

<<青春期抗痘美容指南>>

图书基本信息

书名：<<青春期抗痘美容指南>>

13位ISBN编号：9787508250977

10位ISBN编号：7508250974

出版时间：2008-7

出版时间：金盾出版社

作者：傅静仪

页数：160

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>

<<青春期抗痘美容指南>>

内容概要

本书是一本专门献给广大青年朋友的大众科普读物。

书中针对青春痘患者最为关心、最希望帮助解决的一些实际问题，简要讲述了有关青春痘的一些基础知识，详细介绍了防治青春痘的各种有效方法及注意事项。

本书内容丰富，科学实用，安全可靠，易懂好学，可操作性强，非常适合青春痘患者阅读使用，是年轻人的良师益友。

<<青春期抗痘美容指南>>

书籍目录

第一章 痘痘并不难治 什么是青春痘？

- 青春痘的形成因素有哪些？
- 青春痘的类型有几种？
- 青春痘是年轻人的专利吗？
- 青春痘具有传染性与遗传性吗？
- 青春痘只长在脸上吗？
- 对青春痘有哪些认识误区？
- 长痘痘是因为清洁不够吗？
- 痘痘可以用手挤吗？
- 青春痘需要治疗吗？
- 青春痘可以根治吗？
- 哪些药物会引发青春痘？
- 青春痘都会留下痘疤吗？
- 青春痘的疤痕可以治好吗？
- 接吻能使痘痘恶化吗？
- 月经来临前青春痘为什么会加重？
- 避孕药可以引发或加重青春痘吗？
- 减肥会影响青春痘吗？
- 皮肤缺水会长青春痘吗？
- 长青春痘可以做脸部护理吗？
- 吸烟对青春痘有影响吗？
- 哪些生活习惯可以预防青春痘？

第二章 学会正确洗脸 正确洗脸的步骤 最好用温水洗脸 “软水”洗脸效果好 清洁脸部的两种方式 勿用药皂、消毒水洗脸 勿将洗面皂直接擦于脸部 洗脸切勿用力搓揉 慎用海绵或刷子洗脸 去除面部角质要谨慎 洗脸次数不宜过多 油性皮肤的清洁方法 干性皮肤的清洁方法 中性皮肤的清洁方法 第三章 注意日常饮食 合理地选择食物第四章 避免有害穿戴第五章 科学保养化妆第六章 追求健康的生活第七章 选用天然面膜第八章 配合有效治疗

<<青春期抗痘美容指南>>

章节摘录

第一章 痘痘并不难治什么是青春痘？

斗志昂扬，和青春痘“斗”到底！

青春痘是一种常见的皮肤病，医学上称为痤疮，少男少女比较容易患此类病症。

青春痘是因毛囊与皮脂腺产生阻塞而引发的皮肤炎，多发于青春期。

因为在青春发育期，肾上腺的功能比较活跃，体内的雄性激素急剧增加，使皮脂腺过度发育，过度分泌。

由于皮脂又浓又多，排出不畅便聚积在毛囊之内，从而造成毛囊过度角化，导致脱落的上皮细胞增多，这些脱落的细胞与浓稠的皮脂混在一起，形成干酪样物质堵塞在毛囊内，由此产生痘痘。

其虽多发于青春期，但实际上，它并非年轻人的专利，各年龄阶段的人都可能会长。

青春痘主要长在脸部、背部或胸部等部位，在受到细菌攻击后，痘痘就会发生红、肿、热、痛等症状，甚至变成脓包囊肿，痊愈后会有黑色的色素沉淀，有些痘痘若发炎严重，处理不当，还会留下令人遗憾的痘疤、凹洞等。

温馨提示研究发现，婴儿出生时的皮脂腺分泌量极高，相当于青春期的水平，这是因为此时的性激素也很高，但在1~5个月内，这些分泌量却会急速降低，否则，婴儿也会长青春痘，但到青春期内激素又会开始活跃起来，这时，青春痘在一些少男少女的脸上就不可避免地出现了。

青春痘的形成因素有哪些？

去除诱因，抵抗痘痘，恢复肌肤的美丽与健康！

<<青春期抗痘美容指南>>

编辑推荐

痘痘并不难治，学会正确的洗脸，注意日常饮食，避免有害穿戴，科学保养化妆，追求健康生活，选用天然面膜，配合有效治疗。

本书：教您掌握科学疗法帮您解除日常烦恼，让您拥有健康美丽。

<<青春期抗痘美容指南>>

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>