

最新皮肤管理工作总结(汇总9篇)

总结的内容必须要完全忠于自身的客观实践，其材料必须以客观事实为依据，不允许东拼西凑，要真实、客观地分析情况、总结经验。总结怎么写才能发挥它最大的作用呢？那么下面就给大家讲一讲总结怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

皮肤管理工作总结篇一

在这一年里，我在院领导的关怀教育下、在科主任的指导关心下、在同事们的帮助支持下，我很快适应并进入了新环境的医生这个新的角色，很好的完成了这一年的任务。在这个过程中，我在政治、工作、学习等方面均取得了很大提高。

通过认真学习有关国家医疗卫生政策，医疗卫生理论及技能，不断武装自己的头脑。时刻牢记为人民服务的宗旨，明白自己所肩负的责任，并根据工作中实际情况，努力用理论指导实践，以客观事实为依据，在实践中不断总结经验教训并结合本职工作，解决自己在工作中遇到的问题。

当20xx年6月，我步入神圣的军队医学学府殿堂的时候，我就曾在学员大会上庄严宣誓过：“我志愿献身医学，热爱祖国，忠于人民，恪守医德，尊师守纪，刻苦钻研，孜孜不倦，精益求精，全面发展。我决心竭尽全力除人类之病痛，助健康之完美，维系医术的圣洁和荣誉，救死扶伤，不辞艰辛，执着追求。为祖国医药卫生事业的发展和人类身心健康奋斗终生”。时至今日，我仍牢记在心并不断的努力着。医乃仁术，无德不立。大医有魂，生生不息。医德是医生思想修养的重要内容之一。古人称“医乃仁术”，仁者人也，意思是说医学是一种活人救命的技术。作一个名副其实的医生，除应当具有对病人高度负责的精神外，更要具有全心全意为人民服务的思想，还应具备一切为病人的品质。自工作以来，本人

从没收红包及药品回扣。拒收红包不仅是医院的规定，更是医生的职业道德，但作为一名皮肤科医生，更懂得那沉甸甸的分量寄托着患者对医生的敬重和以生命相托的信任。治病不计报酬，不计较个人得失，一心为救人疾苦着想，这是历代医家一直提倡的美德。只有做到这样，才不辜负我们身穿的白大衣，才配得上“白衣天使”的称号。

在工作中，本人深切的认识到一个合格的医生应具备的素质，要成为一名好医生，首先要有高度的责任心和细心刻苦的作风，同时要对病友有高度的同情心，要爱护你的病友，关心你的病友，时时处处替他们着想，对任何疑难或垂危的病人都不应说“你不行了”、“你这个病治不好”。而应首先帮助他们树立战胜疾病的信心，希望经过努力就可能变成现实。特别是对于我们皮肤科病人，我有深切体会，接诊时治疗前多与病人沟通，多细致询问病情，详细解说病人对疾病的疑惑甚至了解他的家庭环境、经济困难等家中锁事，治疗前、治疗中多察看病情变化并及时处理。如此在你那有如亲人般的照顾下定会取得病人的信任，这样病人及家属对于治疗前后的一些常规并发症就会了解并理解我们医生的工作，也可以杜绝很大一部分医疗纠纷的发生。另外，在工作时还应经常有一种“如临深渊，如履薄冰”的感觉，个人觉得这是一种面对病人最宝贵的生命而产生的责任感，所以我们任何时候也不能掉以轻心、马虎从事，因为你面对的是病人最宝贵的生命。只有我们保持良好的工作作风才能做到苦尽甘来：“医生是苦尽，病人则是甘来”。

工作以来，本人深切的认识到一个合格的皮肤科医生除了应具备的以上的素质外，丰富的理论知识和高超的专业技术是做好皮肤科医生的前提。20xx年受原医院领导委派，本人在太和皮肤科、泌尿外科进修学习，师从于周辉主任、姚启盛博士等，并以优异成绩学成归来。积极参加“省年会、市年会”组织的学术会议、培训班，聆听省乃至全国著名专家学者的学术讲座，努力提高自身的业务水平，不断加强业务理论学习，并通过学习查看订阅的业务杂志及书刊，学习有关卫生

知识，即时写下相关的读书笔记，丰富了自己的理论知识，通过不断的学习新的医疗知识和医疗技术及相关学科各项新进展，从而开阔了视野，扩大了知识面，始终坚持用新的理论技术指导业务工作，能熟练掌握各类顽疾诊治及并发症及合并症处理，熟练诊治皮肤科外用药的应用，如银屑病、湿疹的包敷；神经性皮炎的封闭疗法。

皮肤管理工作总结篇二

在过去的半年里，在院领导、护士长及科主任的准确领导下，我坚持“以病人为中心”的临床服务理念，发扬救死扶伤的人道主义精神，立足本职岗位，善于总结工作中的经验教训，踏踏实实做好皮肤科中的医疗护理工作。在获得病员广泛好评的同时，也得到各级领导、护士长的认可。较好的完成了本年度的工作任务。具体护理工作总结如下。

一、思想道德、政治品质方面

能够通过报纸、杂志、书籍积极学习政治理论；遵纪守法，认真学习法律知识；爱岗敬业，具有强烈的责任感和事业心，积极主动认真的学习在皮肤科所需要应用到的护士专业知识，工作态度端正，认真负责。在医疗实践过程中，严格遵守医德规范，规范操作。

二、专业知识、工作能力方面

我本着“把工作做的更好”这样一个目标，开拓创新意识，积极圆满的完成了以下本职工作：协助护士长做好病房的管理工作及医疗文书的整理工作。认真接待每一位病人，把每一位病人都当成自己的朋友，亲人，经常换位思考别人的苦处。认真做好医疗文书的书写工作，医疗文书的书写需要认真负责，态度端正、头脑清晰。我认真学习科室文件书写规范，认真书写一般护理记录，危重护理记录及抢救记录。

皮肤科为了提升每位护士的理论和操作水平，每月进行理论及操作考试，对于自己的工作要高要求严标准。工作态度要端正，“医者父母心”，本人以千方百计解除病人的疾苦为己任。我希望所有的患者都能尽快的康复，于是每次当我进入病房时，我都利用有限的时间不遗余力的鼓励他们，耐心的帮他们了解疾病、建立战胜疾病的信心，当看到病人康复时，觉得是非常幸福的事情。

护理事业是一项崇高而神圣的事业，我为自己是护士队伍中的一员而自豪。在今后工作中，我将加倍努力，为人类的护理事业作出自己应有的贡献！今后我会继续发扬我在过去的一年中的精神，在皮肤科做好我自己的工作，急病人之所急，为病人负责，绝对不要发生因为我的原因而使病人的病情恶化，我对自己的工作要做到绝对负责，这才是一名救死扶伤的好护士应该做的最起码的工作。

作为皮肤科的一名护士，我时刻的意识到我担子上的重任，我不会为医院抹黑，我只会来激励我更加努力的工作。在生活中我也是会严格要求自己，我相信我会做到！

皮肤管理工作总结篇三

一、业务方面

全年共接诊患者10200余人，较去年增长约10%，通过绩效工资改革试点，转变工作思路调结构，提高诊疗费，降低药占比，使费用更加合理。开展了红蓝光治疗新项目，增加科室收入。

1. 狠抓医疗质量与安全：落实十四项医疗核心制度，做好首诊负责制，强化科室管理意识，认真执行各项规章制度，落实岗位职责，完善医疗安全防范机制，落实医疗不良事件预警和防范措施，做好医疗差错及事故登记工作，加强危急值项目学习，确保了全年医疗安全。按照规范书写门诊病历，

杜绝空白病历，规范填写各种申请单，认真核对患者医卡通信息，避免差错发生。

2. 加强医德医风建设：提高服务质量，认真贯彻《医务人员医德规范》，加强职业道德建设，学习卫生法律法规，切实加强法制观念，参加警示教育学习，依法行医，弘扬“救死扶伤、忠于职守、爱岗敬业、文明行医”的行业风尚，提高了患者满意度。

3. 做好医院感染管理工作：严格消毒、灭菌工作，落实手卫生，提高洗手依从性，医疗废物分类管理，并做好登记。合理应用抗菌药物，预防多重耐药菌产生，做好传染病登记上报。

4. 继续做好艾滋病自愿咨询与检测：随着我区艾滋病感染者不断增多，艾滋病防控工作日益严峻，自愿咨询监测是发现感染者及患者的重要途径，通过参加省市组织的艾滋病防控知识学习，提高了防控能力，全年共上报自愿咨询检测人员200余人，艾滋病患者一人，同时我科. 被市疾控中心评为“20xx年度先进咨询集体”。

5. 加强消防安全：通过医院组织的消防安全知识讲座，提高了消防安全意识和消防应急能力，科室定期自查，排除隐患，保障了财产及患者人身安全。

6. 准备资料，做好迎评工作：为迎接二级医院评审，科室加班加点准备各种资料，学习条款，牢记各种规章制度及岗位职责，并在日常工作中认真执行，真正做到“理思路、明责任、拼命干、保通过”的工作思路。

二、201x年工作计划

1. 进一步学习评审标准与细则，找出与自己科室有关的条款，尤其是核心条款，逐一落实。

2. 制定201x年医疗质量与安全工作计划、医院感染控制、业务学习及三基三严培训计划逐月实施，定期自查，找出问题，及时整改不断提高。

3. 加强对医疗不良事件的管理与上报，熟练掌握危急值项目及意义，对出现危急值的患者迅速干预，做好首诉负责，耐心解释，尊重患者隐私权、知情同意权，向患者解释好替代方案，防范医疗纠纷的发生。进一步做好心肺复苏、消防演练，加强急救物品管理，提高突发事件应急能力。

4. 加强门诊病历质量管理，规范及时认真书写病历，消除空白病历，提高病历内涵。结合传染病管理工作，做好门诊日志填写，认真填写各种检查单、申请单。

5. 落实手卫生，不断提高依从性，防止医院感染，做好职业防护，避免职业暴露发生，加强医疗废物管理。合理应用抗菌药物，避免用量用法错误、超剂量应用及诊断与用药不符等现象发生。

6. 进一步做好艾滋病自愿咨询监测工作，艾滋病防治是一项长期性工作，我们要不断学习，提高防控能力。

7. 通过以上工作，希望我院顺利通过复审，同时进一步规范了我们的医疗行为，提高患者满意度，增加工作量，真正做到“患者至上、人为医疗”的服务宗旨，实现经济效益与社会效益双赢，向“学院型三级医院”的美好院景迈进。

皮肤管理工作总结篇四

一年来，在护理部和科主任的领导下，从各方面严格要求自己，在科室工作尤其是护理工作中身先士卒，大胆管理，认真落实医院和科室的各项工作制度，保证了科室工作稳步进行。积极配合主任做好医护协调工作，引导大家做好医护沟通；及时发现并解决一些摩擦和矛盾，增强了科室凝聚力，

使皮肤科成为一个温暖的大家庭；让医生护士在身心愉悦的状态下工作，也为病人营造了温馨、和谐的病区住院环境。

作为一个中西医结合内科综合科室，我们科面临病种杂，疑难杂症多，护理专科性不强的难题。而与之对应的是：皮肤科的12名护士，仅有一名是中西医结合护理大专毕业，其余都是西医护理专业毕业，在学校仅了解到简单的皮肤基础知识；在西医“专科护士”培训不断深入发展，专科护士特点和优势越来越明显的今天，皮肤科护士没有特定的专业知识和发展方向，这在一程度上影响了这个群体的工作积极性和队伍的稳定性，也给病区护理工作质量带来了负面影响。针对这一现实，我果断决定：从我做起，全员培训。采取业务讲课和业务查房相结合的方式，发动科主任和医生参与，对包括呼吸、循环、消化、神经系统的常见内科疾病知识进行培训，对皮肤基础知识和常用技能系统培训，甚至对一些普外科和骨科疾病的保守治疗、护理知识，也进行了培训。一年的系统培训下来，考核结果表明，护士对上述各系统常见疾病都有了全面的认识和了解，这不仅提高了她们的业务水平，也极大的增强了护士对自身、对科室发展的信心。此后，我又采取日常强化的方式，不断结合病房现有病例强化培训过的知识，终于打造出了一支技术过硬、有特色的护理队伍。

多年的护士长经历，使我深切的体会到：对于一个团队而言，规范其行为固然重要，但更重要的是要改变其思想，升华其内心世界，要让“护士长管理”这个外因，通过护士“个人素质”的内因起作用。为此，我采取了一系列措施：在护士排班表上，每周送她们一句人生、职场感悟；举办“天使心语”小板报；利用早会给她们讲一些励志、哲理等小故事，引发她们对人生、对事业的思索。潜移默化之中，我们皮肤科的护士，人文素质有了很大提高。我终于打造出了“我用人文知识改变护士——护士有效管理自己——护理工作质量提高”的良性链条。近几年，不仅皮肤科的护理文化建设搞得风生水起，而且圆满的完成了各项工作目标。在省市历次检

查中，我们xx科以收费规范著称，每次都迎接收费检查，没有给医院丢过一分。在行风评议检查中，皮肤科的健康教育和护理服务，更是赢得了参检专家的肯定和赞扬。

比如说，在对病人的健康教育方面，多数科室的做法是，单纯依靠护士口头宣教，但我通过长期以来的观察，发现了一个弊端：护士说得少了，内容涵盖不全，说得多了，因为时间有限，就会说得快而没有重点，这样，病人根本记不住。为此，我把入院宣教的内容列了一个提纲，作为护士口头宣教的内容，而把详细内容输入电脑，护士在做提纲挈领的宣教后，把详细的资料发于病人，这都起到很好的效果。类似的还有“鼻饲知识宣教”、“痰培养标本留取方法”、“尿培养标本留取注意事项”等等等等。这种口头和书面相结合的宣教方法，不仅有助于病人掌握，也节省了护士大量时间，因此深受大家欢迎。

俗话说，打铁还需自身硬，在认真做好科室护理管理工作的同时，我坚持学习新知识，不断总结临床护理经验，提高自身综合素质。于20xx年x月参加了心理咨询师考试，望在8月份获得三级心理咨询师证书。一年来，先后在国家级、省级杂志上发表学术论文3篇，在我院院刊上发表诗歌1篇，散文两篇。

尽管，回首往事，我可以毫无愧色的说：我没有虚度任何一寸光阴；面对我的病人我的科室，我也能够坦然的说，为了你们，我一直在努力！但是，面对自己，我深知工作中还有很多的缺憾，比如，科研是护理工作前进和发展的重要动力，但我们皮肤科的护理科研项目至今还是空白；再比如，有时候，过于严厉的要求，我甚至看到过护士的眼泪和无奈。因此，展望未来，对新的一年护士长工作我充满了信心，作为护士长我的努力方向是：1、力争在护理科研方面有所突破；2、宽严结合，让自己的管理方式更加成熟。

皮肤管理工作总结篇五

产后皮肤护理会变差，那么产后皮肤护理如何做呢，下面一起去了解一下吧！！

1、新陈代谢慢

妈妈产后身体虚弱，身体的各项功能都需要时间慢慢恢复，体内的毒素无法不会很快排除，比如肚皮上的黑色素沉积，将会持续一段时间。

2、睡眠差

宝宝出生后的3个月，大部分妈妈都睡不好。由于母性，一听到宝宝哭，立刻起身照顾，虽然有家人帮忙，但总觉得照顾宝宝要自己参与才放心。想要一夜安眠，就不可能。第二天顶个熊猫眼。睡眠质量不好，皮肤也不会好。

1、防晒保湿要做好

防晒保湿是美白关键。产后内分泌变化很大，皮肤容易变得暗黄、干燥，保湿就是恢复皮肤屏障功能的手段之一。考虑到在哺乳期间，建议妈妈们选择原料天然、成分简单、性质温和的保湿护肤品，如果真的不知道怎么选护肤品，建议妈妈选择带有孕妈、哺乳妈妈适用字样的产品，并且多用保湿喷雾。

2、补充维生素c

补充维生素c能够有效减少黑色素的活跃，也可以帮助胶原蛋白生长，滋润肌肤，并发挥抗氧化作用，预防肌肤过早老化。平时要多吃比如西红柿富含维生素c柠檬等食物。

3、多睡觉

睡觉是最好的美容方法，晚上睡觉是身体排毒最佳时间，并且能产生大量的褪黑素，睡眠充足，皮肤也会跟着有光泽。虽然产后难得好好睡一觉，你要学会见缝插针，宝宝睡觉，你赶快跟着睡一会儿；不要啥都自己做，懒一些，除了喂奶，其他事情多安排家人。

皮肤管理工作总结篇六

今年皮肤科在院领导的正确领导下，各项工作取得了很多进步，而自己的工作能力也在其中得到了很好的锻炼，以下为我科今年的工作总结。

全年共接诊患者xx余人，较去年增长约xx%。通过绩效工资改革试点，转变工作思路调结构，提高诊疗费，降低药占比，使费用更加合理。开展了xx治疗新项目，增加科室收入。

落实xx项医疗核心制度，做好首诊负责制，强化科室管理意识，认真执行各项规章制度，落实岗位职责，完善医疗安全防范机制，落实医疗不良事件预警和防范措施，做好医疗差错及事故登记工作，加强危急值项目学习，确保了全年医疗安全。按照规范书写门诊病历，杜绝空白病历，规范填写各种申请单，认真核对患者医卡通信息，避免差错发生。

提高服务质量，认真贯彻《xx》加强职业道德建设，学习卫生法律法规，切实加强法制观念，参加警示教育学习，依法行医，弘扬“救死扶伤、忠于职守、爱岗敬业、文明行医”的行业风尚，提高了患者满意度。

严格消毒、灭菌工作，落实手卫生，提高洗手依从性，医疗废物分类管理，并做好登记。合理应用抗菌药物，预防多重耐药菌产生，做好传染病登记上报。

为迎接二级医院评审，科室加班加点准备各种资料，学习条款，牢记各种规章制度及岗位职责，并在日常工作中认真执行，真正做到“理思路、明责任、拼命干、保通过”的工作思路。

在新的一年里，迎接二级医院复审仍是各项工作的重中之重，科室要进一步提高认识，学习条款，完善各项资料，并与日常工作有机的结合起来，真正做到有条不紊、忙而不乱。

1、进一步学习评审标准与细则，找出与自己科室有关的条款，尤其是核心条款，逐一落实。

2、制定明年医疗质量与安全工作计划、医院感染控制、业务学习及三基三严培训计划逐月实施，定期自查，找出问题，及时整改不断提高。加强对医疗不良事件的管理与上报，熟练掌握危急值项目及意义，对出现危急值的患者迅速干预，做好首诉负责，耐心解释，尊重患者隐私权、知情同意权，向患者解释好替代方案，防范医疗纠纷的发生。进一步做好心肺复苏、消防演练，加强急救物品管理，提高突发事件应急能力。

3、加强门诊病历质量管理，规范及时认真书写病历，消除空白病历，提高病历。结合传染病管理工作，做好门诊日志填写，认真填写各种检查单、申请单。落实手卫生，不断提高依从性，防止医院感染，做好职业防护，避免职业暴露发生，加强医疗废物管理。合理应用抗菌药物，避免用量用法错误、超剂量应用及诊断与用药不符等现象发生。

4、进一步做好艾滋病自愿咨询监测工作，艾滋病防治是一项长期性工作，我们要不断学习，提高防控能力。

通过以上工作，希望我院顺利通过复审，同时进一步规范了我们的医疗行为，提高患者满意度，增加工作量，真正做到“患者至上、人为医疗”的服务宗旨，实现经济效益与社

会效益双赢，向“xx医院”的美好院景迈进。

皮肤管理工作总结篇七

今年皮肤科在院领导的准确领导下，各项工作取得了许多进步，而自己的工作能力也在其中得到了很好的锻炼，以下为我科今年的工作总结。

一、业务方面

全年共接诊患者_____余人，较去年增长约10%，通过绩效工资改革试点，转变工作思路调结构，提升诊疗费，落低药占比，使费用更加合理。开展了红蓝光治疗新项目，增加科室收入。

二、狠抓医疗质量与安全

落实十四项医疗核心制度，做好首诊负责制，强化科室管理意识，认真执行各项规章制度，落实岗位职责，完善医疗安全防范机制，落实医疗不良事件预警和防范措施，做好医疗差错及事故登记工作，增强危急值项目学习，确保了全年医疗安全。按照规范书写门诊病历，杜绝空白病历，规范填写各种申请单，认真核对患者医卡通信息，避免差错发生。

三、增强医德医风建设

提升服务质量，认真贯彻《医务人员医德规范》，增强职业道德建设，学习卫生法律法规，切实增强法制观念，参加警示教育学习，依法行医，弘扬“救死扶伤、忠于职守、爱岗敬业、文明行医”的行业风尚，提升了患者满意度。

四、做好医院感染管理工作

严格消毒、灭菌工作，落实手卫生，提升洗手依从性，医疗

废物分类管理，并做好登记。合理应用抗菌药物，预防多重耐药菌产生，做好传染病登记上报。

五、预备资料，做好迎评工作

为迎接二级医院评审，科室加班加点预备各种资料，学习条款，牢记各种规章制度及岗位职责，并在日常工作中认真执行，真正做到“理思路、明责任、舍命干、保通过”的工作思路。

六、明年工作计划

在新的一年里，迎接二级医院复审仍是各项工作的重中之重，科室要进一步提升认识，学习条款，完善各项资料，并与日常工作有机的结合起来，真正做到有条不紊、忙而不乱。

1、进一步学习评审标准与细则，寻出与自己科室相关的条款，尤其是核心条款，逐一落实。

2、制定明年医疗质量与安全工作计划、医院感染控制、业务学习及三基三严培训计划逐月实施，定期自查，寻出问题，及时整改持续提升。增强对医疗不良事件的管理与上报，熟练掌握危急值项目及意义，对出现危急值的患者迅速干预，做好首诉负责，耐心解释，尊重患者隐私权、知情同意权，向患者解释好替代方案，防范医疗纠纷的发生。进一步做好心肺复苏、消防演练，增强急救物品管理，提升突发事件应急能力。

3、增强门诊病历质量管理，规范及时认真书写病历，消除空白病历，提升病历内涵。结合传染病管理工作，做好门诊日志填写，认真填写各种检查单、申请单。落实手卫生，持续提升依从性，防止医院感染，做好职业防护，避免职业暴露发生，增强医疗废物管理。合理应用抗菌药物，避免用量用法错误、超剂量应用及诊断与用药不符等现象发生。

4、进一步做好艾滋病自愿咨询监测工作，艾滋病防治是一项长期性工作，我们要持续学习，提升防控能力。

通过以上工作，希望我院顺利通过复审，同时进一步规范了我们的医疗行为，提升患者满意度，增加工作量，真正做到“患者至上、人为医疗”的服务宗旨，实现经济效益与社会效益双赢，向“学院型三级医院”的美好院景迈进。

皮肤管理工作总结篇八

炎炎夏季即将到来，皮肤护理是美眉最关注的问题之一，特别是油性肌肤的美眉需要更加注意。不过美眉护理方法都不一样，懂得如何护理皮肤，皮肤自然越来越好，而不懂如何护理皮肤，就让自己的皮肤越来越差。油性皮肤怎么改善呢？跟小编一起学一学吧！

冷热水洗脸

用温水洗脸可将皮肤毛孔打开，能更好的将毛孔清洁干净。水温度控制在40度左右，过高的温度可能会使面部毛细血管扩张，造成更多的.油脂分泌。热水洗脸的时候要用洗面奶、香皂等面部清洁用品，用冷水洗脸的时候就轻轻拍打脸部，能更好的收缩毛孔，抑制油脂分泌，冷水清洗时不需要再用洁面用品了。

用活水洗脸

活水指的是水龙头里的水，死水指的是脸盆里的水，油性肌肤用脸盆洗脸容易长痘，因为清洁用品在清理皮肤的会产生沉淀的小颗粒，小颗粒会沉淀在脸盆里，容易堵塞毛孔，这样就长痘了。油性肌肤的人应当使用水龙头或者淋浴喷头洗脸更加合适。

最好的擦脸方法就是不擦脸，让脸自然风干，但是脸上湿漉漉的会有些不舒服，有些人受不了，那就用毛巾按压脸部，沾去水分。按压的力度要小，（用毛巾在脸上揉搓，这样容易刺激皮肤，还容易堵塞毛孔）

洗面奶的选择

油性肌肤出油主要是因为缺水，洁面用品是比较容易造成肌肤水分丢失的，所以你要使用洗面奶洗脸。选择洗面奶时放弃碱性多泡沫的洁面膏，改用洁面乳，过强的泡沫洁面液会带走脸上的水分及皮脂，所以最好选用不含泡沫、性质较温和的洗面乳洗脸，选择泡沫较少的洗面奶，大多比较温和更适合油性肌肤（洁面乳最好混合使用，可以同时准备两种洗面奶）

爽肤水的选择

选择一个具有保湿效果的爽肤水，油性肌肤是因为肌肤缺水。在夏季，选择含酒精成分的收缩爽肤水可以控制油脂分泌及收缩毛孔。

防晒霜的选择

这是油性皮肤需要注意的重点之一，油性皮肤最怕堵塞毛孔，引发肌肤问题，所以在选择防晒霜的时候最好选择清爽无油配方，质地轻柔，含有多重天然中草药精华成分防晒霜，有效均匀肤色，维持肌肤水油平衡，质地温和清爽无负担，呵护娇嫩敏感的肌肤，令肌肤水润白皙，起到保湿控油作用。

皮肤管理工作总结篇九

冬季气候干燥寒冷，宝宝吹弹可破的皮肤容易受到影响，这

时候妈妈们就要给宝宝进行护肤哦，那么该怎么做呢？一起来看看！

1、涂抹润肤露防止宝宝脸部干燥皴裂。每次给宝宝洗过手脸后，不要怕麻烦，定要为宝宝涂润肤油。

2、外出前也要将宝宝的脸洗净、擦干，并涂宝宝润肤露。凡士林、儿童霜颇受妈妈们的欢迎。

3、冬季为宝宝洗澡不可太勤，水不可过烫，使用专用浴液或者什么都不用。浴后在小脸蛋上擦油保湿。

4、宝宝脸部皴裂应及时涂抹药膏。如果宝宝不小心出现干燥、脱屑等现象时用甘油、凡士林软膏涂之。

5、多给宝宝吃些富含维生素a的食物，避免皮肤会变得干燥，因而禽蛋、猪肝、黄豆等食物是上选。

1、平时要宝宝养成“爱唇”习惯——不随便舔嘴唇，不要随使用手拉扯嘴唇脱落的皮。

2、请妈咪们随身准备一支儿童唇膏在饭后临睡前涂抹，也可以给孩子的嘴唇涂凡士林、菜籽油等。

3、如果宝宝小嘴唇干燥，并已有脱皮现象，可在宝宝睡觉前涂上润唇膏，以含有金钱草及甘菊的为佳。

4、成人润唇膏通常会添加很多其他的化学成分，而孩子的嘴唇皮肤薄嫩，血管丰富，皮肤容易损伤。

5、睡觉前进行唇部护理：用湿毛巾轻擦唇部，然后把水擦干，再涂上蜂蜜或鱼肝油，连续护理一个星期。

1、天冷了，担心宝宝生病，可以把室内温度调高点。

事实是这样：过大的温差会引起宝宝皮肤干红甚至开裂，所以应适当缩小室内外的温差，如果宝宝皮肤出现干红，最好及时涂上一些比较滋润的润肤霜。

2、冬天给宝宝涂润肤霜时，可以直接涂在宝宝脸上。

面霜最好不要直接涂在宝宝脸上，否则不容易涂均匀，冰凉的感觉也会让宝宝觉得不舒服。妈妈先把面霜在自己手心抹开，再涂在宝宝脸上。

3、天冷了，用热点的水给宝宝洗澡正合适。

过热的水温可能使宝宝的皮肤失去油分，并且紧绷。最好是选用40℃左右的温水浴。

4、冬天到了，宝宝嘴唇容易干裂，给他多涂点润唇膏。

其实唇膏内所含的颜料、化学基质，会吸收口唇黏膜细胞内的水分，使得宝宝口唇黏膜细胞发生脱水现象，以致口唇黏膜变得干燥起皱，所以总感到口周皮肤和口唇黏膜干燥，会情不自禁地用口水来滋润口周皮肤和口唇黏膜。宝宝这种不能自行控制的做法不但不能减轻不适，反而会使口周皮肤和嘴唇黏膜越舔越干燥。