

冯楚 姚丽湘 编著

# 现代家庭生活 禁忌1000问



疾病防治 · 养生保健

生病用药 · 夫妻生活

居室物品 · 饮食烹调

迈向完美生活

提升自己的生活品质

羊城晚报出版社

# 现代家庭生活禁忌 1000 问

冯楚 姚丽湘 编著

羊城晚报出版社

· 广 州 ·

**图书在版编目(CIP)数据**

现代家庭生活禁忌 1000 问/冯楚, 姚丽湘编著. —广州:  
羊城晚报出版社, 2003.5

ISBN 7-80651-227-6

I. 现… II. ①冯… ②姚… III. 生活-禁忌-问答  
IV. TS976.3-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 004769 号

**现代家庭生活禁忌 1000 问**

XIANDAI JIATING SHENGHUO JINJI 1000 WEN

出版发行/ 羊城晚报出版社 (广州市东风东路 733 号 邮编: 510085)

发行部电话: (020) 87776211 转 3824

出 版 人/ 张唐生

策 划/ 汤卓英

经 销/ 广东新华发行集团股份有限公司

印 刷/ 广东省佛山市新粤中印刷有限公司 (邮编: 528041)

规 格/ 850 毫米×1168 毫米 1/32 印张 19.5 字数 390 千

版 次/ 2003 年 5 月第 1 版 2003 年 5 月第 1 次印刷

书 号/ ISBN 7-80651-227-6/R·56

定 价/ 33.00 元

**版权所有 违者必究**

(如发现因印装质量问题而影响阅读, 请与印刷厂联系调换)

## 内 容 提 要

世界上万物相生相克,只有掌握这一生一克的关系,我们才能常葆身体健康,提升自己的生活品质。

本书重点介绍家庭生活中的“相克”,也就是有关的生活禁忌,诸如饮食禁忌、常见病用药调理禁忌、日常保健禁忌、瘦身美容禁忌以及夫妻相处、子女喂养禁忌等等,是一本居家必备的实用好书。

# 目 录

|                   |    |
|-------------------|----|
| 第一章 疾病防治          | 1  |
| 1. 肾炎患者忌性生活吗      | 3  |
| 2. 胰腺炎要忌酒吗        | 3  |
| 3. 心脏病有哪五忌        | 4  |
| 4. 癌症患者应如何戒口      | 5  |
| 5. 癌症患者中医如何辨证忌口   | 6  |
| 6. 眼病有什么禁忌        | 6  |
| 7. 为什么癫痫病忌突然停药    | 7  |
| 8. 癫痫病忌盐和水吗       | 8  |
| 9. 糖尿病患者有哪四忌      | 8  |
| 10. 胃肠溃疡有哪五忌      | 9  |
| 11. 肺病有哪三忌        | 10 |
| 12. 哮喘者要忌口吗       | 11 |
| 13. 为什么肾炎不能“绝对”戒盐 | 12 |
| 14. 为什么肝炎带菌者要忌酒   | 12 |
| 15. 为什么肝炎患者忌性交过度  | 13 |
| 16. 肝炎患者为什么要忌肥肉   | 13 |
| 17. 肝炎患者要忌哪些药     | 14 |
| 18. 肝炎患者有哪些饮食禁忌   | 14 |
| 19. 为什么青光眼忌发怒     | 15 |
| 20. 中风者有哪五忌       | 15 |
| 21. 为什么喉炎忌刺激      | 16 |
| 22. 哪些病忌哪种水果      | 17 |

|                              |    |
|------------------------------|----|
| 23. 为什么关节炎患者忌肥肉 .....        | 18 |
| 24. 为什么早泄忌“避医” .....         | 18 |
| 25. 为什么伤口忌“洁癖” .....         | 19 |
| 26. 什么病忌“大笑” .....           | 20 |
| 27. 手术后有哪些禁忌 .....           | 21 |
| 28. 胃手术后有哪些禁忌 .....          | 22 |
| 29. 暗疮忌肥肉吗 .....             | 23 |
| 30. 血压偏低就不会发生脑血栓吗 .....      | 23 |
| 31. 为什么不能忽视高血压的防治 .....      | 24 |
| 32. 为什么高血压病人忌情绪激动 .....      | 25 |
| 33. 为什么高血压病人忌忽视夜间血压升高 .....  | 26 |
| 34. 高血压病人生活有哪“六忌” .....      | 27 |
| 35. 为什么糖尿病人要警惕失明 .....       | 28 |
| 36. 癌症治疗上的非常规方法误区是怎么回事 ..... | 29 |
| 37. 癌症治疗上的医源性误区是怎么回事 .....   | 30 |
| 38. 为什么老年人忌忽视无痛性疾病 .....     | 30 |
| 39. 风湿性关节炎药有何服食宜忌 .....      | 31 |
| 40. 前列腺炎患者性生活有哪些禁忌 .....     | 31 |
| 41. 癌症病人性行为有哪些误区 .....       | 32 |
| 42. 患滴虫性阴道炎性生活有哪些禁忌 .....    | 33 |
| 43. 便秘有何饮食宜忌 .....           | 33 |
| 44. 老年性痴呆患者有哪些饮食禁忌 .....     | 34 |
| 45. 阳痿早泄患者有何饮食禁忌 .....       | 35 |
| 46. 无精子症患者有何饮食禁忌 .....       | 36 |
| 47. 感冒发热患者为何要忌口 .....        | 37 |
| 48. 慢性支气管炎患者饮食有哪些禁忌 .....    | 38 |
| 49. 支气管哮喘患者怎样忌口 .....        | 39 |
| 50. 胃和十二指肠溃疡患者有哪些饮食禁忌 .....  | 40 |
| 51. 上消化道出血患者有何饮食禁忌 .....     | 42 |
| 52. 腹泻患者有何饮食禁忌 .....         | 43 |

|                            |    |
|----------------------------|----|
| 53. 胆囊炎、胆结石患者怎样忌口 .....    | 44 |
| 54. 胰腺炎患者如何忌口 .....        | 45 |
| 55. 肾结石患者的饮食如何忌口 .....     | 46 |
| 56. 尿毒症患者要忌食米面吗 .....      | 47 |
| 57. 烧伤、烫伤后要忌口吗 .....       | 48 |
| 58. 疖和痈患者为什么也要忌口 .....     | 49 |
| 59. 为什么痔疮病人要强调忌口 .....     | 50 |
| 60. 湿疹患者怎样忌口 .....         | 51 |
| 61. 荨麻疹患者怎样忌口 .....        | 52 |
| 62. 为什么眼疾患者要忌葱蒜 .....      | 54 |
| 63. 为什么原发性青光眼患者要注意忌口 ..... | 55 |
| 64. 化脓性中耳炎患者如何忌口 .....     | 56 |
| 65. 化脓性扁桃体炎患者要忌油煎食物吗 ..... | 57 |
| 66. 慢性咽炎患者要忌口吗 .....       | 58 |
| 67. 口腔溃疡患者怎样忌口 .....       | 58 |
| 68. 牙周病患者要不要忌口 .....       | 59 |
| 69. 为什么冠心病病人不宜饱餐 .....     | 60 |
| 70. 为什么骨折病人不宜多喝肉骨头汤 .....  | 60 |
| 71. 为什么外伤后不宜盲目按摩 .....     | 61 |
| 72. 为什么感冒发热时不宜运动 .....     | 61 |
| 73. 为什么冻伤忌火烤 .....         | 62 |
| 74. 为什么阳痿忌自己滥服药 .....      | 62 |
| 75. 为什么伤口化脓忌涂龙胆紫 .....     | 62 |
| 76. 为什么心脏病人忌穿化纤内衣 .....    | 63 |
| 77. 为什么痛风病人忌吃鱼肉 .....      | 63 |
| 78. 为什么打针后忌用手按摩 .....      | 63 |
| 79. 为什么肝炎患者忌沿街吃喝 .....     | 63 |
| 80. 为什么胃溃疡病人忌多餐 .....      | 64 |
| 81. 为什么过敏性疾病忌穿羽绒服 .....    | 64 |
| 82. 为什么胆道病患者忌食高脂肪食物 .....  | 64 |

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| 83. 为什么腹泻病人忌吃鸡蛋 .....           | 64 |
| 84. 为什么性功能障碍忌使用安定药 .....        | 64 |
| 85. 为什么生疖子忌用冷水洗澡 .....          | 65 |
| 86. 为什么肝硬化病人忌吃硬食 .....          | 65 |
| 87. 为什么急性结膜炎忌戴眼罩 .....          | 65 |
| 88. 为什么脑血管病人忌吃狗肉 .....          | 66 |
| 89. 为什么骨折病人忌吃牛皮菜 .....          | 66 |
| 90. 为什么冠心病患者早晨起床忌匆忙 .....       | 66 |
| 91. 冠心病有哪些运动禁忌 .....            | 67 |
| 92. 哪些病人忌吃螃蟹 .....              | 67 |
| 93. 为什么糖尿病患者忌吃西瓜 .....          | 67 |
| 94. 为什么冠心病病人忌烟 .....            | 68 |
| 95. 为什么心律失常和过敏体质者忌穿合成纤维内衣 ..... | 68 |
| 96. 为什么肺气肿病人忌用安眠药 .....         | 68 |
| 97. “甲亢”病人哪些禁忌 .....            | 69 |
| 98. 为什么高血压病人忌降压过快过低 .....       | 69 |
| 99. 为什么贫血忌饮茶 .....              | 69 |
| 100. 为什么高血压病人忌冷水浴 .....         | 70 |
| 101. 为什么肝炎病人忌吃蛋黄 .....          | 70 |
| 102. 为什么高血压病人忌吃盐过多 .....        | 70 |
| 103. 为什么胆石症病人忌吃高脂食物 .....       | 70 |
| 104. 为什么胆囊炎、动脉硬化病人忌多吃花生 .....   | 71 |
| 105. 为什么肝硬化病人忌吃皮蛋 .....         | 71 |
| 106. 为什么胆石症病人睡觉时忌左侧卧位 .....     | 71 |
| 107. 为什么尿路结石的病人忌多吃糖 .....       | 71 |
| 108. 为什么小儿发烧忌乱用抗生素 .....        | 72 |
| 109. 为什么外伤手术后忌吸烟 .....          | 72 |
| 110. 为什么糖尿病忌酒 .....             | 72 |
| 111. 为什么胆囊炎病人忌吃油腻食物 .....       | 72 |
| 112. 为什么糖尿病人身体忌受凉 .....         | 73 |



## 目 录

|                               |    |
|-------------------------------|----|
| 113. 为什么胆石症病人忌食酸性食物 .....     | 73 |
| 114. 为什么高血压病人忌跳舞 .....        | 73 |
| 115. 为什么返流性食管炎忌牛奶 .....       | 73 |
| 116. 为什么脑血管病忌咖啡 .....         | 73 |
| 117. 为什么糖尿病人忌劳累过度 .....       | 74 |
| 118. 为什么心绞痛忌烟 .....           | 74 |
| 119. 为什么拔牙后忌吸烟 .....          | 74 |
| 120. 为什么腹痛、腹泻忌牛奶 .....        | 74 |
| 121. 为什么胃、肾下垂者忌跳舞 .....       | 74 |
| 122. 为什么胃溃疡病人忌多喝汽水及柠檬酸 .....  | 74 |
| 123. 为什么肾炎初愈者忌激烈运动 .....      | 75 |
| 124. 为什么感冒患者忌运动发汗 .....       | 75 |
| 125. 为什么糖尿病忌感染 .....          | 75 |
| 126. 为什么患心肌炎忌劳累 .....         | 75 |
| 127. 为什么感冒忌跳迪斯科 .....         | 75 |
| 128. 冠心病人的饮食应忌哪些 .....        | 76 |
| 129. 为什么慢性胃炎病人忌食辛辣之品 .....    | 77 |
| 130. 为什么肝炎病人严禁饮酒 .....        | 78 |
| 131. 肝炎病人为什么应少食糖和肥肉 .....     | 79 |
| 132. 肝硬化病人不应吃哪些鱼 .....        | 80 |
| 133. 为什么慢性肾炎病人要限制盐和水的摄入 ..... | 80 |
| 134. 慢性肾炎忌哪些食物 .....          | 81 |
| 135. 为什么肾脏病患者忌食香蕉 .....       | 82 |
| 136. 尿毒症病人为什么要忌服富钾食品 .....    | 82 |
| 137. 阳痿病人为什么也要忌口 .....        | 83 |
| 138. 阳痿患者应忌的寒凉食物有哪些 .....     | 84 |
| 139. 男子不育症患者要不要忌酒 .....       | 84 |
| 140. 出血性疾病如何忌食 .....          | 85 |
| 141. 为什么过敏性紫癜患者忌食发物 .....     | 86 |
| 142. 再生障碍性贫血急性期怎样忌口 .....     | 87 |

|                              |     |
|------------------------------|-----|
| 143. 再生障碍性贫血慢性期怎样忌口 .....    | 88  |
| 144. 为什么糖尿病病人忌食肥甘厚味之品 .....  | 88  |
| 145. 肾上腺皮质功能减退症的患者要忌口吗 ..... | 89  |
| 146. 痛风症患者怎样忌口 .....         | 90  |
| <b>第二章 养生保健</b> .....        | 93  |
| 1. 中年男人为什么忌不重视健康 .....       | 95  |
| 2. 为什么老年人养生忌奢求过高 .....       | 96  |
| 3. 为什么老年人娱乐忌过度 .....         | 96  |
| 4. 不开心时为什么忌“憋”着 .....        | 97  |
| 5. 养生为什么忌紧张 .....            | 98  |
| 6. 为什么老年人忌忧郁和恐惧心理 .....      | 99  |
| 7. 为什么生气是养生之大忌 .....         | 99  |
| 8. 老年人锻炼有哪些禁忌 .....          | 100 |
| 9. 老人养生有哪些禁忌 .....           | 101 |
| 10. 老人饭后有哪些禁忌 .....          | 101 |
| 11. 为什么老年人忌饭后“百步走” .....     | 102 |
| 12. 为什么老年夫妇忌长期分室而居 .....     | 102 |
| 13. 为什么老人忌饮冷酒 .....          | 102 |
| 14. 老年人为什么忌忽视脚的保暖 .....      | 103 |
| 15. 为什么久烧的开水忌喝 .....         | 103 |
| 16. 吃蒜有何禁忌 .....             | 103 |
| 17. 低度酒为什么忌久存 .....          | 103 |
| 18. 为什么白糖忌生吃 .....           | 104 |
| 19. 为什么红糖忌久放 .....           | 104 |
| 20. 为什么忌常饮浓茶 .....           | 104 |
| 21. 为什么忌过量饮茶 .....           | 105 |
| 22. 为什么忌饮头遍茶 .....           | 105 |
| 23. 为什么雾天早晨忌做剧烈运动 .....      | 105 |
| 24. 为什么天亮前忌在树丛里锻炼 .....      | 105 |
| 25. 哪些人忌睡沙发床 .....           | 106 |

|                             |     |
|-----------------------------|-----|
| 26.睡觉姿势有何禁忌 .....           | 106 |
| 27.夏季睡眠有何禁忌 .....           | 107 |
| 28.冬季睡眠有何禁忌 .....           | 107 |
| 29.为什么冬泳下水前后忌饮酒 .....       | 107 |
| 30.为什么饭后立即洗澡不好 .....        | 107 |
| 31.为什么忌浴后立即行房事 .....        | 108 |
| 32.为什么忌躺着看电视 .....          | 108 |
| 33.哪些情况忌接吻 .....            | 108 |
| 34.为什么快跑后忌骤停 .....          | 109 |
| 35.高度近视患者应注意什么 .....        | 109 |
| 36.为什么忌借酒催眠 .....           | 109 |
| 37.哪七种人忌大笑 .....            | 110 |
| 38.为什么不吃早饭不好 .....          | 110 |
| 39.为什么女性“三期”忌饮浓茶 .....      | 110 |
| 40.为什么忌趴着睡觉 .....           | 110 |
| 41.为什么忌常拔胡须 .....           | 111 |
| 42.为什么忌经常挖耳朵 .....          | 111 |
| 43.为什么忌常拔眉毛 .....           | 111 |
| 44.为什么使用眼药水不应该太频密 .....     | 112 |
| 45.为什么不要轻视叩齿的健身作用 .....     | 112 |
| 46.为什么不要使用老一套的刷牙方法 .....    | 112 |
| 47.为什么动脉硬化的人不要吃人参 .....     | 113 |
| 48.为什么不要用“饥饿疗法”来治疗冠心病 ..... | 113 |
| 49.为什么不能轻视中风早期的警告信号 .....   | 113 |
| 50.为什么不要以为打呵欠毫无作用 .....     | 114 |
| 51.为什么不应该把持久咳嗽视为一般的感冒 ..... | 115 |
| 52.大肠癌有哪十个警戒信号 .....        | 115 |
| 53.为什么关节炎患者不要用铁锅烧饭 .....    | 116 |
| 54.为什么看完电视不宜马上睡觉 .....      | 116 |
| 55.为什么早晨跑步弊多利少 .....        | 117 |

|                          |     |
|--------------------------|-----|
| 56. 为什么不宜雾中行 .....       | 117 |
| 57. 为什么不宜使用四壁相连的地毯 ..... | 118 |
| 58. 热水淋浴时间为什么不宜太长 .....  | 118 |
| 59. 刷牙有哪些禁忌 .....        | 119 |
| 60. 为何忌饭后用火柴梗剔牙 .....    | 120 |
| 61. 为什么忌笑口难开 .....       | 120 |
| 62. 不良的情绪可引发哮喘吗 .....    | 122 |
| 63. 老年人应忌哪些不良心理 .....    | 122 |
| 64. 为什么忌误解“老来俏” .....    | 123 |
| 65. 老年人为什么忌“唠叨”成习惯 ..... | 124 |
| 66. 如何改掉爱“唠叨”的毛病 .....   | 125 |
| 67. 忌哪些心理障碍 .....        | 125 |
| 68. 为什么为了健康忌“惰性” .....   | 126 |
| 69. 为什么忌“悲秋” .....       | 127 |
| 70. 为什么老年人忌孤独 .....      | 128 |
| 71. 为什么忌发怒 .....         | 129 |
| 72. 怎样克制怒气 .....         | 130 |
| 73. 为什么忌悲伤过度 .....       | 130 |
| 74. 为什么忌生闷气 .....        | 131 |
| 75. 怎样消除爱生闷气的毛病 .....    | 132 |
| 76. 为什么忌嫉妒心理 .....       | 133 |
| 77. 为什么忌空腹睡觉 .....       | 134 |
| 78. 为什么忌睡懒觉 .....        | 135 |
| 79. 为什么忌常吐唾液 .....       | 135 |
| 80. 为什么忌出汗后洗冷水澡 .....    | 136 |
| 81. 为什么忌漱口水咽肚里 .....     | 137 |
| 82. 为什么忌蘸唾液数票证 .....     | 137 |
| 83. 为什么忌滥用药物牙膏 .....     | 137 |
| 84. 为什么忌牙刷常年使用 .....     | 138 |
| 85. 为什么忌用手指挖鼻孔 .....     | 138 |

|                            |     |
|----------------------------|-----|
| 86. 为什么妇女经期忌盆浴、坐浴 .....    | 139 |
| 87. 为什么妇女忌头发过长 .....       | 139 |
| 88. 为什么妇女忌用嘴的一侧偏嚼食物 .....  | 139 |
| 89. 为什么妇女忌洗脸后立刻化妆 .....    | 139 |
| 90. 为什么妇女烫发次数忌过多 .....     | 140 |
| 91. 为什么“青春痘”忌挤压 .....      | 140 |
| 92. 为什么频繁遗精忌讳疾忌医 .....     | 140 |
| 93. 为什么老年人忌染头发 .....       | 140 |
| 94. 为什么老年人忌在饭后看电视 .....    | 141 |
| 95. 为什么防衰老忌久坐 .....        | 141 |
| 96. 为什么老年人忌睡眠时间过少 .....    | 141 |
| 97. 为什么中老年人忌不食含胆固醇食物 ..... | 141 |
| 98. 为什么老年人忌猛回头 .....       | 142 |
| 99. 为什么老年人忌环境极度安静 .....    | 142 |
| 100. 为什么老年人忌不注意休息 .....    | 142 |
| 101. 为什么老年人忌睡眠时仰卧 .....    | 143 |
| 102. 为什么老年人忌过多洗澡 .....     | 143 |
| 103. 为什么老年人忌长期消极卧床 .....   | 143 |
| 104. 为什么老年人忌睡弹簧软床 .....    | 143 |
| 105. 为什么老年人忌牙刷毛过硬 .....    | 143 |
| <b>第三章 瘦身美容</b> .....      | 145 |
| 1. 为什么忌以光吃菜减肥 .....        | 147 |
| 2. 为什么忌以水果代替米饭减肥 .....     | 148 |
| 3. 吃素食减肥要注意哪些问题 .....      | 149 |
| 4. 为什么忌一天只吃一餐减肥 .....      | 150 |
| 5. 为什么忌用断食法减肥 .....        | 151 |
| 6. 为什么忌采取厌食法减肥 .....       | 152 |
| 7. 为什么有些人运动了却瘦不下来 .....    | 153 |
| 8. 为什么忌用激烈的运动减肥 .....      | 154 |
| 9. 为什么忌抽烟减肥 .....          | 155 |

|                               |     |
|-------------------------------|-----|
| 10. 为什么忌洗三温暖减肥 .....          | 156 |
| 11. 错误的洗头方式有哪些 .....          | 157 |
| 12. 选择洗发精有哪些禁忌 .....          | 158 |
| 13. 为什么忌不干净的发刷、发梳 .....       | 158 |
| 14. 哪些日子不宜烫发 .....            | 158 |
| 15. 为什么染发和烫发忌同时进行 .....       | 159 |
| 16. 为何要慎重选择护发素 .....          | 159 |
| 17. 为什么润丝精忌使用不当 .....         | 159 |
| 18. 为什么郊游忌忘护发 .....           | 160 |
| 19. 为什么忌每天早晨洗头 .....          | 160 |
| 20. 为什么忌用别人用着好的洗发剂 .....      | 161 |
| 21. 为什么忌因怕掉头发而尽量少梳头 .....     | 161 |
| 22. 头发不洁易引起毛囊炎吗 .....         | 162 |
| 23. 哪些人不宜做美容手术 .....          | 162 |
| 24. 为什么青少年不宜做隆鼻术 .....        | 162 |
| 25. 为什么不要让面部皮肤缺水 .....        | 163 |
| 26. 炎夏护肤有哪些饮食禁忌 .....         | 164 |
| 27. 为什么秋日护肤不宜穿过多裸露身体的服装 ..... | 166 |
| 28. 秋天护肤选用洁肤品时要注意什么 .....     | 166 |
| 29. 秋天护肤有哪些饮食禁忌 .....         | 167 |
| 30. 冬天护肤有哪些饮食禁忌 .....         | 168 |
| 31. 为什么晚间忌不让皮肤透气 .....        | 169 |
| 32. 对化妆品有哪些常见的错觉和误解 .....     | 170 |
| 33. 面对五花八门的化妆品广告应注意什么 .....   | 171 |
| 34. 使用清洁霜有哪些禁忌 .....          | 171 |
| 35. 化妆品使用有哪些误区 .....          | 172 |
| 36. 化妆品用得越多越好吗 .....          | 173 |
| 37. 换用化妆品应注意哪些问题 .....        | 175 |
| 38. 为什么不可迷信疗效化妆品 .....        | 175 |
| 39. 为什么男女化妆品不可混用 .....        | 176 |

|                           |     |
|---------------------------|-----|
| 40. 哪些妇女不宜用化妆品 .....      | 176 |
| 41. 化妆应注意哪些问题 .....       | 177 |
| 42. 化妆有哪些禁忌 .....         | 178 |
| 43. 化妆有哪些不宜 .....         | 178 |
| 44. 倒模面膜有哪些禁忌 .....       | 179 |
| 45. 扑香粉时有哪些禁忌 .....       | 179 |
| 46. 化夏妆有哪些禁忌 .....        | 180 |
| 47. 夏季为什么不宜化浓妆 .....      | 181 |
| 48. 化冬妆有哪些禁忌 .....        | 181 |
| 49. 为什么工作妆忌浓艳 .....       | 181 |
| 50. 拔眉有哪些禁忌 .....         | 182 |
| 51. 刮眉有哪些禁忌 .....         | 182 |
| 52. 戴隐形眼镜化妆有哪些禁忌 .....    | 183 |
| 53. 为什么不可忽视鼻部和耳部的化妆 ..... | 184 |
| 54. 扎耳孔有哪些禁忌 .....        | 185 |
| 55. 化唇妆有何禁忌 .....         | 185 |
| 56. 确定唇膏颜色有哪些禁忌 .....     | 185 |
| 57. 中老年女性妆扮有何禁忌 .....     | 186 |
| 58. 美丽容颜有哪些隐型杀手 .....     | 187 |
| 59. 为何按摩膏不可使劲擦 .....      | 188 |
| 60. 使用卸妆乳液有哪些禁忌 .....     | 188 |
| 61. 晚上睡觉前卸妆有哪些注意事项 .....  | 189 |
| 62. 为何肌肤忌太阳暴晒 .....       | 189 |
| 63. 使用香水有何禁忌 .....        | 190 |
| 64. 有哪些错误的美容观点 .....      | 190 |
| 65. 为什么日霜和晚霜忌混用 .....     | 191 |
| 66. 纹眼线应注意哪些问题 .....      | 191 |
| 67. 为什么化妆品忌选用大瓶装 .....    | 192 |
| 68. 为什么粉制化妆品忌直接搽在脸上 ..... | 193 |
| 69. 为什么忌过分除去皮肤油脂 .....    | 193 |

|                          |            |
|--------------------------|------------|
| 70. 为什么指甲忌常染 .....       | 194        |
| 71. 为什么牙膏忌用来洗脸 .....     | 194        |
| 72. 为什么脸上有皱纹忌多擦香粉 .....  | 194        |
| 73. 为什么纯甘油忌擦手脸 .....     | 194        |
| 74. 为什么演员化妆前忌洗脸、刮须 ..... | 195        |
| 75. 为什么拔眉毛求美不可取 .....    | 195        |
| 76. 美容有哪些禁忌 .....        | 195        |
| 77. 夏季美容有哪些禁忌 .....      | 196        |
| 78. 哪些人不适合开双眼皮 .....     | 197        |
| 79. 为什么母女化妆品不宜互用 .....   | 197        |
| 80. 为什么防晒霜忌多用 .....      | 197        |
| 81. 为什么莫点痣 .....         | 197        |
| 82. 为什么私自扎耳眼有害 .....     | 198        |
| 83. 为什么忌用含雌激素的润肤膏 .....  | 198        |
| 84. 为什么化妆描眉忌不考虑脸型 .....  | 198        |
| 85. 为什么幼儿忌涂指甲油 .....     | 198        |
| 86. 为什么化妆忌高浓度香水 .....    | 199        |
| 87. 为什么护肤脂忌久存 .....      | 199        |
| 88. 为什么过敏性病患者忌化妆 .....   | 199        |
| 89. 为什么洗澡后忌马上化妆 .....    | 200        |
| 90. 为什么唇膏忌常用 .....       | 200        |
| 91. 为什么硅橡胶整容后忌撞伤 .....   | 200        |
| 92. 为什么就诊前忌化妆 .....      | 200        |
| 93. 为什么面部保健忌过频 .....     | 201        |
| 94. 为什么忌浓妆 .....         | 201        |
| 95. 为什么孕妇忌化妆 .....       | 201        |
| <b>第四章 生病用药 .....</b>    | <b>205</b> |
| 1. 服中药期间有哪些饮食禁忌 .....    | 207        |
| 2. 服中药忌加糖吗 .....         | 207        |
| 3. 什么人忌服人参蜂王浆 .....      | 207        |



|                                   |     |
|-----------------------------------|-----|
| 4. 为什么寒咳忌服川贝末 .....               | 208 |
| 5. 中药配伍禁忌中的“七情和合”是什么 .....        | 209 |
| 6. 中药配伍禁忌中的“十八反歌”和“十八畏歌”是什么 ..... | 210 |
| 7. 中药与抗生素合用时有哪些禁忌 .....           | 210 |
| 8. 中药与助消化西药合用时有哪些禁忌 .....         | 211 |
| 9. 海洋药物与西药合用有哪些禁忌 .....           | 211 |
| 10. 煎服中药有哪些禁忌 .....               | 212 |
| 11. 服用单味中药有哪些禁忌 .....             | 213 |
| 12. 服用人参有哪些禁忌 .....               | 215 |
| 13. 为什么不能乱用胖大海 .....              | 216 |
| 14. 为什么糖衣药片忌嚼服 .....              | 217 |
| 15. 服西药有哪些禁忌 .....                | 217 |
| 16. 为什么碘酒与红药水忌合用 .....            | 218 |
| 17. 服用维生素 C 时为什么忌吃猪肝 .....        | 218 |
| 18. 服用苯妥英钠时为什么忌饮酒 .....           | 218 |
| 19. 为什么服药忌用茶水服 .....              | 218 |
| 20. 为什么忌用牛奶服药 .....               | 219 |
| 21. 为什么忌多种药同时服 .....              | 219 |
| 22. 为什么忌用 95% 的酒精消毒、杀菌 .....      | 219 |
| 23. 服用阿司匹林有哪些禁忌 .....             | 220 |
| 24. 为什么碘酒忌久存 .....                | 220 |
| 25. 为什么服用四环素时忌吃豆腐 .....           | 220 |
| 26. 为什么避孕药与抗生素忌同服 .....           | 221 |
| 27. 为什么酒后忌服安眠药 .....              | 221 |
| 28. 服药忌饮酒吗 .....                  | 221 |
| 29. 为什么服用铁剂补血药忌喝茶饮奶 .....         | 222 |
| 30. 为什么忌用去痛片治胃痛 .....             | 222 |
| 31. 为什么孩子忌没病乱吃药 .....             | 222 |
| 32. 为什么忌有病乱吃药 .....               | 223 |
| 33. 服用激素药物有哪些禁忌 .....             | 224 |