

<<如何摆脱皮肤问题>>

图书基本信息

书名：<<如何摆脱皮肤问题>>

13位ISBN编号：9787533757144

10位ISBN编号：7533757149

出版时间：2013-2

出版时间：对马琉璃子 安徽科学技术出版社,时代出版传媒股份有限公司 (2013-02出版)

作者：对马琉璃子

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<如何摆脱皮肤问题>>

作者简介

作者:(日)对马琉璃子 译者:林泉

<<如何摆脱皮肤问题>>

书籍目录

Chapter 1 积极采取对策解决皮肤七大问题粗糙、干燥、痒一烦恼的不仅是你问题1 痤疮即使是于性肤质的人也会长痤疮你的痤疮现在是什么阶段？
为了不留下瘢痕，必须谨记不挤不弄！
在皮肤科使用抗菌药治疗问题2 皮肤干燥敏感置之不理的话，皮肤干燥会发展成皮肤干裂、起皱甚至发炎造成皮肤敏感多是由于皮肤干燥致使皮肤防御功能低下先决条件是保湿护理！
若无效则应去皮肤科就诊问题3 特异性皮炎皮肤的红、发痒给日常生活带来了困扰做好皮肤保湿护理会有意想不到的改善效果该用药时当机立断是治愈的捷径问题4 皮肤色斑日晒、衰老、激素……产生皮肤色斑有各种原因既然无法完全祛除，那么至少要以“色斑颜色比目前的淡”为目标问题5 皱纹为了不让浅皱纹变成深皱纹，现在就应该做好彻底的保湿和UV防护！
问题6 皮肤松弛咀嚼运动对预防嘴角和脸颊的皮肤松弛非常有效问题7 荨麻疹如果出现痒、肿等荨麻疹的症状请尽快到皮肤科就诊荨麻疹易反复，让我们从饮食、生活、压力上来寻找原因当下皮肤瘙痒的处理方法Chapter 2 皮肤问题是如何引起的？
该如何解决？
皮肤是反映心理状态和身体状态的镜子皮肤的结构皮肤每28天更新一次由皮脂和汗液组成的皮脂膜是守护皮肤的“天然乳霜”“天然乳霜”的减少将导致皮肤防御功能的减弱，继而导致皮肤粗糙！
女性激素和皮肤的关系月经前痘痘会……皮肤状态与月经之间有何关系？
经期的前半期为“皮肤光滑期”，但是要警惕后半期的皮肤粗糙自己没有办法解决时请到医院不仅是皮肤，全身的疾病都需要检查皮肤科的治疗治疗需要一定的时间。
请耐心地持续治疗！
如果是皮肤色斑和皱纹这些非疾病问题，请到美容皮肤科就诊激素治疗真有那么恐怖吗？
女性门诊的治疗女性门诊从激素、心理和身体等方面全方位地诊断女性的皮肤问题激素引起的女性皮肤问题将使用低剂量口服避孕药治疗中医治疗从中医角度看，“皮肤是内脏的镜子”。
中医根据皮肤的状态来进行改善体质的治疗运用中医独特的四诊法洞察全身的状态和体质Chapter 3 有很多对皮肤问题非常有效的中药保湿能提升皮肤状态！
让我们尝试两周皮肤改变计划吧！
让我们尝试皮肤改变计划，目标是摆脱皮肤干燥！
自我检查你没问题吗？
皮肤护理和生活习惯的NG检查日常护理早晚进行的四步骤是两周皮肤改变计划的基础医师寄语特别护理利用蒸脸按摩、指压等来恢复皮肤本来的活力身体皮肤护理过了30岁便没有必要每天使用肥皂洗澡饮食生活摄取足够的蛋白质、维生素、矿物质来提升皮肤活力！
提升皮肤活力的简单食谱营养片补充以维生素、矿物质等营养来解决皮肤问题生活规律早睡是美肤的基础！
12点前睡觉能调整新陈代谢医师寄语Chapter 4 解决各个部位的各种皮肤问题！
各种皮肤问题非处方药想通过非处方药来解决皮肤问题的时候该怎么办？
美肤治疗利用最新的疗法就能达到美白皮肤的目的？

<<如何摆脱皮肤问题>>

编辑推荐

皮肤问题不仅是指成人痤疮、皮肤干燥敏感、特异性皮炎、痒、痛、肿等问题，只要是影响到皮肤的不适都属于皮肤问题。

如何才能让皮肤问题不再反复出现，从而彻底解决皮肤问题呢？

除是皮肤科外，对马琉璃子主编的这本《如何摆脱皮肤问题》还收集了妇科、中医科、精神科及营养科等各专家从各个角度提出的，对解决皮肤问题行之有效的方法和建议。

<<如何摆脱皮肤问题>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>