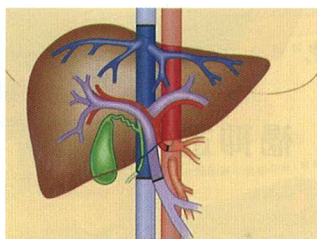


延緩衰老— 面部色斑及 色素性皮膚病 黃褐斑

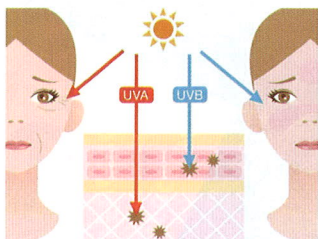


崔紹漢教授

黃褐斑 (Chloasma; Melasma) 是一種常見於青中年婦女(男性亦可見)的色素性皮膚病，其臨床表現為面部(包括兩頰、顴、鼻、額及口等部位)出現對稱性的淡褐色至深褐色的色素沉着斑，形狀、大小不一，表面平滑，邊界清楚，無自覺症狀。中醫稱為「黧黑斑」，俗稱「肝斑」、「妊娠斑」或「蝴蝶斑」。

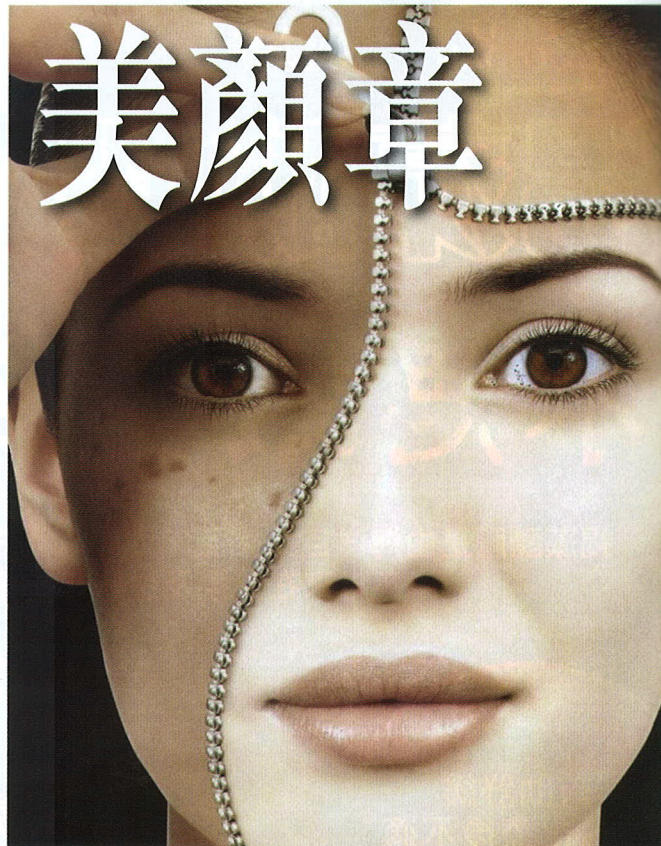


肝氣鬱結(和情緒欠佳有關)令肝功能不振，易令瘀血沉積，令表面形成色斑。

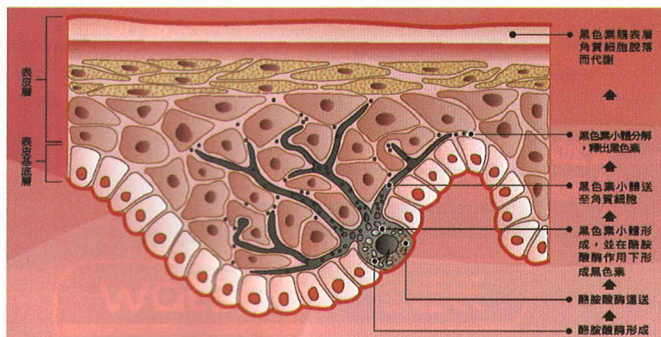


日曬亦是色斑增生的一大元兇

中醫學認為黃褐斑的病因有虛實之分。實者多因肝氣鬱結(與情緒有關)，影響肝的疏泄功能，肝氣鬱久化熱，上熏頭面，灼傷陰血以致顏面氣血失調，或瘀血沉積而成斑。虛者則因脾氣虛弱(與營養及水液電解質的代謝有關)，生化無力，以至氣血不足，不能榮潤顏面，兼且脾虛聚濕生痰，痰濕凝聚成斑；亦有因腎氣虧虛(與內分泌



現代醫學認為皮膚的黑色素細胞分泌亢進，導致黑色素大量沉積於表皮細胞內而引發本病。病因方面包括內分泌紊亂(腎虛)，如女性的月經失調(經痛、月經紊亂等)、生殖系統及子宮病變(子宮內膜炎、宮頸炎、盆腔炎等)、妊娠、更年期、口服避孕藥、雌激素血液水平升高等；某些慢性、消耗性疾病(脾虛)如結核病、肝病、腫瘤、卵巢多囊綜合徵、腎上腺皮質功能不全等，營養不良(缺乏蛋白質、微量元素和維生素A、E等)；情緒困擾和精神狀態欠佳(肝鬱)也會引發色素沉着加重。此外，長期使用某些藥物(特別是含重金屬的藥物)和日曬也是引發本病的誘因。



黑色素生長圖

本篇我們還要交代關公面紅的第三個版本。話說關公原本是白臉的，年青時的确是孔武有力，且愛抱打不平。有一次春遊期間，看見一名年青女子正被一名執紼子弟(二世祖)帶領一班家丁強搶，女子的父親力阻，卻被那班人活活打死。關公那會罷休，立刻挺身而出，把那名二世祖打死，救了那位女子。

不擇路，逃入山間一戶人家中。屋內剛有一名女子在紡紗，得悉關公情況，立刻殺了一隻雞，把雞血塗在關公面上，又從自己的頭上剪下一束秀髮，黏在關公下巴上，如此這般又瞞過了官兵。官兵離開後，關公急忙向那女子道謝，原來那女子就是當天在街上被關公救了的人。此後，不知怎的，關公的紅面始終洗不掉，鬍子也拉不掉，終於變成日後家傳戶曉的紅面長鬚形像。



關羽像

原來被關公打死的二世祖是當地縣官之子，關公當然被通緝，他唯有逃亡。有一次遭追兵緊追，關公慌



關羽的赤面大鬍子造型，原來也是眾說紛紜。

消黃褐斑湯 (1人量)

材料：黑木耳30克、紅棗(去核)10枚、杞子10克(後下)、玫瑰花10克(後下)、甘草1片。

製法：將黑木耳及紅棗洗淨，加水7~8碗煎約1小時至剩約2碗，至最後10分鐘左右加入杞子及玫瑰花便可。早晚餐後各飲1次，有感冒時停服。

功效：疏肝健脾，活血化瘀祛斑。



黑木耳



紅棗

祛斑穴位

定位：

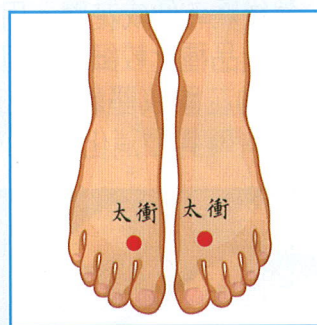
在足背，大腳趾和第二腳趾間的後方凹陷處。

方法：

以手拇指指腹用力按壓至產生痠麻的感覺。

功效：

太衝穴為肝經原穴，有泄熱、理血、祛斑的功效。



中