

# 《皮肤病人生活宜忌与饮食调治》

## 图书基本信息

书名：《皮肤病人生活宜忌与饮食调治》

13位ISBN编号：9787807534334

10位ISBN编号：7807534338

出版时间：2009-1

出版社：哈尔滨出版社

作者：艾奇

页数：197

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《皮肤病人生活宜忌与饮食调治》

## 前言

皮肤是人体面积最大的器官，具有保护身体内部器官、调节身体温度、排出代谢毒素、吸收营养物质、感觉外界刺激等作用。一旦皮肤功能出现问题，人体的其他功能也会或多或少地受到影响，使患者身体承受巨大的痛苦。另外，皮肤也是人的“门面”，严重的皮肤损害常常会给患者的日常生活和社会交往造成诸多不便，使患者的内心备受煎熬。皮肤病是指皮肤及其附属器官受到内外因素影响后，其形态、结构和功能发生变化的病理过程，可分为感染性皮肤病和非感染性皮肤病两大类。常见的皮肤病包括银屑病、白癜风、痤疮、鱼鳞病、湿疹、红斑狼疮、荨麻疹、皮炎等。皮肤病的诱发因素广泛且难以控制，感染、遗传、精神、内分泌、药物、饮食、物理刺激等诸多因素均会使皮肤病发作或复发。日常生活中只要稍不注意，就会让这些诱发因素“钻了空子”，让皮肤病患者饱受折磨。如今，由于人们不良的起居饮食习惯和日益复杂的环境因素，引发皮肤病的因素更加复杂，往往令人防不胜防，致使皮肤病成为临床常见病及多发病之一。

# 《皮肤病人生活宜忌与饮食调治》

## 内容概要

《皮肤病人生活宜忌与饮食调治》总结了专家对皮肤病的防治经验，论述了现代医学对各种皮肤病的认识及治疗方法，并深入浅出地介绍了皮肤病的相关知识以及日常生活宜忌与饮食调治的要点，以期帮助皮肤病患者减轻身体的痛苦和心理的负担，早日恢复健康。皮肤病种类繁多，对于不同的病症，要采取不同的预防和治理措施。为了有针对性地给饱受皮肤病折磨的患者及其家属提供科学的预防措施和正确的日常护理知识，尽可能地减少复发、缩短病程、减轻发病症状，我们特组织专家撰写了《皮肤病人生活宜忌与饮食调治》一书。

# 《皮肤病人生活宜忌与饮食调治》

## 书籍目录

认识皮肤病 皮肤的生理构造 皮肤的功能 何谓皮肤病 皮肤病的类型 皮肤病的发病因素 可加重皮肤病的因素 何谓银屑病 银屑病的发病因素 寻常型银屑病的主要症状 寻常型银屑病的主要类型 寻常型银屑病的病情发展 特殊型银屑病的主要类型 何谓白癜风 白癜风的发病因素 白癜风的主要症状 白癜风的类型 何谓痤疮 痤疮的发病因素 痤疮的主要症状 痤疮的中医分型 痤疮的西医分型 痤疮的分期特征 何谓荨麻疹 荨麻疹的发病机制 荨麻疹的发病因素 荨麻疹的主要症状 荨麻疹的主要种类 荨麻疹的特殊类型 胆碱能性荨麻疹的主要症状 寒冷性荨麻疹的主要症状 儿童荨麻疹的发病因素 何谓鱼鳞病 鱼鳞病的发病机制 鱼鳞病的病因病理 鱼鳞病的类型 寻常型鱼鳞病的遗传方式 何谓湿疹 湿疹的类型 湿疹的主要临床表现 湿疹的发病因素 湿疹发病的环境因素 湿疹发病的饮食因素 几种特殊部位湿疹的临床表现 何谓皮炎 皮炎的常见类型 神经性皮炎的病因及症状 何谓接触性皮炎 何谓脂溢性皮炎 脂溢性皮炎的临床表现 容易感染变应性皮炎的高发人群 何谓红斑狼疮 红斑狼疮的病因 红斑狼疮的类型 系统性红斑狼疮的主要症状 皮肤病人的生活宜忌 心理调护宜忌 皮肤病患者不宜生气 皮肤病患者不宜心理压力过大 皮肤病患者不宜有不良情绪 皮肤病患者如何摆脱不良情绪 皮肤病患者放松身心的方法 皮肤病患者宜参加集体活动 银屑病患者宜注重精神调养 治疗银屑病首先要调心 白癜风患者不宜悲观消沉 白癜风患者心理误区 神经性皮炎患者宜加强心理调节 红斑狼疮患者心理调护法 诊疗用药宜忌 皮肤病用药的六个误区 治疗皮肤病的用药原则 皮肤病患者如何选择药物 皮肤病用药的注意事项 皮肤病切勿“过度治疗” 银屑病与牛皮癣不可混淆 皮肤病患者要慎用激素类药膏 影响皮肤吸收的药物因素 治疗皮肤病宜谨慎使用外用药物 不宜使用肤轻松的皮肤病 治疗银屑病的用药原则 银屑病的西医常用疗法 银屑病患者用药注意事项 荨麻疹的治疗原则 如何治疗痤疮 茶多酚可治疗寻常痤疮 治疗白癜风的常用方法 白癜风患者应慎用、禁用的药物 白癜风用药的注意事项 西医如何治疗鱼鳞病 寻常型鱼鳞病的三种治疗方法 日常保健宜忌 适宜于银屑病的按摩保健法 适宜于神经性皮炎的按摩保健法 适宜于红斑狼疮的按摩保健法 适宜于白癜风的按摩保健法 适宜于痤疮的按摩保健法 痤疮患者的正确洗脸方法 痤疮患者宜用白菜叶敷脸 痤疮患者的日常护理与注意事项 湿疹患者的日常护理与注意事项 我国北方高发银屑病的原因 银屑病患者如何止痒 银屑病的防治措施 银屑病患者不宜吸烟 银屑病患者日常护理与注意事项 荨麻疹患者的日常护理与注意事项 皮肤瘙痒症患者的日常护理与注意事项 红斑狼疮患者的日常护理与注意事项 皮炎患者秋季宜选油性药物 鱼鳞病患者宜在冬季使用甘油 鱼鳞病患者十不宜 鱼鳞病患者日常护理与注意事项 适宜于白癜风患者的日光浴保健法 白癜风患者的日常护理与注意事项 皮肤病患者排毒八大方式 皮肤病患者宜经常泡温泉 皮肤瘙痒症患者不宜洗蒸汽浴 皮肤病患者冬季洗澡的禁忌 皮肤病患者宜经常洗燕麦澡 皮肤病患者夏季不宜戴金属饰品 运动健身宜忌 神经性皮炎患者宜坚持体育锻炼 女性皮肤病患者运动时不宜化妆 银屑病患者宜适度运动 痤疮患者进行适量运动的益处 有益于皮肤病的五种运动 儿童户外玩耍易患皮肤病 日光性皮炎患者宜减少户外活动 红斑狼疮患者应如何进行运动 皮肤病患者睡前健身操 皮肤病人的饮食调养 银屑病患者调养方案 白癜风患者的调养方案 痤疮患者的调养方案 鱼鳞病患者的调养方案 湿疹患者的调养方案 红斑狼疮患者的调养方案 荨麻疹患者的调养方案 皮炎患者的调养方案

## 《皮肤病人生活宜忌与饮食调治》

### 章节摘录

用料：鲜豌豆250克，鲜蘑菇50克，葱花、姜末、蒜末、植物油、香油、精盐、鸡精、白糖、水淀粉、鲜汤各适量。制法：鲜蘑菇洗净，控干水分，切成薄片。豌豆洗净，放入沸水锅中，煮熟后捞出，用冷水过凉，控干水分。锅置火上，倒入适量植物油，烧至六成热，放入葱花、姜末、蒜末爆锅，放入蘑菇片煸炒几下，加入鲜汤、豌豆、精盐、鸡精、白糖，待烧开后，用水淀粉勾芡，淋入香油即可。功效：消肿解毒、和中下气、通便祛湿。适用于白癜风的辅助治疗。

油焖扁豆用料：扁豆300克，葱段、姜片、蒜片、精盐、鸡精、白糖、酱油、植物油各适量。制法：掐去扁豆的豆尖，撕去边筋，洗净，放入开水中焯透，捞出放在冷水中过凉，控干水分。锅置于旺火上，倒入植物油，烧至七成热，放入葱段、姜片、蒜片炆锅，倒入扁豆煸炒几下，加入酱油、精盐和适量水，用旺火烧开，改用小火爆烧至扁豆酥软，加入白糖拌匀，再焖2分钟左右。待汤汁转浓时，加入鸡精即可。功效：健脾和中、利水化湿。适宜进展期及稳定期的白癜风患者食用。

用料：山茱萸15克，粳米100克，冰糖少许。制法：山茱萸用水煎煮，去渣留汁，加入粳米和少量冰糖，一同煮粥。功效：补益肝肾、涩精固脱。适宜肝血不足引起的白癜风患者食用。

# 《皮肤病人生活宜忌与饮食调治》

## 编辑推荐

《皮肤病人生活宜忌与饮食调治》共分三部分。第一部分为“认识皮肤病”。重点阐释了皮肤病的相关知识以及疑难问题，以期读者对皮肤病有一个科学而全面的认识；第二部分以宜忌的形式，对如何治疗皮肤病、防止复发给予相应的解答。内容详尽，涉及面广，包括心理调护宜忌、诊疗用药宜忌、日常保健宜忌、运动健身宜忌等；第三部分为饮食调养。科学地阐释了皮肤病的饮食原则，系统地为皮肤病患者提供营养食谱、中医药膳、中药方剂及实用偏方，具有切实可行的参照性。《皮肤病人生活宜忌与饮食调治》体例清晰、内容实用，力求以最明了的方式向广大读者提供全面而周到的诊疗指导与健康咨询，希望这《皮肤病人生活宜忌与饮食调治》能够成为读者朋友防治皮肤病的实用指南，帮助患者朋友早日摆脱皮肤病所带来的痛苦，以健康的体魄和积极的心态面对美好的人生。

# 《皮肤病人生活宜忌与饮食调治》

## 精彩短评

- 1、种类很多，有时间会仔细读
- 2、基本上没讲什么，说的网上都可以查到
- 3、了解一下皮肤病
- 4、我随便看了下 似乎没有什么作用 呵呵 限制了
- 5、对皮肤病在生活中的了解有帮助

# 《皮肤病人生活宜忌与饮食调治》

## 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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)