

主编 雷万军 崔磊

皮肤美容学

基础与应用

全国百佳图书出版单位
中国中医药出版社



皮肤美容学 基础与应用

主 编 雷万军 崔 磊

中国中医药出版社

· 北京 ·



图书在版编目 (CIP) 数据

皮肤美容学基础与应用/雷万军, 崔磊主编. —北京: 中国中医药出版社, 2013. 12

ISBN 978 - 7 - 5132 - 1703 - 3

I. ①皮… II. ①雷…②崔… III. ①美容术 IV. ①R622

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 262864 号

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010 64405750

三河双峰印刷有限公司印刷

各地新华书店经销

*

开本 880 × 1230 1/32 印张 15.25 字数 391 千字

2013 年 12 月第 1 版 2013 年 12 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978 - 7 - 5132 - 1703 - 3

*

定价 38.00 元

网址 www.cptcm.com

如有印装质量问题请与本社出版部调换

版权专有 侵权必究

社长热线 010 64405720

购书热线 010 64065415 010 64065413

书店网址 csln.net/qksd/

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

《皮肤美容学基础与应用》

编 委 会

主 编 雷万军 崔 磊

副主编 赵淑娟 郭建威 杨 冉

编 者 (以姓氏笔画为序)

左艳君 冯书营 乔晓岚

李光大 杨 冉 宋卫东

张兰兰 赵淑娟 顾小清

郭建威 崔 磊 蒋亚杰

景爱华 雷万军 薛 云

内容提要

本书阐述了皮肤科学、皮肤美学、皮肤美容学、皮肤病理生理学等多方面的内在特征与规律。主要内容包括皮肤医学美容学基础知识，皮肤的结构与功能，不同性质、不同年龄、不同性别、不同季节、不同部位和特殊病理损害时的皮肤特征与养护，对亚健康皮肤、皮肤老化与延缓皮肤衰老的美容护肤原则，美容引发的皮肤损害和损容性皮肤病以及自然美容保健、美容化妆品、文饰与修饰美容、服装服饰与美学等也作了相应介绍。

本书适合广大医学美容、生活美容工作者阅读，也可作为相关专业的大学生学习和培训用书，同时也是广大美容爱好者的有益读物。

序

皮肤是覆盖于整个人体体表的最大器官，在腔孔（如眼、口、鼻、外生殖器及肛门等）部位表现为黏膜，成人皮肤总面积约为 $1.6 \sim 2.0\text{m}^2$ 。皮肤的厚度因种族、年龄、性别和体表部位不同而存差异。皮肤由表皮、真皮和皮下组织 3 部分组成，附有从表皮衍生的毛发、皮脂腺、汗腺和指（趾）甲等附属器，分布着丰富的神经、血管、淋巴管和肌肉。皮肤具有防御、保护、调节体温和吸收、分泌、排泄并参与代谢和免疫等十分重要的生理功能，同时也是传递人体美感信息和最引人注目的审美器官。

美容颇易使人们联想到生活中的化妆美、发型美、仪表美和服装服饰美等，实际上，皮肤基础知识是皮肤美容学的理论基础，真正意义的美容是不能脱离医学的。《皮肤美容学基础与应用》集皮肤学、美学、美容学知识为一体，又积极从相关分支学科借鉴和融合学科理论和技术，从医学人体审美和皮肤学基础知识入手，对皮肤美容学相关概念、皮肤正常微生物群与微生态平衡、皮肤的性质与类型、皮肤与季节、皮肤老化和皮肤的健康与养护等多视角进行了较为详尽的论述，同时也对自然美容保健、美容技术、美容化

妆品、修饰美容、服装与服饰，以及美容引发的皮肤损害和损容性皮肤病等作了相应的介绍。书的知识结构是新颖的，更加科学客观地表达了皮肤美容学的特征和规律，提高了知识传播效率和效果，增加了读者的学习兴趣和研讨热情。

《皮肤美容学基础与应用》对促进皮肤美容学整体学科的发展和建设，对皮肤美容学科教育、对相关专业和从业人员有关知识与技能的提高，以及对培养健康的审美观和审美能力、提高美的创造力、鉴赏力、美容保健和防病治病等都会起到积极的作用。

值此本书出版之际，特致以衷心的祝贺，并向全体参编人员表示敬意，是以为序。

河南科技大学



2013年7月16日



皮肤美容学是皮肤科学、美学、美容学等相关学科（专业）有机结合的产物，其目的是达到调整皮肤的功能和结构，维护、改善、修复、再塑和美化皮肤健康之美，优化身心审美状态，延缓自然衰老，提高生活和生命质量。《皮肤美容学基础与应用》在以往相关出版物的基础上，注重从其他分支学科借鉴和融合学科理论和技术，对皮肤美容知识的横向拓展和纵向深入有着重要的意义，其新颖的内容编排使读者更多地了解和掌握这门与自己息息相关的新兴医学分支学科的知识和技能，以助人们实现对美的理解和追求，提高审美和鉴赏美的能力和水平，增进人的生命活力美感。

皮肤基础知识是皮肤美容学的理论基础，皮肤的健康与养护以及相关美容技术是皮肤美容的基本技能，自然美容保健、美容化妆品及合理应用、修饰美

容技术与服装服饰搭配等则是皮肤美容学不可或缺的重要组成部分，而美容引发的皮肤损害与常见损容性皮肤病在皮肤美容中又占据重要的地位。全书共19章，涉及内容广泛，具有较高的理论性和实用价值。本书适合从事初、中级医学美容工作者以及其他从业人员阅读，也可供医学美容及相关专业的大学生教学和培训之用，同时也是广大喜爱美容朋友的有益读物。由于作者水平和篇幅所限，不少内容理论与应用阐述还不够清晰，存在着缺憾和疏漏，谬误之处也在所难免，敬祈读者批评指正。本书引用国内外一些文献资料，限于篇幅未能一一说明来源，谨致歉意。

本书主要由河南科技大学医学技术与工程学院和河南科技大学第一附属医院的老师编写完成，在编写过程中得到了河南科技大学副校长宋书中教授的关心和指导，副校长雷方教授欣然为本书作序，杨冉老师、顾小清老师承担了本书编写秘书工作，付出了辛勤的劳动，本书同时获得河南科技大学学术著作出版基金资助，在此一并致谢。

河南科技大学医学技术与工程学院

河南科技大学第一附属医院

2013年7月20日

雷万军



第一章 皮肤医学美容学绪论 / 1

第一节 皮肤医学美容学的定义 / 1

第二节 皮肤医学美容学的性质、研究对象和任务 / 1

第三节 美与医学美的概念 / 2

第四节 医学美的本质与特征 / 3

第五节 皮肤医学美容学与相关学科的关系 / 4

一、与医学美学的关系 / 4

二、与美容医学的关系 / 4

三、与皮肤科学的关系 / 4

四、与其他分支学科的关系 / 5

第二章 医学人体审美与皮肤审美要素 / 6

第一节 医学人体审美 / 6

一、整体观与健康观 / 6

二、容貌的美学基础 / 7

三、形体的美学基础 / 16

四、人种与人体之美 / 17

第二节 皮肤美学内涵 / 20

一、皮肤审美整体观与健康观 / 20

二、皮肤毛发的医学美学基础 / 21

三、心理情感的反映、美感信息的释放 / 22

四、肤色与光泽 / 23

- 五、滋润、细腻、弹性与体味 / 27
- 六、阳刚与阴柔美 / 29
- 七、性感美 / 30
- 第三节 影响皮肤健美的因素 / 34
 - 一、内源性因素 / 34
 - 二、外源性因素 / 35

第三章 皮肤的结构与功能 / 37

- 第一节 概述 / 37
- 第二节 表皮 / 40
 - 一、表皮分层结构 / 40
 - 二、角质层的特性 / 42
 - 三、表皮的色素 / 44
 - 四、表皮的特定细胞与功能 / 45
- 第三节 真皮 / 49
 - 一、乳头层 / 49
 - 二、网状层 / 50
 - 三、真皮结缔组织 / 50
 - 四、真皮的细胞成分 / 53
- 第四节 皮下组织 / 54
 - 一、皮下组织的结构 / 54
 - 二、皮下组织的功能 / 55
- 第五节 皮肤的神经 / 56
 - 一、皮肤的感觉神经 / 56
 - 二、皮肤的运动神经 / 57
- 第六节 皮肤的血管、淋巴管和肌肉 / 58
 - 一、皮肤的血管 / 58
 - 二、皮肤的淋巴管 / 60



- 三、皮肤的肌肉 / 61
- 第七节 皮脂腺 / 62
 - 一、皮脂腺的发生、分布与结构 / 62
 - 二、皮脂的合成与排泄 / 64
 - 三、皮脂腺功能活动的调控与影响因素 / 65
 - 四、皮脂的组成与生物学意义 / 67
- 第八节 小汗腺 / 71
 - 一、小汗腺的发生与结构 / 71
 - 二、小汗腺的分泌、排泄与影响因素 / 73
 - 三、汗液的组成成分与生物学意义 / 74
- 第九节 大汗腺 / 74
 - 一、大汗腺的发生与结构 / 75
 - 二、大汗腺的神经调节与分泌方式 / 76
 - 三、汗液的组成成分与生物学意义 / 76
- 第十节 指(趾)甲 / 77
 - 一、甲的发生与结构 / 77
 - 二、甲的理化特性与功能 / 80
- 第十一节 毛发 / 82
 - 一、毛发的发生 / 82
 - 二、毛发的结构 / 83
 - 三、毛发的生长与调控 / 87
 - 四、毛发的定型与定性 / 92
 - 五、毛发的化学组成与物理学特性 / 93
 - 六、毛发的颜色与影响因素 / 97
 - 七、毛发的颜色与眼色、肤色的关系 / 102
 - 八、不同部位毛发的特点 / 103
 - 九、毛发的美学观 / 105
- 第十二节 皮肤的线和纹 / 105

- 一、轮廓线 / 106
- 二、皮纹与皮肤朗格线 / 106
- 三、皮纹与皮肤褶皱线 / 107
- 四、面部皱纹线与朗格线的区别 / 110
- 五、皱纹与皮肤等级 / 111
- 六、手纹与脚纹 / 111

第十三节 皮肤的生理功能 / 114

- 一、屏障作用 / 114
- 二、调节作用 / 117
- 三、自稳作用 / 122
- 四、免疫功能 / 123

第四章 皮肤正常微生物群与微生态平衡 / 125

- 第一节 微生物生态学的概念 / 125
- 第二节 微生态与环境相互作用基本规律 / 126
- 第三节 生态平衡与人体正常菌群 / 128
- 第四节 皮肤正常微生物防线的功能 / 130
- 第五节 皮肤生态系的正常微生物群组成与定植 / 132
- 第六节 皮肤污染与传播特点 / 135

第五章 皮肤的性质与类型 / 138

- 第一节 概述 / 138
- 第二节 皮肤的分类 / 139
 - 一、中性皮肤 / 140
 - 二、干性皮肤 / 140
 - 三、油性皮肤 / 141
 - 四、混合性皮肤 / 142
 - 五、敏感性皮肤 / 142



第三节 皮肤类型的次分类 / 144

第四节 皮肤类型的测定 / 146

一、肉眼观察法 / 146

二、纸巾拭擦法 / 146

三、美容灯透视观察法 / 147

四、皮肤测试仪 / 147

第五节 皮肤肤色分类法 / 147

第六章 各年龄段及男女皮肤性质与特点 / 149

第一节 各年龄段皮肤特征与内分泌的关系 / 149

第二节 婴幼儿（新生儿）时期皮肤的特点 / 150

第三节 儿童及青春期皮肤特点与男女皮肤的区别 / 151

第四节 女性生理周期与皮肤的关系 / 153

第五节 妊娠期皮肤的变化 / 154

第六节 中老年皮肤的特点 / 155

第七章 皮肤与季节 / 157

第一节 季节变换对皮肤的影响 / 157

第二节 气温变化对皮肤的影响 / 158

第三节 不同季节的食物对皮肤的影响 / 159

第八章 紫外线与皮肤 / 160

第一节 紫外线及其分类 / 160

第二节 紫外线的生物学作用 / 161

第三节 紫外线对皮肤的穿透性 / 163

第四节 皮肤对紫外线的异常反应 / 164

一、光毒性反应 / 165

二、光变应性反应 / 166

第五节 其他 / 167

第九章 维生素与皮肤 / 173

第一节 概述 / 173

第二节 脂溶性维生素 / 173

第三节 水溶性维生素 / 176

第四节 维生素之间的相互作用 / 180

第十章 微量元素与皮肤 / 183

第一节 概述 / 183

第二节 微量元素的生理功能 / 183

第三节 常用微量元素 / 188

第十一章 食物与皮肤 / 195

第一节 三大营养素和日需热卡 / 195

第二节 有益健美的基本食品 / 196

第三节 酸性食品和碱性食品 / 197

第四节 减肥膳食 / 200

第五节 皮肤健美膳食的原则 / 201

第十二章 皮肤老化 / 202

第一节 皮肤的生理过程 / 202

第二节 皮肤老化的改变 / 202

第三节 皮肤光老化与自然老化的区别 / 204

第四节 皮肤衰老对容貌的影响 / 207

第五节 延缓皮肤衰老的一般原则 / 208

一、保持良好的生活习惯 / 208

二、注重皮肤保健 / 210

- 第十三章 皮肤的健康与养护 / 213
- 第一节 影响皮肤性状的因素 / 213
- 第二节 皮肤的基本保健方法 / 214
- 第三节 正确使用化妆品 / 218
- 一、化妆品的选择 / 218
- 二、化妆品选择的注意事项 / 219
- 三、化妆品经皮吸收的特点 / 219
- 第四节 婴儿皮肤护理 / 224
- 第五节 幼儿与儿童皮肤护理 / 225
- 第六节 少年皮肤护理 / 226
- 第七节 成年人皮肤护理 / 227
- 第八节 皱纹的处理 / 228
- 一、细皱纹的消减 / 229
- 二、表情纹的消减 / 230
- 三、额和眉皱纹的平整 / 231
- 第九节 皮肤的季节性养护 / 232
- 一、春季皮肤的特点与养护 / 232
- 二、夏季皮肤的特点与养护 / 235
- 三、秋季皮肤的特点与养护 / 238
- 四、冬季皮肤的特点与养护 / 239
- 第十节 特殊部位皮肤的养护 / 239
- 一、手的保养与美化 / 239
- 二、足的养护 / 245
- 三、眼的养护 / 247
- 四、眉毛的养护 / 250
- 五、口、唇部的养护 / 251
- 六、毛发、甲的养护与美容保健 / 252

- 第十一节 亚健康状态皮肤保湿美白修复 / 258
- 一、皮肤健康美容的标准 / 258
 - 二、美白产品的介绍 / 259
 - 三、亚健康状态皮肤保湿美白修复方法 / 260
- 第十二节 几种常见面部皮肤疾病的治疗护理要点 / 262
- 一、黄褐斑 / 262
 - 二、雀斑 / 263
 - 三、痤疮 / 264
 - 四、色素痣 / 264
 - 五、化妆品过敏性皮炎 / 266

第十四章 自然美容保健及相关美容技术 / 268

- 第一节 森林疗法 / 268
- 第二节 草原疗法 / 269
- 第三节 花香疗法 / 269
- 第四节 海滨浴场疗法 / 271
- 第五节 日光浴疗法 / 271
- 第六节 空气浴疗法 / 272
- 第七节 温泉浴疗法 / 273
- 第八节 冷水浴疗法 / 274
- 第九节 泥疗法 / 274
- 第十节 韵律健身操疗法 / 275
- 第十一节 音乐疗法 / 276
- 第十二节 色彩疗法 / 278
- 第十三节 诗词疗法 / 280
- 第十四节 书法疗法 / 283
- 第十五节 生物钟疗法 / 284
- 第十六节 食养美容疗法 / 286