

節日濕疹

近日佳節連連，美酒佳餚，大快朵頤。可惜，入口之品，吃得消的是食物，吃不消是毒物，中醫講求凡事有「度」，過猶不及，皆致病也。今次受害主角，就是 Iris，她正是因為節日中吃、喝過頭而出現煩惱的濕疹。

Iris 扁扁嘴：「節日中，才大吃 3 天，突然皮膚出現疹子，痕癢異常，夜間尤甚，不但影響睡眠質素，還令心情極度煩躁，除了痕癢難擋之外，還因搔抓出現乾燥、脫屑、損口和結痂等，有礙觀瞻，所以急於找你求救。其實我一向沒有海鮮敏感傾向，加上節日中也沒大量進食海鮮，最多就是兩杯酒到肚和多吃兩件心愛的甜品，何解會出現濕疹？」

濕濁加酒精

我答：「濕疹主要由風、濕、熱邪所引發。酒精進入體內，被送到肝作解毒與排毒，但若毒物過量，肝無法完成任務之餘，還會引進體內肝風，風主動、主癢，故出現搔癢。未完全被肝處理的毒素便會被迫滯留在體內而出現濕濁，加上酒精乃炙熱之品，故生濕疹。你近期因節日前要完成手頭大部分工作加上熬夜，本來肝已是處於虛弱狀態，加上酒精入肚（外邪），馬上令體內出現風、濕、熱病邪，故誘發濕疹。」

甜品也是派對不可缺少的一部分，中醫認為甜品、甜膩食物為「肥甘厚味」，即食太多會令脾胃虛弱，濕熱內蘊，同時甜品會令體質偏酸，令皮膚處於慢性發炎狀態，結合肝的不足，便出現惱人的濕疹。」

Iris 續問：「濕疹如果不處理，會出現什麼樣的後果？」

我答：「濕疹也分為 3 個類型：急性、亞急性和慢性。這 3 種類型的濕疹症狀都是不同的。急性濕疹：症狀多以水泡、紅斑、丘疹、結痂、糜爛等皮疹形態出現，常發病在手、腳、面、頭和外陰部位，而且分布多以對稱為主，同時伴有劇烈瘙癢。亞急性濕疹：由於急性濕疹消退後，出現鱗屑、結痂、丘疹的現象，瘙癢不會太劇烈，但會時常出現瘙癢。慢性濕疹：多是由急性和亞急性濕疹演變而成，慢性濕疹症狀多表現為色素沉澱、皮膚增厚、患處皮膚變得粗糙、乾燥或破裂等。」

Iris 問：「請問我是哪種類型的濕疹？」我答：「急性。」

Iris：「那應該如何處理，那濕疹實在令人既煩躁又擔心。」我答：「珍珠濕疹療法：方法是在皮膚患處塗上中藥外用藥水（濕疹專用配方），然後局部輕叩，濕疹的搔癢感便會馬上緩解或消除，與此同時，外敷上珍珠與白芷混和而成的粉末，其後再塗上中藥外用藥水（濕疹專用配方），重複幾次治療，便可將濕疹治癒。磁療：將生物磁（負極）放於風池、曲池、血海、豐隆和太冲等穴，可中和體內自由基和酸性，從而達到消炎、止癢、抗菌、傷口癒合、祛疤和平衡臟腑之妙效。」

Iris：「那我便可繼續享受節日美酒佳餚的樂趣了。」

本草醫藥坊