



逢周一、周三、周五刊出  
網址: <http://www.takungpao.com>  
FAX: 2572 5593  
版權所有 翻印必究

博極醫緣

# 由內而外的美麗

## —痤瘡的治療

□註冊中醫師 溫愛詩博士

痤瘡又稱「暗瘡」和「粉刺」，是一種臨床常見的毛囊皮脂腺慢性炎症性的皮膚疾病，主要發生在青少年期和成年期，並以青春期最常見，所以又俗稱「青春痘」屬於中醫學「肺風粉刺」的範疇。近年隨着社會的進步和人們生活水準的提高，飲食結構的改變，工作學習節奏加快，及環境的污染，所以近年無論青少年或成年人痤瘡的發病率均有明顯上升趨勢。臨床主要表現為面部粉刺，丘疹或伴膿庖和結節，嚴重者形成囊腫，瘢痕或壞死，蜂窩織炎，灼熱腫痛。

中醫稱痤瘡為「粉刺」，因所生丘疹如刺，可擠出白色碎米樣粉汁，故有此名。因歷代醫家多認為本病與肺熱有關，故又稱「肺風粉刺」。歷代中醫對痤瘡（粉刺）均有描述，最早在《黃帝內經》中就可見到：「諸痛癰瘡皆於心，汗出見濕乃生痤瘡」的記載。對痤瘡的形成，《黃帝內經》中已有論述，《素問·生氣通天論》篇曰：「汗出見濕，乃生痤瘡……勞汗當風，寒薄為查皮，鬱乃瘡。」《素問·生氣通天論》王冰後來註曰：「瀆刺長於皮中，形如米，或如針，久着上黑，長一分餘，色白黃而瘦於玄府中，俗曰粉刺。」《外科正宗》之《肺風粉刺酒膾鼻》曰：「粉刺屬肺，離鼻屬脾，總皆血熱，鬱滯不散，所謂有諸內，形諸外。」清代《醫宗金鑑·外科心法要訣》認為：「此證由肺經血熱而成，每發於面鼻，起碎疮瘡，形如黍屑，色赤腫痛，破出白粉汁。宜內服桃把清肺飲，外敷銀頭散。」

西醫認為痤瘡是一種多因素的皮膚附屬器官疾病，其詳細發病機理目前尚未完全清楚。已知內分泌失調，皮脂腺導管異常角化，毛囊內微生物感染，免疫因素，精神因素，遺傳因素等在痤瘡發病中起了重要作用。根據發病的主要因素，西醫治療痤瘡總的原則是：抑制過盛的皮脂分泌；改善異常的毛囊和皮脂腺導管角化，消除毛囊內的細菌微生物和炎症。主要應用抗生素，維甲酸類，雌性激素，類固醇激素，維生素，雄性激素拮抗劑等藥物進行治療。

溫愛詩

廣州中醫藥大學醫學博士（皮膚科）  
香港大學中醫（針灸）碩士  
香港大學中醫全科學士  
世界中醫藥學會聯合會皮膚科專業委員會理事  
香港中西醫結合學會永久會員  
香港中西醫結合美容學會永久會員

編者按：  
《博極醫緣》是一個中醫診症治病的專題版面，撰文者是一群中醫學博士研究生——「博極醫緣」正是來自中醫古籍《大醫精誠》（唐·孫思邈）一文中的語句：「博極醫源，精勤不倦」。意謂為醫者要有精湛的醫術，因此習醫人須用心精微，勤學不倦。

《博極醫緣》逢每月第二個周一刊出，與讀者締結醫緣。

## 滋陰清熱綜合療法

□註冊中醫師 溫愛詩博士

對於痤瘡的治療，中西醫各有所長。西醫治療痤瘡，見效快，皮損消退明顯，但病情容易反覆，且多種治療痤瘡的西藥都有明確的副作用。而中醫對於痤瘡的治療，重視內外合治，整體調理。具有療效確切而長久穩定，安全而副作用少的優點。

筆者在臨床治療痤瘡所運用的「中醫滋陰清熱綜合療法」是根據導師廣東省中醫院皮膚科范瑞強教授多年治療痤瘡的臨床經驗為基礎的系統綜合療法，有別於傳統的清熱解毒法。

## 滋陰清熱綜合療法

### 病因病機：

(1) 主要是由於先天素體腎之陰陽平衡失調，腎陰不足，相火癸過旺；  
(2) 加之後天飲食生活失調，肺胃火熱上蒸頭面，血熱鬱滯而成。

### 辨證分型：

根據痤瘡發病時間的長短和皮疹形態等表現的不同，以及伴隨症狀的出現，可分為陰虛內熱，瘀熱痰結，沖任不調三個證型進行治療。而其中陰虛內熱是痤瘡的基本證型和常見，瘀熱痰結，沖任不調均是由陰虛內熱證演變而成。臨床發現女性的痤瘡發病還與沖任不調的關係非常密切。

### 治療法則：

滋陰瀉火，清肺解毒，涼血活血，疏肝調沖任。痤瘡的治療應像治療其他皮膚疾病一樣，「思外而揣內」，痤瘡病在內而發於外，所以治療應內外合治，標本兼顧。

### 治療方法：

針對痤瘡的基本證型用「滋陰清熱消痤湯」（女貞子，旱蓮草，柴胡，鬱金，魚腥草，蒲公英，連翹，生地黃，丹參和甘草等）為基本方加



減來治療各種痤瘡，其有滋陰泄火，清肺涼血的功效。臨床可以根據病人的實際病情進行加減藥物治療。瘀熱痰結型在「消痤湯」的基礎上加入活血化瘀之品組成「桃紅四物湯合消痤湯」共起養陰清熱，化瘀散結之功效。沖任不調型用「柴胡疏肝湯合消痤湯」加減；起疏肝清熱，調理沖任作用。除了內治方法外，更可加入外治法治療，例如具清熱解毒作用的中藥和面膜用來外洗和外敷，加速痤瘡局部皮損的消退。

多年的臨床觀察發現，無論男女痤瘡患者的心理和情緒因素在痤瘡發病中有非常重要的影響，證明痤瘡容易反覆發作與性腺內分泌功能失調有關，而內分泌的失調則與人的情緒、精神狀態、飲食不節、工作學習過於緊張等因素有關。故防止痤瘡的復發，除藥物治療外，還須非常注意精神情緒、飲食生活的調理。而大部分女性患者痤瘡的復發和加重又跟月經有關，所以女性患者有月經不調者，更應在月經前後服藥調理，連續

3個月至半年，以達到痤瘡不復發或減少復發目的。所以在滋陰清熱的基本方法上適量加入柴胡、鬱金等疏肝理氣的藥物，從而實現對患者體質的全面調理，可以調整患者的內分泌失調情況，起到平衡陰陽的作用。根據多年已進行的多項臨床研究證明，本法治療痤瘡療效確切。

中醫藥治療痤瘡，非常注重人體內外的整體調整，正如中醫國醫大師和皮膚科聖手禪國維說：「平調陰陽，治病之宗」。中醫藥治療痤瘡強調通過調整身體的內環境（五臟六腑的功能），才能體現人體的外環境（體表肌膚）。這樣才是「由內而外的美麗」的真正意義！

## 針灸治療子宮肌瘤

□註冊中醫師 劉慧嫻博士

中醫認為瘀血是肌瘤形成的根本原因，活血化瘀法是基本治療大法，再配合患者的不同體質辨證論治，整個經期分段用藥，對於氣虛患者施以保氣之法，但祛瘀須同時補虛，以免傷及元氣，否則便徒勞無功。近年很喜歡用蟲類藥物，但必須逐漸加藥，並囑咐患者應配合生活及飲食調節，治療3個月後應作婦科B超檢查，跟進治療效果。

現時西醫及中醫有哪些治療子宮肌瘤的方法？

### 西醫治療子宮肌瘤

主要方法是進行手術，磁力共振導向聚焦超聲波及子宮動脈栓塞治療；其次是藥物治療，臨床常用的藥物如促性腺激素釋放激素激動劑（GnRH-a）及米非司酮（mifepristone）等，對子宮肌瘤有短期療效，可以緩解症狀（如月經量減少甚至閉經，改善貧血症狀）及可能縮小肌瘤，但在停藥後上述症狀又恢復到用藥前的狀態，沒有實際治療子宮肌瘤的作用。而且，以上藥物皆有副作用，不適宜長期使用。如



劉慧嫻

廣州中醫藥大學博士  
中文大學中醫針灸學碩士  
香港大學中醫全科學士  
香港大學中醫疼痛學高級文憑  
香港大學專業進修學院兼職教師

### 常見病徵：

#### 1. 月經異常（約30%）

主要表現為經量增多、經期延長、不規則陰道流血，有些患者因而導致貧血。一般來說，癭膜下肌瘤對月經影響不大，肌瘤內的肌瘤增大後可導致經血較多，而黏膜下的肌瘤即使體質小，也較容易引起經血量多。

#### 2. 腹痛（約30%）

癭膜下肌瘤蒂扭轉時，呈急性腹痛。肌瘤紅色樣變時，表現為急性劇烈腹痛伴發熱。黏膜下肌瘤經宮頸口排出宮腔時，表現為下腹壓痛性疼痛伴腰骶脹脹、酸痛。肌瘤壓迫盆腔組織及神經，引起下腹部及腰背部疼痛。

#### 3. 白帶增多（約42%）

因肌瘤使宮腔面積增大，內膜腺體分泌增多所致。

#### 4. 不孕（約25%~30%）

子宮肌瘤合併妊娠可能導致早產或流產；若肌瘤壓迫輸卵管或使宮腔變形不利於受精卵着床。

#### 5. 尿急

子宮前壁肌瘤直徑可能過大時可壓迫膀胱。

但部分婦女沒有明顯症狀，當照B超時才驚覺自己患上子宮肌瘤。

#### 子宮肌瘤的病因有那些？

子宮肌瘤沒有確切病因，可能與體內雌激素水平過高，或子宮內膜的雌激素受體過多有關，當妊娠時雌激素增多，肌瘤可能增大，因此計劃生育的女性，應先考慮治療肌瘤。



### Uterine Fibroids 子宮肌瘤



## 如何能減少患上子宮肌瘤的機會？

- 禁用或濫用性激素：包含雌激素或孕激素類藥物，如避孕藥。
- 對於子宮肌瘤患者不能濫用補法，經量過多時也不能單純用止血劑，應採用先補後攻，或止血和血並用的醫法，原則是盡量不能損傷人體正氣。
- 勿過量攝取雪蛤膏、燕窩、魚籽等含高荷爾蒙的保健品，因可能會誘發或促進子宮肌瘤的增長速度。
- 足夠睡眠及適量的運動可改善血循環及舒緩壓力，從而增強自身免疫系統功能（瘤的生成和免疫力失調有關）。

另外，應有預防勝於治療及病向淺中醫的概念，若發現月經周期及經血量異常，經期延長；下腹部疼痛，下腹部摸到腫塊，特別在膀胱尿液充盈的情況下腫塊更明顯；下腹有壓迫感，排大、小便異常困難，腰痠背痛等情況，應進行婦科超聲波檢查作診斷，但有部分患者是沒有明顯症狀的。文獻及臨床證實，女性月經前、後，作針灸或中藥調理身體，亦有助預防子宮肌瘤、子宮內膜異位及婦科病的發生。