

毛孔

每年踏入夏天的季節，總會有病人查詢如何能有效地收緊面上粗大的毛孔。面部的毛孔粗大的確是愛美女士們的一大禁忌，但是，要知道我們的身體上都遍佈毛孔，它是否看起來特別粗大，主要原因有以下2點：

1. 因男性荷爾蒙影響

一般而言，男士的毛孔比女士粗大，這是由於男性荷爾蒙刺激毛髮生長的關係，在男性荷爾蒙分泌旺盛的身體部位，毛孔會較為粗大同時亦會長出濃密的毛髮，例如頭部、腋下和下體部位，有些女士們受著男性荷爾蒙分泌不正常的影響下，她們身體的某些部位如上唇位置，毛孔會較粗甚至會長出類似男士鬍子的粗毛。

2. 因油脂分泌影響

身體的毛孔大小除了是受到男性荷爾蒙刺激毛髮生長的影響外，油脂分泌過剩亦是當中一個重要的因素。常見的油脂分泌過剩部位一般集中在面上的額頭和鼻（即俗稱T字位）、背部和胸口部位，這些身體部位毛孔會較為粗大，如油脂過多加上表皮層的死皮一起堵塞毛孔時，便會形成黑頭，令毛孔增大，所以，屬於油性皮膚者的毛孔在一般情況下會較為粗大。

若你有毛孔粗大的煩惱時，注意皮膚清潔是你的首要工作。時常保持皮膚清潔乾爽，可減少毛孔積累過多的油脂和死皮，從而減低因油脂分泌過剩導致毛孔粗大的機會，若想效果更明顯，可配合醫生處方的外塗藥品如水楊酸、果酸等幫助去除頑固黑頭，令已擴大的毛孔收細，但此類藥品並不適用於敏感性皮膚者；除此之外，要保持心境開朗、適量運動和休息對保養健康皮膚亦有很大的幫助；雖然目前並沒有醫學文獻指出曬太陽與毛孔粗大有直接關係，但是，過份暴曬的確是會令皮膚加速衰老，出現鬆弛、老化的現象。

在醫學美容方面，有文獻顯示非磨損性激光和強力脈衝光源（俗稱彩光）可以達收細毛孔的功效，它的原理是利用光源使皮膚重生，使皮膚和毛孔更細緻；而它的光源會影響皮膚油脂分泌腺和鄰近的血管，導致油脂分泌腺受損，達致毛孔縮小的作用；還有，激光和彩光的光源更會影響毛囊生長，使受影響的毛囊和毛孔細小，長出來的毛髮便會更幼細。