

## 魏晋南北朝时期美容医学特色研究

胡冬裴 李小茜

(上海中医药大学,上海 200023)

**摘 要:** 中医美容历史悠久,其发展受到中国文化的熏陶,柔医学与文化为一体,融美容保健和美容治疗为一体,有着深厚的理论基础和丰富的实践经验。魏晋南北朝美容医学发展迅速,不仅具有先进的美学理论、美学思想,更不乏美容技术、美容手段、美容药物,精彩纷呈,花团锦簇,别具风格的学术内容,展示了这一时期医学美容的重要成就,也为后世医家所崇尚,洵为医学美容之典范。

**关键词:** 魏晋南北朝;美容医学

中图分类号: R277

文献标识码: A

文章编号: 1673-7717(2010)11-2306-04

## Study on the Characteristic of Cosmetic Medicine in Wei Jin the Southern and Northern Dynasties

HU Dong-pei, LI Xiao-qian

(Shanghai University of Traditional Chinese Medicine, Shanghai 200023, China)

**Abstract:** The TCM cosmetology has a long history, which was nurtured by Chinese culture. It is holistic medicine which not only combines medicine with traditional culture, but also combines beauty care with treatment. The subject includes solid theoretical principle and rich practical experience. In Wei Jin the Southern and Northern Dynasties, the TCM cosmetology developed rapidly. There already were advanced theory and thought of aesthetics in it. Besides, there is no lack of skills, methods or medicine of cosmetology. The unusually brilliant and unique academic contents showed important achievements of cosmetic medicine during this period. It was advocated by later doctors and became the model of cosmetic medicine.

**Key words:** Wei Jin the Southern and Northern Dynasties; cosmetic medicine

中医美容有着悠久的历史,其发展始终受到中国文化的熏陶,因而它体现了中医学的特点和医文化的特点。柔医学与文化为一体,融美容保健和美容治疗为一体,有着深厚的理论基础和丰富的实践经验,充分反映了整体观念、辨证论治、形神统一、文质并重、防治并举的特点和优势。

中华民族五千年的文明史中,中医美容的历史,可追溯至有文字记载起,考古学家在原始人类的遗址上发现用小石子、贝壳和兽牙等制作的串珠用于装饰;新石器时代的洞穴壁画上就出现了美容化妆的痕迹;商周时期,甲骨文中即出现了“沫”字,《说文解字》注释说“沫,洗面也”。河南安阳发掘的殷王墓中发现了全套的盥洗用具,如壶、盂、勺、盘等,可知古人很早就注意养成美容卫生的习惯。

“美”字,殷康《文字源流浅说》考证“象头上戴羽毛装饰物如雉尾之类的舞人之形……饰羽有美观意。”描写为

好像头戴羽毛装饰跳舞人的形状,“容”,为“美容”首见于《诗经》。《诗经·卫风》:“自伯之东,首入飞蓬,岂无膏沐,谁适为容?”意为自从哥哥去征东,无心梳洗发蓬松,岂是没有膏沐及脂化妆品,讨谁欢心去美容?

战国时期发明制作了简单的化妆品,商纣王时有配制燕脂的记载,如马缟《中华古今注》云“盖起自纣,以红兰花汁凝作胭脂,以燕地所生,故曰燕脂,涂制作桃花状。”《韩非子·显学》中也有记载“故善毛嫱、西施之类,无益吾面,用脂泽粉黛,则位其初,脂以染唇,泽以染发,粉以敷面,黛以画眉。”

医学美容是针对各种碍容性疾病应运而生的。秦汉之前的《五十二病方》载有除疣灭瘢的美容方;秦汉时期第一部药学专著《神农本草经》,记载了白芷、白僵蚕、茯苓等中药用于美容,如白芷能“长肌肤,润泽颜色,可做面脂”;白僵蚕能“灭黑”,令人面色好。”还收录了大枣、芝麻等多种食物美容之品,其中记载有美容功效的药物达160余种。战国时期的《山海经》记载了治疗痤疮、腋臭的中药。《黄帝内经》记载了痤疮和酒糟鼻等皮肤碍容性疾病,如《素问·生气通天论》:“劳汗当风,寒薄为皴,郁乃痤。”对痤疮

收稿日期:2010-06-22

基金项目:上海市教委资助项目(08CZ050);上海市卫生局项目(2006J001A);上海市重点学科建设项目资助(S30301)

作者简介:胡冬裴(1960-),女,上海人,教授,博士,主要从事中医基础理论及中医美容临床研究工作。

还进行了病因病机分析。《灵枢·经筋》记载马膏膏法治“颊筋有寒则急，引颊移口”的面瘫证。汉·张仲景《伤寒杂病论》记载的桂枝茯苓丸、当归芍药散、桃核承气汤治疗肝血瘀滞所致的肝斑，防己黄芪汤治疗面部小皱纹，麻仁丸治疗燥热所致的皮肤粗糙，猪肤汤润肤去皱等内容，至今对临床仍有很高的指导价值。

魏晋南北朝时期，方书繁富，众妙纷呈，美容医学迅速发展。自东汉之末，以迄隋初，经历了三国、两晋、南北朝这一发生重大历史变化的时期。在长达350年的魏晋南北朝时期，中国有三国鼎立，有短暂的统一，直至隋朝结束了近300年为争夺政权的连年战争，实现了继秦汉之后的第二次大统一。南北统一促进了全国经济的发展和文化交流，为唐经济文化的昌盛打下了基础。三国、两晋、南北朝时期是中国历史上的一个奇特时期，孕育出了灿烂辉煌的文化艺术和各种学术，从而造就了一个富有生机的文化飞腾时期。

三国两晋南北朝的医家，大都是儒、道、释名流，门阀世家，乃至将相帝王。在当时，唯有他们才有条件进行医学著述。这些著作，反映了医家对《内经》、《难经》、《伤寒杂病论》和《神农本草经》等经典的继承和发挥；记载了该时代发生的多种疾病及其论治经验；证明了医学分科的日益细致和当时学术的深入发展，并体现了儒、道、释思想在医学各方面的渗透影响。

这一时期的特点，医学理论得到比较系统的整理，方药著作大量涌现，临床各科内治外治得到均衡发展。医学美容也不例外，有葛洪的《抱朴子》、《肘后备急方》、陈延之的《小品方》、姚僧坦《集验方》、谢士泰《删繁方》、范汪《范汪方》、胡洽的《胡洽方》、深僧的《深师方》、萧纲的《如意方》、魏孝澄《新录单要方》及《古今录验》、《效验方》等一批魏晋南北朝时期的代表医家和医著，分别记载了面部皮肤保养的悦面方、护发染发的美发方、香身香腋的香薰方、护手美足的靓肤方、去疣消子的美容方、灭瘢修复的治疗方，融美容保健和美容治疗为一体，充分反映了中医美容的特色，其丰富的临证经验，充分代表了当时医学美容的发展水平，成就卓著，其中既有先进的美学理论、美学思想，又有美容技术、美容手段、美容药物的集中展示，精彩纷呈，花团锦簇。其别具风格的学术内容，展示了这一时期医学美容的重要成就，也为后世医家所崇尚，洵为医学美容之典范。深入研究这一时期的医学美容理论和方法，对现代中医美容的全面发展和运用具有积极意义。

1 魏晋南北朝时期医学美容呈现美学思想文质并重的特点

葛洪的《抱朴子》、《肘后备急方》中充分体现了美学思想，具有相当高的学术价值。他强调文质并重而偏重于质。文，指文彩；质，指不加文饰的质地。文，强调美的后天的人为性；质，强调美的本质。此概念源于孔子，后世逐渐将其作为美学中形式与内容的关系运用。《抱朴子》中曰“瑶华不琢，则耀夜之景不发，……故质虽在我，而成之由被

也”，“粉黛至则西施以加丽，而宿瘤（古丑女）以藏丑”（《助学》），“南威青琴，娇冶之极，而必佚盛饰以增丽”，“朱漆饰致，错涂炫耀，则枯木隐矣”（《博喻》），均指出美人或美物一旦经文修饰后就更美，而丑人或丑物经文修饰后，丑可被掩饰而显得相对较美。葛洪既重视文饰美，又坚持内在质美，如果质地不美，不管如何文饰，都徒劳无益，从而提出“饰为其末”，即与质相比，文饰是次要的。《博喻》曰：“志得则颜怡，意失则容戚，本朽则木枯……有诸中者处形乎表。”明示人外表的美否取决于内，实际上体现了重“质”的思想。在我国传统美学思想中，“质”对人而言，除指肌体外，还指品德或精神，反对论人美丑仅“求之以貌，责之以妍”，“务在皮肤，不料心志”，认为只有“俗人”才会对人“徒观其外形之粗简，不能察其精神之渊邃”（《刺骄》），提出“肤表或不可以论中，望貌或不可以核能”（《博喻》），“愿夫在位君子，无以貌取人”（《刺骄》），提醒世人，若“以貌取之，则不必得贤”（《审举》）。足见葛洪美容是文质并重而偏重于质，以内在美为主，形式美为辅。在美容实践中，求质美的美容效果长，文饰美的美容效果短，但前者即时效应差，须数周以上功夫；后者即时效果好，如鼓应得，立竿见影，既能掩瑕藏丑，又能锦上添花。中医美学思想体现在文质结合，以质为主；内外结合，内外并重；长效与短效结合，以长效为主，极具特色，备受青睐。

2 魏晋南北朝时期医学美容呈现方书荟集经典荟萃的景象

葛洪《肘后备急方》以其所刊载的美容方剂之早、之多、之专，而堪称中医美容第一书。萧纲《如意方》，是一部颇具宫廷美容特色的医方著作，其别具风格的学术内容，展示了萧帝在宫廷美容中取得的重要成就。《小品方》、《范汪方》、《删繁方》、《深师方》、《集验方》、《新录单要方》等分别记载诸多美容病症和方药，归纳的简表，可窥一斑，见表1。

表1 魏晋南北朝美容外治代表方

方名	类别	组成	出处
美白	妩媚白好方	蜂子、妇人乳汁。敷面。	《范汪方》
	洁白方	乌鸡血涂面上，使白，身体悉可涂之。	
	美色方	乌贼鱼骨、细辛、瓜蒌、干姜、蜀椒、牛髓，煮面。	
	治面暴生黚方	生杏仁、鸡子白和，入夜洗面，干涂之。	《集验方》《肘后方》
	治面暴生黚方	白蜜和茯苓涂。	
	治黑面方	牯羊胆、牛胆、淳酒，涂面。	
	治面黚方	以树穴中水洗之。	《如意方》
	治面黚方	茯苓、白石脂，蜜和涂之。	
	悦面方	杏仁、胡麻、麻子仁。弹弹正白下之，以脂面。	
	治面黚方	蒺藜蜜和涂之。或蛭蟥汁涂面。	《新录单要方》

方名	类别	组成	出处	方名	类别	组成	出处
手足裂	手足皲裂方	取葱叶萎黄叶,煮以渍,洗。	《范汪方》	眉脱	治眉脱令生方	油和铁精研涂眉。或铁汁数洗之。	《新录单要方》
		蜀椒渍之。涂羊猪髓脑尤妙。	《范汪方》《深师方》	狐臭	六物胡粉膏方	干商陆、干枸杞白皮、干姜、滑石、甘草、胡粉。涂腋下。	《范汪方》《小品方》《集验方》
	治手足皲裂方	咋蒜封之。或车釭脂涂。	《新录单要方》		治腋下臭方	干姜、白芷、胡粉、白灰。合粉腋下。	《范汪方》
	手足逆肘方	真珠、干姜末,以涂疮指上。	《范汪方》《深师方》		胡臭方	干姜、胡粉、白灰。粉之。	《范汪方》《肘后方》
疣目黑子	去疣目方	大豆拭疣目上。	《范汪方》《肘后方》《集验方》		狐臭方	辛夷、芎蒭、细辛、杜衡、藁本。取汁敷之。	《范汪方》《小品方》《集验方》
	治疣目方	杏仁烧令黑,研涂,良。	《范汪方》		治狐臭方	酢和胡粉涂腋下。	《新录单要方》
	手足生疣目方	蒴藋赤子授使坏,疣目上涂之,即去。	《范汪方》		治狐臭方	杜衡、藁本、辛夷、芎蒭、细辛、胡粉,和胡粉临卧涂腋下。	《删繁方》
	三灰煎	生藜芦灰、生姜灰、石灰。点之。	《范汪方》《集验方》《古今录验》		狐臭方	鸡舌香、藿香、青木香、胡粉,绵裹纳腋下。	《效验方》
	治去疣目方	取松柏合和涂其上,一宿即不知处。	《集验方》	面疱	治面疱方	土瓜、水银、胡粉、青羊脂,傅面。	《小品方》
		作艾炷著疣目上灸之,三炷即除。			治面上恶疮术	胡粉黄柏黄连粉面疮上	
		以石硫黄突疣目上六、七过除。			疗面上粉刺方	捣生菟丝涂之。	《集验方》《肘后方》
	治黑詹瘡术	鸬鹚白尿敷之。	《如意方》		治面疱疮方	捣杏人为泥,和浆若酪,涂之。或大麻子研和猪脂,涂。或鹿脂涂拭面上。	《新录单要方》
		藿灰、石灰、醇苦酒煎,以簪涂黑,须臾灭去。		鼻鼈	治鼻鼈方	木兰皮、梔子人、鼓等分为酢和如泥,涂。	《新录单要方》
	灭瘢	灭瘢方	禹余粮、半夏。以鸡子黄和之。涂之。	白瘢	白瘢方	捣常思草汁涂,或捣杏人如泥和鸡子白涂。	《新录单要方》
	治疮瘢方	白僵蚕末,傅,或桑白汁和鸡子白涂。	《新录单要方》	齿黄黑	治齿黄黑方	取桑黄皮,酢渍一宿,洗七遍。	《新录单要方》
	治疮瘢方	人精和鹰屎白敷之。	《范汪方》	肉刺	治肉刺方	盐汤温渍之。或数涂酥。	《新录单要方》
黑发	染鬓发如漆方	胡粉、石灰。	《范汪方》	白駁	治颈项头面白駁方	白駁,侵淫渐长,似有癣,但无疮,干鳊鱼脂以涂之,先洗拭駁上,外把刮之,使疼痛,拭燥,然后以鱼脂涂之,难者不过三涂之。	《集验方》
	染发方	胡粉、白灰。以鸡子白和涂之。				蛇脱皮熟摩之	
	染发白术	取穀实捣取汁,和水银以拭发,皆黑。	《如意方》				
	治鬓黄术	胡粉、白灰分等,以水和,涂鬓。					
脱发	治发令长方	乌麻花,以生油和泥,涂之,或蜜涂。	《新录单要方》	上述医方内容精选了面部皮肤保养的悦面方、生发护发			
毛发妄生	治毛发妄生方	拔去毛,以蚌灰和鳖脂涂之;或用狗猪等胆涂;以伏翼血涂之。	《新录单要方》	发的养发方、维护体型的纤体方、生眉亮眉的护眉方等维护健康的美容方;亦遴选了治疗色斑、痘疹、黑痣等碍容性疾病的治疗方,融美容保健和美容治疗为一体,充分反映了整体观念、辨证论治、形神统一、文质并重、防治并举的特点和优势。			
头痒白屑	治头风痒多白屑方	大麻子仁、秦艽,沐发。	《集验方》	2.1 靓丽肌肤 经典垂范 维护白皙的靓丽肌肤,正是中医			
	风头长发膏方	蔓荆子、附子(炮)、细辛、石南草、续断、皂荚、泽兰、防风、杏仁(去皮)、白芷、零陵香、藿香、马鬃、膏、熊脂、猪脂、松叶、莽草,涂头。		医药美白护肤防治的优势所在。			
		乌喙、莽草、石南草、细辛、皂荚、续断、泽兰、白术、辛夷、白芷、防风、柏叶、松叶、猪脂,沐发了以涂之。		《如意方》等有“面药”及手法治疗的记载,“悦面术:杏仁一升,胡麻去皮捣屑五升,合膏煎,去滓,纳麻子仁半升更煎。弹正白下之,以脂面,令耐寒白悦光明,致神女下。”《肘后备急方》中,开始有“心恪鄙丑方”专题,即“美容专栏”。它记载了涌现鸡蛋清作面膜,治疗面部瘢痕。医家们充分认识到皮肤状态与身心健康密切相关,外显的皮			
生发膏方							

肤靓丽光彩,心情愉悦,百病远离,若皮肤暗淡、皱纹横生、干燥无华,甚至出现病态,则将给人们带来不悦情绪,消极情绪频繁刺激,致使心身失衡,皮肤不良表现更为突出和典型。此时给予皮肤适当的良性刺激,如抚摸、按摩等可以发挥很大的治疗作用。即用中药外敷,施以按摩手法,利用美容过程进行情感交流,心理疏导,调畅情志,达到容光焕发,精神振奋,乐观生活,健康美丽的效果。中医美容中的面药正是倡导这一理念,在心身关爱中接受中药对皮肤的渗透吸收,起到活血、补水、养肤的保养、治疗效果。对当今仍不乏有指导意义。

2.2 隽秀黑发 呵护备至 中医认为肾在华为发,人至中年以后,肾气逐渐减少,表现出个体齿骨发的机能减退,衰老。脱发、秃发、白发,是美容之一忌。人的头发一般三年左右会自动脱落。每天梳头掉些头发,本是新陈代谢的生理现象,不必大惊小怪。但加成片大把地脱落,就必须重视了。生发、美发、黑发、亮发、染发即为美容范畴。

记载生发长发的有白芷沐头、麻子仁、白桐叶沐头;对鬓发秃落,主张用桑树皮或甘草洗沐。对亮发有大麻子汁润发的光发术;对白发染黑,内服熟桑椹水,外用穀实捣取汁,和水银以拭发;用胡粉、白灰涂鬓,治鬓黄;以针挑伤,敷蜜以生眉等,由此可见,中医美容对头发、眉毛的保养护理有方有法,常以诸方煮汤沐发,高龄时,仍旧发茂乌黑。

2.3 淡斑去痣 简捷奇效 中医美容注重碍容性疾病的治疗。即皮肤出现病理状态,美容倾向皮肤科为主的问题,如皮肤色斑、痤疮、隐疹、过敏、黑痣等,此时必须选用药物内服或外用的方法进行皮肤治疗。

斑即为面部褐斑、雀斑的统称,包括现代的黄褐斑、雀斑、老年斑等。斑为风邪客于皮肤、血虚不荣、气滞血瘀或肾精亏虚所致。中医美容采用茯苓、白石脂、蜜和涂面,有增白之功;其涂面药基质多为白蜜、牛髓,对皮肤有很好的营养作用;常用细辛、干姜、蜀椒等药物,具有温通祛斑之效;乌贼鱼骨、瓜蒌有外消(轻微腐蚀角质层)色斑疗效,共奏祛斑之功。

另外,该时期治疗黑子经验极为丰富,对临证有指导意义。“治黧痣术:鸬鹚白尿敷之。”其腐蚀点痣法,“藿灰、石灰、醇苦酒煎,以簪涂黑,须臾灭去”或用生藜芦灰、生姜灰、石灰的三灰煎,去面上黑痣,点之即去,与现代临证极其吻合。

2.4 祛痤疮 精华呈现 面疱,即痤疮,又称(查皮)“粉刺”“青春籽”。是常见的一种令人烦恼的皮肤病。表现为面部散在性的小疙瘩,上有小黑点者为黑头粉刺,用手挤压,有豆渣样物质。如有感染,便成红色丘疹或小脓疱,导致皮肤高低不平或小疤痕,严重损害美观。总由于腠理失于疏泄,阳气郁遏,津液阻滞,郁热或敷粉所致。《如意方》针对其病机,用内服茱萸桂散或栀子散,外用胡粉、黄柏、黄连涂面疮等立了痤疮治疗内外兼治的有效方法。

隐疹是常见的皮肤过敏症之一。《如意方》对此提出用漏芦作汤洗浴,“治隐疹术:漏芦作汤,以洗浴。”说明萧帝对皮肤病治疗方面亦经验丰富。

《肘后方》记载了沙虱所致的红疹(恙螨皮炎),以及射

工毒、溪毒(类似血吸虫尾蚴皮炎)、“初觉则遍体视之,其一种正黑如墨子,而绕四边,犯之如刺状;其一种作疮,疮久即穿陷……”此外,还记述了蜈蚣、蝎螫、蜂螫、蜘蛛咬伤等多种虫咬皮损害的症状及治疗,为后世医家所重视。

2.5 香身沁人 身心合治 香熏植物郁郁的扑鼻香气,沁入心肺,不仅令人心旷神怡,而且可以消除人体疲劳,增强人体免疫力,促进身心健康。熏衣草、肉桂、玫瑰、茉莉、黑胡椒等香薰之物可以外用香体,亦可以香薰环境。难能可贵的是公元500年《如意方》就有香薰法的记载。如“体香方:白芷、熏草、杜若、薇衡、藁本凡分等,末,蜜和,旦服如梧子三丸,暮四丸。二十日身香。香身术:瓜子、松皮、大枣,分等末,服方寸匕,日再,衣被香。”(辑自《医心方·卷第二十六》)如此明确的提出用白芷、熏草、杜若、薇衡、藁本等植物可以香体;瓜子、松皮等植物可以香身、香衣被,颇耐人寻味。香味可以缓解肌体疲劳,舒缓紧张情绪,带来平静和谐美感,产生积极向上精神,增加人身亲和魅力。在现代快节奏、高压力、超紧张的环境中,本疗法尤为适合。

魏晋南北朝时期中医美容保健和治疗的内容非常丰富,美容方剂数量剧增,在却老容颜、防治粉刺、雀斑、皮肤干燥、毛发衰老、齿黑、肥胖、黑瘦等方面均收到良好疗效;采用的美容中药、食品品种繁多、涉及面广,注重营养功效;美容方剂已趋向君臣佐使的复方配伍;美容剂型有面模、面脂、面膏、口脂、燥豆、衣香的多种剂型,由单纯、经验的美容逐步向科学、综合措施的美容技术迈进了一步。其中膏摩尤具特色,从膏摩疗效言,涉及到了润泽、悦面、增白、除皱、生眉发、乌发、祛瘢痕及防治各种损美性皮肤病;从膏摩应用范围言,涉及到颜面、眼眉、头发、肌肉等;从膏摩手段言,有外用中药面膜、脂类(面脂)、膏类(面膏)、洗液(洗头、洗手、洗面、沐药)、染发液、有按摩等;从膏摩病症言,涉及到诸如头秃、色斑、白癩、面上生疮、头面身风瘙痒、酒糟鼻疮、黑子、疣、瘢痕、手足皲裂、瘢痕疙瘩、腋臭等,既有生活美容,也有医疗美容。既有理论阐述,又有面脂、面膏等具体制备方法。美容和治疗有机的结合在一起,通过用药,调理脏腑气血,改善脏腑功能,不仅治愈疾病,而且达到了美容“义求其本”的目的。

晋代美容整形术亦有显著建树,美容外科兔唇修补术已相当高超,《晋书·魏咏之传》已记载了“咏之生而兔缺”(即先天性唇裂)为之苦恼,产生“残丑如此,用活何为”的轻生念头,然而18岁时遇荆州一名医“割而补之”,修补完好,并当上了该国宰相,当时已有“治唇医生”。安置假眼也达到以假乱真的程度。

美容呼唤医学,中医美容学是一个挖掘不尽的宝库,我们期待着这朵奇葩早日开放出艳丽光彩,重新崛起,再现辉煌。

#### 参考文献

- [1] 张登本.王素医学全书[M].北京:中国中医药出版社,2006.
- [2] 唐·孙思邈.药王千金方[M].北京:华夏出版社,2004.
- [3] 日·丹波康赖.撰,高文铸.校注.医心方[M].北京:华夏出版社,1996.
- [4] 晋·葛洪.著,尚志钧.辑校.补辑肘后方[M].合肥:安徽科学技术出版社,1983.