

兼
容
院
核
心
技
术
读
本

除皱 护肤

张晓梅 / 主编



辽宁科学技术出版社

沈阳

编委名单:

主 编 张晓梅

副主编 刘晓琴 任 煜

作 者 熊 政 梁春燕 任 煜 雷 宇
杨紫伊 马 力 倪 娜

图书在版编目(CIP)数据

除皱护肤 / 张晓梅主编. — 沈阳: 辽宁科学技术出版社,
2006.1

(美容院核心技术读本)

ISBN 7-5381-4554-0

I. 除... II. 张... III. 皮肤-护理-基本知识 IV. TS974.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 097836 号

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路25号 邮编: 110003)

印 刷 者: 沈阳市新友印刷有限公司

经 销 者: 各地新华书店

幅面尺寸: 140 mm × 203 mm

印 张: 6.75

字 数: 150千字

印 数: 1 ~ 5000

出版时间: 2006年1月第1版

印刷时间: 2006年1月第1次印刷

责任编辑: 李丽梅

封面设计: 何小波

版式设计: 于 浪

责任校对: 徐 跃 夏 冰 史丽华

定 价: 13.00元

投稿热线: 024-23284354 lnstp@mail.lnpgc.com.cn

邮购热线: 024-23284502 23284357

<http://www.lnkj.com.cn>

作者名单：

主 编 张晓梅

副主编 刘晓琴 任 煜

作 者 熊 政 梁春燕 任 煜 雷 宇
杨紫伊 马 力 倪 娜

前 言

随着人们生活水平的提高，人们对健康、美丽和生活质量都给予了前所未有的关注，“为美丽投资”等新型消费观成为越来越多的中国人所追求的消费时尚。在这种形势下，中国美容经济的兴起成为必然。据《2005中国美容经济年度报告》显示，最近两年我国涉足美容消费的人数已经达到3亿多人次，我国城镇人口月平均美容消费已达29.33元，全国城镇美容业年产值为1680.4亿元，推动相关化妆品行业消费1600亿元，并以每年20%的速度增长。中国的“美容经济”逐渐成为继房地产、汽车、电子通讯、旅游之后中国居民的“第五大消费热点”。现代中国美容业的崛起，促使更多的爱美人士加入到这个朝阳产业中来。调查显示，目前中国的美容服务业直接就业者已达到800万人。

然而，不容忽视的是，中国美容业中普遍存在的“缺乏高素质、高水平的知识型专业技术人才”问题却使美容业貌似兴旺而举步维艰。粗糙的技术，必然带来粗糙的服务。技术水平和服务质量的参差不齐给中国美容业及从业者均带来了极其不利的影响。加之，随着“经济全球化和知识经济”时代的到来，电子、光学、生物、精细化工技术等尖端科技，针灸、按摩、刮痧等传统疗法的强势进入以及芳香疗法、SPA等新兴技术的快速发展，使得现代美容的内涵与外延均得到了极大的丰富。

教育和科技是推动美容业发展的两个轮子。美容从业者们已经开始意识到，优质的再教育和再学习对于日后的事业发展至关重要。

鉴于此，《中国美容时尚报》成立了“梅阁出版中心”，致力于美容时尚文化的推广与普及。2003年，该中心接受了劳动和社会保障部中国就业培训技术指导中心的委托，编写了《美容师国家职业资格培训教程》。之后，又应辽宁科学技术出版社之邀，组织多年从事美容教学和美容工作的资深专家及学者共同编写了这套《美容院核心技术读本》。

该套丛书以不同的美容服务项目，如美白祛斑、除皱护肤、祛痘护肤、脱敏护肤、美体减肥等进行划分，分别对以上项目进行了从理论到实际操作等全方位的介绍。本书即从除皱抗衰老基础理论谈起，着重介绍了除皱抗衰老产品、衰老皮肤的专业诊断与分析、美容院除皱抗衰老技术、医学除皱抗衰老技术以及日常除皱护肤方法等。其中还以“资料链接”的方式，穿插了一些美容师应知应会的小知识。

该套丛书是美容师自学、美容院和美容学校培训美容师的教辅用书，也是行业外爱美人士的首选读物。在编写过程中，我们得到了不少业界资深专家的指导和大力支持，在此衷心地表示谢意。由于书中所涉及的专业知识很多，内容庞杂，出现错误在所难免，在此，我们诚恳地希望业内外读者不吝赐教，我们将不胜感激！

张晚梅

2005年7月16日于北京

目 录

前言

第一章 除皱抗衰老基础理论

- 第一节 认识皮肤 /004
- 第二节 皮肤的基本类型 /010
- 第三节 皱纹的分类 /013
- 第四节 引起皮肤老化和衰老的因素 /015
- 第五节 皮肤衰老的病理学改变 /022

第二章 除皱抗衰老产品

- 第一节 除皱抗衰老产品的分类和使用注意事项 /027
- 第二节 除皱抗衰老产品有效成分分析及其作用原理 /030

第三章 衰老皮肤的专业诊断与分析

- 第一节 填写顾客资料登记表 /041
- 第二节 皮肤专业诊断的相关事项 /045
- 第三节 老化或衰老性皮肤的专业诊断方法 /048

第四章 美容院除皱抗衰老技术

- 第一节 美容院除皱抗衰老基础护理 /055
- 第二节 美容院除皱抗衰老仪器护理 /058

- 第三节 光子除皱抗衰老技术/072
- 第四节 远红外线除皱抗衰老技术/077
- 第五节 芳香疗法除皱抗衰老护理/080
- 第六节 专业果酸除皱抗衰老护理/101
- 第七节 微晶磨削除皱抗衰老护理/108
- 第八节 经穴按摩除皱抗衰老疗法/111
- 第九节 刮痧除皱抗衰老疗法/118

第五章 医学除皱抗衰老技术

- 第一节 针灸除皱疗法/127
- 第二节 耳穴除皱抗衰老疗法 /134
- 第三节 中药除皱抗衰老疗法/139
- 第四节 注射除皱抗衰老疗法/146
- 第五节 面部手术除皱术/153

第六章 日常除皱护肤

- 第一节 防晒与除皱/161
- 第二节 营养与除皱/168
- 第三节 保养与除皱/177
- 第四节 健康与皱纹/188
- 第五节 心理因素与皮肤老化/193
- 第六节 除皱护肤小偏方/198

参考文献/207

第一章

除皱抗衰老基础理论

CHUZHOUHUFU

对美容师而言，皱纹并不陌生，它是皮肤表面因收缩而形成的一凹一凸的条纹。但是，如果要准确说出皱纹形成的机理、因素以及一些行之有效的除皱方法和除皱产品，或许就不那么容易了。皱纹是人体衰老最主要的表现之一，由于很损美，十分令人恐惧。因此，有史以来，人们便一直与之进行着不懈的斗争。其实，皱纹在皮肤上的出现就像太阳从东边出在西边落一样根本无法逆转，但是，如果采用正确的除皱、保养方法和产品，以及保持健康的生活方式，延缓皱纹“爬”上皮肤的时间是完全能办到的。

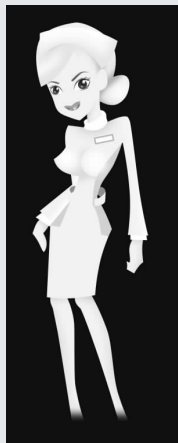
资料链接

衰老在细胞层面上的表现

生物的机体由细胞组成，单细胞生物的机体只有一个细胞。细胞的生命形式是代谢，代谢包括合成和分解两个方面。当细胞的代谢失调，如分解大于合成或整个代谢功能下降时，细胞即开始衰老，所以生物的衰老始于细胞。

多细胞生物的细胞有两个类型：一类是能自我分裂繁殖的，在遗传规定的限度内，能不断分裂更新。当细胞分裂达到特定代数时便失去分裂能力而死亡。这类细胞在形态上虽然只见其分裂而不见其衰老，但它们始终将停止分裂的事实，显示出它们历代母系细胞很有可能早已潜在地逐渐衰老。另一类细胞的衰老，导致组织器官和人体的衰老，最后引起死亡。所以生物的衰老实际上是死亡的前奏。

细胞衰老和功能丧失是不可抗拒的自然规律，一个人在出生的时候就注定要老、要死。虽然如此，但在一定条件下，衰老的进展速度还是可以控制的。而欲求衰老进程放慢，首先要了解衰老的原因、过程、机制及影响衰老的各种因素。只有掌握了衰老的规律后，才有可



能采取适当措施，延缓衰老。

皮肤老化与皮肤衰老的区别

“老化”和“衰老”是一对近义形容词，但是，在美容学上，它们有质的区别，不能互相替代。

皮肤老化是指皮肤由于外在因素，如紫外线、环境污染、化妆品使用不当等所致的皮肤功能衰退、皮肤内部结构和外表失常的总现象。而皮肤衰老是指皮肤因不可抗拒的因素，如基因、激素、重力、食物代谢产生的自由基等所致的皮肤功能衰退、皮肤内部结构和外表失常的总现象。

第一节 认识皮肤

皮肤，是人体面积最大的器官，覆盖于全身表面，保护人体，使其免受外界环境因素包括机械性的、物理性的、化学性的以及微生物的损害，构成人体抵御外部侵袭的第一道防线。

资料链接



成人皮肤面积约 1.5~2.0 平方米；厚度(不包括皮下组织)为 0.5~4.0 毫米，眼睑、耳后最薄，约 0.5 毫米，掌跖部(手掌、脚掌)最厚，约 2.0~5.0 毫米；其重量约占人体重量的 5%(若包括皮下组织，总重量可达体重的 16%)。

一、皮肤的结构

皮肤由表皮、真皮、皮下组织、皮肤附属器(即毛发、甲、皮脂腺、顶泌汗腺、小汗腺)构成，并有丰富的神经、血管、淋巴管

及肌肉（如图 1-1 所示）。

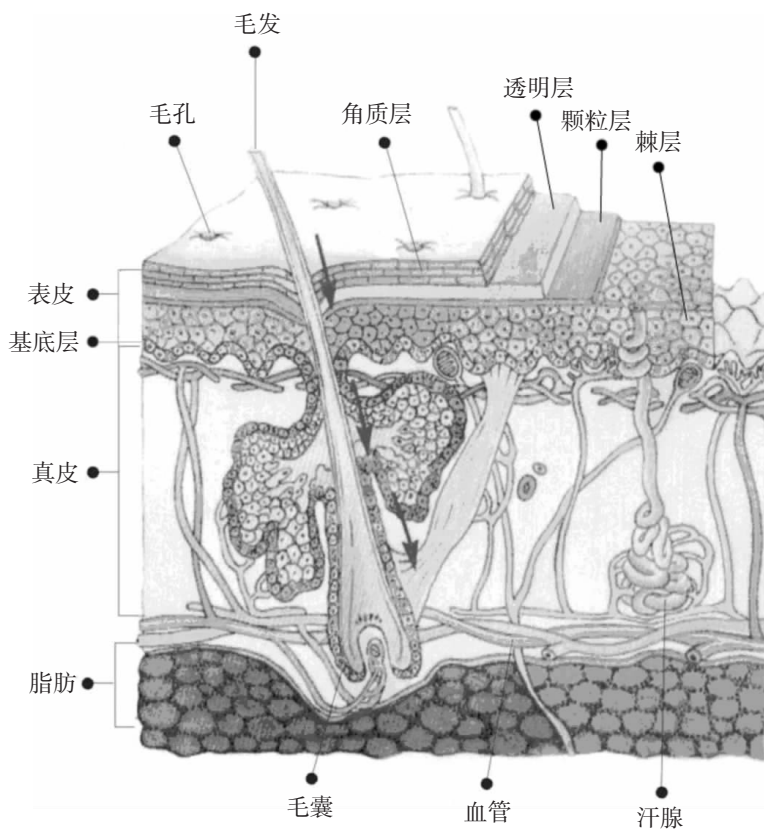
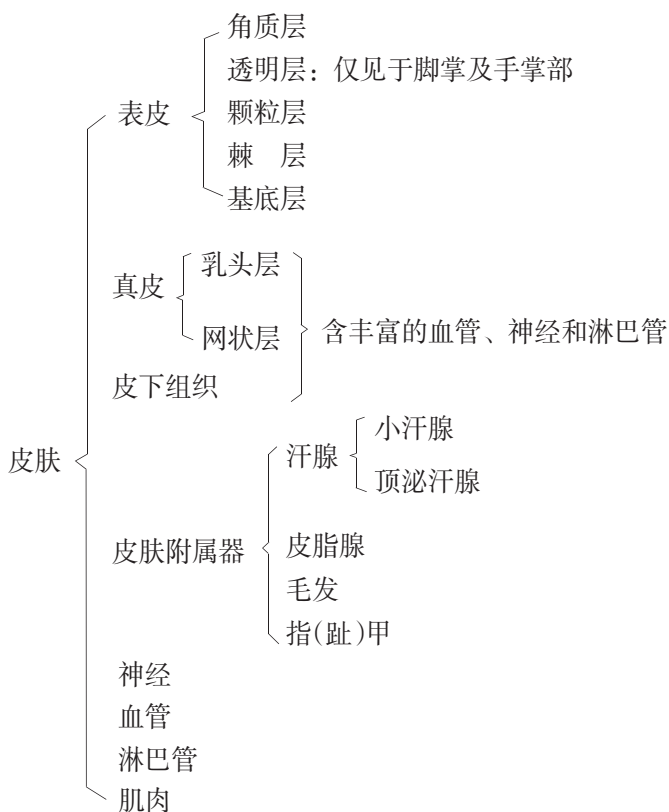


图 1-1 皮肤的结构



二、皮肤的功能

皮肤的主要功能就是参与维持整个机体的平衡和与外界环境的统一，使体内各种组织和器官免受外界机械性、物理性、化学性或生物性侵袭或刺激。

1. 皮肤的保护与免疫功能

①表皮的角质层致密而坚韧，经常受到摩擦和压力的部位能够

增厚，以抵抗摩擦和压迫。真皮的胶原纤维较粗大，能使皮肤耐受较强的牵拉。

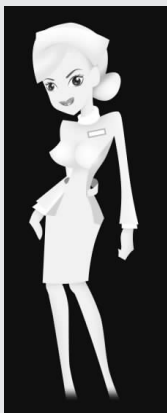
②皮肤表面有皮脂膜，能使表皮柔软，减少角质层干燥，避免发生脱皮。

资料链接

什么是皮脂膜？

皮肤表面有皮脂腺分泌的皮脂及角化过程中产生的角质脂肪。皮脂的成分主要是软脂肪酸、甘油三酸酯组成的脂肪酸甘油、胆固醇、蜡组成的结合脂肪酸，约占58%~68%，固醇类占30%左右，此外，尚有液体石蜡，少量其他激素及其代谢产物，维生素及其代谢产物，钾盐，磷酸盐，氯化铵等，以上混合物与汗液、脱落的上皮细胞等形成皮脂膜，其厚度为7~10微米。

皮脂膜为稳定皮肤表面角质细胞水合作用的缓冲剂，可以吸收和保持能够利用的水分，防止过快蒸发及过快扩散到下面的皮肤或组织，需要时供给水分，调节角质细胞适当的含水量。



◆表皮角质层和色素可以防止紫外线损伤，角质层可将大部分日光反射回去，又可滤去大部分经角质层内的角蛋白吸收而透入表皮的紫外线。

◆当角质层细胞失去细胞核和大部分水分后，即变成扁平形，似屋顶瓦片互相交错，紧密结合，形成一层几乎不可渗透的屏障，能阻止多数对机体有害化学物质的吸收，防止下面表皮各层与整个人体其他部分的液体渗透出去。表皮的角质层对酸、碱均有一定的抵抗力。

值得注意的是，角质层并不是绝对不可透过的屏障。当角质层受到损伤，除失去水分外，渗透性也会发生变化，当皮肤有大面积的糜烂或溃疡时，皮肤屏障作用丧失，对一些外来物质吸收大大增加。

◆真皮部位的胶原纤维、弹力纤维和网状纤维交织如网，使皮肤具有一定的弹性和伸展性，抗拉能力较强。

◆皮下脂肪具有软垫般的缓冲作用，能抵抗冲击和挤压，减少皮肤和深部器官的损伤。

2. 皮肤的分泌与排泄功能

皮肤的分泌与排泄功能主要通过小汗腺、顶泌汗腺和皮脂腺完成。

小汗腺分泌汗液。通过排汗，可散热降温，以维持正常体温。汗液排出后与皮脂混合，形成皮脂膜，对皮肤有一定的保护作用。汗液使皮肤表面呈酸性，可抑制某些细菌生长。

顶泌汗腺仅存在于人体的有毛处如腋窝处，在其他部位已退化，其分泌与体温调节无关。

3. 皮肤的吸收功能

皮肤具有选择性吸收外界物质的能力，所以某些物质，如药物、化妆品等化学物质可以通过表皮，并被真皮吸收，最后进入体内。

皮肤吸收作用主要通过以下几条途径：

◆通过角质层细胞。

主要由角质层细胞膜渗透进入角质层细胞，然后再透过表皮到达其他各层，是皮肤吸收的主要途径，以吸收脂溶性物质为主。

◆通过毛囊、皮脂腺、汗管等皮肤附属器。

少量物质可以通过毛囊，再通过皮脂腺及毛囊壁进入真皮内，再从真皮向四周扩散。主要吸收水溶性物质。汗管一般不吸收物质，但如果皮肤受损，则吸收作用增强。

◆通过角质层细胞间隙。

极少量物质，如钠、钾、汞等可通过角质细胞间隙渗透进入真皮。

资料链接

影响皮肤吸收的因素

●皮肤学家认为做面部护理时，温度高于正常皮温 1°C ，化妆品中有效物质的吸收就能增加10倍。

●人为地损伤表皮的屏障或角质层剥离，皮肤的通透性显著增强，但同时也降低了皮肤的屏障、保护作用，使皮肤易受外界刺激而出现问题。

●水溶性物质，如维生素C、维生素B族、葡萄糖、蔗糖等不易被皮肤吸收。一般情况下，皮肤对水溶性护肤品几乎不吸收，除非借助某些促皮吸收剂或美容仪器的帮助方可选择性渗透和吸收。

●脂溶性物质，如维生素A、维生素D、维生素K、某些性激素及部分糖皮质激素可经毛囊、皮脂腺吸收。尤其对油脂类物质有较好的吸收作用，包括动物、植物及矿物油脂等。

●皮肤可以通过汗孔、毛孔直接从空气中吸收氧气，同时排出体内的二氧化碳，其呼吸量大约为肺呼吸量的1%。

●皮肤对某些金属元素，如铅、汞等有一定吸收能力。有些化妆品中含铅、汞成分，皮肤吸收蓄积体内会引起中毒，出现黑斑、皮疹等。



4. 皮肤的感觉功能

皮肤的感觉主要分为两大类：

◆单一感觉，如触觉、压觉、痛觉、冷觉和温觉。

◆复合感觉，如干湿、光滑、粗糙、硬、软等感觉。

另外还有形体觉、两点辨别觉、定位觉、圆形觉等。

这些感觉经大脑分析判断，作出有益于机体的反应。有的产生非意识的反应即条件反射，如手碰到烫物时的回缩反应，可免除机体进一步受到伤害。

5. 皮肤的体温调节功能

皮肤是机体散热和调温的重要器官。当外界温度发生变化时，皮肤血管开始收缩或扩张，从而改变皮肤中的血流量及热量的扩散，以调节体温，使体温维持在一个稳定的水平。通过汗液的蒸发而带走热量为人体主要散热方式。

6. 皮肤的代谢功能

皮肤表面细胞的分裂与分化，毛发和指甲的生长，色素细胞的形成以及汗液和皮脂的形成、分泌等，都要经过一系列的生化过程才能完成。皮肤参与整个机体的糖、蛋白质、类脂质、水、电解质、维生素及酶等的代谢过程，即皮肤的代谢功能，对皮肤和机体起着保护作用。

7. 皮肤常驻微生物及微生态平衡

正常人体的体表与外界相通的腔道都寄居着不同类型和数量的微生物。当人体免疫功能正常时，它们对人体无害，有些对人还有利，是正常微生物群。

第二节 皮肤的基本类型

人体皮肤按其皮脂腺的分泌状况、角质层含水量、角质层表面的pH值及皮肤特点，可分为四种类型：中性皮肤、干性皮肤、油性皮肤和混合性皮肤。皮肤类型差异不仅存在于不同的个体，即使

同一个体，也因年龄、季节、身体状态等因素而有所差异。此外，不同部位的皮肤也可能存在两种不同的类型。

一、中性皮肤

1. 表征

- ◆皮肤红润，富有光泽。
- ◆润滑不黏，无粗糙感。
- ◆纹理细腻，富有弹性。
- ◆厚薄适中。

2. 特征

- ◆皮脂与水分的分泌均衡。
- ◆角质层含水量达 20%。
- ◆pH 值为 4.5~6.5。
- ◆皮脂和汗液分泌畅通，并能适应季节变化。
- ◆较耐晒，对外界刺激不太敏感。
- ◆化妆后不易脱妆。
- ◆是健康理想的皮肤，婴儿的皮肤多属于中性皮肤。

二、干性皮肤

1. 表征

- ◆皮肤缺乏光泽。
- ◆手感干涩粗糙，缺乏柔软感，弹性较差。
- ◆纹理较细，毛孔较小。
- ◆皮肤薄而多皱折。
- ◆易起皮屑。

2. 特征

- ◆皮脂腺分泌量少，因此皮肤干燥，洁面后有紧绷感。