

體味

古語有云，未食五月糲，寒衣不入籠。近期各大時裝店的窗櫺都齊心地換上春裝，同時多得老天爺的配合，氣溫上升到 28 度，所以，我跟很多朋友一樣，急不及待把春裝掛上身，實行潮人型到底。

見到朋友 Macy 仍舊穿上厚厚的外套，便奇怪地問：「嘩，發生甚麼事，天氣又熱又焗，何解將自己密封？」

Macy 苦著面說：「近期身體出現異樣，不知何解體味湧現，而且還被男友投訴，苦不堪言，唯有穿厚衣密封，怎料越封越多汗，越多汗就越重味，實在煩惱兼尷尬。其實何解會有體味？又可以怎樣處理呢？」

體味的成因

先天稟賦：此種情況常有家族遺傳傾向，多見於身體強壯、汗毛粗壯之人，多在青春開始出現汗臭，夏日或汗出時更甚，腋下有棕紋縷孔時，則汗出色黃如柏汁染著襯衣呈黃色，經洗浴後，只能暫時緩解。

濕熱內盛：嗜食肥膩、甜味、煎炸、熱氣、辛辣、奶類、澱粉、抽煙或嗜飲酒的人士，容易導致脾胃內積濕積熱。而且以上的食物群會導致體質酸化，酸性體質會令體內毒素、臭味、細菌和病毒增加。人體排泄系統從三個途徑排出，分別是大便、小便與皮膚，縱使大小二便正常，若果未能將體內毒素清除，便會有餘毒從皮膚而發，因而產生汗臭。如果不幸小便或大便不暢，那麼氣味就更加刺鼻了。

處理方法：

針刺：復溜、大椎、氣海等穴、平補平瀉，留針 20 分鐘，隔日針 1 次，7 次為 1 療程。

淨血療法：以梅花針及排毒藥水將體內熱毒和黏稠瘀血於大椎穴排出，從而達到排毒、泄熱和瀉火之效。隔日 1 次，7 次為 1 療程。

磁療：用強高斯磁片（負極）放於太沖—內庭和肩井等穴，佐以 75Hz 交變電流，留磁 20 分鐘，隔日 1 次，7 次為一療程，便可從新成為清新達人。

頻率電磁療：運用排毒、止汗和修補人體細胞功能的磁頻率，佐以微電流導入，留於極泉和百會穴，過程只需 20 分鐘，隔日 1 次，5 次為一療程，便可有效將體味驅除。

內服中藥：

香體湯：豆蔻 3 錢、丁香 3 錢、藿香 3 錢、木香 4 錢、白芷 3 錢、桂心 3 錢、香附 5 錢、甘松 3 錢、檳榔 5 錢、當歸 7 錢、甘草 2 錢

做法：所有藥材放入大瓦煲，加入適量清水浸泡 20 分鐘，將浸藥的水和藥材一併煮沸後，轉慢火煲 1 個小時 30 分鐘，約得藥湯 1 碗，留用；再將適量清水加入大瓦煲的藥渣中翻煎，待煮沸後，再用慢火煲 1 個小時 30 分鐘，同樣將 1 碗藥液傾出。最後，將 2 碗藥液混和，平分開 2 碗，早晚各服 1 碗，飯後溫服。連服 7 天，以觀其效。

本草醫藥坊