

<<全方位科学美容>>

图书基本信息

书名：<<全方位科学美容>>

13位ISBN编号：9787801211125

10位ISBN编号：780121112X

出版时间：1999-2

出版时间：军事医科出版社

作者：贾孝荣,周玉宁,叶庆侗 主编

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>

## <<全方位科学美容>>

### 前言

随着人们生活水平的提高，医学模式的转变以及医学美容学的诞生，人们渴求美的天性获得了进一步的表达，美容业一夜之间花开遍地，突然繁荣起来，然而这种繁荣存在着很大的盲目性。首先，人们的审美观很不完善，其次，美容业的行业素质普遍偏低，行业规范亟待调整。观念的偏颇、手段的落后使得人们追求美的愿望很难实现，也就无法获得修拙补偏或锦上添花的求美效果，更无法实现增进人的生命活力和提高生命质量的目的。

《全方位科学美容》旨在通过确立人们的求美观念和建立一整套维护和修复人体美的自我保健技术，并使美容施行者能够因个体而异真正满足人们审美心理的需求，其目的是使求美者自我感觉良好，塑造一个个完美的整体形象，让人人都成为一道美的风景。

《全方位科学美容》的作者广泛研究古今中外的美容心得、经验及技术，以科学的眼光遴选实用、高效的美容与健身方法，期望通过各种创造美的方法，达到标本兼治、内外双修的美的效果。

本书是一本融生活美容与医学美容为一体，融普通常识与崭新进展为一炉的综合性美容科普读物。

突出实用性是编著者在编写中遵循的一条基本原则，也是本书的最大特点。

中国医学科学院整形外科研究所、整形外科医院教授、博士生导师，东方美容外科学会创始人及第三届主席，中华整形外科学会名誉主席、《中华整形烧伤外科杂志》名誉主编宋儒耀为本书题字。

国家卫生部化妆品安全评审委员会委员，空军总医院皮肤科主任蔡瑞康教授为本书作序，给《全方位科学美容》增添了光彩。

谨此代表全体编撰人员致以诚挚的谢意!本书在编写过程中，得到甘肃青黛中草药美容研究责任有限公司、乌鲁木齐分公司、无锡分公司，甘肃青黛美容公司新疆巴洲青黛美容服务中心、兰州爱心美容美发中心、广州保税区玛莎贸易有限公司的大力支持，北京邦定美容保健机构提供了精美的彩色图片，在此一并致以衷心谢意。

本书内容广泛，取材新颖，视角独特，尤其突出实用性(解答疑问，提供方法，消除顾虑)。

可作为美容从业人员及专科培训班教材，亦适合热爱生活的普通读者阅读参考。

## <<全方位科学美容>>

### 内容概要

美，无论如何都应该归结为某个人的美好感受。

追求和保持美，无论如何都需要依赖某种经验，某种技术，某种方法。

科学是人类经验中最有效的成分。

本书广泛研究古今中外的美容心得、经验及技术，以科学的眼光遴选实用、高效的美容与健身方法，期望通过各种创造美的方法，达到标本兼治、内外双修的美的效果。

本书内容包括：美容学 and 美的基本概念，皮肤美容疗法，皮肤病防治，化妆美容、保健美容、中医美容、运动美容，美容新概念，中老年女性的健康与美容，形体健美与减肥等。

本书可作为美容从业人员的参考书及专科培训班教材，亦适合广大热爱生活的普通读者阅读参考。

## <<全方位科学美容>>

### 作者简介

贾孝荣，男，1963年8月生于甘肃省静宁县，现在甘肃青黛中草药美容研究有限公司工作。大学毕业于甘肃中医学院中医系，于1992年在兰州医学院获得医学硕士学位。撰写医学、美容学论文近百篇，曾出版专著《全方位医学美容》，研制了“青黛”品牌的中草药系列口服与外用美容产

## <<全方位科学美容>>

### 书籍目录

第一章 美容与美学的基本概念 第一节 美容的基本概念 第二节 皮肤美容保健的基本概念 第三节 美学的基本概念 第四节 医学美学与其他相关学科的关系 第五节 美学基本知识 第六节 美学疗法第二章 皮肤美容与保健 第一节 皮肤的结构与功能 第二节 皮肤的分类 第三节 皮肤的衰老与延缓衰老的对策 第四节 皮肤日常保养法 第五节 面部皮肤保养方法 第六节 毛发和甲的健美和保养第三章 美容护肤新方法 第一节 药物美容技术 第二节 物理美容技术 第三节 常用美容手术 第四节 敷面美容法第四章 影响美容的常见皮肤病 第一节 色素障碍性皮肤病 第二节 皮肤附属器疾病 第三节 面部常见感染性皮肤病 第四节 脂溢性皮炎 第五节 银屑病 第六节 疤痕 第七节 常见面部皮肤良性肿瘤 第八节 常见皮肤恶性肿瘤 第九节 老年常见皮肤良性病变 第十节 月经疹 第十一节 多毛症 第十二节 白塞氏综合征 第十三节 日光性皮炎 第十四节 头面部接触性皮炎 第十五节 青春容貌早衰症 第十六节 黑眼圈 第十七节 红苹果脸 第十八节 慢性颜面部皮炎第五章 保健美容 第一节 饮食美容 第二节 心理美容 第三节 自我按摩美容 第四节 卫生美容第六章 化妆美容 第一节 化妆品及其使用 第二节 化妆美容技巧第七章 中医美容 第一节 中医美容概述 第二节 中医美容术第八章 美容新概念第九章 中老年妇女的美容与保健 第一节 中老年人的生理心理特点 第二节 中老年女性的自我保健 第三节 中老年妇女的美容方法第十章 肥胖与减肥 第一节 肥胖 第二节 减肥第十一章 运动与形体健美 第一节 人体美与运动 第二节 运动与健康 第三节 运动与形体健美第十二章 黄褐斑的中草药治疗第十三章 痤疮的中草药治疗第十四章 扁平疣药物治疗集锦主要参考文献附录 美容知识问答

## <<全方位科学美容>>

### 章节摘录

插图：1.皮肤保健主要是通过科学的方法养护皮肤，从而延缓皮肤衰老，保持皮肤健美。其途径为皮肤清洁、皮肤休息、皮肤营养、皮肤防晒等日常保养，以按摩、食疗、针灸等医疗手段促进皮肤健美，以及预防各种影响皮肤健美的皮肤病的发生。

2.皮肤清洁皮肤清洁是通过用水、清洁剂、药物以及特殊的设备清除皮肤污物，促进皮肤新陈代谢的方法。

清洁皮肤的作用在于：保持皮肤汗腺和皮脂腺分泌的畅通，防止细菌对皮肤的感染，促进皮肤的新陈代谢，增强皮肤的吸收能力，以及清除老化的表皮和外界环境在皮肤上留下的污染物。

最常用的皮肤清洁方法是洗脸和沐浴，在此基础上衍生出众多的清洁皮肤方法。

3.皮肤运动皮肤和身体其他部位一样，也需要运动。

尤其是面部皮肤，缺少运动容易引起皮肤衰老。

面部皮肤运动主要有两种方式：主动运动：即运用自主的表情肌收缩与放松运动皮肤。

被动运动：主要是通过按摩的方法，如推、按、捏、揉、拍打，使皮肤得到运动。

4.面部皮肤运动操这是一种运用表情肌运动带动面部皮肤运动的健美操。

包括：颏肌运动：牙齿先自然咬合，然后有节奏地连续地用力。

读英文字母“U-P”，可以使下巴的皮肤得到运动。

咬肌运动：下巴略朝前移，然后向左右两边重复移动，可以使面颊的皮肤得到运动。

颧肌运动：嘴巴闭成抿嘴的形状，然后放松复原。

再成抿嘴笑的形状，然后放松复原。

如此重复多次，可以使鼻子两边的皮肤得到运动。

眼轮匝肌运动：使劲睁眼抬眉，然后放松。

再轻睁眼抬眉。

然后再放松。

均匀重复，可以使眼睛四周的皮肤得到运动。

口轮匝肌运动：闭住嘴，使劲吹气，把嘴的四周吹鼓起来，但面颊无须吹鼓，然后放松复原。

重复多次，可以使嘴周围的皮肤得到运动。

<<全方位科学美容>>

编辑推荐

《全方位科学美容》由军事医学科学出版社出版。

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>