

<<一本书读懂皮肤病>>

图书基本信息

书名：<<一本书读懂皮肤病>>

13位ISBN编号：9787807395508

10位ISBN编号：7807395508

出版时间：2012-5

出版时间：中原农民出版社

作者：王西京 编

页数：152

字数：147000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<一本书读懂皮肤病>>

内容概要

皮肤病是严重影响人们健康的常见病、多发病，由于其慢性、难治，给患者身心带来极大的痛苦。

《医药科普丛书·常见病防治系列：一本书读懂皮肤病》采用一问一答形式，将专家临床经常遇到的、患者关心的问题，用通俗的语言进行了回答。

全书紧紧围绕皮肤科常见病、多发病这一话题，详细介绍了关于皮肤的基本知识，春季皮肤病、夏季皮肤病、秋季皮肤病、冬季皮肤病、婴幼儿皮肤病、青少年皮肤病、中年人皮肤病、老年人皮肤病的特点、症状、预防措施、治疗原则、经验方等内容。

愿《医药科普丛书·常见病防治系列：一本书读懂皮肤病》为您的皮肤健康保驾护航。

<<一本书读懂皮肤病>>

作者简介

王西京，男，1963年9月生。

郑州人民医院皮肤科主任医师、口腔医院行政总监、兼医院网管中心主任。

自1990年以来，共在省级以上专业期刊及学术会议发表论文近50篇，在省级以上报刊发表科普文章及各类文学作品400余篇，并先后30多次接受省市电视台、广播电台的采访或举办讲座。

主编了《常见皮肤病的中医治疗》、《皮科临证点滴》，参编了《实用中西医皮肤性病手册》、《皮肤可以这样养与护》。

多年来，致力于中西医结合治疗皮肤病的临床研究，在治疗银屑病、白癜风、痤疮、荨麻疹等疑难皮肤病方面有自己独到的见解。

同时，积极参加医学科普工作及学术交流活动，在省内及皮肤美容界均有一定的影响，曾作为专家组成员参加了由省市卫生管理部门组织的对多家医院美容机构的验收工作。

<<一本书读懂皮肤病>>

书籍目录

话说皮肤

- 1 皮肤是人体最大的器官吗
- 2 皮肤对人体有什么作用
- 3 毛发对人体有什么作用
- 4 高频美容有何特点
- 5 皮炎平为什么不能滥用
- 6 皮肤美白有何绝招
- 7 香汗淋漓也可美容吗
- 8 过敏的元凶是谁
- 9 紫外线对皮肤有什么好处
- 10 老百姓说的“发物”有哪些
- 11 皮肤病选药有啥学问
- 12 什么是药疹
- 13 皮肤病有哪些特殊疗法
- 14 治疗皮肤病有哪些物理疗法

春天皮肤病

- 1 如何防治麻疹
- 2 风疹怎样防治
- 3 接触性皮炎是如何发生的
- 4 什么是单纯疱疹
- 5 何谓玫瑰糠疹
- 6 什么是“桃花癣”
- 7 春天为什么水痘多发
- 8 鲜花虽美为什么也要保持距离
- 9 手部脱屑是咋回事
- 10 什么是荨麻疹
- 11 春末夏初如何防丘疹性荨麻疹
- 12 猫眼疮是怎样一种病

夏天皮肤病

- 1 花斑癣是什么病
- 2 为什么夏季多发“脓皮病”
- 3 瘢痕如何修复
- 4 糠秕孢子菌毛囊炎与痤疮有何不同
- 5 夏天手部出现小疱疱是怎么回事
- 6 她为什么穿太空服上街

秋天皮肤病

- 1 结节性红斑如何防治
- 2 外出游览如何防昆虫叮咬
- 3 初秋如何防足癣
- 4 如何防治浸渍皮炎
- 5 隐翅虫皮炎如何防治
- 6 烂裆是一种什么病
- 7 如何防治唇炎
- 8 何谓干燥综合征

冬天皮肤病

<<一本书读懂皮肤病>>

1 冻疮为什么年年发作

2 如何防治冻疮

.....

婴幼儿皮肤病

青少年皮肤病

中年人皮肤病

老年人皮肤病

其他皮肤病

<<一本书读懂皮肤病>>

章节摘录

版权页：（1）食物“挑”着吃：多食用蔬菜、水果，少吃辛辣、刺激性食物或过度油腻性食物。蔬菜、水果含有丰富的维生素，特别是维生素C，可以促进色素代谢，产生美白效果。

过度的辛辣和刺激、油腻食物可以引起痤疮、脂溢性皮炎、酒渣鼻，以及面部红血丝等皮肤问题。

（2）充足睡眠：睡眠是最好的美容师。

充足的睡眠可以帮助我们消除疲劳，恢复体力，使我们精神焕发，神采奕奕，同时，也可以避免“黑眼圈”的产生。

（3）水是“美容之源”：适当饮水，及时补充水分，才能保持身体健康。

同时，饮水可以补充肌肤水分，使我们的肌肤健康丰满，更富有弹性。

如果条件许可，定期的皮肤护理即生活美容，对补充肌肤水分也是很有好处的。

（4）防晒时刻放心头：太阳中的紫外线对我们的健康是必要的，但过多地照射紫外线，会使皮肤色素加深。

因此，应该尽量避免在上午11点至下午2点之间外出活动，尤其是夏天。

如果必须出去，要戴遮阳帽，穿浅色长袖上衣，或用防晒霜。

（5）减少电磁波辐射：电视、电脑和其他的家用电器都能产生电磁波，长期坐在电视或电脑屏幕前，会使皮肤干燥，皱纹增多，色素沉着。

因此，在看电视或操作电脑时，每过40分钟到1小时，应离开房间5~10分钟。

长期看电视或使用电脑后要洗脸。

（6）起居有节，劳逸结合：生活不规律，可以导致机体内分泌和神经功能失调，引起黄褐斑、痤疮、皮肤瘙痒等皮肤疾病。

因此要注意起居有节，劳逸结合，要多参加体育锻炼。

（7）释放压力，快乐生活：保持积极向上、热情乐观的性情。

精神压力过大，过度紧张，或者忧郁烦躁，都可能损害健康，使我们的肌肤暗淡无光。

<<一本书读懂皮肤病>>

编辑推荐

《一本书读懂皮肤病》是由中原农民出版社出版。

<<一本书读懂皮肤病>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>