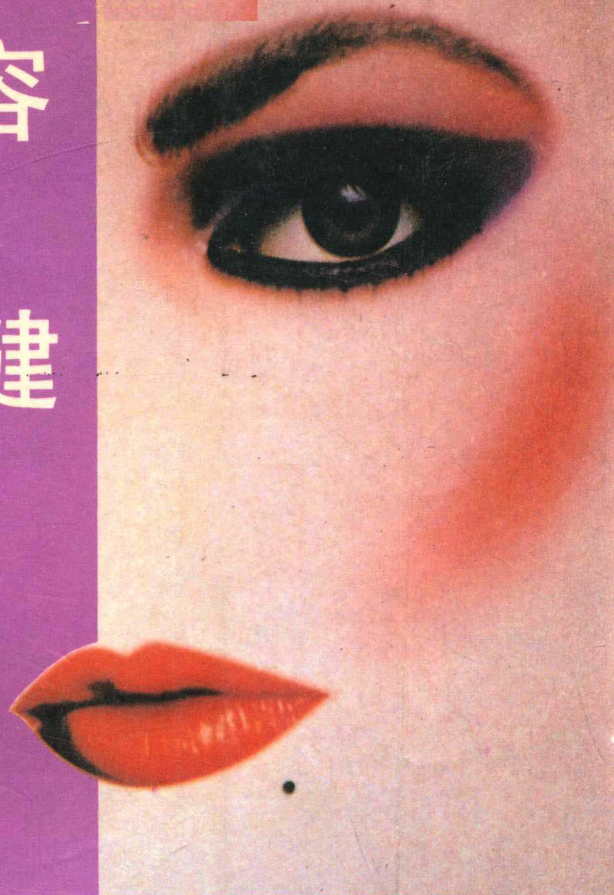


医学整容 与 美容保健



张凤翔 主编

•
经济日报出版社

YIXIE ZHENGRONG YU MEIRONG BAOJIAN

医学整容与美容保健

张凤翔 主编

一九九〇年十月

责任编辑: 王 含 赵 鹏

封面设计: 筱 元

责任校对: 张 焱 李克伟

医学整容与美容保健

张凤翔 主编

经济日报出版社出版

(北京市宣武区虎坊桥福州馆前街6号)

新华书店总店北京科技发行所发行

机械工业出版社印刷厂照相排字

永清县第一胶印厂印刷

*

开本: 850×1168¹/₃₂ 印张: 12.125 字数: 300,000字

1990年10月第1版 1990年10月第1次印刷

印数: 10,000 定价: 5.00元

*

ISBN 7-80036-236-1/G·34

前 言

爱美是人类的天性，追求美、向往美、创造美是人们热爱生活的象征。随着人们生活水平、文化素养的不断提高，对美的要求日渐广泛和讲究。人们不但要求自己有美的心灵，也要求做到仪表美，体态美。尤其是青年男女都希望有美的容貌，以体现社会主义新一代的精神面貌，这应该是自然的，合理的。

因先天性生理缺陷或后天疾病、创伤等影响了外貌和情绪，造成苦闷、忧虑和自卑，给人精神上、心理上带来极大的压抑，以致影响工作、学习、正常的社交活动和家庭生活，因此，整容、美容不但是合理的，也是必不可少的。

医学美容是一门新崛起的医学科学与艺术相结合的新学科，它是科学性、系统性、艺术性很强的综合科学，该书是编者参考国内外的有关著作和结合各自的临床经验，以及多次举办全国整容、美容学习班的教学实践编写而成。由于编者的水平不高，实践经验还不够，距实际要求尚感不足，加之编写时间仓促，笔到之处，难免有过犹不及之失，殷切希望广大读者批评指正，使医学美容事业不断发展，更好地服务于人类。

该书的完稿，得到了上海华山医院李树莱教授，武汉协和医院、湖北省医用激光学术委员会刘少亨副主任，武汉市皮肤病防治所陈联芬主任医师和中科院武汉植物研究所屠治本研究员的大力协作，对他们热情帮助和辛勤劳动表示衷心地感谢。

张凤翔

于武昌磨山 193 医院皮肤整容科

目 录

第一篇 皮肤的美容与保健

绪 论

- 第一节 美的定义与特征..... (3)
- 第二节 皮肤美容的范畴..... (6)
- 第三节 皮肤美容科的任务..... (7)

第一章 护肤美容法

- 第一节 皮肤的结构与功能..... (9)
- 第二节 面部皮肤的组织结构特点 (11)
- 第三节 面部皮肤的生理功能特点 (12)
- 第四节 面部皮肤颜色的形成 (16)
- 第五节 面部皮肤的营养与衰老 (18)
- 第六节 面部皮肤的老化现象 (19)
- 第七节 面部皮肤的状态和特征 (21)

第二章 皮肤健美的基础

- 第一节 先天条件 (23)
- 第二节 后天条件 (24)
- 第三节 外界因素 (26)

第三章 健肤美容的要素

- 第一节 健康的心理 (27)
- 第二节 清洁的皮肤 (28)

第三节	均衡的饮食	(32)
第四节	饮食美容保健要求	(33)
第五节	规律的生活	(34)

第四章 皮肤的自我保养

第一节	皮肤性质的自我测定	(42)
第二节	皮肤的再水化保养	(44)
第三节	美容按摩术	(45)
第四节	蒸气美容技术	(50)
第五节	敷面美容法	(52)
第六节	皮肤日常保养法	(56)

第五章 整体美容

第一节	训练魅力	(62)
第二节	塑造体型	(65)
第三节	纤手添风采	(66)
第四节	明眸增美色	(68)

第六章 化妆与美容

第一节	区分皮肤的性质	(70)
第二节	如何选择化妆品	(71)
第三节	化妆的基本方法	(72)
第四节	化妆引起面部皮肤的损害	(76)

第七章 眉形、眼影、眼线、睫毛的修饰

第一节	眉形的选择	(78)
第二节	眼影修饰	(80)
第三节	眼线修饰	(82)

第四节	电眼睫毛	(83)
-----	------------	------

第八章 乳房的保健与健美

第一节	正常乳房	(85)
第二节	影响乳房发育因素	(86)
第三节	预防及治疗	(86)

第九章 日光对人体的利与弊

第一节	日光中几种主要射线	(89)
第二节	日光中紫外线的生物效应	(90)
第三节	紫外线作用于皮肤所引起的异常反应	(90)
第四节	光线性皮肤病分类	(91)
第五节	预防及治疗	(93)

第十章 影响容貌的皮肤病

第一节	脱发的防治	(95)
第二节	白发是否是衰老的表现	(102)
第三节	头皮屑和头油多怎么办	(105)
第四节	怎样防治脂溢性皮炎	(107)
第五节	黄褐斑的形成与治疗	(109)
第六节	雀斑的原因和防治	(115)
第七节	长了黑痣怎么办	(117)
第八节	扁平疣治疗有没有特效方法	(119)
第九节	生了痤疮怎么办	(121)
第十节	桃花癣不是癣	(125)
第十一节	嘴唇为什么会干裂	(126)
第十二节	口红引起的接触性唇炎	(127)
第十三节	怎样防治湿疹	(128)

第十四节	怎样防治神经性皮炎·····	(131)
第十五节	白癜风患者须知·····	(133)
第十六节	黑皮肤能否变白些·····	(141)
第十七节	冻疮患者须知·····	(143)
第十八节	怎样消除腋臭·····	(147)
第十九节	鱼鳞病治疗有新药·····	(151)
第二十节	多毛症与治疗·····	(154)

第二篇 非手术性美容

第一章	倒模面膜术·····	(159)
-----	------------	-------

第二章	中草药与美容·····	(163)
-----	-------------	-------

第三章	气功与美容·····	(169)
-----	------------	-------

第四章 肥胖与减肥美容

第一节	肥胖的标准·····	(173)
第二节	肥胖的原因·····	(173)
第三节	肥胖的病理、生理·····	(175)
第四节	肥胖的预防·····	(176)
第五节	肥胖的治疗·····	(177)

第五章 食物、维生素、微量元素与美容

第一节	食物的分类与美容·····	(180)
第二节	维生素对美容的作用·····	(186)

第三节 微量元素与人体健美·····	(188)
--------------------	-------

第六章 维生素 E 在皮肤美容方面的应用

第一节 药理作用·····	(189)
第二节 临床应用·····	(191)

第三篇 手术性美容

第一章 皮肤美容术对手术室的基本要求

第一节 手术室的基本条件·····	(197)
第二节 清洁、消毒和灭菌·····	(197)
第三节 基础手术包的准备·····	(198)
第四节 手术的配合·····	(198)

第二章 麻醉方法及注意事项····· (200)

第三章 皮肤磨削术和松解术

第一节 磨削术的种类·····	(202)
第二节 适应症·····	(203)
第三节 禁忌症·····	(203)
第四节 磨削术的设备、药品及敷料·····	(204)
第五节 磨削术前的准备及护理·····	(204)
第六节 麻醉方法·····	(205)
第七节 磨削术方式·····	(205)
第八节 磨削的深度·····	(206)
第九节 同其他手术的联合应用·····	(207)

第十节	术后创面的处理	(207)
第十一节	术前的护理	(208)
第十二节	术后的治疗及护理	(208)
第十三节	创面愈合过程	(210)
第十四节	磨削术的并发症及相应处理	(211)

第四章 眼部美容术

第一节	重睑术	(213)
第二节	眼袋整复术	(215)
第三节	眉毛再造术	(216)
第四节	上睑下垂矫正术	(217)

第五章 鼻部整容术

第一节	鼻部的解剖	(221)
第二节	酒渣鼻、鼻赘整容术	(226)
第三节	先天性皮样囊肿和瘻管	(229)
第四节	鼻翼的缺损和畸形	(230)
第五节	鼻小柱修复	(234)
第六节	鼻尖的缺损和畸形	(235)
第七节	鹰鼻畸形	(236)
第八节	前鼻孔闭锁或狭窄	(237)
第九节	鞍鼻整复	(238)
第十节	全鼻再造术	(241)

第六章 耳部整容术

第一节	耳的临床应用解剖	(244)
第二节	先天性耳廓粘连	(247)
第三节	耳廓和耳垂部分缺损	(248)

第四节	先天性耳前瘘管·····	(251)
第五节	招风耳·····	(252)

第七章 面部瘢痕(肿瘤)、瘢痕疙瘩的处理方法

第一节	面部瘢痕及肿瘤·····	(254)
第二节	瘢痕疙瘩·····	(267)

第八章 整容美容病人的心理反应及心理护理

第一节	自卑感的反应及护理·····	(272)
第二节	怀疑和恐惧的反应及护理·····	(272)
第三节	焦急、挑剔及自我意识转变的反应及护理·····	(273)

第四篇 物理化学性美容整容术

第一章 激光医学整容术

第一节	激光整容术对皮肤的生物效应·····	(277)
第二节	常用医学整容激光器·····	(279)
第三节	激光医学整容术的四种方式·····	(286)
第四节	皮肤的结构与疤痕·····	(290)
第五节	激光医学整容术的应用·····	(294)

第二章 超声波与美容

第一节	超声波的物理基础·····	(314)
第二节	超声波的生理作用·····	(316)
第三节	超声波怎样美容·····	(318)
第四节	超声波的使用方法及注意事项·····	(320)

第三章 冷冻医学整容术

第一节	制冷原理	(322)
第二节	冷冻医学整容术对皮肤的影响	(323)
第三节	冷冻医学整容术的适应症	(323)
第四节	自制医用冷冻治疗器	(323)
第五节	冷冻医学整容术的方法	(327)
第六节	冷冻医学整容术的反应与护理	(328)
第七节	冷冻医学整容术的应用	(328)

第四章 化学剥脱术与美容

附 I	饱和三氯醋酸溶液治疗白癜风	(339)
附 II	复方三氯醋酸溶液治疗雀斑	(344)

第五章 皮肤和粘膜血管瘤的治疗

第一节	血管瘤发生和发展的一般规律	(347)
第二节	血管瘤的自行消退	(348)
第三节	血管瘤的分类	(349)
第四节	血管瘤治疗的时机和原则	(354)
第五节	血管瘤的治疗	(354)

附: 电脑与美容	(375)
----------	-------

第一篇

皮肤的美容与保健



绪 论

第一节 美的定义与特征

一、爱美与审美

美是在人类改造世界的实践活动中，人的本质力量、才智和理想在被改造的世界中形象的表现，也是人们在物质生活、精神生活中不可缺少的一个方面。革命导师马克思曾说过：“社会的进步，就是人类对美的追求的结晶”，爱美、追求美、创造美是人的本性，正如俗话说说的“爱美之心，人皆有之”。然而，在日常生活中，人们所谓的“爱美”，往往指的形式美，如新颖的发型、时髦的服饰、艳丽的容颜、匀称的身材等等。喜爱形式美固然无可非议，但盲目地一味追求外在的美，既难以持久，也不可能达到真正美的境界，因为美是一种多方面的综合表现形式，人的美必须包括五官、形体之美和心灵、人格之美两个方面，只有二者结合，才是一个真正完美的人，俄国作家契诃夫讲得好：“人的一切都应该是美丽的：容貌、衣裳、心灵、思想。”

既然每个人都希望自己更美，但如何才能创造美的形象呢？这一方面要借助于现代美容科学，另一方面则在于自身的修养，前者是外在因素，后者是内在因素，也是决定因素，因为一个人是否能真正达到美的境界，还在于审美标准和趣味高低。不同的社会、不同的时代、不同的民族、不同的阶层有着不同的审美观，

从我国古代来看，楚灵王以细腰为美，南唐后主李煜以足纤小弯如新月的“三寸金莲”为美女的一个标准，唐朝则追求健美的风尚，妇女以丰腴为美，男子以矫健为俊。西方社会对美的追求和欣赏，也随着各个不同时期的社会变迁和风俗习惯而发生着变化，从十八世纪以苍白娇慵为女性美，逐渐转变为以皮肤黝黑光滑、体形匀称矫健为美。因此人们对美的追求不能离开所处的时代和当时的社会条件，更不能离开自己民族的特点。如果东方人去染金色头发会使人感到不伦不类，十分别扭，天生黑发反增添了东方女性的美丽。此外，即使在同一时代，同一国家与民族，如果时间、地点、条件不同，美的判断也不一样，如强壮粗短的四肢、发达的肌肉，对于舞蹈演员绝不是好的形体，而对于举重运动员来讲，却有健与力的美感；又如皱纹和白发对于少男少女来说是绝对美不起来的，而对于老年人来说，往往是积累丰富经验的证明，尽管老年人面部皱纹累累，但如能充分发挥慈祥和蔼、威仪严肃的魅力，就可调和美感，因此衡量老年美的标准绝不是娇艳双颊和洁白的肌肤，而是没有病容和老态，显示出神采奕奕的风度。所以美的标准常因年龄、职业、文化修养和经济地位的不同而异。

同时在色彩缤纷的社会生活中，也存着审美的多样性和趣味的丰富性，如有的人以纤细为美，有的人以粗犷为美。尽管人世间美的形象是丰富多采的，然而美的原则却是一致的，我们应结合自身的情况、条件需要和可行性，遵循下面的原则去寻求自身的美：

1. 要有自豪感：真正美的人一定拥有自豪感，天生丽质而内心空虚或看不到自身特长的人，那么本来美的外形也会难以得到充分的表现；一个相貌平平但能使自己的信心、热情、神采、风度、幽默得到淋漓尽致地发挥的人，却能在人们面前展现出一个充实而完美的形象。

2. 保持快乐的容貌：笑是开朗的魅力表现，微笑的表情能赢得人们的好感，美丽的笑脸可弥补一个人外形的不足，但是面容是一个人内心世界的镜子，要始终保持笑容，就必须陶冶自己的情感，善于发掘生活中美好的东西，培养乐观、开朗的性格。

3. 尽可能去表现美：美是指使自己得到最佳表现，要知道，每个人身上都有自己的美丽诱人之处，必须善于发现并尽可能地显示出来，并相信自己的美，自信是美的重要组成部分。若要以给人以美的形象，还需付出一定的努力，保护皮肤、修饰外表，不应成为一种负担，而要视为一种乐趣、一种享乐，并从中获得情感的陶冶。

4. 按自身的特点来塑造美的自我：不要以为杂志、电影或电视中出现的形象都是“标准的”、“完美的”，从而按那种形象打扮自己，模仿别人永远不可能成功。表现美的重要环节是在心目中对自己有个美的形象，并按这个形象来塑造和表现自己，培养能反映自己特点的独特风格，不要成为流行式样的牺牲品，要让属于自己的美始终发光。

5. 要内外和谐、灵活多变：只有人的内在美与外在美和谐一致，才是最美的境界，因而要把对美的追求的强烈愿望，作为精心塑造自身道德和情操美的动力，才能成为表里如一，内秀外美的人。同时在保持自身风格前提下，在必要时作到能随机应变，以免给人留下永远是一个模式的印象，如有些场合艳丽是必要的，但要作到艳而不妖冶，以免显得庸俗；而有些场合浓妆艳服则不合身份，需淡妆素服；所以应学会为自己安排适合各种场合的容貌形象，根据自己情绪和需要确定合适的色调。

二、美的特征与标准

现代美的概念，包含两个方面，第一提倡美与健不可分割，第二美的魔杖是魅力；因此，一个人是否美，并不完全决定于完美无疵、端正的脸形，而是与一个人的健康和举止教养密切相关