

皺紋

從小被教育業精於勤的我，自問牛托世，並非魔王上身，只是一招勤力走天下，近期更見瘋癲。

在公，除了慣常的應診、教學、寫作與研究工作外；在私，與孩子們共同成長、嬉戲玩樂，加上早前放暑假，已令這個夏天增添了豐富的色彩。這還不只，近期傳媒朋友不約而同突發性求救，希望幫手做訪問。在正常情況下，突然性加插大量又排山倒海的工作只有兩個後果：一.精神崩潰而放棄；二.精神病而出現錯亂。而我的情況竟與上列完全不同，不單沒有半點崩潰與錯亂，還彷彿誤碰著開關掣般，愈做愈起勁，愈做愈有力和愈做愈興奮，所以我稱自己為瘋癲狀態。

喜歡素顏的我一向習慣出鏡時才找專業化妝師化化妝，所以，近日見化妝師的次數也十分頻密。化妝師正在幫我化妝之際，突然問：「譚博士，你近期經常化妝，也不見增添半點損美的痕跡，但我近 3 個月在無誘因的情況下突發了細紋和皺紋，我明白皺紋就像樹的年輪，清楚刻畫年齡的秘密；不想讓秘密輕易隨著臉部肌膚線條洩漏，所以實在想請教，何解會出現皺紋？」

我答：「人是一個有機的整體，顏面五官雖只是全體的一部分。但皮膚皺紋與肺、脾、胃、心、肝等臟腑的功能關係密切。

1. 肺主皮毛，若天氣轉變、呼吸系統病變（如鼻敏感、氣管敏感、哮喘或大傷風感冒等）、經常接觸油漆、污濁空氣等化學氣體，都會令皮膚狀態變差而使皺紋湧現。
2. 脾虛：化生氣血不足令皮膚營養不良，皺紋出現只是初步表徵。
3. 胃陰虛：嗜食辛辣熱氣、重口味、奶類或甜品等，令胃火熾熱，火熱上攻頭面，令面枯乾澀，皺紋湧現。
4. 心火盛：經常勞心或夜睡令心火盛，火熱上擾，薰蒸顏面，皺紋暴現且深刻。
5. 肝鬱化火：情緒不穩、長期壓力令肝氣鬱結，鬱而化火，火熱灼傷顏面陰津，引發皺紋。

化妝師續問：「皺紋不是年老就必定出現的嗎？」

我答：「一般因老化所引起的皺紋，大部分是肌肉或肌肉結締組織缺乏彈性、鬆弛、斷裂而造成。中醫典籍記載「十二經脈，三百六十五絡，其氣血皆上於頭面而走空竅」，因此，只要血氣充足，面色當然紅潤，也不容易引起皺紋，而氣血不足則會面色難看，皺紋也因應而生。所以，縱使年齡老化，也不一定會出現皺紋。」

經了解後，化妝師近日夜睡、應酬多，故抵抗力減弱而患上了感冒，感冒已發兩周還未痊癒，正正是我剛才所指的肺氣虛，脾胃濕熱和心火盛所導致的皺紋。」

化妝師說：「那麼複雜？」

我答：「除皺和美容是一個系統性工程，除了要掌握皮膚科，還得了解內科、婦科，甚至是神經科等相關知識，然後對症下藥，效果才會持久。若患者有氣虛現象，且氣血不足，容易驚悸，伴有失眠、眩暈、月經不順等狀況，中醫還會合併調整內分泌、腸胃等相關系統，做全身整體性的調理。局部的除皺並不能解決真正引發皺紋加速老化的原因，必須針對病人的情況來進行全方位的體質調理。」

化妝師續：「那我可怎樣甩掉皺紋？」

我答：「針灸佐以磁療。」

處理方法：

針灸：針刺印堂、絲竹空和中脘等穴，佐以艾灸，隔日 1 次，7 次為一療程，具有益氣活血的效果，組織修補靠血液滋養，一旦氣血充足，其修補能力才會提升。因此針灸對於經絡的幫助與氣血改善更具有深層的刺激與激活的效能。然而針灸並非只在臉部進行經絡刺激，同時也必須執行全身的調理，務求達到整體平衡，從而獲得防皺祛皺之效。

磁療：夜睡生物醫療磁床，能提升細胞功能，從而增加皮膚貯水能力，維持組織細胞內外水分平衡，除可滋潤肌膚，使肌膚豐滿、白嫩，並減少皺紋產生外，還可提升骨膠彈性與水分，從而趕絕皺紋的滋擾。