



咸宁市中医院

针灸美容 为你解决“面子”问题

专家介绍：



王先锋 中医内科副主任医师，湖北中医药大学兼职副教授，从事临床工作三十余年。咸宁市中医院“治未病”科专家。擅长中医疑难杂症，肝炎、肝硬化等消化系统疾病的中医诊断和治疗，对中医养生、预防保健颇有研究。膏方门诊首席坐诊医师，在国内各类杂志上发表过多篇论文。现致力于研究中医养生、保健。



熊晓燕 中医针灸副主任医师，咸宁市疼痛学会委员，湖北省中医药学会美容专业委员会委员，从事针灸工作20余年，擅长运用针灸治疗各种颈、肩、腰腿痛、关节风湿痛、扭挫伤痛、面瘫等疾病，对针灸减肥、色斑、面黄、青春痘、扁平疣、抗衰老养生皮肤保养等有独到的治疗方法和立竿见影的效果。倡导体内美容、自然疗法，从生理、身体、生活、心理全方位调节，以内养外，达到健康自然、阴阳平衡的目的。

治未病科地点：咸宁市中医院
门诊大楼三楼
预约(咨询)电话：0715—8897045



官方微博账号：咸宁市中医院
官方网站：WWW.xnzyyy.com
咨询电话：0715-8252845
地址：温泉滨河西路17号(新二号桥旁)

市民刘女士今年40多岁，眼睛四周的肌肤松弛老化，并且有比较严重的眼袋。刘女士告诉记者，她尝试过多种美容手法，但是效果都不十分明显。后来朋友推荐她进行针灸美容，刚开始她抱着试试看的态度，发现效果还不错就一直坚持下来了。

针灸美容 应用广泛

拥有红润有光泽的肌肤，是每个爱美的女性朋友所渴望的，很多人在日常生活中都十分注重肌肤的护理问题，然而，尽管很多市民用了各种护肤方式，肌肤却依然暗淡。这些因换季而产生的毒素，仅仅靠补水保湿、狂抹护肤品的方法未必能改变。咸宁市中医院中医针灸医师熊晓燕介绍，中医针灸法能帮助养颜，帮助爱美女性防治秋季常见的“面子”问题。

熊晓燕称，秋冬季节，天气十分干燥。这样的气候，对皮肤是一种严重威胁。随着秋天的到来，很多皮肤问题都冒头了，如肤色暗沉、干燥缺水，甚至出现色斑等。有可能是因为身体内部出现问题，需要调理。如果是内分泌问题，大家不妨试试针灸方式，由内而外的进行调理。

“针灸美容的手段很多，针刺、埋线、走罐、贴耳穴等都属于针灸的范畴，针对患者不同的目的，可以采取不同的针灸方法。”熊晓燕介绍，比如治疗黄褐斑、雀斑、色素痣时，可以通过针刺治疗。而祛皱和瘦脸时，采用较多的是埋线和走罐的方法。熊

晓燕称，在治疗不同的病症时，多种手法配合使用会有更好的效果。

防皱抗衰 美容养颜

“我们常说的针灸，其实是针法和灸法的合称，而针法和灸法是中医美容中最常见的两种方法。”熊晓燕说，针灸通过刺激面部经络和穴位，可以使局部组胺和乙酰胆碱等神经递质增加，刺激血管扩张，促进血液循环、淋巴循环，增加局部营养供应，使皮肤各层组织补充充足的营养和水分，达到养颜美容的效果。

其中，针刺法采用银针刺入穴位，通过刺激某些选定的穴位，是可以促进局部肌肉的收缩，进而能有增强肌肉弹性、预防肌肉松弛、防治皱纹的效果。同时，针刺也有双向调节作用，既能抑制皮脂腺分泌减少皮肤油腻，又可以促进油脂分泌防止皮肤干燥，使皮肤处于健康正常的生理状态。

灸法则是运用艾条等药物放在相应的穴位及部位上用火点燃，通过药物的渗透及局部热效应，使机体产生各种生理反应，温通经络、温补元气、调和气血、润泽面色，达到美容抗衰老的目的。

根据病因 因人而治

熊晓燕称，调理气色、皮肤红润仅是针灸美容多项功能中的一项。通过针灸可以祛黄褐斑、祛痤疮、祛色素痣、祛眼袋甚至减肥等，疗效也都很不错。

针灸美容

养颜对女性来说是非常重要的，而养颜就需要美容。如今，美容方法众多，中医美容经过传承与发展又重新进入了人们的视野，其中针灸美容是代表之一。

针灸美容的作用机理是通过针刺、艾灸、耳针等方式，采用一定的手法，增强面部皮肤和肌肉的弹性，加快新陈代谢，促使头面部血管舒张、血液循环通畅，使面部气色红润光泽，皱纹减少，衰老延缓。针灸还能调整能量系统和内分泌的功能，使皮脂腺分泌协调，皮肤变得光滑细嫩；针灸美容法除改善面色，消除皱纹之外，还可以治疗痤疮、面部黑斑、黄褐斑

以及肥胖症等疾病。

针灸美容法对机体具有良好的双向调节作用。机体功能亢进时，针灸可使亢进平抑；机体功能处于抑制状态时，针灸可使抑制变为兴奋，所以针灸可调和阴阳，可使机体从平衡失调状态恢复正常。针灸美容术还能标本兼治，在美容的同时，又能增强体质和抗病能力。

针灸美容在某些方面完全可以与现代化妆品和整形术等现代美容术相媲美。并且更具有安全可靠、疗效确切、适应广泛、价格低廉、无副作用等特点。充分显示出针灸美容的优越性和实用性。



她表示，一般由体内环境出问题而导致的皮肤瑕疵，用针灸改善往往能达到较好的效果。例如：有的人生长痤疮是因为体内激素不平衡、有的人生长痘痘是因为便秘、有的人生长黄褐斑是因为更年期问题、还有人肤色暗沉是整个身体的循环较差导致的，这些都可以用针灸施治，还可根据具体病因，配合其他方法。

此外，记者了解到，针灸在改善体形、对付皮肤疾病方面也有不错的疗效。肥胖的人群在经过针灸后一方面可以去除水肿，另一方面可以一定程度上抑制食欲。皮肤过敏、斑秃或长湿疹、扁平疣的人，也适合用针灸治疗，效果也都很不错。

“针灸美容虽好，但也并非人人适用。首先，过敏体质的人比如针灸后过于敏感或对酒精过敏的人，一般不适合针灸美容。其次，有皮肤病或溃疡的患者也不适合针灸美容。再次，孕妇禁用针灸。”熊晓燕特别提醒，患有高血压、心脏病的患者和出血性疾病的患者最好不要进行针灸美容，以免造成生命危险。(记者 叶子)

针灸美容的手段很多，针刺、艾灸、埋线、走罐、贴耳穴等都属于针灸的范畴，针对患者不同的目的，可以采取不同的针灸方法。比如治疗黄褐斑、雀斑、色素痣时，可以通过针刺加艾灸治疗。而祛皱和瘦脸时，采用较多的是针刺的方法，面部嫩肤也可以采用走罐的方法。在治疗不同的病症时，多种手法配合使用会有更好的效果。

针灸美容疗程及保养

最佳疗程：隔日一次，20次一个疗程。
一般疗程：一星期两次，20次一个疗程。
基本疗程：一星期一次，20次一个疗程

咸宁市中医院治未病科简介

治未病科是一个具有鲜明中医特色的独立的一个学科，充分体现把治疗、预防、保健、养生融于一体的中医传统疗法区域，拥有优雅的就医环境和一流的设备。

咸宁市中医院的“治未病科”，是一个具有鲜明中医特色的独立的一个学科，充分体现把治疗、预防、保健、养生融于一体的中医传统疗法区域，拥有优雅的就医环境和一流的设备，更有一支具有丰富经验的专家队伍，汇集了针灸、推拿、心血管、老年病、妇科、呼吸、杂病等多学科专家，利用中医药在养生保健方面和对亚健康群体防治方面的独特优势，运用中医体质辨识与现代医学体检的检查手段，确定健康状态和体质类型，制定一套完善的“治未病”程序，包括起居调养、药膳食疗、情志调节、动静养生等个体化调养治疗方案，并合理选用中药和经络俞穴按摩、理疗、针灸等非药物疗法，达到纠正病理体质，改善健康状态，增强体质，提高生活质量目的。

本中心按功能划分为：体质辨识评估、健康咨询指导和传统疗法区三部分：

中医体质辨识评估：每个人的体质都存在一定差异，体质偏颇直接影响健康状况。目前主要分为9个基本类型，不同类型体质提示个体的易患急病大不相同，给予适当的健康调养方法能够防止或延缓疾病的的发生和发展，因此了解自己的体质十分重要。中医药专家通过问卷及中医四诊合参辅助诊疗仪的方法将采集的信息经系统处理分析出体质结论。

健康咨询指导：根据分析结果由中医专家给予综合健康指导，其中包括饮食指导、运动调摄、心理疏导、药物及非药物(针灸、按摩、推拿等)传统方法。从而增强体质、改善健康状态，提高生活质量，延年益寿。

传统疗法区：汇集省、市老中医、各派名家和民间的多种传统中医外治法，本中心积极引进、推广及应用国家中医药管理局十余项诊疗技术和推广项目：腹针、正骨推拿、中医美容、平衡针、中风单元疗法、穴位埋线法、针灸减肥、刮痧、刺血疗法、温灸、中药熏蒸、中药足疗、药浴、中药封包治疗、扶阳火罐等各类特色疗法。

本中心防治疾病的对象主要集中在各种因免疫功能低下的疑难病证，比如顽固性咳嗽、反复感冒；眩晕，面瘫、面肌痉挛，三叉神经痛；紧张性头痛，脑震荡后遗症、偏头痛、失眠(神经衰弱)；颈椎病；肋间神经痛；风湿、类风湿、骨性、痛风性关节炎；腰腿痛、腰扭伤、坐骨神经痛、脊椎软组织损伤、脊椎关节错位、腰椎间盘突出等腰椎病；月经不调、经期紧张综合症、闭经、痛经、妊娠呕吐、盆腔炎、更年期综合症等妇科疾病；痤疮、雀斑、黄褐斑；同时本中心特别重视对于人体亚健康状态如疲劳综合症等症的积极调治。

本中心致力于积极宣传和普及传统中医顺其自然的养生观念和各种中医防治疾病的适宜技术，将以各种形式，定期或不定期的做一些中医传统理论，以及各种适宜技术的宣传以及培训工作，积极预防和早期治疗各种疾病，为减少疾病所造成的伤害，提高生活质量做出应有的努力。

健康从“治未病”开始，医学的目的不仅仅是治疗疾病，更重要的则是让你不生病！让医生帮助你找到少生病、不生病的办法。