

美顏塑身針能搞定 中醫在醫學美容的應用

文·圖／台北分院 中醫部針灸科 主任 鄭鴻強

中醫起源於4000多年前，有悠久的歷史和深厚的文化背景，對改善人類健康有很多貢獻，直到現代，中醫藥的使用率及受重視的程度仍盛行不衰。根據美國一份調查報告顯示，美國接受另類醫療的成年人持續增加，由1990年的34%上升至1997年的42%，到了2010年，中醫藥使用率更成長到51%。

中醫醫學美容，從內到外一起美

一般人對中醫的印象還停留在開藥方、針灸、把脈、推拿等層面，其認知往往並未觸及中醫的精髓。中醫是以陰陽五行理論為實踐基礎，所採用的獨特療法，如方藥、針灸等，均從調和臟腑系統，維持體內陰陽平衡以改善病變為出發點。

即使是當前最熱門的醫學美容，中醫也有其獨到之處。中醫的醫學美容包括治療性美容與保健性美容，是以中醫理論為基礎，運用辨證論治的方法，對損及美觀的疾病進行審證求因、審因論治，內外兼治來維護外形之美，不僅針對性強，效果也很突出。簡

言之，中醫醫美就是要在健康的基礎上創造人體的外形美！

針灸刺激經絡，美顏塑身好幫手

中醫醫美的方式有很多種，可分為中藥、食膳、針灸、推拿按摩、氣功、養生，以及中藥面膜和中藥藥浴等。以臉部美容為例，中醫的治療範圍包括面部痤瘡、皺紋和皮膚鬆弛、眼袋、黑斑、黃褐斑等。目前比較常用的如「針灸美容法」，是以針刺、灸療的方式刺激經絡穴位，調理各臟腑組織的功能以促進氣血運行、疏通經絡以抵禦外邪入侵，達到延緩衰老、美化容顏的目的。



針灸美容有拉提臉部的效果

另有一種「埋線塑身法」，是將人體可吸收的異物（多半是可吸收的手術用縫線），藉由特殊針具刺進穴位，停留在穴位附近，每天24小時不斷發揮功能。如此可產生物理性刺激（有穴位封閉、針刺及留針、埋針、放血等效果）和化學性刺激（造成異種組織的排斥反應），進一步導致無菌性的發炎，因而燃燒局部脂肪組織，達到塑身目的。患者若能配合持續的運動和飲食控制，減重成效會更加明顯。

基本資料	第1週	第2週	第3週	第4週	第5週	第6週	第7週
體重 (kg)	54.7	52.7	52.3	51.8	51.5	51.2	50.9
體脂肪 (%)	22.9	22.6	22.5	22.4	22.3	22.2	22.1
BMI	24.3	23.9	23.5	23.3	23.2	23.1	23.0
基礎代謝率	1208	1205	1202	1199	1196	1193	1190
內臟脂肪	6	6	6	5	5	5	4
體年齡	56	53	51	51	49	47	45

量身	第1週	第2週	第3週	第4週	第5週	第6週	第7週
腰圍 (cm)	94	90	88	87	87	86	82
肚圍 (cm)	99	95	91	87	87	87	85
膝下5公分							

一名女子在接受針灸埋線治療7週後，腰圍及腹圍均明顯縮減。

韓醫的整顏針，等同中醫針刺美容

韓國有整形天堂的稱號，更有一整條街因全部都是整形診所而聞名全球，走在這條街上可以看到很多女性即使是陰雨天，照樣戴著大大的太陽眼鏡來來去去，其中十之八九是剛動完整形手術。韓醫（韓國的傳統醫學）也想盡辦法要搶食這塊大餅，因此開發了許多中醫醫美的技術，其中一項就是「整顏針」。從字面上即可了解這一定和臉部有關，沒錯！「整顏針」又叫「縮臉針」，是韓國最近很風行的臉部微整。

整顏針是利用特細毫針（通常用34號針）來刺激臉部特定肌肉群（胸鎖乳突肌、額肌、顴骨肌、翼狀肌、環耳肌、眼輪扎肌等），達到刺激臉部肌肉收縮、增加皮膚再生力、調整淋巴及血液循環、改善臉部皺紋及皮膚彈性等效果，很能滿足醫美患者所要求的免手術、方便快捷、價格適中、無副作用、立即見效、效果持久的特性。

此一療法目前在韓國以10次為1個療程，每次30分鐘，收費韓幣80-120萬（折合台幣約2-3萬元）。很多上班族利用午休時間前往診所接受治療，再回公司上班，因為用的是細針，很少有疼痛及流血的情形發生，效果可持續約3個月。

其實韓國的整顏針和中醫針刺美容的原理是一樣的，其優點如下：有助於減少眼睛和臉部浮腫、增加膠原蛋白的生成、提高肌肉和皮膚的收縮、改善或消除雙下巴、使眼皮抬升並減輕面頰的下垂等，可以讓整張臉看起來更年輕。民眾如果真想藉助針刺來整顏，何必遠道赴韓，因為台灣對此有深入鑽研的針灸科醫師正是個中好手啊！👍



魚尾紋也能藉由針灸改善（左圖為治療前，右圖為治療後）