

<<皮肤养护与常见病防治必读>>

图书基本信息

书名：<<皮肤养护与常见病防治必读>>

13位ISBN编号：9787802035966

10位ISBN编号：7802035961

出版时间：2008-11

出版时间：尹国华 中国妇女出版社 (2008-11出版)

作者：尹国华 编

页数：367

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>

## <<皮肤养护与常见病防治必读>>

### 内容概要

《皮肤养护与常见病防治必读》是日常皮肤护理与皮肤常见病防治的大众科普读物，通俗易懂，使用方便，指导性强，是一本家庭必备的预防保健书。  
从皮肤的基础知识到皮肤日常养护。  
从各种皮肤常见疾病到常用治疗方法，书中都有科学的阐释和详尽的讲解。

<<皮肤养护与常见病防治必读>>

作者简介

尹国华，女。

1958年7月出生。

主任医师，现任山西省太原市中心医院集团总院皮肤科主任，山西医科大学硕士生导师、教授，山西省皮肤学会副主任委员，主编及参编多部皮肤科著作，擅长治疗银屑病、天疱疮、系统性红斑狼疮等多种疑难皮肤疾病。

## &lt;&lt;皮肤养护与常见病防治必读&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 关于皮肤的基础知识1. 为什么说皮肤是人体的一个重要器官2. 皮肤有几种颜色3. 皮肤的基本结构4. 皮肤的生理作用5. 为什么每个人的指(趾)纹都不相同6. 毛发的生理功能7. 人体的哪些部位没有毛发分布8. 毛发的生长速度9. 你知道头发有多少、多长、多粗吗10. 为什么头发会有不同的颜色11. “毛骨悚然”起鸡皮疙瘩是怎么回事12. 甲由哪几部分组成13. 指(趾)甲的生长速度14. 皮脂腺在哪些部位分布最多15. 影响皮脂排泄的因素有哪些16. 为什么老年人容易发生皮肤干燥17. 为什么精神紧张时手心会出汗18. 为什么日晒后皮肤会变黑19. 人体哪个部位触觉最敏感20. 痒觉是怎样形成的21. 皮肤瘙痒不一定是得了皮肤病22. 皮肤的温度也像体温一样恒定吗23. 发汗是最好的降温方法24. 皮肤也可以呼吸25. 为什么有的人在饮酒后会脸红26. 为什么有人在情绪波动时会面红耳赤27. 为什么吃大蒜后身体会散发蒜味28. 经常洗澡能否预防皮肤病29. 皮肤病的主要病因有哪些30. 什么是细菌性皮肤病31. 影响皮肤病发病的一般因素32. 皮肤病常见的症状33. 常见的皮肤损害34. 斑与疹的区别35. 水疱和大疱的区别36. 过敏是怎么回事37. 热水烫或搔抓真能止痒吗38. 用搓澡巾洗澡是好习惯吗39. 哪些皮肤病具有遗传性40. 哪些皮肤病具有传染性41. 为什么患皮肤病多需要忌口42. 为什么望诊对诊断皮肤病最重要

第二章 皮肤养护的基本知识1. 皮肤的几种类型2. 青春期皮肤该如何护理3. 中年时期皮肤该如何护理4. 老年人该如何护理皮肤5. 导致皮肤衰老的9个坏习惯6. 皮肤需要哪些营养成分7. 皮肤能否吸收化妆品的营养成分8. 少食利于皮肤的保养9. 食物纤维对皮肤的影响10. 充足的睡眠是美丽的前提11. 良好的心理状态可以使皮肤焕发光彩12. 适当的体育锻炼对皮肤保健有何作用13. 洗脸的5个误区14. 日常美容的4个要点15. 为什么皮肤要长期防晒16. 什么是SPF17. 如何选用防晒霜18. 如何保持皮肤中的水分19. 如何对面部皮肤进行养护20. 如何对手部皮肤进行护理21. 如何对足部皮肤进行护理22. 如何对躯干部皮肤进行护理23. 春季如何保护皮肤24. 夏季应如何保护皮肤25. 秋季应如何保护皮肤26. 冬季皮肤如何护理27. 会“穿”出皮肤病吗28. 如何保护电脑前的娇嫩皮肤29. 漂亮的室内装修能引起皮肤病吗30. 哪些护肤品最易被吸收31. 如何根据皮肤类型选用化妆品32. 什么是化妆品皮肤病33. 常见的化妆品皮炎34. 面膜的成分和作用35. 常用的各种面膜的作用与特点36. 敏感性皮肤该如何保养37. 文身对人体有害吗38. 什么是疤痕39. 什么是疤痕体质

第三章 头面部常见皮肤问题1. 头面部好发哪些皮肤病2. 秃顶和用脑过度有关吗3. 斑秃、全秃、普秃的区别4. 秃发的外治法有效吗5. 为什么肥胖的人较少有浓密的头发6. 女性会出现“谢顶”吗7. 女性掉头发的八大原因8. 如何解决掉头发的问題9. 老年白发能变黑吗10. 儿童及青年为什么会白头11. 为什么有的人头发枯黄焦脆12. 头发枯黄应如何进行饮食调理13. 产后脱发怎么办14. 妇女长胡须是怎么回事15. 好发于口腔、唇舌部的皮肤病有哪些16. 口唇周围起疱疹是因为“上火”吗17. 长痱子是不是血液有病18. 扁平疣为什么越抓越多19. 皮脂溢出症各型特点是什么

第四章 腰背胸腹部常见皮肤病第五章 四肢手足部常见皮肤病第六章 发无定处常见皮肤病第七章 皮肤科常用药物及治疗方法第八章 小儿常见皮肤病第九章 皮肤美容术

## <<皮肤养护与常见病防治必读>>

### 章节摘录

当它们移动到表面的时候，就变成一层干瘪的硬壳，互相之间通过蜡状物质紧紧黏在一起，这就是我们看到摸到的皮肤。

与此同时，衰老的细胞不断从皮肤表面脱落，形成皮屑。

皮肤的新陈代谢就是这样不断地进行着。

细胞形成和上移的速度会随着年龄的增长而逐渐变慢，青少年的皮肤有两三周就可以完成一次更新，而50岁人的皮肤更新的时间则延长了整整一倍！但即使更新的速度较慢，若干天后也会有新生的皮肤形成，所以说，各种年龄的人都有改善皮肤状况的机会。

真皮层在表皮下面，是构成皮肤的最主要的部分。

真皮与表皮分界明显，真皮将表皮与皮下组织连接起来。

表皮底部呈凹凸状，与真皮紧密接触。

真皮内部的细胞很少，主要由结缔组织构成，其中包括胶原纤维、弹性纤维和网状纤维等。

它们与皮肤的弹性、光泽、张力等有很大关系。

随着我们年龄的增长，这些纤维会逐渐老化、硬化，于是就形成了皱纹。

皮肤的松弛、起皱等，都发生在真皮层。

真皮中蕴藏着皮脂腺，它们就像小小的烟囱一样直通表皮，通过那里的毛孔来分泌油脂和进行呼吸。

另外，汗腺也在真皮层中。

真皮层中还富含神经末梢，所以我们才会对外界的各种刺激做出反应。

真皮层中的毛细血管是最细小的，皮肤细胞通过它们获得氧气，同时排出二氧化碳和其他废弃物。

皮下组织在真皮下，两者之间无明显界限。

皮下组织由大量脂肪组织散布于疏松的结缔组织中而构成，所以又被称为皮下脂肪层。

皮下组织中含有丰富的毛囊、汗腺、淋巴管和神经末梢，也充满动脉血管和静脉血管，随时准备为皮肤供应氧气和营养。

依照美容皮肤学的观点而言，皮肤的光泽度、肤色和抵抗功能来自表皮，皮肤的柔软度、弹性和张力来自真皮，而外貌的曲线和轮廓则来自皮下组织。

## <<皮肤养护与常见病防治必读>>

### 编辑推荐

《皮肤养护与常见病防治必读》由中国妇女出版社出版。

皮肤病是严重影响人们健康和生活质量的常见病、多发病之一。

其实。

对皮肤病做到有效控制并不困难。

只要我们能够用积极的态度对待病症，用科学的方法认真预防，采取适宜的方式对症治疗，就完全不用为皮肤病烦恼了。

皮肤是人体的一个重要器官皮肤瘙痒就是得了皮肤病吗口唇周围起疱疹是因为“上火”吗扁平疣为什么越抓越多怎样确定是否患了癣病长了黄褐斑怎么办花斑癣是什么病脚癣应如何治疗和预防怎样预防手足皲裂丹毒是病毒感染吗异位性皮炎该如何治疗你了解银屑病吗红斑狼疮是什么样的疾病什么是鱼鳞病什么是皮肤纤维瘤

<<皮肤养护与常见病防治必读>>

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>