

潤膚止癢解毒茶

口施慧群

十月七日已是立冬時令，香港雖然地處南方，然而北風亦已不時南吹了。由於天氣轉為乾燥，我們的皮膚受其影響最先及最大；原本油潤光滑的皮膚已漸變為失去光澤、粗糙，甚至痕癢。再加上入秋以來，不適當之進補，使臟腑受熱；因而同時引發紅疹、濕疹或風疹等，為此向各讀者提供潤膚止癢解毒茶作預防及解困之用。





功效：散風熱。

金蟬退



功效：瀉火解毒，潤肺祛痰。

甘草



功效：祛風定驚。

龍衣



功效：清熱燥濕，瀉火解毒。

黃芩



功效：清熱燥濕，祛風殺蟲。

苦參



功效：祛風濕，通竅。

蒼耳子

成份

金蟬退二錢
 白蘚皮四錢
 桑白皮四錢
 蒼耳子四錢
 北紫草四錢
 防風二錢
 木通三錢
 桃仁三錢
 苦參四錢
 黃芩三錢
 龍衣二錢半
 甘草二錢

主治

方中金蟬退（甘、寒）；白蘚皮（苦、寒）；苦參（苦、寒）及黃芩（苦、寒）皆能清熱、燥濕、瀉火解毒；而桑白皮（甘、寒）及甘草（甘、平）都能潤肺、平喘祛痰解毒；蒼耳子（甘、苦、濕）；防風（甘、溫）及木通（苦、寒）能祛風、利水、通竅；北紫草（甘、寒）及桃仁（苦、甘、平）有涼血祛瘀潤腸之效；再加龍衣（咸、甘、平）功能祛風定驚，最能直達皮膚。故此方能潤膚止癢解毒。

煲法

四碗水煎成八分。



功效：清熱燥濕，祛風解毒。

白蘚皮



功效：活血潤腸。

桃仁



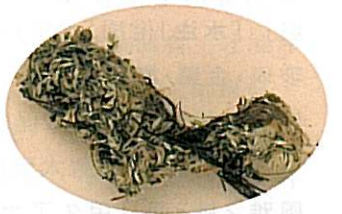
功效：降火利水。

木通



功效：祛風勝濕。

防風



功效：涼血、解毒、透疹。

北紫草



功效：瀉肺平喘。

桑白皮