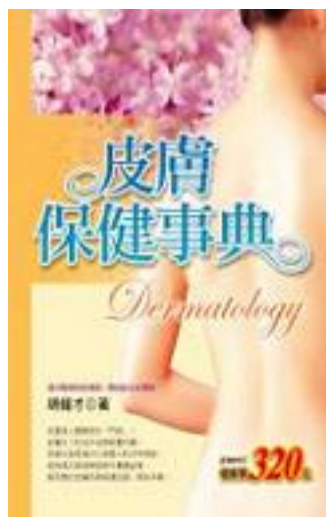


皮膚保健事典



[皮膚保健事典_下载链接1_](#)

著者:胡龍才

出版者:知識風（優閒風）

出版时间:20041101

装帧:

isbn:9789861211749

本書以中醫辨證觀點佐以實用漢方，列舉出多種現代人常見皮膚疾病，並提供漸進式的養生之道以及飲食護理要點，讓你重現容光煥發的肌膚！

在生活中，應指導患者做好皮膚衛生。如為皮膚多油患者，應建議勤用溫水及鹼性不大的肥皂沐浴；出汗較多時，也應勤行沐浴。如皮膚乾燥者，則沐浴次數宜適當減少，並盡量不用肥皂，浴後尚應少量擦一些乳劑、霜劑等潤澤皮膚。指甲應經常修剪，盡量避免搔抓患處，以防皮膚感染。

皮膚病的發生，與飲食關係是十分密切的，而且飲食的宜忌對疾病的演變、轉歸，也是一個非常重要的因素。正如《外科正宗·雜忌須知》第十四所說：「治癒之後，不減口味，後必癢無度。」一般說來，雞、鴨、鵝、魚、蝦、蟹等海腥之物，皆能動風生癢，故患者搔癢性皮膚病時不宜食之，此外，蔥、蒜、薑、辣、菸、酒等辛熱之品，對濕熱性皮膚病，亦以少食或不食為宜。

本書特色

皮膚是人體重要的「門面」，皮膚出了狀況不但會影響外觀，更會引發患者的心理壓力和自卑情緒。經典漢方與食療能提升養護品質，最完整的皮膚疾病保健知識，盡在本書！

作者介绍:

胡龍才

現任：蘇州醫學院附屬第一醫院副主任醫師、中華全國中醫學會會員、中西醫結合研究會會員。

學歷：南京中醫學院醫療系畢業。

經歷：曾跟隨多位著名老中醫繼續深造，從事臨床研究20餘年，擅長中醫內科、婦科、針灸科疾病，於男性疾病、婦科疾病、養生保健等方面，尤具心得。曾先後發表〈扶正固本治法初步探討〉等26篇論文，著有《實用膏滋療法》《遺精·陽萎證治》、《不孕症治驗》等十多部著作。

目录:

[皮膚保健事典_下载链接1](#)

标签

评论

[皮膚保健事典_下载链接1](#)

书评

