

# 面膜

Alice 與男朋友一起使用在日本購買的水分面膜後，雙雙出現過敏，男朋友脫皮，Alice 雙面頰與額角出現濕疹、鼻子脫皮、面腫、左眼發炎，遂來求診。

Alice 問：「為何我與男朋友雙雙出事呢？」

我答：「面膜成分七、八成以上是水，有水的地方，約一周細菌便會滋長，因此，面膜一定要放防腐劑，否則會長菌，問題在防腐劑濃度多寡。市面上近九成化妝品、清潔用品及面膜均含無色無味的防腐劑，通常都會有兩種以上的防腐劑。如果買水貨，又不了解當中成分，可能致敏，愈敷得耐愈嚴重，切勿人用你又用。如果用面膜時順便敷眼，這是不當的，因眼部肌膚薄且較敏感，面膜成分對雙眼周圍皮膚可能過於刺激。

除了防腐劑和香料，面膜裡其他成分也可能刺激皮膚。敷上面膜後，如果立刻覺得臉部刺、痛、癢，代表面膜某種成分刺激皮膚。常見的刺激成分包括香料、酒精、精油、丙二醇、防腐劑和乳化劑等。

如果隔了數周或數個月，出現皮膚紅腫、局部疼痛、發熱、發癢，那是過敏症狀。過敏症狀屬免疫反應，需要一段時間才會出現。常見的過敏成分以美白成分居多，包括果酸、熊果素、麴酸及水楊酸也會出現過敏現象。

雖然濕疹本身就有不同類別，但從發病機制來看，其實與一般的皮膚敏感如出一轍，最主要的分別就是發病程度，皮膚敏感屬初期，濕疹則屬較嚴重的階段。皮膚敏感如處理得宜，未必會引發濕疹，但如處理不善，則可逐漸演變為濕疹，有部份較嚴重患者亦會直接出現濕疹症狀。

敏感性肌膚是一種不安定的肌膚，是一種隨時處於高度警戒中的皮膚。一旦皮膚敏感發作，徵狀包括痕癢、紅腫、出疹、血點、水泡等，反覆發作、抓癢後患者皮膚會變厚、變黑、乾裂及脫落，這些徵狀最常出現在頸部、面部、膝蓋及手肘的彎位。」

Alice 續：「那何解同敷一種面膜，而男友只脫皮，而我就出現濕疹？」

我答：「中醫認為皮膚與肺臟關係密切：

- 1.肺主皮毛，肺主衛氣，衛護身體抵抗外來病邪，因此許多皮膚病和肺部疾患有關，你一向有鼻敏感，經常鼻子發癢流清涕，所以你的皮膚過敏都容易出現癢和濕瘡，倆者結合，正是濕疹也。
- 2.肺與大腸相表里，大腸的輸導功能失常就會引起大便秘結。腸胃熱熏於上，則容易出現面部乾燥脫皮，據聞你男友嗜肉食且排便一般，這正是其發病的幫凶吧！

皮膚是人體最大的器官，也是人體的第一道防線，主要承擔著保護身體、排汗、感覺冷熱和壓力的功能。五臟的功能都是息息相關，一個臟腑的失調，就會牽扯到其他臟腑的功能失常，應該要很認真地調攝。」

Alice 問：「平時可怎樣強健肺臟，又可為敏感肌膚加加油？」

我答：「黨參白朮湯（1 人份量）」

**材料：**黨參 5 錢、白朮 3 錢、茯苓 3 錢、生薏米 3 錢、紅棗（去核）4 枚、無花果 4 枚、瘦肉 4 兩、海鹽適量

**做法：**將材料洗淨，瘦肉汆水，無花果切十字花；所有材料同放入煲，加入適量清水，大火煮沸後轉慢火續煲 1.5 小時，最後加入適量海鹽調味即可。

**功效：**補脾益肺，養血潤膚。

**服法：**佐餐熱服，連服 3 天，若情況仍未能改善就要盡速治療。

**禁忌：**熱證（即你的男友是不合適的）、感冒者禁服。孕婦、大病、及長期病患者，建議服用前先諮詢合資格註冊中醫。」

本草醫藥坊