

護胸有法

近日風和日麗，陽光普照，趁假期相約姊妹淘到沙灘日光浴。Teresa 雖則應邀，但一向熟水性的她奇怪地只待在太陽傘下休息而不肯下水，Kelby 便問：「怎麼只乾曬不下水？」

原來有內情，Teresa 扁扁嘴，然後外套一鬆，並道：「你看！」Kelby 馬上察覺到：「泳衣洗壞了麼？何解上圍鬆了，如此不貼身，下水會走光啊！」Teresa 苦著臉：「是這樣的。夏天時候，雪糕冷飲吃多了，胖了 4kg，於是乎下決心節食用掉肥肉，怎料，肥肉尚且未完全甩掉，消失的竟然是胸部脂肪。結果，衣服依然由細碼變中碼，但胸圍則由 D 級慘變 B 級，嚴重影響信心與尊嚴，於是乎放鬆自己，讓自己多吃，結果更慘，肥膏長在肚、手臂、下盆及大腿等位置，但胸脯依然不爭氣，絲毫沒有半點起色。所以，你教我怎能以泳衣示人？」

Kelby 即望向我：「我們的醫師啊，她撞邪嗎，定中了詛咒，何解會出現這人間悲劇？」我答：「在人體中，乳頭是肝經管轄的，而乳房是脾經負責的。要知道，脾胃乃後天之本，是食入營養與氣血生化的基地。若果你截量（節食），首先削弱的當然是脾經（乳房）。若果你加強補給，放寬進食，理論上脾經會受益，但之前提及肝管轄乳頭，起著火車頭的帶動作用，Teresa 你一向容易憫憎又緊張，造成肝氣鬱結，經絡受阻，阻礙火車頭領頭羊的優勢，於是乎你縱使在營養上增加補給，但受益的並不是乳房，結果胸脯並無增長。」Kelby 八卦問：「那麼營養去了何方？」我答：「脾主肌肉及四肢，所以營養與脂肪皆跑到肌肉及四肢去，而令 Teresa 肥在肚、手臂、下盆及大腿等。」

Teresa 苦著臉：「怪不得我節食就瘦胸，增食就肥在不該肥的地方，那有方法急救胸脯嗎？我近期情緒欠佳，好大部分都是因為體型肥了但胸瘦了而導致的，所以我急於求救。」我答：「可以：用針灸！」

針灸

針刺：乳四穴、肩井、足三里和脾俞等穴，以補手法，佐以艾灸，隔日 1 次，7 次為一療程，除可疏通乳房氣血循環、通暢乳腺、補腎強肝及調理脾胃，從而達到豐胸、隆胸和瘦身減肥外，還可疏肝解鬱、平定情緒。

Teresa 聽後大喜。

Kelby：「我都想試試。」