

錯誤擠暗瘡

與友人 Joey 很久沒有見面了，一見面當即嚇呆，全面如倒瀉芝麻，一點點黑黑的，遂問發生何事，原來怪罪擠暗瘡所致。

Joey 表示近期洗面時發現皮膚凹凸不平，原來長出很多小粉刺，又不是青春期，所以並不是大夥泛紅的膿瘡，但見皮膚粗澀，上班要見人，異常礙眼，於是自行用手擠壓，不知不覺間，便成為了「花面貓」。粉刺不但沒有消退，反而有些發炎，斑痕歷久不退。其實任何人在不同年齡都有機會出現暗瘡，所以暗瘡並不是青春期的「專利」。一般人認為含膿、大顆泛紅長於面頰的才算暗瘡，事實上閣下於額頭、下巴所見的小粒子亦屬暗瘡，在醫學上稱為粉刺。很多時，上班一族遇上暗瘡，便急不及待用手亂擠一番，其實這樣不但未能令暗瘡立刻消失，還會使情況惡化，隨時會造成更嚴重的問題，上班一族頓變成上「斑」一族。

亂擠暗瘡的後果

1. 如果使用不適當的手法亂擠暗瘡，反而會讓發炎的範圍擴大，令復原的過程中產生纖維化，變成硬硬黑黑的疤痕。
2. 如果沒「成熟」的暗瘡被擠爆後，就像氣球被踩爆一樣，表皮不規則破裂，癒合時會形成不規則的凹凸疤痕。
3. 不當或暴力的擠壓，會讓皮膚發炎，其後出現色素沉澱，變成大面積的色素疤痕。
4. 雙手有很多細菌，擠壓暗瘡容易使真皮層與毛囊創傷，繼而造成細菌感染，引致嚴重的發炎。

Joey 還表示很多人都喜歡用針清方法，問我的意見。我不贊成病人用針清方法處理暗瘡，一來過程會痛，二來每次針清完，臉上都會留下一塊塊紅印，沒有 1、2 天也不會消褪。如果處理不得其法，會令毛孔受損害，毛孔發炎爆出暗瘡，留下永久性的疤痕，得不償失。

中醫對暗瘡分類

基本上中醫會把暗瘡分為 4 類型：肺熱型、濕熱型、痰濕型和熱毒型。肺熱型最為輕微，主要是暗瘡初起，丘疹色紅；而濕熱型的暗瘡會有紅腫疼痛或有膿頭；肥胖人士較易有痰濕型的暗瘡，其瘡成囊腫型；熱毒型正是陽熱過盛的人，其臉滿布顏色通紅的暗瘡，甚至有膿液外溢。

速效解決暗瘡方法

頻率電磁療：在局部皮膚表面使用頻率電磁療，導入骨膠蛋白原液，其營養精華能快速滲入皮膚層，有效加促老化角質脫落，加強表皮層細胞代謝更新，減少粉刺暗瘡的形成，還可令皮膚表面上的疤痕軟化、分解，撫平因暗瘡或外傷所形成的疤痕和色素。

針灸：針刺印堂、下關、血海和合谷等穴，平補平瀉手法，佐以艾灸，留針 20 分鐘，7 次為一療程。除了有效將暗瘡殲滅，還可祛印除疤，一次過提升肌膚質素。