族”。

连续涂抹指甲油，无疑给指甲覆上了一层薄膜，会阻碍指甲的“呼吸”，使其变黄、变脆，失去天然的光泽。

美甲的第一个步骤通常是去甲小皮、锉指甲。为了让指甲显得修长，常常会去除或推后甲小皮，即把指甲上靠近甲弧影处、覆盖在指甲上的皮肤锉薄，甚至去除，这对于指甲本身是一个伤害。甲小皮的功能是保护下方的甲基质生长中心，防止水分、病菌及异物进入生长中心，影响指甲生长。

指甲表层还有一层像牙齿表层釉一样的含磷物质，能保护指甲，成为屏障。指甲表面锉薄后，保护作用减弱，细菌、真菌和微生物容易侵染人体，甲癣、甲沟发炎的机会就会增加。

很多喜欢美甲的女士做了几次美甲后，欲罢不能。事实上，她自己的指甲已经变得“面目可憎”：感染真菌的指甲逐渐变厚，只能不断锉薄，以维持“形象”。同时，再通过厚厚的指甲油来掩盖指甲颜色的变暗、变灰。如此，形成恶性循环。

近年流行贴水晶甲，很多女性换贴这种假指甲就像换衣服般频繁。由于水晶甲黏着剂腐蚀性太强，使指甲脆弱变形；粘在指甲上，使指甲长期受机械性拉扯；贴水晶指甲时要将指甲磨薄，并贴上较长的假指甲，增加了指甲的摩擦力，加上黏着剂的刺激，使指甲容易损坏、剥离。因此有些女性发生了甲床分离的现象，指甲从甲床上剥脱下来。

指甲油成分无时无刻在对人体产生危害，因此，应尽量少涂指甲油，尤其不要选择一些三无产品或者价格极其低廉的不正规产品。涂抹时保持通风，避免吸入指甲油散发的化学气体，减少身体所受毒害。使用指甲油后，切忌直接用手拿东西吃，尤其是含脂肪较多的油炸食品、奶油糕点、鸡鸭鱼肉等食物，以免指甲油里的有毒物质溶解于食物脂肪中，导致“病从口入”。

一些患有甲癣的女性由于做了美甲，在医院就诊时覆盖了原有的病症，给医生诊断增加了困难。因此，当指甲出现问题时，应及早寻求医生的帮助，以免延误病情。

[存档文本](#)