

<i>Признак</i>	<i>Вывод о здоровье или заболевании.</i>
Гладкие, бледно-розовые ногти	здоровые
Бледный цвет ногтей	Заболевание
Желтизна ногтей	Болезни печени
Синий цвет ногтей	Сердечная недостаточность
Вогнутая и выпуклая форма ногтей	Недостаток железа в организме
Длинные линии на ногтях	Плохая всасываемость в системе пищеварения
Поперечные борозды	Признак стресса, плохое питание