

時間日復一日的靜靜流逝，歲月的痕跡悄悄地留下印記。少年輕狂，壯年執著，人生的字典裡宛如沒有老這個字。但曾幾何時，第一次發現萬縷烏髮中，竟然夾雜些許白髮!日常輕鬆看報卻也不禁覺得字跡不夠清晰。偶然照鏡，真也多出了斑斑點點，連笑容中也多出了以前所沒有的紋路。現在就將老化過程中表現在皮膚上的一些特殊的表徵提出來做探討。有幸拜科技之賜，不少皮膚的老化現象，可以獲得大幅度改善;而有一些變化，卻只能用開闊的心胸去接納。

1. 毛髮變化

白種人大約 35 歲開始有白頭髮，黑人 45 歲，黃種人大概 40 歲。驚覺自己長出了白頭髮，應該是開始老化的第一個癥候。開始有白髮後，隨著時間數目會與日俱增，毛髮變白的反應無法逆轉，目前除了染色以外，並沒有其他好方法。不僅如此，上了年紀的人或快或慢會開始掉頭髮，起先是變得稀稀疏疏，最後童山濯濯。但是在眉毛外緣、耳道、鼻孔內的毛髮，卻比年輕時來得長。

2. 表皮變薄而粗糙

表皮平滑、張力好是年輕皮膚的特徵。表皮細胞的生命力大概可以維持一百天左右，到了六、七十歲以後，其生命週期只有一半，細胞分裂速度也變慢，於是皮膚變薄，表皮層和真皮層之間的鋸齒狀咬合也不再規則緊密，皮膚便顯得粗糙。

對治:果酸換膚術

果酸是指由多種天然蔬果中所萃取的自然酸，包括蘋果酸、葡萄酸、甘蔗中提煉出的甘醇酸、酸奶中提煉的乳酸等。由於大多數來自水果，因而俗稱「果酸」。果酸不僅完全沒有毒性，而且作用溫和，效果顯著，因而取代了老式的化學性換膚。果酸的作用機轉對角質層降低其凝結，甚至可溶解角質層；對表皮層處促進其增生，進而使細胞排列規則緊實。經過這道換膚程序，可以改善粗糙膚質，轉為細緻光滑。做過換膚的人，每天洗臉就會感覺到皮膚變得很滑，照鏡子也會發現臉色很亮。

3. 真皮萎縮而鬆弛

表皮如路面，真皮猶如路基。老化的肌膚在真皮層的改變尤其明顯，真皮層中最重要的膠原蛋白與彈性纖維日漸退化，原來堅固的結構變得鬆垮，是造成皮膚鬆弛和皺紋最重要的原因。除此之外，真皮層中的汗腺、毛囊、皮脂腺也隨而減少，功能降低，所以上了年紀的肌膚便顯得較為乾癢。

對治:光化回春術(雷射回春術)

路基的真皮層損壞要如何修復?馬路的路基毀壞，一定要挖開路面才能整修。拜高科技之賜，藉著脈衝強光即可不破壞表皮，透入真皮，進行老化結構的修補重整，來達到肌膚返老還童的目的。脈衝強光是一種非侵入性、多波長、從可見光到紅外線的光療儀器，可依據不同的需要設定波段、能量，以達到最佳療效。淺層光化回春術，針對血管擴張、皮膚泛紅、色素沈澱、膚色不均等問題，可以明顯的改善。深層光化回春術，對於真皮層的修復功能更是其他方式難望其項背。因深層皮膚老化造成的皺紋、毛孔粗大、皮膚鬆弛，脈衝強光的改善效果令人相當滿意。做過深層回春術後，臉部皮膚變得細緻光滑且有彈性，臉部緊實細嫩的感覺猶如重回青春歲月。光化回春術的優點除了效果卓越外，整臉做一次只需 15 分鐘，由於是非侵入性，術後可以立即工作外出，非常方便。這個方法應可成為未來幾年肌膚高級保養的主流。

4. 皺紋

表皮與真皮經過上述結構性的變化，反映在臉上，就是大家都會注意且在意的「皺紋」。我們可以把皺紋區分為靜態性皺紋和動態性皺紋，其對治方法也不同。靜態性皺紋：因歲月老化，皮膚鬆垮而呈現的皺紋。

對治：鈺-雅各雷射、光化回春術、活性膠原蛋白

鈺-雅各雷射波長 2940 毫微米(nm)，水份對其吸收效果良好，因為細胞皆含大量水份，因此可充分吸收雷射光而氣化，幾乎不留痂皮。鈺-雅各雷射造成的組織熱傷害低，術後紅腫復原也快，但是它作用的深度較淺，也無法造成真皮層膠原蛋白收縮，因此對於深部皺紋較沒有效果，不過對於靜態表淺性皺紋效果不錯。

動態性皺紋：因肌肉收縮運動而表現出的皺紋。

對治：肉毒桿菌素除皺針

高度純化的肉毒桿菌素 A 型，是一種神經肌肉傳導的阻斷劑，用以治療過度活躍的肌肉。惱人的臉部皺紋就是表情肌長時間收縮所造成。注射少量肉毒桿菌素到皮下肌肉，可以抑制乙醯膽鹼的分泌，阻斷神經末梢和肌肉間的傳導，達到抑制收縮、撫平皺紋的效果。對於臉部的魚尾紋、抬頭紋、皺眉紋效果顯著。而未受治療的肌肉則仍可正常地收縮，不會影響正常的臉部表情。進行除皺注射過程簡易而安全，注射後第二、三天即可看到效果，一次的注射約莫可維持半年。根據臨床觀察，治療效果的持續時間會隨著治療次數而延長，因此重複注射的次數亦可相繼減少。

5. 曬斑(老人斑)

曬斑通常在四十歲以後才出現，與長時間曝曬有關，多出現在臉部及手臂外側。色澤呈淡咖啡到深咖啡，都比一般的痣大很多，長在臉上時更是嚴重影響外觀，所以很多人都想除之而後快。若將曬斑在顯微鏡下檢視，則可發現表皮層向下增生，黑色素細胞增加。

對治：色素性雷射

例如：紅寶石雷射、鈹-雅各雷射、紫翠玉雷射。雷射是一種被激發出來高能量的光，不同雷射的波長不一樣，其作用也不盡相同。醫療上是利用不同組織對某一波長的光吸收較強以達到治療的效果。換個角度簡單的說，不同波長的雷射光猶如不同種類的飛彈，每一種飛彈有它特定攻擊的目標，例如老人斑是黑色素細胞增加，而黑色素對 694 毫微米(nm)吸收較佳，因此我們可以選用波長 694 毫微米的紅寶石雷射來治療。

預防：減少紫外線曝曬

皮膚接受適當的日光，可以幫助形成維生素 D，再經過吸收後，對骨骼的生長發育有助益；此外，紫外線也有抗菌的效果。但是過多的曝曬卻造成傷害，不可不慎。一般估計，臭氧層每減少 1%，人類罹患皮膚癌的比例就會上升 2%，自 1900 年以來地球上的 臭氧層至少已經減少了 25%--30%，相對於人類的皮膚癌機率提高了將近 60%。

長波紫外線(UVA):波長 320nm-400nm，主要造成曬黑。

撐傘、戴遮陽帽、穿長袖等可阻斷 UVA。

短波紫外線(UVB):波長 290nm-320nm，主要造成曬傷、老化、致癌。

防曬乳液等可預防 UVB。

6. 老人性白斑

上了年紀的人，除了變黑外也會有變白的反應。在手臂、小腿會發現 小小白白的斑點，不痛不癢，隨著年紀日漸增加。伸手出去會呈現雨滴樣的細白斑點，雖然不影響健康，但卻透露出老化的訊息。老人性白斑 的出現只能心平氣和地接受它，因為目前為止並無對治良方。

7. 脂漏性角化

這是最常見的老化標記，俗稱「壽斑」。病灶為咖啡色到黑色凸起腫塊，好發於臉部、手臂外側，甚至於小腿。尤其在臉部的脂漏性角化，不僅影響外觀，每天洗臉接觸到這些小凸起也會覺得不舒服。很多上了年紀 的人有這方面的困擾，卻不知道對於專科醫師來說，去除壽斑是輕而易舉的事。在顯微鏡下檢視，脂漏性角化是表皮細胞增生而向外凸出，全部都是正常的細胞，屬於良性小腫瘤。

對治:冷凍治療，鉍-雅各雷射。

8. 日光性角化

原因咸信是過多的日光曝曬所造成，所以多出現於陽光常照到的部位，如臉部和手臂外側。病灶呈現較硬的角質化凸起，外表常粗糙且脫屑;在顯微鏡下檢視最特別的地方是增生的細胞中會發現有些已經變性，有大小不一、奇形怪狀的細胞出現。這是皮膚癌前驅反應，應該及早治療，根絕後患。

對治:冷凍治療，鉍-雅各雷射。

9. 贅肉

贅肉是小小的肉色凸起，約莫細針到豌豆大，最常見於頸部、腋下；常見於中老年人，也有隨年紀增加的傾向，不影響健康，但是會影響容貌。

對治:冷凍治療，鉍-雅各雷射。

10. 皮脂腺增生

中年過後，在臉上出現黃色小顆粒，不痛不癢，中間有一個凹陷，這就是皮下皮脂腺肥大增生的現象。數目多的話會影響外觀。

對治:鉍-雅各雷射。

11. 微血管擴張

皮膚的表皮層因年紀增加而變薄，皮下的血管也因年紀增加而擴張， 外觀看起來便呈現不雅的血絲狀。這個問題在過去既難看又難處理，如今有雷射的幫忙終能解決這難纏的困擾。

對治:血管性雷射。

例如脈衝式染料雷射、鈦-雅各雷射、脈衝強光染料雷射的介質為染料，因此稱為染料雷射，其波長介於 477-585 毫微米之間，可以很容易被血管內的氧化血紅素吸收，因此可選擇性破壞血管，血管因而萎縮消失。

12. 櫻桃血管瘤

在身體軀幹發現櫻桃色,像痣一般的大小,大多凸出皮膚,而且隨著年紀愈長愈多，七十歲以上的老年人幾乎都有，這就是俗稱「福痣」或「硃砂痣」的櫻桃血管瘤。原因可能是老化使得支撐微血管的組織退化，造成局部血管擴張所致。這種情況不影響健康，也毋需治療。

13. 老人性紫斑

上了年紀的人常在手臂發現一大片紫紅色斑塊，過一陣子會自動消褪，再過一陣子又會出現，不斷反覆，這即是老人性紫斑症，肇因於脆弱的血管，只要輕微碰觸或撞擊就會破裂出血，造成紫紅色斑塊。這種情況不需特別處理，只要注意減少外傷或碰撞。

林林種種介紹了那麼多，只是一些基本常識。但最重要的是，一旦有任何皮膚問題，一定要找專科醫師診治，不可誤信偏方，才能得到最好的治療效果。