

● 常见病的治疗与调养丛书

皮肤病 的 治疗与调养



上海科学技术文献出版社
Shanghai Scientific and Technical Literature Press

大字本

三分治 七分养

● 常见病的治疗与调养丛书

皮肤病的 治疗与调养



上海科学技术文献出版社
Shanghai Scientific and Technical Literature Press

大字本

三分治 七分养

图书在版编目(CIP)数据

皮肤病的治疗与调养 / 黄力编. —上海:上海科学技术文献出版社,2018

ISBN 978 - 7 - 5439 - 7645 - 0

I. ①皮… II. ①黄… III. ①皮肤病 - 防治
IV. ①R751

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 125743 号

组稿编辑:张 树
责任编辑:苏密娅

皮肤病的治疗与调养

黄 力 编

*

上海科学技术文献出版社出版发行
(上海市长乐路 746 号 邮政编码 200040)

全国新华书店经销

四川省南方印务有限公司印刷

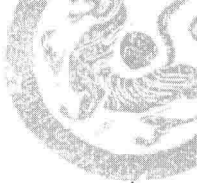
*

开本 700 × 1000 1/16 印张 18.25 字数 365 000
2018 年 7 月第 1 版 2018 年 7 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5439 - 7645 - 0

定价:45.00 元

<http://www.sstlp.com>



目 录



认识皮肤及皮肤病 1

认识皮肤 / 3

皮肤的厚度、面积与重量分别是多少 / 3

皮肤是怎样一种构造 / 3

皮肤有哪些附属器官 / 4

皮肤的主要功能是什么 / 4

皮肤的保护功能体现在哪里 / 4

皮肤的感觉功能体现在哪里 / 5

皮肤调节体温的功能体现在哪里 / 5

皮肤的排泄功能体现在哪里 / 5

皮肤的吸收功能体现在哪里 / 6

皮肤的新陈代谢功能体现在哪里 / 6

人类的皮肤分哪几种颜色 / 6

皮肤分哪些性质 / 6

干性皮肤的特点是什么 / 6

中性皮肤的特点是什么 / 7

油性皮肤的特点是什么 / 7

混合性皮肤的特点是什么 / 7





敏感性皮肤的特点是什么 / 8

皮肤的更新周期是多久 / 8

了解皮肤病 / 9

什么是皮肤病 / 9

皮肤病分哪几大类 / 9

皮肤病是怎样形成的 / 10

皮肤病都是由哪些因素造成的 / 11

皮肤病和年龄有什么关系 / 11

皮肤病与性别有什么关系 / 11

皮肤病与种族有什么关系 / 11

皮肤病与气候和季节有什么关系 / 12

皮肤病与职业有什么关系 / 12

皮肤病与病灶有什么关系 / 12

皮肤病与个人卫生有什么关系 / 12

导致皮肤病的社会环境因素有哪些 / 12

地理位置为什么可导致皮肤病 / 13

皮肤病是否会传染 / 13

皮肤病的传染途径有哪些 / 14



各种皮肤病的养护、保健与治疗 15

银屑病的养护、保健与治疗 / 17

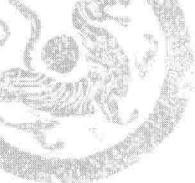
什么是银屑病 / 17

银屑病的发病特点是什么 / 17



- 银屑病分哪几种类型 / 18
- 银屑病与牛皮癣是否是一回事 / 18
- 银屑病的发病原因有哪些 / 19
- 银屑病的危害在哪里 / 20
- 根据症状寻常型银屑病可分为哪些类型 / 21
- 寻常型银屑病的主要症状是什么 / 22
- 寻常型银屑病的病情发展有什么特点 / 22
- 各种特殊型银屑病症状分别是怎样的 / 23
- 银屑病的复发是否可预防 / 24
- 我国北方地区居民为什么更要注意预防银屑病 / 25
- 银屑病患者日常应怎样养护 / 26
- 银屑病患者为什么要注意精神调养 / 27
- 戒烟对银屑病有什么好处 / 28
- 银屑病患者在运动时要注意哪些问题 / 29
- 有益于银屑病的按摩保健怎样做 / 29
- 治疗银屑病的方法主要有哪些 / 30
- 治疗银屑病的用药原则是什么 / 31
- 银屑病患者用药应注意哪些问题 / 31
- 治疗银屑病可参考使用的西药有哪些 / 33
- 治疗银屑病可参考使用哪些中成药 / 34
- 哪些中草药对银屑病有一定的辅助治疗功效 / 35
-
- 白癜风的养护、保健与治疗 / 36**
- 什么是白癜风 / 36
- 白癜风的发病特点是什么 / 36
- 白癜风的病理过程是怎样的 / 37





- 白癜风可能由哪些因素引发 / 37
- 白癜风分为哪些类型 / 38
- 白癜风有哪些主要症状 / 39
- 强烈阳光是否能将白斑晒黑 / 40
- 为什么说白斑不宜直接暴露在阳光下 / 40
- 白癜风患者怎样进行日光浴 / 40
- 白斑的扩散有什么特点 / 41
- 白癜风能造成怎样的后果 / 41
- 白癜风会传染吗 / 42
- 白癜风患者怎样进行日常养护 / 42
- 白癜风患者的情绪与治疗效果有怎样的关系 / 43
- 白癜风患者怎样通过按摩来改善病情 / 44
- 治疗白癜风患者容易陷入哪些误区 / 44
- 药物治疗白癜风时应注意哪些问题 / 46
- 治疗白癜风应慎用或禁用哪些药物 / 46
- 哪些西药对治疗白癜风有一定的疗效 / 47
- 哪些中成药对治疗白癜风有一定的疗效 / 48
- 哪些中草药对治疗白癜风有一定功效 / 49
-
- 痤疮的养护、保健与治疗 / 50
- 什么是痤疮 / 50
- 痤疮的发病特点是怎样的 / 50
- 诱发痤疮的因素有哪些 / 50
- 中医认为痤疮形成的因素有哪些 / 51
- 痤疮的症状是怎样的 / 52
- 中医将痤疮分为哪几种类型 / 53



西医将痤疮分为哪几种类型 / 54

根据痤疮特征可分哪几期 / 54

痤疮是否有传染性 / 55

日常保持哪些好习惯可预防痤疮或减少发病概率 / 55

痤疮患者平时应怎样洗脸 / 56

常用白菜叶敷脸对痤疮有什么好处 / 57

痤疮患者怎样通过按摩来减轻症状 / 57

经常运动对痤疮患者有哪些益处 / 58

治疗痤疮主要有哪些办法 / 59

用茶多酚治疗寻常痤疮会收到什么效果 / 59

哪些西药对治疗痤疮有一定的疗效 / 60

哪些中成药对治疗痤疮有一定的疗效 / 61

哪些中草药对治疗痤疮有一定的功效 / 62

荨麻疹的养护、保健与治疗 / 63

什么是荨麻疹 / 63

荨麻疹的主要症状是怎样的 / 63

荨麻疹发病有哪些特点 / 63

引发荨麻疹的原因都有哪些 / 64

荨麻疹的具体症状有哪些 / 65

荨麻疹可分哪些类型 / 67

哪些属特殊类型的荨麻疹 / 67

胆碱能性荨麻疹的主要症状是怎样的 / 69

寒冷性荨麻疹的主要症状有哪些 / 70

儿童荨麻疹的发病原因有哪些 / 70

日常怎样预防荨麻疹 / 71





荨麻疹的治疗原则是什么 / 72

治疗荨麻疹的民间疗法有哪些 / 73

哪些西药对治疗荨麻疹有一定的疗效 / 73

哪些中成药对治疗荨麻疹有一定的疗效 / 74

哪些中草药对治疗荨麻疹有一定的功效 / 75

鱼鳞病的养护、保健与治疗 / 76

什么是鱼鳞病 / 76

鱼鳞病的发病特点是怎样的 / 76

鱼鳞病的发病原因有哪些 / 77

鱼鳞病通常分哪些类型 / 78

显性寻常型鱼鳞病症状是怎样的 / 78

性连锁隐性鱼鳞病症状是怎样的 / 78

表皮松解性角化过度鱼鳞病症状是怎样的 / 78

板层状鱼鳞病的症状是怎样的 / 79

鱼鳞病可能引发哪些并发症 / 79

怎样控制鱼鳞病的病情发展 / 80

鱼鳞病是否会传染 / 80

寻常型鱼鳞病遗传特点是什么 / 81

鱼鳞病患者日常生活中要注意哪十件事 / 81

预防鱼鳞病复发平时要做好哪十件事 / 82

鱼鳞病患者在冬季用甘油护肤有什么必要 / 83

西医治疗鱼鳞病常用哪些办法 / 83

哪些药物对治疗鱼鳞病有一定的疗效 / 84

哪些中草药对治疗鱼鳞病有一定的功效 / 85



湿疹的养护、保健与治疗 / 86

什么是湿疹 / 86

中医是怎样论述湿疹的 / 86

湿疹的发病特点是怎样的 / 86

湿疹的分类与各自特点是怎样的 / 87

急性湿疹有什么特点 / 87

亚急性湿疹有什么特点 / 87

慢性湿疹有什么特点 / 87

湿疹的共同症状是什么 / 88

不同部位的湿疹各自症状是怎样的 / 88

诱发湿疹的因素有哪些 / 90

湿疹有哪些危害 / 90

哪些饮食容易诱发湿疹 / 91

环境因素与湿疹有什么关系 / 91

湿疹患者在日常生活中应怎样养护 / 92

哪些西药对治疗湿疹有一定的疗效 / 93

哪些中成药对治疗湿疹有一定的疗效 / 94

哪些中草药对治疗湿疹有一定的功效 / 95

皮炎的养护、保健与治疗 / 96

什么是皮炎 / 96

皮炎的一般症状是怎样的 / 96

哪些因素可引起皮炎 / 96

皮炎分哪些类型 / 97

皮炎有多少种 / 97

什么是神经性皮炎 / 97





神经性皮炎的特点是怎样的 / 97

神经性皮炎常由哪些因素诱发 / 98

神经性皮炎的主要症状是什么 / 98

神经性皮炎患者在日常生活中应注意哪些问题 / 98

为什么说神经性皮炎患者应加强心理调节 / 99

对神经性皮炎有益的按摩保健怎样做 / 99

神经性皮炎患者坚持体育锻炼有哪些益处 / 100

什么是接触性皮炎 / 101

中医是怎样论述接触性皮炎的 / 101

接触性皮炎的症状是怎样的 / 102

怎样治疗接触性皮炎 / 102

什么是脂溢性皮炎 / 103

脂溢性皮炎的发病特点是什么 / 103

引发脂溢性皮炎的原因是什么 / 103

脂溢性皮炎的症状是怎样的 / 103

不同部位的脂溢性皮炎各有什么症状 / 104

怎样治疗脂溢性皮炎 / 104

什么是变应性皮炎 / 105

哪些人群容易感染变应性皮炎 / 105

哪些物质容易造成变应性皮炎 / 106

变应性皮炎的特点是什么 / 106

变应性皮炎的症状是什么 / 106

怎样预防和治疗变应性皮炎 / 106

什么是过敏性皮炎 / 107

能引起过敏性皮炎的物质有哪些 / 107

过敏性皮炎发生特点是怎样的 / 108



- 过敏性皮炎患者在日常生活中应注意哪些事项 / 108
- 什么是日光性皮炎 / 109
- 日光性皮炎发生原因及症状是怎样的 / 109
- 日光性皮炎患者为什么应减少户外活动时间 / 109
- 日光性皮炎患者生活中要注意什么 / 109
- 什么是药物性皮炎 / 110
- 容易引起药物性皮炎的药物都有哪些 / 110
- 治疗药物性皮炎的原则是什么 / 111
- 抢救重度药物性皮炎患者要注意哪些问题 / 111
- 怎样预防药物性皮炎 / 111
- 各类皮炎患者秋季选油性药物治疗好处是什么 / 112
- 哪些药物对治疗各类皮炎有一定的疗效 / 112
- 哪些中草药对治疗各类皮炎有一定的功效 / 114
- 红斑狼疮的养护、保健与治疗 / 115**
- 什么是红斑狼疮 / 115
- 红斑狼疮发病特点是怎样的 / 115
- 引发红斑狼疮的已知因素有哪些 / 116
- 为什么说年轻女性尤要警惕红斑狼疮的发生 / 117
- 红斑狼疮早期症状有哪些 / 117
- 红斑狼疮复发的先兆有哪些 / 118
- 对于无红斑者怎样早期诊断是否为红斑狼疮 / 118
- 红斑狼疮都有哪些类型 / 119
- 什么是盘状红斑狼疮 / 119
- 什么是深部红斑狼疮 / 120
- 什么是系统性红斑狼疮 / 120





- 怎样防止红斑狼疮性心脏损害 / 121
- 为什么说红斑狼疮患者克服心理障碍十分重要 / 122
- 怎样在生活上照顾狼疮患者 / 123
- 对红斑狼疮患者进行心理调解可采用哪些方法 / 124
- 对红斑狼疮有缓解作用的按摩怎样做 / 124
- 红斑狼疮患者怎样健身 / 125
- 系统性红斑狼疮的治疗原则是什么 / 125
- 哪些西药对治疗红斑狼疮有一定的疗效 / 126
- 哪些中成药对治疗红斑狼疮有一定的疗效 / 127
- 哪些中草药对治疗红斑狼疮有辅助功效 / 128



皮肤病患者的调养与中药诊疗 129

- 皮肤病患者日常养护与保健 / 131
- 哪些生活细节会使皮肤病加重 / 131
- 经常情绪冲动和皮肤病加重有什么关系 / 132
- 患皮肤病和心理压力过大有什么关系 / 133
- 不良情绪为什么能带来不良后果 / 134
- 皮肤病患者怎样摆脱不良情绪 / 134
- 皮肤病患者放松身心可选择哪些方法 / 135
- 多参加集体活动对皮肤病患者有哪些益处 / 136
- 皮肤病患者怎样“排毒” / 137
- 经常泡温泉浴对皮肤病有哪些益处 / 138
- 泡温泉浴要注意什么 / 138
- 皮肤瘙痒症患者洗蒸汽浴有什么不良后果 / 139



皮肤病患者冬季洗澡要注意哪些问题 / 139

皮肤病患者怎样洗“燕麦澡” / 140

“燕麦澡”有哪些益处 / 140

怎样调制浴料 / 140

皮肤病患者夏季为什么不宜戴金属饰品 / 141

哪 5 种运动有益于皮肤病患者 / 141

有益于皮肤病的“睡前操”怎样做 / 142

女性皮肤病患者运动时为什么不宜化妆 / 143

运动前后要注意哪些问题 / 144

儿童怎样预防患皮肤病 / 144

治疗各种皮肤病可参考使用的中药方剂 / 146

治疗银屑病的中医方剂有哪些 / 146

治疗白癜风的中医方剂有哪些 / 149

治疗痤疮的中医方剂有哪些 / 151

治疗鱼鳞病的中医方剂有哪些 / 154

治疗湿疹的中医方剂有哪些 / 156

治疗红斑狼疮的中医方剂有哪些 / 158

治疗荨麻疹的中医方剂有哪些 / 160

治疗皮炎的中医方剂有哪些 / 162



皮肤病患者的饮食调养 165

银屑病患者调养方案 / 167

白癜风患者调养方案 / 182





痤疮患者的调养方案 / 197

鱼鳞病患者的调养方案 / 211

湿疹患者的调养方案 / 224

红斑狼疮患者的调养方案 / 238

荨麻疹患者的调养方案 / 252

皮炎患者的调养方案 / 264

认识皮肤及皮肤病

从重量及面积的角度看，皮肤是人体最大面积的器官，其厚度为 0.5~4 毫米，面积为 1.5~2 平方米，重量占体重的 15%~16%。

