

皮膚保養

- ➡ 長輩之特定皮膚問題
- ➡ 銀髮族皮膚保養說明
- ➡ 一般皮膚問題及保養



圖源：<https://tw.pixtastock.com/illustration/45590421>
<https://tw.pixtastock.com/illustration/63209899>
<https://tw.pixtastock.com/illustration/23300719>

宣導單位：
靜宜大學化粧品科學系

活動地點：
大肚青春會館

組別：第一組

組長：王心平

組員：

胡宥榕
黃苑萱
朱涵仔
邱姝媚
詹巧如
陳佩蓓

謝芷旂
戴彤恩
祝采翎
許謹纖
李佳苓

王鈺欣
路正怡
蔡依穎
呂俞葶
黃采穎

長輩之特定皮膚問題

1. 老年性紫癍症

又稱：光化性紫癍

血管脆弱→受傷→瘀傷、血塊

2. 乾燥病

油脂含量降低→皮膚乾燥、脫落

乾燥皮膚→發癢、緊繃

3. 色素斑及皮膚腫瘤

良性的曬斑、軟纖維瘤、

肝斑.....

日光性角化症、基底細胞癌或是
黑色素細胞癌



圖源：
<https://images.app.goo.gl/L5HVZKGq7Tti9pr4A>

4. 濕疹

又稱：皮膚炎、接觸性皮膚炎
紅、腫、丘疹、水疱

5. 帶狀疱疹

和水痘是同一種病毒

潛伏在神經結

刺痛、灼熱



圖源：
<https://images.app.goo.gl/RjMc4CAUy9oCQ5DA6>

6. 老年性雀斑

陽光對皮膚造成的傷害

若變大或變粗或形成硬皮



圖源：
<https://images.app.goo.gl/Yr83zfSbSzVamkEq8>

銀髮長輩之 特定皮膚保養說明

1. 皮膚清潔
選擇低鹼肥皂
2. 合適的護膚品
油脂性、非刺激性
3. 按摩
由中心至兩側
4. 找醫生求助
5. 化妝以淡妝為主



一般皮膚問題

洗澡時清潔：

使用溫和沐浴乳、沐浴海綿、
溫水洗淨、輕擦拭去皮屑
不可用水溫過高的水洗澡，
也不能過度刷洗身體

沐浴後：

要輕輕擦拭
使用不含酒精及香料的乳液
輕抹皮膚

有任何皮膚問題，千萬不可亂
用藥物，應及時就醫

