

暗瘡印

書法聯盟春茗團拜，人才濟濟，熱鬧非常。突然背後有位「口罩人」輕拍我肩膀，轉身，看真，原來是久違了的 Yvonne。

大家打過招呼後，見 Yvonne 戴著口罩，關心地問：「怎麼了？感冒嗎？」

Yvonne 將口罩拉下，並道：「非也，只是滿面暗瘡印，不具傳染性。」Yvonne 滿面紅紅黑黑，斑疤累累，仍不失幽默感。Yvonne 續說：「前陣子工作很忙，壓力大，結果暗瘡反覆爆發。多手擠暗瘡，以為擠掉便會痊癒，怎料患處嚴重發炎，留下疤痕色斑。暗瘡疤痕與色斑絕對是完美肌膚的大忌，無論用上多少遮瑕膏，都不能完美地覆蓋。加上年紀大了，新陳代謝減慢，要退印除疤真的談何容易呢？就算勉強用遮瑕膏遮暗瘡印，也會有好明顯一撻撻的顏色，倒不如乾脆戴口罩遮醜算了。其實何解暗瘡退了卻留下惱人的烙印？」

我答：「暗瘡烙印是機體對組織損傷產生的一種修復反應，當皮膚的損傷深及真皮或大面積的表皮缺損，該部位的表皮不能再生，將由真皮纖維細胞，膠原以及增生的血管所取代，這樣就出現了痘痘疤痕。同時，痘痘發作時引起血管擴張，消下去後血管並不會馬上回縮，就形成了一些平平紅紅的紅斑，而皮膚細胞的發炎反應造成了對皮膚組織的破壞，發炎後的色素沉澱會使長過痘痘的地方留下黑黑髒髒的顏色，這樣就形成了暗瘡印。」

中醫成因

- 1. 氣滯血瘀：**多因瘀血積聚於肌膚，聚而不散，形成紅印。臨床上常見暗瘡患者在長期使用外用治療暗瘡藥物後，暗瘡印還是難以消散。很多時是患者在治療過程中只顧治標而忽略治本，也有些患者總是覺得熱氣，不停服食清熱的涼茶或藥物，導致脾胃虛寒，正氣受損，而使氣血虛弱，無力化瘀散結，繼而令色素與瘡疤沉澱。
- 2. 脾胃濕毒內蘊：**多因過食辛辣、燥火、味濃、肥膩、奶類、甜食、澱粉和酒精類的食品或暴食者，都會導致脾胃積滯，難以把食物消化掉及排泄。因消化欠佳這些食品便會由食物鬱積於脾胃變成廢物，若未及時被排出，便會轉化成毒素，毒素加上人體正常體溫成為熱毒。熱毒會從 3 個途徑排離人體，分別是大便、小便與皮膚。若小便與大便都排不清毒素時，便會從皮膚而排，若排毒過程中巧遇暗瘡損口，便會令色素沉澱，留下啡啡黑黑的顏色與結節。
- 3. 肝火壅盛：**夜睡、過勞、長期壓力、情志失調等令體內積存了大量躁火熱毒，導致肝火壅盛。肝管轄內分泌與排毒，若果功能紊亂，便會出現皮膚病變。」

Yvonne 問：「怎樣可極速消除暗瘡遺留下的烙印？」

處理方法

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，隔日 1 次，7 次為一療程，能改善面部氣血循環，有效減低色素沉著，加速消褪暗瘡印、疤痕平復及撫平凹凸洞，讓皮膚變得白滑細膩，回復光澤幼嫩。」

本草醫藥坊