

# 非常美肤学

---

- 
- 健康的皮肤：红润而富有光泽，光滑细嫩，轻柔而富有弹性，微含水分，呈弱酸性，没有皮肤病。
  - 皮肤是人体的面积最大器官。
  - 成人皮肤面积为**1.5-2**平方米。
  - 成皮重量占人体重量**15%**，厚度为**0.5--4**毫米
  - 眼睑皮肤最薄，比较娇嫩。
  - 手掌足底处，皮肤最厚。

# 一、 皮肤基本构造

- 皮肤由外向内可分三层：表皮，真皮，皮下组织。
- 1. 表皮：无血管。划伤后不会出血，神经末梢丰富感知外界的事物。
- 2. 真皮：有丰富的血管，神经，淋巴管。
- 3. 皮下组织：真皮与表皮之间波浪结构联结。表皮伸入真皮中的部分称：“表皮突”，真皮伸入表皮中部分称“真皮乳头。”
- 皮肤中还含有一些附属器，分别为：皮脂腺，汗腺，毛发，爪甲等。



- 
- 皮肤-表皮 -真皮-皮下组织-皮肤附属器

# 角质层

- 透明层：由2—3层扁平无核的透明死细胞构成，呈无色透明状，光线可以透过。只有手掌，足底有。
- 颗粒层：由2—4层菱形细胞构成。细胞内细小颗粒有折射光线作用，可以减少紫外线射入体内。
- 有棘层：由4—8层带棘的多角细胞构成，是表皮中最厚的一层，神经末梢灵敏。
- 基底层：基底细胞呈圆柱状，具有分裂繁殖能力，是表皮各层细胞的生化之源。

# 真皮

---

- 乳头层
- 真皮厚表皮**10**倍，真皮层含有量占皮肤组织的**60%**。
- 网状层

# 皮下组织:

---

- 厚真皮5倍，由脂肪细胞+结缔组织构成。

# 皮肤附属器

---

- 皮脂腺
- 汗腺
- 毛发
- 爪甲



# 皮肤的分类

---

# 中性皮肤

PH值： 5—5.6

---

- 皮肤既不干也不油，皮肤细润细腻，富弹性，毛孔较小，对外界刺激不敏感。

# 干性皮肤

---

- PH 值  $> 5.5 - 6.5$       成碱性  $> 7.2$   
干性皮肤白皙，毛孔细小而不明显，皮脂分泌量少，皮肤比较干燥，易生细小皱纹。

# 油性皮肤

---

- PH值 $<5.6—6.6$       成酸性 $<6.8$
- 油性皮肤肤色较深，毛孔粗大，皮脂分泌量多，皮脂油腻光泽，不容易起皱纹，对外界刺激不敏感，易生粉刺，痤疮。

# 混合性皮肤

---

- 多见于25—35岁
- T型区（前额，鼻，口周，下巴）呈壮油，眼部，两颊，干性。

# 敏感性皮肤

---

- 皮肤较薄，对外界刺激很敏感
- 会出现局部微红，红肿，出现高于皮肤的疱块及刺痒症状。

---

# 皮肤的功能

# 保护作用→

- 人类的壁垒城堡。可防御表皮的敌人—细菌。有完整的皮肤才有保护功能
  - 1) 减少皮下组织所受物理伤害。
  - 2) 防止日光和化学活性物，细菌的进入。
  - 3) 抵抗冷热伤害。
- 假如：细菌→侵入皮肤会发炎→消灭侵入的细菌
- 表皮最外层覆盖一层薄的酸笱保护膜，有防水作用。



# 分泌作用

---

- 
- 使皮肤分泌油脂，维持水分供给皮肤营养，滋润。
- 如：20岁 25岁细小皱纹；35岁斑痕老化；45岁开始脆弱。
- 以防油脂分泌过旺→皮脂漏的病症，情绪过度的反应会增加油脂分泌。
- 让你走过岁月，不在脸上留下痕迹。

# 感觉作用

---

- 由知觉神经末梢，皮肤可以对冷，热，触摸，压力及疼痛有所反应。
- 为什么轻烫伤会使人感觉很痛，而严重灼伤却不觉得痛了？
- 因为严重灼伤，神经已被破坏

# 调节体温

---

- 汗腺的作用的关系
- 健康人体在**36.5**摄氏度左右的常温。
- 当外界温度发生变化，皮肤内的血液和汗腺会作必要的调节，保护身体。
- 汗的蒸发可使热力消失。

# 排泄作用

---

- 排出体内毒素方式：排汗，排尿。

# 吸收作用

---

- 吸收化学处理过的脂溶性的东西。
- 皮肤的吸收功能非常有限。

# 自行呼吸作用

---

- 帮助肺吸收氧气，排泄二氧化碳，大约1%的功能。
- 此外，皮肤还可以：
  - 1. 协助调节血压；
  - 2. 维护体液和电解质的平衡；
  - 3. 通过阳光制造维生素D；
  - 4. 免疫反应等作用。