

میشاقیان، ریتا، ۱۳۴۹ -
پوست و راز زیبایی آن / ریتا میشاقیان. - تهران: ققنوس، ۱۳۸۴.
ISBN 964-311-556-9

۱۸۴ ص:، مصور، جدول.
فهرست‌نویسی بر اساس اطلاعات فیبا.
کتابنامه: ص. [۱۸۱] - ۱۸۳.

۱. پوست - چین و چروک. ۲. پوست - بهداشت.
۳. زیبایی شخصی. الف. عنوان.

پ ۸۷/م ۸۷ RI ۶۴۶/۷۲۶

۸۳-۳۱۵۸۶

کتابخانه ملی ایران

پوست و راز زیبایی آن

ریتا میثاقیان





انتشارات فنون

تهران، خیابان انقلاب، خیابان شهدای زاندارمیری

شماره ۲۱۵، تلفن ۶۴۰۸۶۴۰

ریتا میثاقیان

پوست و راز زیبایی آن

چاپ اول

۲۲۰۰ نسخه

۱۳۸۴

چاپ شمساد

حق چاپ محفوظ است

شابک: ۹ - ۵۵۶ - ۳۱۱ - ۹۶۴

ISBN: 964-311-556-9

Printed in Iran

فهرست

مقدمه	۷
۱. پوست	۱۱
۲. چروک پوست و عوامل مؤثر در ایجاد آن	۱۹
۳. اقدامات و مواد مؤثر در جلوگیری از تشکیل چروک	۲۷
۴. روش‌ها و مواد مؤثر در بهبود چروک‌های ایجاد شده در پوست	۴۱
۵. گیاهان دارویی مؤثر در جلوگیری از ایجاد چروک	۵۱
۶. ماسک‌های زیبایی	۹۷
۷. پیلینگ	۱۱۱
۸. لیفتینگ بدون جراحی	۱۳۵
۹. کاربرد سم بوتولینوم در درمان چروک و اخم پیشانی	۱۵۳
۱۰. کشیدن چین و چروک صورت و گردن	۱۵۹
منابع	۱۸۱

مقدمه

از آن جا که از بدو تمدن بشری تاکنون زیبایی و آراستگی مورد توجه کلیه مردم جهان بوده و هست و امروزه بخش عظیمی از کارهای تحقیقاتی در این زمینه صورت می گیرد و هزینه و تکنولوژی و اوقات بسیار زیادی صرف این امر می گردد، به طوری که انواع بسیاری از لوازم آرایشی و بهداشتی تولید می شود و در بازار با قیمت های گزاف به فروش می رسد، بر آن شدیم تا به بررسی یکی از مهم ترین و عمومی ترین مشکلاتی که اکثر مردم جهان یا به عبارت بهتر تمام افراد به نوعی به آن دچار می شوند، یعنی چروک پوست بپردازیم.

می دانیم که پوست ساختمان نسبتاً پیچیده ای دارد و اگر تحت مراقبت قرار نگیرد و بهداشت آن رعایت نشود به مشکلات مختلفی دچار می شود و چون بررسی تمامی این مشکلات کاری بس دشوار است و احتیاج به نوشتن کتاب های متعدد در این زمینه دارد، از میان عوارض بسیاری که ممکن است پوست در طول سالیان زندگی به آن ها دچار شود مشکل چروک صورت را که یکی از شایع ترین عوارض پوستی است انتخاب کردیم تا به بررسی جوانب گوناگون آن بپردازیم.

اولین قدمی که در این زمینه برداشته شد چاپ و نشر کتابی تحت عنوان چروک صورت، پیشگیری و درمان آن بود که اولین چاپ آن در بهار ۱۳۷۶ و چاپ دوم آن در پاییز ۱۳۷۶ و چاپ سوم آن در تابستان ۱۳۷۷ انجام گرفت. این

کتاب شامل بخش‌های متفاوت بود که در آن بخش‌ها به بررسی دقیق عوامل مؤثر در ایجاد چروک پوست و روش‌ها و راه‌های پیشگیری و درمان آن پرداخته شده بود. اما از آن‌جا که سعی گردیده بود مباحث عنوان شده در آن کتاب طبق آخرین اطلاعات به دست آمده باشد و با دیدی علمی به تمام مطالب پرداخته شود، چنان به نظر می‌آمد که بعضی از بخش‌های آن فقط برای افراد متخصص مخصوصاً متخصصین پوست و داروسازان قابل استفاده است، از طرفی دیگر با توجه به این که آن کتاب مورد توجه بسیار قرار گرفت بر آن شدیم مجموعه‌ای جدید که شامل مباحث ساده و قابل استفاده برای عموم باشد، طراحی نماییم، لذا با استفاده از بخش‌هایی از کتاب قبلی و مباحث جدید دیگری که در آن کتاب عنوان نگردیده بود، مجموعه‌ای تهیه شد تا کلیه افراد بتوانند از آن استفاده کنند.

این کتاب جدید مباحث گوناگونی را در بر می‌گیرد.

در فصل اول آن به بررسی بسیار اجمالی پوست پرداخته شده است و در فصل دوم سعی گردیده عوامل مؤثر در ایجاد چروک پوست، به طور کامل و با بیانی بسیار ساده مطرح شود. زیرا تا عوامل ایجاد چروک را به خوبی درک نکنیم، نمی‌توانیم راه‌های پیشگیری یا درمان آن را بررسی کنیم. در فصل سوم بعضی از اقدامات و مواد مؤثر در پیشگیری از تشکیل چروک بررسی و تا حد ممکن سعی شده فقط مواد و روش‌هایی مطرح شود که برای عموم شناخته شده و تا حد ممکن برای آنان قابل دستیابی است.

در فصل چهارم، روش‌ها و موادی که در بهبود چروک‌ها مؤثرند مطرح شده است، البته در این فصل نیز سعی گردیده به مواد مورد استفاده در درمان چروک فقط اشاره‌ای شود و البته از ذکر چگونگی عملکرد این مواد که مباحثی بسیار علمی را به دنبال دارد خودداری گردیده است.

از آن‌جا که فرآورده‌های طبیعی اگر هم معجزه نکنند ولی بدون وارد آوردن هیچ‌گونه ضرر و زبانی به برقراری زیبایی طبیعی و حفظ آن کمک

مؤثری می‌کنند و همین امر توجه بسیاری از دانشمندان را به خود معطوف داشته است، لذا سعی شده در این کتاب نیز ذکری از این فرآورده‌ها به میان آید. بر همین اساس در فصل پنجم به تعدادی از گیاهان دارویی که برای پوست مفیدند اشاره گردیده و موارد استعمال آرایشی آن‌ها بیان شده و در فصل ششم نیز انواع مختلفی از ماسک‌های گیاهی و اثرات آن‌ها مطرح شده است.

در یکی دیگر از فصول این کتاب تحت عنوان لیفتینگ بدون جراحی به انواع مختلفی از ماساژهایی که می‌توانند در پیشگیری از ایجاد چروک در نواحی مختلف صورت مؤثر باشند اشاره شده تا با انجام این ماساژها بتوان تا حد ممکن از ایجاد چروک در پوست جلوگیری کرد، زیرا پیشگیری همواره ساده‌تر از درمان است.

عنوان فصل هفتم پیلینگ است. می‌دانیم که پیلینگ روش جدیدی است که اخیراً در جهت بهبود بسیاری از عوارض پوستی از جمله چروک‌های ایجاد شده در پوست به کار می‌رود. از آن‌جا که اکثر خوانندگان مایل هستند اطلاعاتی در این زمینه داشته باشند سعی شده تا حد امکان به نحوی بسیار ساده ولی کامل این نحوه درمان مورد بررسی قرار گیرد تا خوانندگان از چگونگی عملکرد آن اطلاع یابند.

در فصل دیگری از این کتاب نیز در زمینه استفاده از سم بوتولینوم در جهت رفع چروک‌های صورت که روشی بسیار جدید است توضیحاتی بسیار مختصر فقط در جهت آشنایی خوانندگان با این روش داده شده است.

در فصل آخر به جراحی پلاستیک پوست به عنوان درمان نهایی پرداخته شده و نحوه این عمل جراحی و مسائل مربوط به آن به طور اجمال بیان شده است.