

去角質層

近期電視劇武則天上畫，劇中美女如雲，女主角皮膚勝雪，高清鏡頭下臉孔光滑白皙，遂令香港一眾女生，法寶盡出，爭相加入白透亮麗行列。

Ceci 一向皮膚白滑，平常十分在意皮膚狀況，近來發現臉部膚色黯沉，摸起來不光滑，且脫皮出現屑屑，擔心是清潔做得不夠徹底，於是每天用去角質產品，去掉角質層，務求令皮膚回復白滑如武媚娘，一周後臉上竟冒出一顆顆紅疹，遂致電求救。

會面後，發現皮膚問題是由於過度去角質，造成皮膚刺激並長濕疹。

Ceci 苦著臉說：「我就是覺得皮膚變厚、乾燥、粗糙、脫皮，甚至皸裂，怕影響肌膚底層，肌膚的呼吸功能若受到影響，會加速皮膚衰老。若不重視或正確處理，可能會愈來愈『厚臉皮』，於是勤力去角質層，從而改善肌膚質素，怎料搞個大頭佛來！其實是甚麼原因導致角質層變厚？」

我答：「皮膚出現脫皮、脫屑等情況顯示角質層處於不健康狀況，別胡亂去角質引致皮膚更受傷害。」

角質層厚的原因

肝火盛：肝主情緒兼造氣血，若然情緒不穩、經常熬夜、過勞或長期壓力等都會令肝火旺盛，肝火旺盛不單把皮膚燒乾、燒焦，造成皮膚粗澀，角質層如雪下，就連氣血都會一併燒乾化掉，最後導致氣血虛弱，死皮堆積，面色暗啞。所以熬夜後總覺皮膚暗啞無光，主要便是肝火盛或肝血虛所導致。

脾虛：脾為後天之本，食入的營養以脾胃作生化基地；同時脾統血，主肌肉及四肢，即脾胃功能健康，食入的營養便可生化成氣血，再由脾統領氣血到肌肉和四肢，以達到營養之效。若果飲食不節、飲食失調、過勞又或經常思慮的人士，都容易造成脾虛，繼而出現一系列氣血、肌膚、肌肉和四肢功能失調的情況。

肺氣虛：肺主皮毛，即肺臟主管皮膚和毛髮，若果肺臟氣虛，便會同時出現皮膚與毛髮的不良狀態。

氣滯血瘀：氣血不足或是經絡瘀塞，都會造成氣滯血瘀。氣滯血瘀使氣血營養不能輸送到頭及面部，在營養不良下，死皮不斷出現，皮膚暗啞欠光澤。

Ceci：「那麼下次遇上角質層厚，我乾脆不理會，不處理了！」

角質粗厚後果

粗厚角質堆積在毛孔周圍，就會讓毛孔變得粗糙，同時也容易被阻塞，導致形成黑頭、白頭粉刺，並且逐漸撐大毛孔內部。這種現象最容易出現在額頭、鼻翼以及兩側的臉頰部位。

Ceci 扁嘴：「處理又損害皮膚，不處理又問題一籬籬，那麼應該怎麼辦好？」

磁療

利用生物醫療磁放在太陽、印堂、肝俞、脾俞與肺俞等穴，每日 1 次，每次 30 分鐘，除可有效將皮膚與肌肉修復，讓角質自然修補與脫落外，還可以一次過行氣化瘀、補肝健脾、強肺護膚，從根本抑制角質層變厚的發生。

本草醫藥坊