

自信受損擔心難搵工 七成青少年受暗瘡困擾

暗瘡一直令不少青少年感到煩惱，「青蔥綠葉行動」一項調查發現，本港有72.7%青少年受到暗瘡問題困擾，當中不少受訪者表示，暗瘡問題令他們減少與朋友見面的次數。發言人指出，父母如果不想子女受暗瘡困擾，甚至影響自信及社交，早日尋求適當的治療方法，才是暗瘡患者的最佳出路；父母更要明白外貌對青少年的影響愈來愈重要，需與子女共同解決有關問題。

由綠葉護膚中心、香港基督教青年軍、香港路德會社會服務處及中華錫安傳道會（社會服務部）組成的「青蔥綠葉行動」，就暗瘡的問題在今年九和十月訪問了五百多年青人，當中近半數為中學生，發現有七成以上青少年為自身的暗瘡問題感到困擾，大部分人會用暗瘡膏或自行擠壓等方法應付。在被暗瘡問題困擾的青少年中，有三成半人更表示因為暗瘡問題，自己減少了與朋友或友人見面的次數，自信心受到影響，另外有兩成擔心難以尋找工作。

「青蔥綠葉行動」發言人李志輝指出，樣貌是青年人自我中重要的一部分，樣貌對青少年來說，比起智能、道德等更重要，家人應與子女一起解決暗瘡等問題。行動發起人楊小玲表示，他們正推廣以食療及健康作息習慣作為根治暗瘡的方法，由2006年3月起，已在全港中小學及社區中心舉行了超過50個講座，又會向學校派發有關的教材。

「青蔥綠葉行動」受助個案王玲是一名乖巧的中七學生，在自信的笑容背後，原來曾經因為暗瘡問題想放棄中五會考。她回憶起中五會考期間，因為考試的壓力沉重，原來光滑的皮膚相繼冒出討厭的暗瘡，後來更堆滿臉龐。滿臉紅腫的痘瘡造成了她學業、生活上困擾。在學校不敢參加課外活動，上街時只能低頭走路。暗瘡令她失去自信，情緒變得低落，回家後常以淚洗面。

受暗瘡困擾的王玲，一度想放棄參與會考。王玲媽媽眼見女兒心情欠佳，自己內心難受，曾花數千元買面膜，尋遍中西醫治療，卻始終沒有效果。後來王玲得到「青蔥綠葉行動」的協助，在Jackeline綠葉護膚中心接受治療，不單治好暗瘡，更學懂健康的生活和飲食方法，改善了體質。王玲尋到良方，重拾自信，才不致荒廢大好前程，證明暗瘡患者當務之急，就是尋求適當的治療方法，方可調理好體質，令暗瘡終極不復發。



▲王玲（治療前）



▲王玲（治療後）



▲王玲（治療後）



▲「青蔥綠葉行動」發起人楊小玲表示，他們正推廣以食療及健康作息習慣作為根治暗瘡的方法。



▲「青蔥綠葉行動」各委員在調查發佈會上合照。



▲眾多社工、記者及關注青少年健康的社會人士均有出席發佈會。

有暗瘡？唔使驚！護理方法提提你

- 切勿擠壓暗瘡：雙手經常沾有細菌，以手擠壓暗瘡，可能令細菌跑到傷口中，引致發炎及紅腫；亦有可能因方法有誤，殘留暗瘡的膿包在皮膚內，引發更嚴重的皮膚問題。
- 講究個人衛生：由於患暗瘡者多為油性皮膚的人，油脂分泌會比較旺盛，故適宜剪短頭髮，避免「頭油」沾在面上引致暗瘡。另外日常應多洗手和洗頭，保持清潔衛生。而衣服、枕頭套、面巾和梳子等都要經常清洗。
- 注意防曬：不要讓紫外線傷害皮膚，但也不要塗搽太油膩的防曬產品，而應選擇適合的防曬方法以保護皮膚，對於治療暗瘡亦有幫助。
- 充實醫學知識：日常應多吸收有關暗瘡的知識，以了解自己的切身問題，從而選擇最適合自己的護膚及治療方法。
- 避免污濁環境：日常生活應避免接觸油脂、塵埃、煙霧及其他化學性刺激物質。另外，太冷、太熱、太潮濕、人多、車多的地方皆應少去為妙。



有關「青蔥綠葉行動」

「青蔥綠葉行動——青少年暗瘡治療及健康人生培育計劃」的目的，是透過「Jackeline終極暗瘡治療」，解決青少年的暗瘡問題，協助他們建立健康的生活習慣及人生觀；另亦透過皮膚健康講座及個案分享，推廣青少年健康生活概念及個人皮膚護理常識。此計劃由Jackeline綠葉護膚中心贊助，其督導委員會成員包括香港基督教青年軍、中華錫安傳道會（社會服務部）及香港路德會社會服務處。



詳情可登入 www.chingchung.hk
查詢免費治療詳情，可致電：2714 5400
預約免費講座，可致電：3188 4000