

# מה מספרות לנו הפנים על המטופל ואופני טיפול לדיקור פנים

זהר ברק אור\*



אחת מהגישות הקלאסיות לאבחון פנים - TCM

התבוננות מעמיקה בפנים יכולה לספק לנו הבנה מעמיקה ויסודית על מצבו הבריאותי של המטופל. על פי גווני הפנים, איכות העור, מבנה פיזיולוגי, קמטים ופגמים, מיקומו של כל קמט בפנים יבנה לנו דיאגנוזה כמעט מושלמת על מצבו הפיזי, האנרגטי והנפשי. מטפל מנוסה, לעיתים מזומנות, מאבחן את מטופליו ברגע שנכנסו אליו לקליניקה. התבוננות באיכות ה-SHEN היא האבחנה החשובה מכולן ומושגת מיד בהתרשמות הראשונה היות ואיכות ה-SHEN מעידה על החיוניות והויטאליות של האדם כמכלול. ה-SHEN ניכר בעיקר בעיני המטופל ולכן אדם אשר עיניו בורקות, מלאות שמחה וחיות, גוון פניו אינו חיוור, הנשימה סדירה וקצובה, דיבורו בעל רצף והגיון, נסיק שככל הנראה הוא אדם בריא.

קיימות ברפואה הסינית, גישות רבות להבנה ולאבחנה דרך הפנים וברבות מהן קיימת הפרדה בין אזורים בפנים על פי שיוכם לאיברים פנימיים, לאבחנה על פי הגוונים המשתנים בעור, במקביל לאיכות העור באזורים שונים בפנים והתיחסות ספציפית אל כל קמט בכל אזור כמשוין לאיבר אחר.

איכות העור, אצל רוב האנשים אינה אחידה וגווני הפנים שלהם משתנים מאזור לאזור, מה שמאפשר לנו בקלות רבה להצביע על הגורם להיווצרות בעיית עור מסויימת על פי מיקומה המדויק בפנים ועל פי גוון העור באותו האזור, בהתיחס כמובן לצבע הפנים הכללי של כל אדם.

כמטפלים ברפואה סינית המתמחים ברפואה פנימית, יכול אבחון הפנים לתת לנו כלי נוסף ורב עוצמה מעבר לאבחון הלשון והדופק. עוד לפני שניגע במטופל, כבר משיחת ההכרות הראשונה וההתבוננות בו נקבל מידע כמעט מלא ומדויק על מצבו הבריאותי הפיזי, האנרגטי והנפשי!

למטפלים המתמחים בטיפול במחלות עור, בטיפול באקנה ובדיקור קוסמטי למטרות אסתטיות בלבד, אבחון דרך הפנים, הינו הכרחי וחשוב שבעתים. אבחנה מדויקת של הפנים, של הפגמים בעור והאזור בו נוצרו מחלות העור, איכות העור הכללית, מיקום הקמטים ועומקם, כמות ומיקום הכתמים או כל פגם אסתטי אחר, יקנו למטפל כלי טיפולי מושלם לקבלת תוצאות מכסימליות.

השינוי והשיפור במראה הפנים ייווצר דרך הטיפול הישיר בגורם במקביל לטיפול ממוקד בסימפטום. מטפלים המשתמשים בטכניקות לדיקור קוסמטי, ישלבו דיקור של מחטים מקומיות רבות באזור הבעייתי עם דיקור לטיפול באיברים ש"גרמו" לפגמים וכך יפיקו את השיפור המכסימלי במראה העור או במילים אחרות, טיפול בסימפטום דרך הגורם ובגורם דרך הסימפטום. אין ספק שהשיפור במראה הניכר אל המטופל מהמראה, כמו גם בריאותו המשתפרת וההרגשה הטובה, יחוללו פלאים במצב רוחו וכפועל יוצא גם בבריאותו.

עור הפנים מושפע באופן כללי מבריאותנו אך באופן מאוד ספציפי מיוחסות תופעות שונות בעור לחולשה, האטה בתפקוד, חסימות או תפקוד "עודף" של האיברים הפנימיים בגופנו.

למיקום היווצרות השינוי בגווני פנים יש חשיבות עליונה באבחון, משום שכל אזור בפנים משוין לשליטתו של איבר אחר. לדוגמה, בחולשת

הכליות, נוצרת כוחת סביב העיניים, לעיתים מזומנות מופיע אצל מי שאינם ישינים מספיק או עובדים שעות מרובות מידי ובתנאי לחץ וכך מחלישים את יין ויאנג הכליות. דוגמא נוספת היא תופעה של קצה האף אדום מהרגיל, אזור המקושר לטחול ושנזהה אצל אלכוהוליסטים רבים, אצלם נוצרה התופעה עקב לחות חמה בטחול בגלל חימום יתר על ידי האלכוהול.

## דוגמאות נוספות:

כבד שומני וחסום - מאיץ היווצרות כתמי גיל.

עודף חום בקיבה ובכבד - יוצר נימי דם מורחבים, עיניים אדומות ופצעיים.

טחול חלש - גורם לצניחת עפעפיים מוקדמת ול"נפילת" עור הפנים. כליות שאינן מתפקדות כראוי - גורמות לנשירת שיער ועיגולים כהים מסביב לעיניים.

מתח נפשי גורם להתפתחות מחלות עור רבות כמו גם אקנה בגיל מבוגר או סבוריאה.

בעיות עיכול - גורמות לעור דהוי וחסר חיוניות.

חסימות ומזהמים בריאות - יגרמו לעור להיות עייף, דהוי, חסר חיים, מקומט, אפורי ובעל פצעיים מרובים, כמו לדוגמא אצל מעשנים.

## גישה 1 לאבחנה דרך גווני הפנים ופגמי עור:

על פי הרפואה הסינית המסורתית, לכבד יש את סגולות העץ (ירוק), ללב את האש (אדום), לטחול את סגולות האדמה (צהוב), לריאות מתכת (לבן), לכליות תכונות של המים (שחור). בהתאם לגישה הסינית, הדיאגנוזה מתוך התבוננות בפני האדם מקושרת לעתידו:

- פנים הנוטות לצבע ירקק מעידות על תפקודי כבד לקויים.
- פנים אדומות מעידות על בעיות לב או לחץ דם גבוה.

על הכתבת: זהר ברק אור, בוגרת סנט ג'והן קולג' בטורונטו, מטפלת מנוסה בדיקור קוסמטי וחלוצת השיטה בארץ. זהר שבה לארץ אחרי סיבוב של חמש שנות לימוד בטורונטו, ונקובר, ארצות הברית, הונג-קונג, סינגפור ותאילנד והביאה טכניקות לטיפול מגע ושיטות להצגת העור מרחבי הגלובוס אצל טובי המרצים. בקליניקה שהקימה בשרון מטפלת זהר בטיפולי אנטיאייג'ינג אלטרנטיביים בשילוב דיקור וצמחי מרפא.

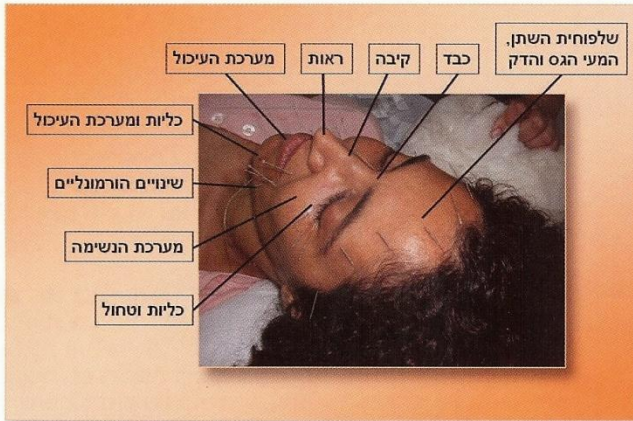
זהר מרצה בקמפוס ברושים, מובילה את תחום הדיקור הקוסמטי בארץ ומכשירה דור חדש של מטפלים מקצועיים באסתטיקה רפואית טבעית. פרטים נוספים ב [www.zoheret.co.il](http://www.zoheret.co.il) ובקמפוס ברושים [www.broshim.info](http://www.broshim.info).



**הסנטר:** הסנטר משוייך לכליות ולמערכת העיכול, פגמים בעור יכולים להיגרם כתוצאה מתזונה לקויה או מאורח חיים שאינו מאוזן, נטול שעות שינה ורווי מתח המחליש ומפר את איזון מערכת העיכול והכליות. סנטר מתכהה, יבש ובעל עור מחוספס נגרמים בשל תפקודי כליות לקויים ואילו נקבוכיות פעורות ועור שמנוני ואדום בסנטר יגרמו עקב תזונה לקויה המחלישה את הקיבה וגורמת לעודף חום ולחות חמה.

### גישה 3 בה כל אזור בפנים משוייך לאיבר אחר:

**המצח** - שלפוחית השתן, המעי הגס, המעי הדק. בדרך כלל קמטים רבים החוצים את המצח כולו יעידו על חוסר יציבות, נקודות שחורות,



כתמים או פגמים אחרים במצח יעידו על חוסר איזון במערכת העיכול וחוסר תפקוד בהליך סילוק הרעלים מהגוף. מצח אדום וקשקשי יעיד על יובש וחוסר נוזלים ומערכת העיכול.

**האזור שבין העיניים** - אזור הכבד. כשנבחין בכתמים אדומים בין העיניים, קיימת סבירות לתפקודי כבד לקויים וסינון רעלים ירוד. קמטים אנכיים בין העיניים (קמטי זעף) הן עדות לחוסר איזון בכבד.

**האזור שמתחת לעיניים** - משוייך לתפקודי כליות. נפיחות ועודף נוזלים המלווים בכהות או נפיחות שומנית צהבהבה יעידו על ליחה תקועה ועודף צבירת נוזלים בכליות. הצהבהבות של העור באזור יעידו על כבד וכיס מרה אינם מסננים רעלנים ביעילות. להפחתת הנפיחות יש להוסיף נקודות LU ו-ST וכמובן לשנות תזונה לאוכל שאינו מעודד ליחה. לשינוי הגוון הכהה יש להוסיף נקודות SP ולחזק את הגוף באמצעות שעות שינה נוספות והפחתת עומס העבודה.

**האף** - קצה האף משוייך לריאות, גשר האף - בריאות הקיבה. ריבוי "שחורים" על האף יעיד בדרך כלל תפקוד לקוי של העיכול בקיבה ועדות לריכוז נמוך של חומצה הידרוכלורית במידה והאף אדום ובעל נימים מובלטים מרובים הניכר אצל שותי האלכוהול והקפה.

**הלחיים** - משוייכות למערכת הנשימה. פצעונים או נקודות שומניות בלחיים הם במקרים רבים תוצאה של דיאטה עתירת שומן ומעודדת ליחה (סוכרים, שומנים, מוצרי חלב ועוד). לחיים חיוורות לעיתים מעידות על חוסר ברזל וחולשת הטחול, לחיים סמוקות ולחיים אדומות מאוד הן תוצאה של מזון ושתייה מחממים וחוסר סירקולציה במערכת העיכול. לחיים בעל גוון ירקרק יעידו על סטגנציה בכבד.

**הפה** - בדרך כלל מקושר לתפקוד מערכת העיכול. תפקוד איטי של מערכת העיכול יגרמו לחירון ועור חסר חיים, יובש במערכת העיכול יגרום ליובש וקשקשת ולקמטים עמוקים. יובש וחתכים בזווית הפה יעיד על חוסר ויטמין B או ברזל. חניכיים מודלקים, אדומים או מדממים הם סימן לעודף חום, חומציות יתר, עודף שומן, סוכרים ומשקאות ומזונות מחממים.

**הסנטר** - משוייך לכליות ולמערכת העיכול. יכול להגרם כתוצאה מתזונה לקויה או מאורח חיים שאינו מאוזן, נטול שעות שינה ורוי מתח המחליש ומפר את איזון מערכת העיכול והכליות.

**הלסת** - מושפעת בדרך כלל משינויים הורמונאליים. ציסטות ופצעונים יעידות על רעילות במערכת הלימפטית שנגרמת פעמים רבות משימוש יתר בתרופות, מזיהום סביבתי או תזונה עתירת שומנים וסוכרים.

### אבחנת פנים 4 דרך מיקום האקנה ואיפיונו:

הרפואה הסינית מאמינה בין איזון של אנרגיות היאנג וייין. בתקופת

- פנים המתכהות או אזורים שמתכהים יעידו על חולשה ותקיעות בכליות.
- פנים צהבהבות יעידו על טחול וקיבה שאינם מתפקדים כראוי.
- פנים חיוורות מאוד ולבנות מעידות על תקיעות ותפקוד ריאות לקוי.
- שומות ונקודות חן המופיעות על הפנים, אצל נשים יעידו על חומציות יתר ורעלנים בואגינה שעשויים ליצור דלקות וכאבים.
- קמטים בין הגבות יעידו על מערכת לימפה חלשה ומערכת חיסון לקויה.
- נקודות אדומות או אבעבועות סביב הגבות יעידו על סבירות גבוהה לחלות בשפעת.
- גבות מאדימות הן סימן למתח, לחץ והפרעת שינה.
- ארובת העין מאדימה, תיתכן דלקת כליות או כאבי גב.
- אף אדום יעיד על דלקת בשלפוחית השתן או כאבי גב.
- נימים בולטים על האף (קופרוז) - תפקוד לקוי מאוד של שלפוחית השתן והכליות.
- שפתיים מאדימות מעידות על פעילות יתר של הקיבה.
- שפתיים מתכהות יעידו על תפקוד לקוי של הטחול והכליות.
- כיבים ושלפוחיות סביב הפה, כולל אקנה מעידים על נגעים בקיבה ואפילו אולקוס.
- לחיים אדומות- פעילות מאומצת של הכבד.
- כהות מסביב לעיניים או נקודות שחורות מסביב לעיניים - התדרדרות בתפקודי הכליות או אבנים בכיס המרה. אצל גברים, סבירות גבוהה לפרוסטטה מוגדלת.
- כשהאזור שבין הסנטר לאוזניים, מודלק, מצולק, עם אבעבועות או כל פגם עורי אחר - המעי הגס חסום ואינו מתפקד כראוי. כשהאזור מאדים, יתכן שהאדם סובל משילשולים.

### אבחנת הפנים 2 לפי הגישה של דר' ואן בורן:

הגישה משייכת את הפנים לשלושה הבטים של אבחון: **השמיים**, שהם הנפש המתבטאת במבט, בברק בעיניים, איכות השיער ונוכחות כללית של הנפש במראה הפנים. **האדמה** השולטת על הפיזיולוגיה המשתנה של הפנים כגון: קמטים, איכות העור, צבע העור, הכתמים והפצעים בפנים. **היבט האדם** המיוחס למראה הפנים של האדם בבסיסו כמו מבנה הגולגולת, הסחוסים, גודל האיברים בפנים וכו'.

#### השמיים:

**השיער** בכללותו משוייך לכליות, הריאות אחריות על הברק והחיות, הטחול על הקשקשת ואילו דלילות שיער בקו המצח מעיד על חוסר איזון בכיס המרה.

**הרקות** משוייכות למחמם המשולש וכיס המרה אך מצח אדום מצביע על חוסר איזון בשלפוחית השתן.

**המצח התחתון:** קמטים רבים - חוסר איזון בטחול, קמט אחד עמוק - חוסר איזון במעי הדק, קמט אנכי בין הגבות - חוסר איזון בקיבה ושני קמטים אנכיים - חוסר איזון בכבד, קו אופקי על גשר האף - חוסר איזון בלב.

#### האדמה:

**הגבות:** השליש הפנימי - תפקודי הכליות, השלישי החיצוני - המחמם המשולש ומרכז הגבה - הטחול.

**הנעפעפיים:** החלק העליון - הטחול, עודף נוזלים באזור - תפקודי כליות. **העין:** האישון - הלב, הקשתית - הכבד ולובן העין משוייך לריאות קמטים בזווית העין: העליון - המעי הדק, האמצעי - שלפוחית השתן, התחתון - הלב.

**מתחת לעין:** שקיות נפולות וצהובות - קיבה, שחור או כחור - כליות, שקיות חמות ונפוחות - כבד, שקיות גדולות במיוחד - מעי גס.

**אזניים:** משוייכות לכליות, החלק העליון של הסליל - הלב, האמצעי - הטחול והתנור - הכליות.

**האף:** משוייך לריאות, קצה האף - טחול, נחיריים - ריאות, החיבור בין האף לשפה - כיס מרה.

**לחיים:** הלחי הימנית - המעי הגס והשמאלית - ריאות, גוון ירקרק - כבד, פנים לבנות - מתכת, פנים אדומות - אש, גוון צהוב אפרפר - סטגנציה במערכת העיכול, אדמומיות רק בעצמות הלחיים - מעי גס ולב.

#### האדם:

**הפה:** הפה כולו - טחול, השפה העליונה - הכבד, השפה התחתונה - המעי הגס, מסביב לפה - כבד, זיות הפה קיבה ותרסריון



גיל ההתבגרות, האיזון הזה מופר בעקבות חוסר איזון הורמונלי. אצל נוער, קיים עודף של אנרגיה מסוג יאנג של הכליות והכבד, וחוסר באנרגיה מסוג יין ולכן, נוצר עודף חום שגורם לחימום כללי של הגוף והדם.

החום, כמו בטבע, נוטה לעלות למעלה, ולכן הפצעים מופיעים בחלקים העליונים של הגוף.

אחד הערוצים המגיעים לפנים הוא מסלול הקיבה ו"מוצג" על ידי מס' נקודות הדיקור הרב ביותר.

לכן, כשמפיעים פצעים על הפנים, המעידים על עודף חום במסלול זה שנובע ברוב המקרים מתזונה מחממת.

הגב העליון והחזה מקושרים ישירות לריאות, שאחראיות, בין היתר, על האיזון בעור ועל החיסוניות ולכן, עודף חום ולחות בריאות עלול להתבטא בפצעים בגב העליון ובחזה, ערוץ הקיבה עובר גם שם והשפעת התזונה ניכרת, משום כך גם בפלג הגוף העליון כולו.

פצעי הבגרות מיוחסים לרעלנים. רעלנים יכולים להווצר כתוצאה מעודף חום, עודף לחות בגוף או שניהם יחד. לחות נוצרת בדרך כלל על ידי טחול חלש, לכן על ידי חיזוק הטחול יכולים לעצור את התופעה, ולטפל בפצעים עצמם עד להיעלמותם.

**הנקודות המרכזיות לחיזוק הטחול:** SP6 לאיזון הורמונלי SP9, לטיהור החום ו-SP10 להניע את הדם. עודף חום, בדרך כלל, אצל צעירים הסובלים מאקנה נוצר מתפקודי כבד לקויים ומעודף חום בגלל תזונה מחממת בכיבה.

### אבחון בהתאם לסוגי האקנה:

**בליטות או גבשושיות אדומות** - מקורם בעודף חום והם יכולים להופיע על כל הפנים, הגב, הזרועות והחזה.

**פצעים עם ראשים לבנים** - מקורם בדרך כלל בעודף לחות.

**ראשים אדומים ודלקתיים** - הסוג הזה עלול להיות גדול וחם ולעיתים גם מכאיב, או פצעונים קטנטנים הנגרמים כתוצאה מחום ולחות יחד.

### אבחון דרך מיקום האקנה:

בהתאם למיקום האקנה בפנים ובגוף, תשתנה האבחנה וכמובן, יותאם הטיפול. האקנה נוצר עקב תפקוד לקוי של אחד מהאיברים הפנימיים.

**אקנה במצח:** משוייך לעודף חום בריאות כמו במקרה של מעשנים. מומלץ לטפל עם מספר מחטים בנקודות LU5, LU11.

**אקנה סביב הפה:** יכול להיווצר על ידי חום בקיבה ובמערכת העיכול כולה כמו במקרים של אכילת חריף או שתיית אלכוהול.

**אקנה על החזה והגב:** נוצר על ידי חום בקיבה ובריאות. אקנה על כל הפנים: נוצר על ידי עודף חום או זיהום במערכת הדם.

### נקודות דיקור עיקריות לאקנה:

**נקודות דיקור עיקריות לטיפול אקנה:** LIV3 חסימות צי', LIV2 הרחקת חום, SP10 מניעה את הדם, SP9 מטפלת בעודף לחות, ST44 להרחיק חום מהקיבה, ST34, ST36 שיפור מערכת החיסון על ידי הפעלת מערכת העיכול כהלכה.

**ליצירת סירקולציה של הדם וקירורו:** LIV3, LU11, SP10, BL40, LI4, להפחתת חום: LU11, LU14, LU5, ST44, GV20, ST36, H7, H6, BL40, BL60, YIN TANG, K3, K3, SP6, ST3, ST4, GB14, ST6, GV20.

**להפחתת לחות ואיזון נוזלים:** SP3, SP9, SP6, ST40, ST36, ST34, LU2, LU5, בשילוב ST40 לפיזור נוזלי גוף LIV3.

**טיפול נקודתי בפצעים:** בוחרים רק 4-5 פצעים גדולים ומודלקים בלבד ומדקרים עם חמש מחטים תת עוריות סביבם, הדיקור מקרר, מניע ומסייע מקומית לאיזון מקומי במקום בו הם נוצרו.

### אבחנה דרך איכות העור בטיפול דיקור קוסמטי\*:

בטיפול דיקור קוסמטי, בנוסף לכל האבחנות, נאבחן מצב העור על פי חיוניותו, גוון כללי של העור, יובש או שומניות, מרקם, עובי העור ומסת שרירי הפנים.

כשנכנס מטופל לקליניקה יש לבחון האם עורו דק או עבה, שומני או יבש ונוטה להתקמט, הם יש לו נקבוביות פעורות או האם עורו "סגור", חלק ואחיד, האם יש אזורים שמחוספסים למגע ואחרים חלקים לגמרי, האם נחוש במגע את מסת שרירי הפנים ואף שרירי פנים תפוסים (כאזורי ST6, TW17, BL2, בדרך כלל), האם העור אפורי וחיוור או אדמומי ומלא חיוניות, האם העפעפיים נפולים והלחיים שמוטות, האם קיימים אזורים בהם יש עודף עודף ומדולדל, מצב עור הפנים ביחס לאיכות עור הגוף וכמובן התבוננות בכל פגמי העור כמו כתמים, קמטים, פצעים, מחלות עור ועוד.

לא ניתן רק להתבונן ואף לא יספיק אם נמשש, כדי לקבל את מירב

המידע ובעקבות המידע גם להעריך עד כמה ניתן לשנות ולשפר, עלינו לעסות את הפנים כדי לאבחן לעומק.

### דוגמאות לאבחנות:

**נקבוביות פעורות ועור יבש מאוד** - חולשת כליות ותקיעות בריאות. קופרוז בפנים - עודף חום (בדרך כלל אש הכבד).

**עפעפיים ופנים נפולים** - חולשת הטחול ותמצית הכליות.

**עור מקומט ודק מאוד** - חולשת צי' הטחול וחוסר יין הכליות.

**עור מפרשי שומן והרבה "שחורים"** - חוסר איזון בריאות ובמערכת העיכול.

**עור עכור ודהוי** - תקיעות בקיבה וכמעט הגס.

### \*אודות הדיקור הקוסמטי:

הדיקור הקוסמטי הוא טיפול לחידוש הנועורים ולהחייאת עור הפנים ללא צורך בביתוחים או הזרקות של כימיקלים. התיאוריה מאחורי השיטה זהה לזו שעליה מבוססת הרפואה הסינית כולה, הדוגלת בהחזרת אנרגיות הגוף לאיזון אופטימלי. תהליך הזקנה של העור הוא תהליך טבעי ובלתי נמנע, אולם בשל קצב החיים המהיר בו אנו נתונים, הלחצים שמתלווים לכך, הזיהום הסביבתי לו אנו חשופים ומחלות כרוניות שאנו נוטים לפתח, מואץ התהליך אצל רובנו. כך, ככל שאנו מתבגרים מופחתת כמות הצי' והדם שזורמים לפנים, וכתוצאה מחוסר הזנה מספקת מתייבש בהדרגה עור הפנים ומתחיל להתקמט. מטפל שלמד והתמחה בדיקור פנים והתנסה בטכניקות איבחון דרך הפנים יגיע לתוצאות מכסימליות של שיפור משמעותי במראה העור כמו גם "טיפול שורש" בגורמים שיצרו את הפגמים. נטפל במקביל לעור הפנים על גווניו, איכותו, קמטיו, מירקמו, חיותו בשילוב עם מבט וגווי העיניים גם בתפקודי האיברים הפנימיים ונשיב לו, בנוסף למראהו, גם תחושה צעירה ואנרגטית.

### איך זה עובד:

כמהלך הטיפול מוחדרות מחטים דקיקות לאזורים שונים בפנים ומתחיל תהליך של רענון, חידוש תאי עור, יצור קולגן טבעי והחייאה של עור הפנים. האקופונקטורה הקוסמטית מעודדת זרימה מוגברת של צי' כמו גם אספקת חמצן לרקמות, בזכות הזרמת דם מוגברת לאזור הפנים. הדיקור הקוסמטי מעודד מטבוליזם של תאי העור, ניקוז רעלים ויצירת תאי עור חדשים. טכניקת הטיפול משפרת משמעותית את גמישותם של שרירי הפנים, חיזוקם ומתיחתם. הדיקור הקוסמטי מאט את תהליך ההזדקנות תוך ניצול אופטימלי של הפוטנציאל הטבעי של העור לחדש ולשמר את עצמו רק באמצעות המאגרים הטבעיים של הגוף.

### לסיכום:

שינויים בגוון העור ובאיכותו מקנים למטפל ברפואה הסינית כלי אבחון משמעותי. עור בהיר ופנים חיוורות יכולות להעיד על צי' תקוע או קור פנימי. עור חסר חיים וחוסר גוון יעיד על תקיעות וחוסר דם, פנים אדמדמות יעידו על עודף חום, לחיים אדומות בלבד יעידו על חום חסר ותקוע. עור בוחק וצהבהב יכול להעיד על לחות חמה בזמן שעור חיוור וצהבהב הוא סימן ללחות קרה עקב חוסר ותקיעות. חולשה בכליות תגרום פעמים רבות לכהות סביב העיניים.

חוכמת קריאת הפנים וקריאת כף היד היוו כלי בו השתמשו הפילוסופים ומגדי העתידות בסין העתיקה שאומצו ברכות הימים על ידי המטפלים ברפואה הסינית. על פי קריאה והבנת הפנים ניתן לאבחן את הסימפטומים, את הגורמים ואת המיקום המדויק של בעיות הבריאות הפיזיות, כמו גם את הבעיות המנטאליות מהן סובל המטופל.

ישנם אופנים רבים ואין ספור גישות לאבחון דרך הפנים, כמעט בכל מאמר או ספר שקראתי אודות "מה הפנים מספרות לנו אודות בבריאותו של המטופל", משרטטת מפת אבחון שונה.

למרות ריבוי הגרסאות, כשמחברים את כל הידע המגוון עם הניסיון הקליני בטיפול פנים לצרכי אסתטיקה דרך הגוף ומתבוננים שעות רבות בפניהם של מטופלי בתהליך שלם, חוברות כל התאוריות למקשה אחת שלמה. בדיק באופן בו מטפל ברפואה סינית, רפואה קוריאנית או רפואה יפנית יכול לטפל דרך נקודת דיקור קונקרטיה המשווייכת בכל תורה לאיבר אחר בגוף ולהגיע לתוצאה שלמה כך גם הבנת המשתקף מפני המטופל באופנים שונים ודרך מפות שונות תביא תוצאות טיפול מכסימליות. ככל שנכיר ונצליב גישות רבות יותר, כך ניגע במקור הבעיה ביתר קלות ומזויות טיפול שונות. לעיתים מזומנות, יש יותר מדרך אחת להבין את המקור לבעיה ואת דרכי הריפוי המשתמעות מכך, זו אחת הסיבות המרכזיות להיותה הרפואה הסינית אומנות הריפוי.