

# 中醫分證治療送走黃褐斑 亮麗肌膚健肝脾

姓名：Elsa

年齡：30+

工作：會計從業員

生活習慣：

Elsa 一頭長髮，烏黑油亮，身材高挑，眉清目秀，一雙眼睛清轍迷人，皮膚也是出奇的白嫩。Elsa 過幾星期就要結婚了，十年長跑的爱情終於有了歸宿。結婚前心情比較激動和緊張，這也是可以理解的，但激動與緊張的後果就是睡不好，從而導致色斑浮現。

電視廣告打得火熱，什麼面膜用兩片就能解決色斑問題，她搏命買，拼命往面上敷，但色斑卻絲毫沒有改變。沒辦法的她就只好一層又一層的化妝品往面上蓋，一卸妝不但全露了餡，就連一向白嫩的肌膚也變得萎黃。未婚夫說她白天光鮮亮麗，晚上黃面婆一名，都沒法看了，她明顯感覺到未婚夫的眼神沒以前那麼含情脈脈。睡眠質素差，還令她白天工作沒精神，又乏又困，不但工作效率低，還做錯了幾筆帳，差點被解僱，近期還寢食難安。

症狀：

淡褐色或是褐色斑塊，形狀不規則並對稱分佈在額角、顴及太陽穴等處。

## 譚莉英診斷

元兇：因情緒不穩導致肝鬱;肝氣犯脾，令脾胃虛弱;加上長時期厚重化妝品遺留毒素，造成氣滯血瘀。

黃褐斑在中醫稱為“鰲黑斑”、“肝斑”、“面塵”或“蝴蝶斑”，特徵是皮損多發生於面部，如雙顴、兩頰、額部，有些會出現在鼻樑及上唇部位等，形狀多呈蝴蝶狀，故稱為蝴蝶斑，患處皮膚的色素增加，一般為淡褐色到黑褐色。

## 黃褐斑成因

1.肝鬱：肝主情志，若情志不隨，令肝膽功能失調，導致肝氣鬱結，鬱而化火，繼而出現肝、膽經位置上(顴骨)出現色斑，瘀邪未退，久鬱化火，色斑慘被燒至融合成塊，結果斑斑塊塊湧現。

2.氣滯血瘀：化妝品中的有害物質，可以簡單地分為以下幾類：如重金屬、化妝品穩定劑、有機溶劑、香料、抗生素以及激素等。長期使用化妝品，毒素殘留於面上，阻塞經絡，經絡不通則氣血不能濡養肌膚，導致氣滯，氣運欠暢，繼而引起血液瘀塞，血瘀積聚于面成斑，且斑色多偏灰褐或黑褐。

3.脾胃虛弱：飲食失節，損傷脾胃，脾失健運，水濕內停，氣血不暢，顏面失養。色斑多為褐色或淡褐色，多分佈于顴周、唇上和口周，呈對稱分佈，同時面色蒼白或萎黃。

4.腎虛火旺：長期睡眠質素欠佳，令腎陽虛衰，陽氣彌散，虛火上炎，肌膚失養，腎之本色(黑色)泛於顏面。色斑呈深褐或黑褐色，多對稱分佈顴部、鼻子及額部。

### 常見有關色斑的誤區

#### 1.長斑初期，盲目祛斑。

很多女性在面部剛剛出現色斑，還不是很嚴重的時候，隨意地使用市面上聲稱具有祛斑功效的化妝品，自行祛斑。結果是色斑越來越嚴重，治療難度越來越大，耽誤了祛斑的最好時機。其實色斑越早期越容易治療，當然，要選用正確與針對性的祛斑方法，否則不僅問題沒有解決，反而加重，增加治療的時間和經濟成本。

#### 2.分斑不分治。

每種體質產生色斑的原因、症型及治療方案都不同，但說到祛斑，很多女性的瞭解都很模糊，以為一瓶祛斑霜任何人都可以用，幹性的肌膚在用，更甚者敏感性肌膚的也在用，胡亂往面上擦故經常誘發嚴重的皮膚過敏現象，造成色斑過敏和皮膚病，所以祛斑治療一定要分證型、致病因素、膚質、體質和治療方法，才能達到真正的護膚美白和保健效果最大化。

#### 3.只顧“效果”不顧後果。

不少患者對祛斑懷有一種急切的心情，總是希望一天兩天讓自己的面部光嫩如初。正是這種急功近利的心態，使得不少人選擇了剝脫法祛斑或短期漂白肌膚祛斑，看起來好像是立竿見影，其實皮膚的表層正遭到嚴重損害，自身免疫力大大減弱，經太陽一曬，很容易轉化為曬斑、真皮斑等更頑固的色斑，得不償失。

### 處理方法：

磁療：將強高斯生物醫療磁負極放於顴髎、印堂、地倉、合谷和足三里等穴，留磁 20 分鐘，除可活血化瘀、擊退色斑從而恢復幼滑亮麗嫩肌外，還可疏肝健脾、益血補腎，一次過達到美膚健體之效。