

中医美容:由内而外,祛斑才能直达根本

武汉颐和佰龄健康管理有限公司 康 莲

有一种皮肤问题,不痛不痒,却令人无比烦恼。那就是——长斑。中国有 80% 的女性都不同程度地被不同种类的斑所困扰,每年有 100 万名患者遭受祛斑不当毁容的案例。如何走出色斑魔咒?今天,就跟各位说说有关祛斑的那些事。

1 那些关于祛斑的真实案例

1.1 滥用祛斑产品,惨遭毁容

五十多岁的杨女士是宝鸡市一所重点中学的英语教师,从教 25 年她一直兢兢业业,多次被评为优秀教师。然而,仅因为使用了一瓶祛斑霜,她的脸上布满了大块大块的白斑,不得不告别她深爱的讲台。

1.2 网购祛斑产品,铅汞重度超标

咸阳一位消费者,受到网上低价的诱惑,购买了所谓速效祛斑的祛斑霜,结果浑身发痒、满脸红肿,肿得双眼都睁不开了。

1.3 轻信不正规美容机构,人财两空

西安市民许女士在当地美容院做祛斑美容,没想到做完后脸上黄褐斑非但没有祛除,反而脸又红又肿,还在额头和两颊留下十几条深色斑痕。

如此触目惊心的祛斑失败案例,告诫大家:祛斑切记不能操之过急,病急乱投医,也许会对肌肤造成不可逆的损伤。

爱美之心人皆有之,不知从何时起,起床给素颜的自己打上一层粉底已成了“例行公事”,临出门再盖上厚厚的遮瑕液才放心。拥有一张白皙光滑水嫩的脸是每个女人的梦想,星星点点的小斑点,不但意味着失去了美丽,甚至连自信心、存在感也失去了。到底是哪些原因导致女人脸上长斑呢?搞清楚长斑的原因,直击根本,才能祛斑无痕。

2 色斑形成的五大成因

2.1 遗传因素

由于家族遗传的缘故,在某些女性的体内,激素中所含的斑点基质色素超乎寻常。

2.2 内分泌改变

色素代谢与身体内分泌有很大关系,如有的女性由于月经紊乱,会出现面部色素沉着;而在妊娠

期,体内激素水平的改变,也会刺激黑色素的分泌。

2.3 紫外线照射

不论春夏秋冬,只要直接暴露在阳光下,就等于完全暴露在紫外线的辐射性下,这个时候身体会分泌出大量黑色素来吸收紫外线,最后导致色素沉淀形成黑斑。

2.4 作息不规律,压力大

睡得晚,睡得少,成了很多年轻人的日常。长期熬夜,会导致皮肤新陈代谢变慢,加快了皮肤中黑色素颗粒生成的速度,色斑自然会慢慢爬上脸了。如果长期处于焦虑、烦躁等等负面心理状态下,身体的养分调动功能会降低,皮肤营养不良的同时,色素细胞却变得活跃,于是导致长出黄褐斑。

2.5 不恰当的化妆方式

几乎所有的女生都会用化妆品,而化妆品中难免含有对皮肤有害的成分,比如重金属,色素等。如果是劣质的化妆品,有毒有害成分就更加难以预料。这些伤害皮肤的成分长年累月积累最终会导致许多皮肤问题,最常见的是黄褐斑。

2.6 病理因素

内脏功能障碍,如红斑狼疮、慢性酒精中毒等疾病会在面部形成色斑;患上慢性胃肠疾病、结核,脸上会出现黄褐斑;肝功能不全者,营养分解不完全,皮肤无法排出毒素,促使血液中雌激素的含量增加,进而刺激黑色素细胞形成增多。

看到这里,可能很多人会说,为什么长斑后,我用了 many 祛斑的产品,也没有什么效果呢?说到这,我们就要从中医的角度来看长斑的原因。中医认为,人体长色斑主要是因为人体内阴阳失衡引起的

2.6.1 因肝气郁结,致使血瘀颜面;

2.6.2 因脾胃虚弱,气血不能润泽颜面,湿热上升至颜面形成斑点;

2.6.3 因肾阳不足,阳气弥散,血瘀颜面形成黄褐斑。

以上三种原因,都和人体气血运行有关。因此,人体一旦气血亏虚,或运行不畅,都会对这 3 个器官

造成影响,反应在脸上就会长斑、肤色暗黄等问题出现。

气血不畅,体内毒素淤积,都是长色斑的成因,要想彻底祛斑,就需要由内而外的调理。所以像案例上那些外用涂抹,或是化学技术祛斑等等,都是忽视了正常肌理的生长以及恢复过程,要么是治标不治本,要么就是操之过急,损害肌理,这些都是得不偿失的。所以,不管,你是何种斑点,以下4大误区,要注意:

误区1、自制面膜有益皮肤

很多人认为用果蔬自制面膜祛斑,既经济又天然,不会对皮肤造成什么副作用。殊不知,未加工的纯天然物品本身的毒素还未清除,会引发一系列肌肤问题。

误区2、祛斑霜,速效美白祛斑

某些祛斑产品宣传能瞬间美白、斑去无影,似乎只有达到这种程度才算有效果,殊不知这种观念非常错误,漠视了肌肤的生理结构,往往留下无穷隐患。祛斑霜中铅汞含量严重超标,对人皮肤带来很大损害甚至会致癌。

误区3:只重外不重内

很多人美白只注重外部根本没有内调。所以,没有直击根本,也达不到最终美白祛斑的效果。

误区4:化学技术祛斑

利用酸性混合物将皮肤表层腐蚀再长出新的皮肤,对皮肤伤害大,恢复时间长,不能根除皮肤深层的色素,容易复发。且化学技术并不能改变内在体质,斑点诱发因素还在。

3 内调外养,万斑忧愁一次解决

正所谓“有诸于内,必形于外”,在中医看来,所有的皮肤问题,都是身体内部的预警。要想彻底告别这些问题,从内往外的调养必不可少。

3.1 既然说到由内而外的调养,气血方面的药材自然不可少。补血尤为突出的当属三七。民间把三七誉为“南国神草”、“金不换”等。大多数人都知道它活血化瘀。其实除了这些,三七还可以消除和减少皮肤皱纹及老年斑等。尤其适用于女性美容、护肤,是女性最天然护肤品。

3.1.2 现代科学对三七美容效果研究证明:

3.1.2.1 清脂美白:三七清脂因子渗透肌肤底层,清除多余脂肪,调理脉气、促进血液循环,让皮肤自然美白。三七调经养颜、补血、活血、散瘀。三七有活

血,逐瘀止痛,软坚化结,滋补强壮的作用,促进肌肤血液循环的同时舒缓皮肤暗疮生长,三七中的微量元素(微量元素与人体的内分泌有关)具有帮助调节内分泌的作用。

3.1.2.2 祛皱养颜:三七养颜因子能够去除皮肤暇疵、焕发皮肤神采、调理脉气。使皮肤更完美无暇。三七总皂苷(pns)清除自由基、延缓衰老。机体衰老是一个复杂过程,如能提高机体自身对自由基的清除能力,就能达到抗氧化、延缓衰老的作用。三七总皂苷(pns)可提高血清超氧化物歧化酶(sod),还原型谷胱甘肽(gsh),过氧化氢酶(cat)水平,具有较强的抗自由基、抗氧化作用,从而起到延缓衰老的作用。

3.1.2.3 舒缓暗疮:三七舒缓活血因子能够促进肌肤血液循环。增强肌肤稀薄呼吸作用的同时舒缓暗疮再生。三七氨基酸、蛋白质以及生物活性物质补充肌肤营养、美白祛斑。三七中含有多种人体必须的氨基酸和蛋白质成分,三七中的氨基酸、蛋白质有营养皮肤美白,又能祛除各种色素斑点(氨基酸,可使新生皮肤取代色素沉重的老皮肤,所以能消除各种皮肤色素斑)的作用。

3.1.3 弄清楚这些后,再把握以下几点来针对性选择。这样才能做到祛斑的同时,达到美容养颜,健康加分的最佳效果。

3.1.3.1 第一点:选择天然植物提取的内服产品。外用的产品,只能解决表面问题,要想根治斑点,由内而外,必不可少。选择有资质的专业祛斑产品,一味速效的产品不可信。

医学美容专家张凤翔教授,潜心40年科研成果——美肤康片。萃取汉方优选植物三七天然精华,再搭配丹参、茯苓、百合、甘草等名贵草本,通过专利技术,将植物原始能量转化成肌肤所需营养,科学安全,吸收更好。专业祛黄褐斑,祛痤疮,还原肌肤自然状态。

3.1.3.2 第二点:饮食要调整。长斑的因素跟年龄、身体机能有很大关系。饮食的习惯,对于祛斑的影响也是不容小觑的。所以平时要多食用些抑制黑色素、延缓衰老的食物,如番茄、百合、茯苓等,这样对于抑制长斑,祛除色斑都有着不可忽视的作用。

3.1.3.3 第三点:坚持很重要。人体的肌理改变都是一个过程。无论选择何种产品,遵循产品的周期来服用,一定时日,就能看到意想不到的效果。