

秋冬潤唇

美女助手 Cherry 平素習慣舔唇，近期更出現嚴重脫皮，於是求救問道：「醫師，何解嘴唇經常乾燥，甚至嚴重脫皮，最慘不單是冬季出現，就連潮濕季節亦然，是否代表身體出現了問題？」

嘴唇部位是黏膜，沒有汗腺也沒有油脂分泌功能，所以冬季寒風很容易讓我們嬌嫩的嘴唇乾裂脫皮。除了天氣原因，嘴唇乾裂跟脾胃有著密切的關係。「脾開竅於口，其華在唇」。若脾胃濕熱，加上風邪外襲，致風濕熱相搏，循經上蒸，結於唇部，日久陰虛唇失滋養；或因脾經血燥生風，致發唇動，都會導致唇部乾燥或脫皮。再者，你經常有舔嘴唇的不良習慣，就很容易造成嘴唇的乾裂和脫皮。嘴唇上的唾液蒸發後，這些大分子蛋白質會殘留在嘴唇上，與唇部脫落的細胞一同形成痂皮。由於痂皮下方的組織不完整，如果強行撕去，就會造成破損甚至流血，從而形成更多痂皮。Cherry 大呻非也，舔唇皆因唇部乾燥不適呢！有甚麼人是高危？

容易出現唇脫皮人士

- 嗜飲酒和抽煙
- 經常吃煎炸、辛辣、糖份高和刺激性較強的食物
- 陰虛體質遇著秋冬季，乾燥多風季節
- 飲水不足
- 缺乏維生素
- 久待冷氣房
- 未徹底卸除唇妝

修復這爛爛嘴唇

1. 頻率電磁療：在唇部表面使用頻率電磁療，導入骨膠蛋白原液，留磁 20 分鐘，隔日 1 次，5 次為一療程。除可提升體內鹼性化，從而改善唇質外，還可一次過加強唇部與經絡的氣血功能，即時修護唇部，幫助細胞更生及血液循環，令嘴唇潤澤而富彈性。
2. 針灸：針刺地倉、足三里和三陰交等穴，平補平瀉手法，佐以艾灸，留針 20 分鐘，隔日一次，7 次為一療程，可強化唇部微循環，改善唇脫皮外，還可一次過把脾、肝、腎都調理好，一舉數得！

3. 護唇磨砂

材料：純橄欖油半茶匙、黃砂糖(有機產品更佳)1 茶匙

做法：將兩者混和，均勻塗在已清潔的嘴唇上輕輕打圈，按摩約 1 分鐘，其後用暖和濕毛巾抹乾淨便可。

用法：隔日 1 次，可按唇部皮膚狀態增加或減少。

4. 唇膜

材料：純蜂蜜半茶匙、純橄欖油半茶匙

做法：將兩者混和，均勻塗在已清潔的嘴唇上，靜待 10-15 分鐘，然後用暖和濕毛巾抹乾淨便可。

用法：隔日 1 次，可按唇部皮膚狀態增加或減少。

本草醫藥坊