

## 瘦面有法

近日至潮莫過於追劇，大家追武則天弄得廢寢忘餐，主要原因並非因劇情的吸引系數多寡，而是若果不追劇，便彷彿缺少了話題，嚴重影響社交活動。

Angel 剛來電，有事相求，遂相約診所會面。甫坐下：「近期追武則天追上癮，那個大頭 V 面的范爺吸引指數爆錶，所以我又心癢癢趕上大頭 V 面潮，你可有辦法？」

我奇怪：「Angel 你不是一向有打瘦臉針的習慣嗎？」

Angel 苦著臉：「這個嘛.....就是出了點狀況才不敢再打！」

Angel 續：「我打瘦面針時出現面容僵硬，不自然，臉部不對稱，注射部位肌肉無力。甚至眼簾下垂和局部腫脹，更有一位朋友打針後還出現吞嚥困難呢，所以怕怕了。」

我說：「打瘦面針的效果並不持久，由於瘦面針是在肌肉肥大的地方打肉毒素，從而使該處的肌肉萎縮，筋腱鬆弛。其實肉毒素是一種神經毒素，效果並非一勞永逸，而且一經注射，以肉毒素為例，需間隔至少 6 個月以上才能在身體內吸收，其對神經的影響非常大，如果經常注射的話，會導致神經麻木，甚至損傷面部神經。再者，注射效果也不是百分百，少數人在注射幾次後會出現對抗瘦臉針的抗體，令以後的注射變得完全無效。」

Angel 扁扁嘴道：「這個亦是問題啊！在瘦面針反彈期間，面龐開始暴脹，要是再打，不但面型過瘦，而且還擔心體內的瘦面針劑量過高危及健康；要是不打，那個暴脹的月圓面不單止一日一日的長大，更甚的就是兩邊面吸收速度不一，變成鴛鴦面，難掩整容疑雲。知你能手法復位重塑造 V 型瘦面的效果，所以急於找你求救。其實亦想請教，從中醫角度，何解會肥面？」

### 肥面的主因

1. 面部是胃經管轄的，食物經嘴巴入胃，若胃功能良好，就是第一站吸收營養的臟腑；若是胃功能欠佳，就是第一站堵塞營養的臟腑。所以脾胃欠佳者，除了肚脹身圓外，還會令面龐肥腫難分，皆因胃經出事了。
2. 面骨移位。若下頷骨（牙臼）過勞、水腫，或習慣側臥、托頭、單邊背重物、本身有脊椎、頸椎側彎等，都會造成頭面骨移位，成就包包面的誕生。
3. 肝主筋（軟組織），肝氣不足，筋無所養，造成面部骨縫僵硬，肌肉軟組織膠原纖維彈性流失，不但面骨移位國字面，還會出現肌肉下垂。

Angel 續問：「那麼市面上的瘦面器或咀嚼香口膠又可行嗎？」

我答：「不可行。長期嚼香口膠或使用上下晃動或瘦面鍛煉器，會導致咬肌過勞而變得肥大肉厚，反而會練成腮部肌肉發達的『國字臉』。」

Angel 續：「我知你有更好的辦法。」

我答：「針灸配合手法復位吧！」

針刺：迎香、頰車及天突等穴，佐以艾灸，可疏通經絡，益氣健胃，調整機體代謝及氣血平衡，促進脂肪與毒素的代謝，除了獲得瘦面的效果外，還同時健脾益胃，一舉兩得。

手法復位：推按頰車、下關與顴膠等穴，以補手法，局部沉按 30 秒，便可將面型在極速且無痛的情況下，重拾理想的黃金比例。」

本草醫藥坊