

針灸美白

很多女性都渴望成為「白富美」，所謂「白富美」，白字排第一，可見其重要性。而在充滿陽光與輻射的炎炎夏日，如何美白防曬，便成為女生們最在意的話題。

中醫角度認為膚色不白的原因是臟腑氣血失調，使皮膚得不到足夠的滋養從而出現皮膚暗沉或萎黃。而氣血不足多見由脾胃虛弱引起。導致脾氣虛的主因多見過度操勞或思慮過重，所謂憂思傷脾，思慮太多就會傷及脾胃，所以很多都市人都會出現緊張時胃痛或胃口差。然而肺主皮毛，管理全身的皮膚，肺臟功能良好則皮膚潤澤、白皙。若肺臟虛弱，氣血差，皮膚也相繼變得暗沉。

要美白，可通過針灸補益臟腑與氣血，從而獲得良效。針刺合谷、三陰交與腎俞等穴，可調陰陽、通經絡以達到滋養肌膚、增白悅顏和抗老減皺的目的，世衛已認可針灸能改善微循環，從而達到強身美顏之效。