

脸上痘痘分布

提示内脏健康问题? NO!



“鼻头长痘表示胃火大、消化不良;眉头长痘表示睡眠不足……”网络上关于脸上痘痘与脏腑有关的文章很多,大多

被疯狂转发,还图文并茂。记者发现,虽然这些文章都提到痘痘萌发部位反映相应脏器有健康问题,但对具体对应的脏腑却又各有说法。有的文章提出鼻翼痘对应的是胃部的问题,但另一篇却认为是跟心脏有关;有的人认为额头痘是心脏和小肠有问题,另外一些人却说是肝脏毒素过多。

“脸上痘痘的萌发部位真与内脏健康有关?”广东省皮肤病医院中西医结合皮肤科主任罗光浦副主任医师表示,自己已被无数病人咨询过这个问题。他表示,各家学说未必没有道理,但就目前主流的中医学说和中医教科书来看,没有材料表明脸上痘痘萌发部位与内脏健康的相关性。据他临床看诊观察,两者也无必然联系。中医在这方面的治疗,主要还是以痘痘的颜色、形态及舌苔、脉象、大小便和月经情况(女性)等为依据进行分型和辨证施治。

夏季长痘多是痰热蕴结

罗光浦称,中医学认为,长痘主要是阳热素盛,加上青春期生机旺盛,血偏热,气郁滞,蕴阻肌肤而发病;或因食肥腻、重口味的食物,导致肺胃积热、化湿生痰、痰热互结、血随热、上壅胸面。随病情发展,情况进一步加重,形成结节、囊肿。还有的女性,因为冲任不调,

血海不能按时满盈,而出现月经期前后痘痘加重。

他认为,中医治疗痘痘很有效,相对于西医疗,中医更注重整体调理,尽量将体质调整到平和状态,副作用相对少、复发率也较低。

罗光浦指出,中医认为,痘痘有三型分:肺经风热型、痰热蕴结型和冲任不凋型,各有不同的病征。“痘痘若是呈小丘疹、淡红色,通常是肺经风热型的;痘痘又红又肿还有脓头,多是痰热蕴结型;若痘痘在女性月经前后冒出或加重,则是冲任不凋型的。”

此外,这三种类型的痘痘,各有好发季节。“夏季,痰热蕴结的痘痘比较常见;秋冬季,则多是肺经风热型痘痘;冲任不凋型的则没有明显季节之分,只和女性经期相关。”他指出,广东气候湿热,也是诱因。

中医防治痘痘可用汤方

不同类型的痘痘,都能找到对应的汤方针对性治疗,一般1个疗程为4周,大部分经过1个疗程的治疗并配合生活习惯的改变,可治好痘痘。

另外,生活中有四个注意要点,也可帮助防治痘痘:

- 一、不要过度进食,过度进食会让毛囊分泌更多油脂的辛辣、油腻、过甜的食物;
二、每天大便1-2次;
三、不熬夜,最好每晚11时之前睡觉;
四、不要用手挤压痘痘,洗脸时要轻柔。

痘痘分型、特点与汤方

Table with 4 columns: Type (类型), Acne Characteristics (痘痘特点), Patient Characteristics (患者特点), and Suitable Soup (适合汤方). It lists three types: Lung-Heat (肺经风热型), Phlegm-Heat (痰热蕴结型), and Menstrual Irregularity (冲任不凋型).

注意:

这些食物和药物是“冤家”

食物和药物发生“矛盾”的情况有很多:有些食物会影响药物的吸收;有些食物和某些药物会直接产生冲突,破坏药物的结构,有的还会增加药物的毒性和不良反应。

●止泻药不能与牛奶同服

服止泻药不能饮用牛奶,因为牛奶不仅降低止泻药的药效,其含有的乳糖还容易加重腹泻。

●维生素C不能与虾同时吃

服用维生素C前后两小时内不能吃虾,因为虾中的铜会氧化维生素C,使其失去药效。虾中的五价砷易与维生素C发生反应,生成具有毒性的“三价砷”。

●钙片不能与菠菜同时吃

菠菜含有大量草酸钾,进入体内后电解的草酸根离子会沉淀钙离子,妨碍人体吸收钙,还容易生成草酸钙结石。服钙片前后两小时内不要进食菠菜,或将菠菜先煮一下再食用。

●降压药不能与西柚汁同服

服降压药时不能饮用西柚汁,因为西柚汁的柚皮素会影响肝脏某种酶的功能,而这种酶和降压药的代谢有关,容易造成血液中药物浓度过高,增加副作用。

●黄连素不能与茶同服

茶水含有约10%的鞣质,在体内易被分解成鞣酸,而鞣酸会沉淀黄连素中的生物碱,降低其药效。因此,服用黄连素前后两小时内不能饮茶。

●布洛芬不能与咖啡、可乐同服

布洛芬(芬必得)对胃黏膜有刺激,咖啡中的咖啡因和可乐中的古柯碱则会刺激胃酸分泌,加重布洛芬对胃黏膜的副作用,甚至诱发胃出血、胃穿孔。

●阿司匹林不能与酒同服

阿司匹林会妨碍乙醛氧化成乙酸,造成体内乙醛蓄积,导致头颈部血管剧烈搏动或搏动性头痛、头晕、恶心、呕吐、出汗、口干、胸痛、心肌梗塞、急性心衰、呼吸困难、急性肝损伤、惊厥,严重的会出现死亡。

(据《新快报》)

征婚

▲某男,40岁,离异,铁路部门工作,带有一个6岁男孩,市内商品房一套,无不良嗜好,欲觅年龄相仿,身高150厘米以上,贤惠能吃苦,体贴顾家的女子为伴,有稳定工作者优先(非诚勿扰),联系电话:6260791
▲某男,40岁,离异,在外做生意,性格开朗,无不良嗜好,欲觅40岁以下,身高150厘米以上、贤惠女子为伴。
联系电话:18691722368

售房

▲坐落于浉河南岸茗阳阁附近现有一套别墅欲对外出售,面积360平方米,单门独院,交通便、位置佳,号称避暑山庄,有意者价格看房后面议。电话:13603761683
▲弘运鑫鑫广场高层6层B区,面积152平方米,毛坯房,价格面议。联系电话:13837661480
▲工区路和谐明馨花园(豫南驾校内)新房一套,五楼,140平方米,另有车库22平方米,整体出售,价格面议。联系电话:13839704011
▲急售:天朗花园小区二楼,150m²,简装,拎包入住,65万元,环境优美,物超所值,可分期和按揭。电话:13700765999
▲浉河区申城大道中段宏业小区七层,邻十三小学、七中、九中、信高本校、浉河公园,面积142.44m²,议价55万元整,院内可免费停车。联系电话:13803768069
▲河景房(民桥头)有3室2

厅2卫单位住房一套。价格48万元!有意者面议。吴先生
电话号码13837616219

转让

▲罗山宾馆楼下2间门面房110平方米转让,价格面议。联系人:肖女士 电话:13603761258
▲因本人要到外地发展,现转让正在营业中的饭店,地址在城关附近,面积700平方米,包间十多个,欲低价转让!非诚勿扰!
电话:15514339999 崔先生
▲楚王城大转盘菜场内有一足疗店转让,客源稳定,接手即可营业。电话:13937631078
▲家庭食堂急转,生意稳定,环境好。联系人:潘先生
电话:13837610789
▲师院东门现有一品牌饮品店转让。
联系电话:18671889685。
▲翰皇擦鞋店转让,市中心有一营业中擦鞋店一间二层,因本人另有发展,现转让。
电话:6782518

招聘

▲位于红星路(海事局对面)的洗车王国,是一家集洗车、养护、美容于一体的专业性汽车美容店。因业务发展需要,现急招洗车工数名,年龄不限,有吃苦耐劳精神。工资面议。电话:13939742999 地址:107国道彩虹桥北
▲华夏医院诚聘聘外科医师5名、妇科医师5名、中医科医师5名、B超医师2名、口腔科医师2名、护士10名、会计2名、化验2

名、药房2名、收费2名。(此广告长期有效)联系电话:13939777120 联系人:周先生
▲全国家电连锁大商电器信阳新玛特店和千盛百货店因发展需要,现需招聘门店卖区长、卖区长助理、客服主管、客服员、营业员,有家电维修经验者优先,公司缴纳五险,待遇面议。联系电话:13333978588;联系人:宋女士。
▲位于信阳浉河北岸钓鱼台纯手工西班牙别墅区——【香江帝景】,属于信阳市产高端项目标杆,精品园区,为了匹配园区及楼盘整体形象,公司大胆创新,现面向社会高薪诚聘女性精英来担当礼仪岗秩序员及监控员。
要求:女性,高中及以上学历,18岁~30岁,身高1.63米~1.68米,品貌端正,形象气质佳、为人正直、诚信、责任心强,有较强的沟通协调能力和亲和力,吃苦耐劳,身体健康,退伍军人优先。待遇:底薪+绩效+全勤奖+福利
▲信阳高端地产项目【香江帝景】现招聘形象秩序员20名:身高1.75米以上,年龄18岁~40岁,身体健康,相貌端正,品德优良,复员军人优先。联系电话:6199979
▲同仁药店、景福堂大药房诚聘执业药师、优秀销售员。有工作经验者优先录用。工资面议。
联系电话:18937685985 13939752806
▲《邦德信阳总代理》主营麻将机、麻将扑克一体机,现诚聘业务员推銷员数名,售后维修人员数名。详询电话:13643763888
▲强力公司招聘店员:女性,年龄20岁~40岁,形象较好,敬业爱岗,工资1200元~1500元。有意者请致电:6608189
▲车铣钻刨样精通,技师冯

师傅诚邀高徒。要求:热爱金工技术,能吃苦耐劳,待遇面议。
电话:13782900956
▲本公司招聘客户经理、主管干部、讲师各10名,底薪2200元,月收入过万元。
联系电话:13723116908
▲御井坊酒业信阳办事处诚招业务员营销人员,待遇优厚。联系电话:18639001315(张先生)
▲信阳新世纪职业培训学校因业务发展需要诚聘心理咨询师、物流师、人力资源师、公共营养师、秘书、育婴师、有资格证教师,临时代课课时优厚,常年在全国招生培训。联系电话:3393000、3393001 网址:www.xyxsj.net。
▲共青团青少年心理健康咨询中心,关爱妇女,为下岗职工100%推荐就业。委托信阳新世纪学校免费培训月嫂,名额有限,预报名从速。招心理咨询师3名,工资面议。报名电话:6258828。

招商

香江帝景4000余平方米高端会所,内设会议室、雪茄房、红酒会馆、咖啡吧、西餐厅、健身俱乐部、棋牌室、台球室、SPA休闲、高档特色餐饮旗舰店,诚邀社会各界有实力,有志者加盟!加盟热线:0376-6199902

信息

▲位于礼节路信阳宾馆正对面《男士内衣潮服馆》,于元月15日开业大酬宾。电话:13623972381
▲《邦德信阳总代理》主营麻将机、麻将扑克一体机,诚邀各区、

订2013年《信阳晚报》

送免费信息

电话:6201407
E-mail:xywbnews@126.com
(请注明免费信息)

本报仅提供交易平台,供需双方自行交易,诚信为本,风险自担。

县、乡经销商,有意者到店详询。地址:茶韵路(西关桥头往西100米)
▲共青团信阳市委青少年心理健康咨询中心。12355青少年服务台搬迁至东方红大道新天地二期商务楼新玛特13楼1305室,常年招聘心理咨询师。电话:6228828

出租

▲现有车站房管所门面3套,位于沃尔玛超市旁,其中2套1~3层各500平方米,1套5层2000平方米,价格面议。联系电话:6228206 13033749778
▲位于信阳师院东门瓮堂水泥路旁有门面房出租,价格面议。电话:13569703206
▲民权路与申城大道交叉路口白果树附近,军分区干休所白果树家属院有三室两厅出租,在六楼,面积125m²,院内有单独储藏室,学区优越。电话:13937685028
▲平桥区平西路劳保局东侧1200平方米,新建商品房(门面+电梯)对外招租。联系人:石先生,电话:15139759777