



皮肤医学美容专业系列丛书

皮肤养护手册

匡薇 乔力红 主编



metron



学苑出版社



皮肤医学美容专业系列丛书

皮肤养护手册

匡薇 乔力红 主编



学苑出版社

图书在版编目(CIP)数据

皮肤养护手册 / 匡薇, 乔力红主编. -2 版. -北京: 学苑出版社, 2007. 6
(皮肤医学美容专业系列丛书)

ISBN 978-7-5077-1583-5

I. 皮… II. ①匡…②乔… III. ①化妆-方法②美容-方法 IV. TS977

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 12203 号

责任编辑: 林霖

责任校对: 严小明

封面设计: 李戎 张致民

出版发行: 学苑出版社

社址: 北京市丰台区南方庄2号院1号楼

邮政编码: 100079

网 址: www.book001.com

电子信箱: xueyuan@public.bta.net.cn

销售电话: 010-67675512、67602949、67678944

经 销: 新华书店

印刷厂: 北京市广内印刷厂

开本尺寸: 787×960 1/16

印 张: 11

字 数: 179 千字

版 次: 2007 年 6 月北京第 2 版

印 次: 2007 年 6 月北京第 1 次印刷

印 数: 8001—11000 册

定 价: 20.00 元

《皮肤养护手册》编委会

主 编 匡 薇 乔力红

副主编 孙玉萍 郝 红 李 明

审 阅 丁芷林 张其亮

编 者 李丽萍 邹 萍 王雁梨 任晋华

李 薇 张 蓉 尚志宏 邵晓兰

白秀文 范 萍



序

美容医学是近十几年来,新兴起来的一门边缘学科,由我国学者首先提出,它既是临床医学的分支,又不同于一般临床医学,它将医学、心理学、美学、艺术融为一体,其服务对象主要是健康人群,是从医学的角度来研究美容,用医学手段塑造人体美的一门学科,囊括了医学美容理论、美容外科、皮肤美容、齿科美容、激光物理美容、中医药美容等诸多方面。

从一定意义上说,人的外在美是其生活的添加剂,尤其是在现代社会,社交、求职、择偶等等都有外貌和形体美的因素,这也是美容医学日益受到全社会欢迎的重要原因。健康乃人之共愿,求美则堪称时代风潮,力促人的健康与美的和谐统一,将是21世纪医学重要目标之一。

北京黄寺美容外科医院建于1984年,是全国最早从事医学美容的专科医院。目前医院是全军医学美容中心,中华医学会医学美学与美容学会全国临床研究培训中心,第四军医大学教学医院,并承办《中华医学美容杂志》。建院十五年来,已举办过16期全国美容外科学习班,和48期皮肤美容及美容外科进修班,培训了5400余人次医学美容医技人员,为使美容医学迅速健康发展,适应教学需要,我院已编著出版了20部美容外科和美容医学心理及人体美学方面的专著,8部美容科普书籍。这次医院又组织常年工作在医疗美容第一线的医师们编写了《皮肤医学美容专业丛书》,该丛书分为《美容医师指南》、《文饰美容技术》、《皮肤养护手册》、《常用美容技术与仪器》、《面部化





妆与整体设计》、《中医美容疗法》共六本。丛书涉及了皮肤医学美容的方方面面，着重介绍了如何成为一个合格的美容医师，如何做好美容咨询，如何掌握文饰技术，如何设置出各种皮肤的治疗方案，如何使用、保养各种美容仪器，如何进行面部的化妆、形象设计，如何避免美容医疗纠纷的发生，如何利用祖国传统医学进行美容治疗，以及美容医院的经营、管理等方面的内容。

参加本套丛书编写的美容医师，均毕业于正规的医学院校，具有扎实的医学理论基础知识，又在美容临床工作十年以上，具有丰富的临床经验及临床教学体会。在编写本书时针对目前美容行业从业人员素质良莠不齐，损容事件时有发生混乱局面，作为从事美容事业多年的美容医师，确实感到非常痛心，出于一种良知，也出于一种责任感，我们愿意将多年的美容临床经验毫无保留的奉献给大家。一方面，为想从事美容工作的医师，提供一个最基础的、较规范的实际操作指导手册，为规范美容行业尽自己的一份努力，使美容行业能够进入一个良性循环的发展；另一方面，也间接的为广大爱美者，提供一个安全、有效的美容氛围，这是我们编辑这套具有较强实用价值的丛书的一份初衷。

由于该套丛书篇幅较大，时间仓促，编者的水平有限，书中肯定存在缺点和错误，一些专业名词、术语规范、一些提法尚不确切，敬请读者、同仁指正。

总装备部北京黄寺美容外科医院

院 长：方彰林

副院长：丁芷林

一九九九年六月





前言

一个人皮肤的美丑、润泽、荣枯，在很大程度上代表着一个人气质修养。尤其在当今竞争激烈的社会，无论是在升学、求职、婚恋、下岗等各个关键时候，一个人的外貌的美丑确实有着重要的作用。俗话说“一白遮百丑”，因而，皮肤的美容与养护，就成为现今美容行业中仅次于手术整形美容的另一个大的分科。

皮肤的养护与美容，虽然简单易学，没有整形手术的复杂与高深，但若想做好，使每一位求美者满意，新老求美者都能络绎不绝的前来求诊，非常放心的将自己的容貌交给你治疗，美容医师就必须掌握诸多方面的知识及技巧。这包括：人体医学的基础理论，包括皮肤的正常结构、常用的穴位；皮肤出现各种变化的原因及治疗方法，各种护肤品的成分、作用、使用原则，按摩的手法，各类皮肤的治疗方案等等。只有全面掌握了以上知识，才能在实践中，进一步完善提高自己，成为一个合格的美容医师。

《皮肤养护手册》即从以上各个方面由浅入深，由理论到实践，对皮肤的养护进行了全面的介绍。书中还特别介绍了编者在皮肤医学美容临床工作多年的经验及心得，对于初学美容者，可以起到一定的提示作用，尽量少走一些弯路，多掌握几条捷径，以早日成功。

这套丛书包括《美容医师指南》、《文饰美容技术》、《皮肤养护手册》、《常用美容技术与仪器》、《面部化妆与整体设计》、





《中医美容疗法》等共六本书。

由于编者水平有限，加之成书于每日繁忙的临床工作之余，因而书中难免存在不足之处，还恳请广大读者及有关专家予以指正。

编 者



北京黄寺美容外科医院简介

北京黄寺美容外科医院始建于1984年，是全国最早从事美容外科的医院。医院位于北京市安定门外黄寺大街九号（邮编100011），除院部设有美容整形门诊部外，为了方便群众就诊，还在崇文门西大街5号，北三环中路57号，亚运村安慧北里3区12号开设了3个美容整形门诊部。现有医用建筑面积8000多平方米，病床80张，医务人员220人，其中副主任医师以上27人，主治医师65人，院长方彰林。

医院设有美容外科、口腔美容科、皮肤美容科、中医美容科、激光美容科、瘢痕美容科及创伤美容研究室等20多个科室。

医院设备先进，技术力量雄厚，可做身体各部位的美容整形手术。尤其对于重睑、眼袋、上睑下垂、隆鼻、外耳再造、丰下颌、除皱、隆乳、巨乳缩小、腹壁整形、吸脂减肥、瘢痕去除等手术有独到之处。15年来，医院免费回复了12万余封群众咨询信件，为国内外16万余名患者施行了美容整形手术，并为数百例外地美容手术效果不佳者进行了修复，均获得了满意效果。

注意总结经验是医院一大特色。医院已编著出版了一套美容整形系列专著，其中包括《美容整形外科学》（第一版、第二版）、《美容整形外科彩色图谱》、《眼部美容外科手术学》、《耳鼻部美容外科手术学》、《乳房美容外科手术学》、《最新美容材料与用品》、《美容手术技巧》、《美容外科应用解剖图谱》、《美容整形手术并发症》及《现代美容与整形》等共11部计467万字，4000余幅照片和插图，是国内第一套美容整形外科系列专著，1998年获全军科技成果进步二等奖。此外还编著了《美容手术图解》、《新编美容手术图解》、《美容外科新进展》、《美容医学心理学》、《实用整容外科手术学》、《实用医学美容》等专著，还在国内外医学期刊发表论文240余篇。并录制了《美容整形外科手术示教片》、《文眉、文眼线、文唇、皮

肤护理及化妆示教片》、《新编美容外科手术示教片》在全国公开发行。

重视科研工作 是医院又一特色。院党委鼓励医务人员钻研新业务、新技术。15年来全院开展的新业务、新技术已达80余项,获全军科技进步二等奖2项、三等奖18项、四等奖16项,国家专利6项,有的项目还在国际上获奖。研制的“凯林眉欢”文眉制剂,医用硅胶系列制品等已通过专家鉴定,并广泛应用于临床。乳腺反向双“V”切除法、小切口除皱器械的研制成功为众多的求美者解除了痛苦,带来了欢笑。

加强人才培养是医院另一特色。15年来举办了15期全国美容外科学习班,48期美容外科医生进修班,培养美容外科医技人员5000余人次。目前这些学员已在全国各地生根、开花、结果。医院被称为培养美容外科医生的摇篮。

由于医院在医学美容临床、科研、人才培养等方面取得了可喜成绩,曾荣立集体二等功1次、三等功2次,多次被评为北京市精神文明标兵单位。中央电视台、北京电视台、人民日报、健康报、科技日报等多次报道了医院的事迹。全国各地及美、英、俄、日、瑞典、加拿大、新加坡等国的美容外科专家对医院的技术和服务倍加称赞,并派人员前来进行学术交流。由于医院在美容医学,特别是美容外科方面作出的巨大成绩,1990年成为原国防科工委美容外科医学专科中心,1993年成为中华医学会医学美学与美容学会全国临床研究培训中心,1994年成为《中华医学美容杂志》的承办单位,1995年成为中国人民解放军医学美容中心,1997年成为第四军医大学教学医院。



目 录

第一章 皮肤医学美容的范畴.....	(1)
一、概述.....	(1)
二、皮肤医学美容与心理学的关系.....	(1)
三、皮肤医学美容与生活美容的区别.....	(2)
四、皮肤医学美容的具体内容.....	(2)
第二章 皮肤医学美容中心的设立.....	(4)
一、地理位置的选择.....	(4)
(一) 交通因素	(4)
(二) 人均消费水平因素	(4)
(三) 竞争因素	(5)
二、皮肤医学美容中心外形的设计.....	(5)
(一) 如何命名	(5)
(二) 房屋的装饰风格	(6)
三、皮肤美容中心所需的设备.....	(6)
(一) 专用医疗仪器设备	(6)
(二) 辅助设备	(7)
(三) 供水设备	(7)
(四) 电力设备	(8)
(五) 消毒设备	(8)
四、室内环境的要求.....	(8)
(一) 明亮	(8)
(二) 通风	(8)
(三) 宽敞	(9)
(四) 背景音乐	(9)
五、皮肤美容中心的卫生要求.....	(9)





(一) 室外的卫生	(9)
(二) 室内的卫生	(9)
(三) 美容用品、用具的消毒	(9)
(四) 常见卫生操作要求	(10)
六、皮肤美容中心里各科室的设置	(10)
(一) 咨询接诊室(前台)	(10)
(二) 美容护肤室	(11)
(三) 文饰美容室	(12)
(四) 治疗美容室	(13)
(五) 消毒室(洗衣间)	(14)
(六) 收费处	(14)
(七) 贵宾候诊室	(14)
(八) 办公室	(14)
(九) 工作人员更衣间	(14)
(十) 洗手间	(14)
第三章 与皮肤医学美容相关的解剖生理	(15)
一、皮肤的组成与构造	(15)
(一) 概述	(15)
(二) 表皮层的组成及作用	(16)
(三) 真皮层的构造与作用	(19)
(四) 皮下组织层	(20)
(五) 皮肤的附属器官	(21)
(六) 皮肤的循环系统	(22)
(七) 皮肤的色素	(24)
二、皮肤的生理功能	(25)
(一) 保护作用	(25)
(二) 感觉作用	(26)
(三) 调温作用	(26)
(四) 分泌排泄的作用	(26)
(五) 吸收作用	(27)





(六) 代谢作用.....	(27)
(七) 免疫作用.....	(27)
三、皮肤的分类	(27)
(一) 五大常见皮肤类型.....	(27)
(二) 皮肤的鉴别诊断.....	(29)
四、头面部肌肉的结构	(30)
第四章 皮肤美容常用的穴位	(32)
一、经络概述	(32)
二、头面部常用穴位	(33)
三、颈部美容常用穴位	(41)
四、手部常用穴位	(44)
[附] 经络输穴图.....	(48)
第五章 损美性皮肤的表现及成因	(55)
一、损美性皮肤	(55)
(一) 概念.....	(55)
(二) 损美性皮肤与皮肤病的区别.....	(55)
二、痤疮皮肤的成因及表现	(56)
(一) 痤疮的定义.....	(56)
(二) 痤疮的成因.....	(56)
(三) 痤疮的临床表现.....	(58)
三、色斑的成因及表现	(59)
(一) 色斑的种类.....	(59)
(二) 黄褐斑概念.....	(60)
(三) 黄褐斑的成因.....	(61)
四、色素斑形成的机理	(66)
四、衰老性皮肤的成因及表现	(67)
(一) 衰老性的表现.....	(67)
(二) 衰老的成因.....	(67)
第六章 常用的美容护肤品及治疗药物	(69)
一、护肤品与皮肤生理	(69)





(一) 护肤品与皮脂膜·····	(69)
(二) 护肤品与皮肤中的天然保湿因子·····	(69)
(三) 护肤品与皮肤的 pH 值·····	(70)
(四) 护肤品与皮肤的衰老机理·····	(71)
(五) 护肤品与皮肤的防晒·····	(71)
二、护肤品的种类·····	(72)
(一) 国际划分法·····	(72)
(二) 国内划分法·····	(73)
三、洁肤类护肤品·····	(74)
(一) 洁肤类护肤品的作用·····	(74)
(二) 洁肤类护肤品的种类、成分及用法·····	(74)
四、润肤类护肤品·····	(77)
(一) 润肤类护肤品的作用·····	(77)
(二) 润肤类护肤品的种类、成分及用法·····	(78)
五、营养治疗类护肤品·····	(80)
(一) 营养治疗类添加物·····	(80)
(二) 面膜·····	(83)
第七章 常用的按摩手法·····	(86)
一、按摩的概述·····	(86)
(一) 按摩的定义·····	(86)
(二) 按摩的作用·····	(86)
(三) 面部按摩手法的基本原则·····	(87)
(四) 面部按摩的基本要求·····	(87)
(五) 点穴的原则·····	(87)
(六) 按摩术者的要求·····	(88)
(七) 按摩的禁忌证·····	(88)
(八) 按摩的环境·····	(88)
(九) 按摩的姿态·····	(88)
(十) 按摩膏的选择·····	(88)
(十一) 面部按摩的常用手法·····	(88)





二、头面部常用按摩手法	(90)
(一) 额部	(90)
(二) 眼部	(92)
(三) 鼻部	(94)
(四) 嘴部	(95)
(五) 面颊部	(96)
(六) 全面部	(98)
(七) 耳部	(99)
(八) 头部	(100)
(九) 肩部	(101)
三、眼部护理程序	(101)
四、颈部护理程序	(102)
五、手部护理程序	(103)
第八章 面部皮肤美容的标准操作程序	(104)
一、准备工作	(104)
(一) 接待病人	(104)
(二) 登记卡片	(105)
(三) 安置病人	(105)
(四) 检测皮肤	(105)
(五) 预热机器	(106)
(六) 准备物品	(106)
(七) 清洁双手	(107)
(八) 包头准备	(107)
(九) 面部卸妆	(107)
(十) 消毒皮肤	(107)
二、正式程序	(108)
(一) 清洁皮肤	(108)
(二) 徒手按摩	(110)
(三) 实施治疗	(113)
(四) 面膜护理	(113)





(五) 爽肤润肤	(115)
三、收尾工作	(116)
(一) 告知病人	(116)
(二) 整理物品	(116)
(三) 告别语	(117)
第九章 不同类型皮肤的面部专业养护程序	(118)
一、油性皮肤的专业养护程序	(118)
(一) 油性皮肤的特性	(118)
(二) 油性皮肤的养护原则	(118)
(三) 油性皮肤的标准程序	(119)
二、干性皮肤的专业养护程序	(120)
(一) 干性皮肤的特性	(120)
(二) 干性皮肤的养护原则	(120)
(三) 干性皮肤养护的标准程序	(122)
三、过敏性皮肤的专业养护程序	(122)
(一) 过敏性皮肤的特点	(122)
(二) 过敏的表现及处理	(122)
(三) 过敏性皮肤的养护原则	(123)
四、混合性皮肤的专业养护程序	(123)
(一) 混合性皮肤的特点	(123)
(二) 混合性皮肤的养护原则	(124)
(三) 混合性皮肤养护的标准程序	(124)
五、中性皮肤的专业养护程序	(124)
(一) 中性皮肤的特点	(124)
第十章 面部损美性皮肤的治疗方案	(125)
一、痤疮皮肤的治疗方案	(125)
(一) 痤疮皮肤的成因	(125)
(二) 痤疮皮肤的治疗原则	(125)
(三) 痤疮皮肤的治疗方案	(125)
(四) 痤疮皮肤的专业养护程序	(134)





二、色斑皮肤的治疗方案·····	(135)
(一) 色斑皮肤的范围·····	(135)
(二) 治疗的原则·····	(135)
(三) 治疗的方案·····	(135)
三、衰老皮肤的治疗方案·····	(139)
(一) 衰老皮肤的成因及表现·····	(139)
(二) 衰老皮肤的治疗原则·····	(140)
(三) 治疗方案·····	(140)
第十一章 常见各种损美性皮肤病的治疗·····	(143)
一、雀斑·····	(143)
二、黑痣·····	(144)
三、寻常疣·····	(144)
四、日光性皮炎·····	(144)
五、酒齄鼻·····	(145)
六、黑眼圈·····	(146)
七、毛囊角化症·····	(147)
八、粟丘疹·····	(147)
九、汗管瘤·····	(147)
十、手足皸裂·····	(147)
十一、鸡眼·····	(148)
十二、胼胝·····	(148)
十三、冻疮·····	(148)
十四、口臭·····	(149)
十五、扁平疣·····	(150)
十六、腋臭·····	(150)
十七、口唇干裂·····	(151)
十八、睑黄疣·····	(151)
十九、口角炎·····	(151)
二十、面部毛细血管扩张·····	(152)
附录 论美容医学·····	(154)

