

# 面部青筋

面部青筋暴現，彷彿變形俠醫，別以為只影響儀容，其實亦反映健康出現問題。

生活中常說的「青筋」，就是人體皮下可以看見的靜脈血管，靜脈血管是將血液送回心臟的途徑，若果血液回流受阻就是反映體內積瘀，繼而青筋暴現。

## 中醫成因

**1.氣滯血瘀：**經脈堵塞或氣行不暢而形成血瘀栓塞、又或是胃腸內廢物積聚或毒素、細菌、宿便、寄生蟲等導致積滯，久積成瘀，毒害人體，輕則形成各種堵塞、黑斑或血痣，重則導致腫瘤。所以當生理廢物不能排除體外，就會導致全身各個系統會發生障礙，此時在臉部、腹部、腳部或手掌和手背的青筋就非常明顯。所以青筋暴現，正正反映體內的積滯。當靜脈血液回流受阻，壓力增高時，青筋常常在體表出現凸起、曲張、扭曲或變色等。

**2.氣血虛弱：**氣血不足，推動無權，血液循環與新陳代謝減弱，因而導致體內循環積滯、堵塞。根據科學家解剖屍體研究，發現癌症和衰老都是由於血瘀和廢物的積滯引起，所以積滯是百病之源，決生死，不可不通。

當面上或身上出現青筋，表明體內廢物積滯過度，是體內廢物痰濕淤熱毒積滯的一種外在反應。俗話說「青筋過鼻樑，無事哭三場」。身體內的廢物積滯越多，青筋就愈明顯。一般幾天不通便的人，青筋就特別明顯，通過青筋的形態就可以觀察出體內積滯的狀態。

一般隨著青筋的形態，顏色變化，則表示體內廢物積滯愈嚴重，所謂久積成毒。如果青筋到達凸起，扭曲，紫黑時，往往表示體內積滯的廢物愈毒，甚至表示大病將至。所以，身體上任何部位出現青筋，都表示相應部位所代表的問題。

## 頭、面部青筋出現的原因：

- 1. 太陽穴：**表示腦動脈硬化、頭暈，頭痛，則容易中風。
- 2. 額頭：**表示長期勞心勞力，緊張，工作壓力或心情壓力大。
- 3. 鼻樑：**表示腸胃積滯，容易胃痛，腹脹，消化不良，大便不利；紫色時則情況更加嚴重。
- 4. 眼袋：**脾虛眼袋大，腎虛眼袋黑。提示婦科疾病，月經不調或帶下病。
- 5. 嘴角腮下：**表示婦科疾病，帶下濕重，疲倦乏力，腰漆酸軟，下肢風濕。

6. 舌下：相應於人心臟的冠狀動脈，容易引起心臟疾病，心肌勞損。如果青筋凸起，扭曲，紫暗，則容易發生冠心病。

## 處理方法

### 針灸：

取穴：印堂、百會和下關等穴，佐以艾灸，留針 20 分鐘，隔日 1 次，7 次為一療程，除可清熱、活血、利濕，減少氣血阻礙外，還可強化肝、脾、肺與氣血功能。

百草醫藥坊