



內服清熱毒 去瘡不留痕

時下俗稱青春痘、暗瘡等的瘡瘡，屬於毛囊、皮脂腺的慢性炎症，以顏面、胸背等處生出丘疹如刺，並可擠出碎米樣白色粉汁為主要症狀的皮膚病。挑刺或反覆發作後，往往遺留色素沉着及疤痕。所以，中醫治療瘡瘡的重點在於「整體觀念」、「三因制宜」及「辨證論治」，瘡瘡的治法方藥靈活多變，內服、外敷、針灸等各具特色，安全有效。

文：藍永豪博士（香港中醫學會教務長）

圖：資料圖片

早

在兩千多年前的《內經》中就有關於「瘡」的記載，通過古籍對病名的解釋，「瘡」中的膿胞、結節、囊腫等較重的損害。至於「粉滓」、「粉刺」、「風刺」、「酒刺」、「粉花瘡」的概念相若，類似於現代瘡瘡中的丘疹、白頭粉刺、黑頭粉刺等程度較輕的損害。瘡瘡患者以青年較常見，多發於皮脂腺豐富的部位如顏面、上胸、背部等；初起多為細小丘疹，白頭粉刺或黑頭粉刺，繼而長出膿胞，甚則出現結節、囊腫。此外，皮損可有輕微瘙癢或疼痛，無明顯全身症狀。

辨證論治尋方劑

在中醫治療上，辨治瘡瘡，當代多從「肺經風熱、胃腸濕熱、肝經鬱熱、熱毒挾瘀、痰瘀結聚」五大證候着手，常用方劑包括枇杷清肺飲、丹梔逍遙散、逍遙散、龍膽瀉肝湯、知柏地黃丸、五味消毒飲、黃連解毒湯等，並加以化裁。丹梔逍遙散出自《內科摘要》，藥用牡丹皮、山梔、當歸、芍藥、茯苓、白朮、柴胡和炙甘草，能養血健脾，疏肝清熱，常用於肝鬱血虛，內有鬱熱證的瘡瘡患者；五味消毒飲《醫宗金鑑》藥用金銀花、野菊花、蒲公英、紫花地丁、紫背天葵子，能清熱解毒，消散疔瘡，對熱毒內蘊的瘡瘡患者尤為適宜。

根據筆者經驗，涼血化瘀的丹參、清熱解毒的連翹、清熱涼血的牡丹皮及赤芍最為常用；而清熱燥濕的黃芩、淡滲利水的茯苓、清熱涼血的生地黃、利水消腫的薏苡仁及清熱解毒的蒲公英亦為多用。



■瘡瘡患者忌辛辣、濃味、醃製食物。

忌吃辛辣避日曬

在日常護理方面，筆者建議患者避免日光暴曬，慎用含香料和藥物性化妝品，忌用刺激性藥物及激素類藥物；注意勞逸結合，睡眠充足，避免勞損；心情舒暢，保持樂觀情緒，避免憂思惱怒；忌辛辣、濃味、醃製食物，少食高脂、高糖類食物，多食新鮮水果及蔬菜等；平時多飲水，保持大便通暢，養成定時排便的習慣，防止便秘；避免偏食的習慣，以免引起維生素和微量元素的缺乏，使瘡瘡進一步惡化。

■日光暴曬有機會讓瘡瘡惡化。



丹參

唇形科植物丹參的乾燥根及根莖，性微寒，味苦，能活血調經，祛瘀止痛，涼血消癰，清心除煩，養血安神，善治瘡瘍腫痛，並能治月經不調，經閉痛經，疼痛，心煩，失眠。



牡丹皮

毛茛科植物牡丹的乾燥根皮，性微寒，味苦、辛，能清熱涼血，活血散瘀，善治癰腫瘡毒，亦治血滯經閉、痛經，並解熱伏陰分發熱及陰虛骨蒸潮熱。

連翹

木犀科植物連翹的乾燥果實，有「瘡家聖藥」之美譽，性微寒，味苦，能清熱解毒，消腫散結，疏散風熱，清心火，善治癰瘍腫毒、丹毒、斑疹、尿赤，為治療瘡瘡的要藥。



黃芩

唇形科植物黃芩的乾燥根，性寒，味苦，能清熱燥濕，瀉火解毒，止血，安胎，降血壓，善治肺熱血熱的癰腫瘡毒，並治胸悶嘔惡，濕熱痞滿。

蒲公英

菊科植物蒲公英的乾燥全草，性寒，味甘、微苦，能清熱解毒，消腫散結，善治熱毒釀膿的結節囊腫。



治瘡良藥：