

Zelf je nagels verzorgen in acht stappen



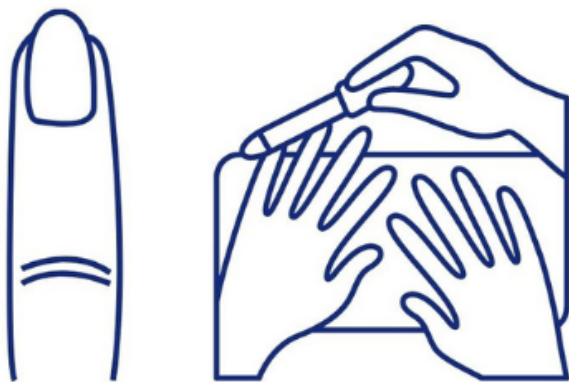
1 Pak schoon gereedschap
Reinig knipper en schaartje met alcohol.

2 Was je handen
Werk op een schone handdoek.



3 Maak de nagels zacht
Na het douchen, of vijf minuten in lauw water.

4 Droog goed af
Ook tussen de tenen.



5 Knip recht af
Niet te kort. Broze nagels vijl je.

6 Vijl in één richting
Tot de rand glad is.



7 Smeer in
Vette crème op handen en voeten, crème of olie op de nagelriemen.

8 Laat nagelriemen en velletjes met rust
Niet knippen, wegduwen of trekken.

Verzorg je nagels niet zelf en bel bij pijn, roodheid of zwelling rond de nagel, pus of vocht, een nagel die loslaat of een ingegroeide nagel.