



学校代码: 10228

学 号: 20152002

硕士学位论文

(学术型硕士学位论文)

中医五脏理论在美容中的应用研究

OBSEVER THE CLINICAL EFFECT OF SELF-MADE YUNPI
HUAZHUO DECOCTION COMBINED WITH NASAL
NEGATIVE PRESSURE REPLACEMENT ON
PEDIATRIC PANSINUSITIS

专 业: 中医基础理论

研 究 生: 石 佳

导 师: 林晓峰 教授

黑龙江中医药大学

二〇一八年六月

目 录

中文摘要	1
ABSTRACT	2
引 言	4
1 中医美容发展简史	6
1.1 中医美容的定义	6
1.2 中医美容学理论和技术起源	6
1.3 中医美容技术和理论的发展	6
1.3.1 远古至先秦时期	7
1.3.2 秦汉时期	7
1.3.3 隋唐时期	7
1.3.4 宋金元时期	8
1.3.5 明清时期	9
2 现代美容学的发展	9
2.1 现代西医美容学的发展	9
2.2 现代中医美容学的发展	9
3 中医五脏与中医美容	10
3.1 五脏生理功能与中医美容的关系	11
3.1.1 心与中医美容	11
3.1.2 肺与中医美容	12
3.1.3 脾与中医美容	13
3.1.4 肝与中医美容	13
3.1.5 肾与中医美容	14
3.2 五脏的病理改变对容貌所产生的影响	15
3.2.1 单一脏腑病变对容貌所产生的影响	15
3.2.2 脏腑间相兼病变对容貌所产生的影响	18
4 从五脏论治损容性疾病与损型性疾病	21
4.1 损容性疾病的五脏辨证及其治疗	22
4.1.1 黄褐斑	22
4.1.2 痤疮	23

4.1.3 酒渣鼻	25
4.1.4 白癜风	26
4.2 损型性疾病五脏辨证及其治疗	26
4.2.1 肥胖症	26
4.2.2 消瘦症	27
5. 中医美容常用手段	28
5.1 内服法	28
5.1.1 内服法常用中药	28
5.1.2 内服法常用方剂	29
5.1.3 内服法常用食物	30
5.2 外用中药美容	31
5.2.1 外用常用中药	32
5.2.2 外用中药面膜	32
5.3 针灸美容法	33
5.4 按摩美容法	34
6. 讨论	34
7. 结论	35
致 谢	36
参考文献	37
攻读硕士学位期间所发表的论文	40
论文授权使用授权书	41
个人简历	42

中文摘要

中医美容学的主要指导思想是中医理论以及中国的人体美学,而主要研究的方向是预防以及治疗损容性疾病以及损型性疾病。中医五脏的生理,病理变化都会对人形体以及容貌产生影响。本文通过系统梳理中医文献中有关中医美容的记载,并提炼五脏相关理论在中医美容中的应用,进一步丰富中医美容的理论体系,进而为中医美容提供新的思路 and 手段。

中医美容技术和理论从远古即存在,经历了秦汉,隋唐,宋金元,明清,以及现代不同阶段的发展,日趋完善。中医美容与五脏的关系体现在五脏的生理功能与中医美容的相关性,以及五脏的病理改变对容貌所产生的影响。情志的失调导致五脏病变在中医美容中产生十分重要的影响。进而从五脏角度出发,提供损容性及损型性疾病的治疗思想与法则。如痤疮一般用疏风清热,肥胖用健脾祛湿的治法等。在文章的最后一部分论述常用的中医美容手段主要有内服,外用法,以及针灸与按摩美容法。

本课题通过研究中医五脏的生理病理功能对美容所产生的影响,进而为一些损容性疾病及损型性疾病的治疗提供新的治疗思路。由此可见五脏理论与中医美容具有较丰富的理论基础,通过调节五脏生理功能来进行中医美容具有一定的可行性。

关键词: 中医美容; 五脏; 损型性疾病; 损容性疾病 ; 情志

ABSTRACT

The main guiding ideologies of cosmetology in Chinese Medicine are Theory of traditional Chinese Medicine (TCM) and human aesthetics in China, and the main research directions are preventing and treating of appearance damaging diseases and the shape damaging diseases. The physiological and pathological changes of the five internal organs in traditional Chinese Medicine all exert great influences on the shape and appearance of people. The thesis further enriches the theoretical system of cosmetology in Chinese Medicine by means of systematically combing the related records of cosmetology in Chinese Medicine in the literature of traditional Chinese Medicine and refining the application of the related theories of the five internal organs, therefore, new train of thoughts and means are further offered to the cosmetology in Chinese Medicine.

Techniques and theories of the cosmetology in Chinese Medicine have existed since the ancient times and are continually being improved, experiencing the Qin and Han Dynasties, Sui and Tang Dynasties, Song, Jin and Yuan Dynasties, Ming and Qing Dynasties and the development of the different times in the modern era. The relationship between the cosmetology in Chinese Medicine and the five internal organs can be manifested in the relativity between the physiological function of the five internal organs and the cosmetology in Chinese Medicine, along with the influences of the pathological changes of the five internal organs to the appearance. The lesion of five internal organs caused by maladjustment of emotion has very important impacts on the cosmetology in Chinese Medicine. Further, the thesis provides thoughts and laws of treatment for appearance damaging diseases and the shape damaging diseases. For example, disperse wind and heat is a method for curing of acne, and the method of Invigorating the spleen and dispelling dampness is used for curing the obesity. At the last part of the thesis, it discusses the frequently-used methods of cosmetology in Chinese Medicine including the internal administration method, the external usage

method, and the acupuncture and massage cosmetology method.

By means of the study on the influences of the physiological and pathological function of the five internal organs of traditional Chinese Medicine, thus, the new treatment ideas for the remedy of some appearance damaging diseases and the shape damaging diseases can be offered. Therefore, it can be seen that the theory of five internal organs and the cosmetology in Chinese Medicine have relatively rich theoretical foundations, and it is possible to conduct the cosmetology in Chinese Medicine through adjusting the physiological function of the five internal organs.

Key words: cosmetology in Chinese Medicine, five internal organs, appearance damaging diseases, shape damaging diseases, emotion

引言

提到美容，大家都能够说出一二，但是从学术上来讲，美容可以分为两个方面，第一个方面是身体健康者追求的抗衰老，第二个方面是治疗有损容颜方面的皮肤病。中医美容和我们现在所说的美容区别不仅仅在于手段，更重要的则是中医美容需要通过中医的辨证分型来进行美容。^[1]

五脏是人体非常重要的器官，几乎承担着人体所有的机能，而皮肤则是人五脏的一面镜子，人们可以通过皮肤的状态，来判定五脏的具体情况，因为脏腑的健康状况和皮肤的健康状况是正相关的关系，甚至可以这么说，五脏是否正常运行将直接影响皮肤的美丑变化。容颜的衰老是任何人都不愿面对的事情，然而岁月不饶人，想保持好的容颜就要了解五脏与它的关系。心脏是人最重要的部位，它的好坏会直接在面部体现出来，而心脏的营养是来自于血液的，所以气血是否充足，也能够直接在面部体现。肝主疏泄，肝的调畅与否直接关系到人面部的颜色以及面部斑点的形成。脾脏主要负责对身体水分以及营养的吸收情况，如果脾脏出现问题，身体水分就会吸收不足，面上当然也不会好看，而且容易出现损型性疾病，比如肥胖。肺部主宰着我们的肌肤情况，如果肺功能不好的话，就会出现皮肤缺水干燥，容颜憔悴的情况，头发也会失去光泽。肾主宰人的精气神，肾虚的话就会导致面部不够精神，脸色苍白。这些是单一脏腑对美容的影响，而多脏腑联合也对美容产生重大影响。

除此之外，有些损容性疾病、损型性疾病，也与五脏功能运行不协调有很大关系。痤疮是青年的常见皮肤问题，导致痤疮的原因不同医家也有不同的见解，而导致痤疮最主要的原因主要有肺热以及脾胃积热。中老年人多出现黄褐斑，从中医上来看，黄褐斑的出现是因为肝，脾，肾这三个内脏运行不协调产生的。肥胖病反应最直接体现在人的体态上，所以这是一种损型性疾病，而脾脏和肾脏这两个器官运行的不协调，也会导致肥胖。而消瘦的主要原因也与脾脏密切相关。显而易见，各种损容性疾病与损型性疾病的产生都与五脏关系密切。要从根本上解决此类问题不能单单依靠各种护肤品，保健品，甚至减肥药。要从中找寻其与五脏之间的联系，并针对其问题进行治疗。

本文通过五脏理论在美容中的应用研究，了解中医五脏各自的生理病理

特点对中医美容的影响。通过调节五脏的生理功能来进行中医美容，进而为一些损容性疾病与损型性疾病的治疗提供切实可行的思路。

1 中医美容发展简史

1.1 中医美容的定义^[2]

中医美容学是一个较为新兴的学科,该学科的主要指导思想是中医理论以及中国的人体美学,主要研究的方向是预防以及治疗损容性疾病以及损型性疾病,以此来达到健身、美容、防病,塑造人体神美和形美的一种专门学科。一般情况下,只要提到美容,大部分人第一个想到的就是皮肤,皮肤是人体总面积最大的器官,覆盖在人体的表面,既起到了防御的作用,也起到了保护的作用。中医皮肤美容是中医美容中的一大方面,然而中医美容还包括形体美,一些损型性疾病也影响着人们对美的追求。

1.2 中医美容学理论和技术起源

追求美的事物是人的一个天性,也是人类社会不断发展的产业,更是人类文明不断发展的产物。马克思说:社会进步是人类对美的追求的结晶。很早以前,我们的祖先就在运用中医美容技术进行护肤养颜、美化自己。我国是世界上的四大文明古国之一,中医美容在我国有着悠久的历史。

自从有了人类,就开始有了美容知识的积累。在我国最早的医学著作《黄帝内经》里,就提到了中医的整体观点,那就是以阴阳五行为纲,而且还在书中说到阴阳 25 种人学说、五色诊病和骨度法等方法,这些都是根据东方人的特征提出来的,也是一种早期的人体审美观念。《黄帝明堂经》中明确指出了 17 中损容性疾病,而且后世发展起来的针灸美容法、穴位按摩疗法、点穴疗法也是从这里找到的理论依据。张仲景编撰的《伤寒论》中,也有一些章节提到了人会因为一些疾病,使得容貌发生变化,包括肤色的变化,但是其中提到了一种辨证论治的原则,这也是后期中医美容理论的重要组成部分之一,比如,关于黧黑斑的各种论述,就为其后人们治疗一些损容性疾病提供了很好的依据;成书于晋代的《肘后备急方》中,也记载了关于损容性疾病的治疗方法,还集中说明了粉刺、酒渣鼻、面色黧黑、体气等病的治疗方法,还附有相关的保健药方,这也算是我国最早的美容典籍,后期也开始陆续出现关于美容方面的典籍,主攻的方面各有不同,比如美容药物、养生长寿、祛病驻颜等大部分内容都包括在内,较为全面的保存了中医美容的各种治疗方法和技术。

1.3 中医美容技术和理论的发展

根据中医美容学形成的时间来算,它其实并没有非常长的历史,但是作为基础的中医美容以及相关的技术确实有着非常悠长的历史。根据相关典籍的记载,可以将其发展的过程分为七个阶段,分别为:远古至先秦、秦汉时期、魏晋南北朝时期、隋唐时期、宋金元时期、明清时期、近现代时期。在发展的过程当中,中医美容一直在不断的完善,而且已经形成了一套较为完整的,十分具有自身特色的理论体系。

1.3.1 远古至先秦时期

考古挖掘发现,早在“山顶洞人”时期,人们就开始用一些动物的骨骼,牙齿,以及海贝壳等制成的饰品来美化裸露的皮肤。新石器时代的洞穴壁画,里面的画像就已经体现出了美容化妆的倾向,到了夏商周时代,因为文字的出现,美容的相关习俗以及相关行为才有了文字记载,这些记载都是证据,而根据考察,记载最早的美容行为是沐浴。

春秋战国时期,随着社会生产力的提高,关于美容在民间比较普遍,当时的美容方法也变的多样化。战国时期的《山海经》是一部综合性的著作,里头记载了将近 146 种草药,其中有 12 种动植物药物,是具有美容作用的,可以治疗赘疣、痤疮等疾病;而在马王堆汉墓中出现的《五十二病方》就有记载一些关于治疗损容性皮肤病的药方,技术。值得一提的是书中还论述了面生黑斑的病因病机认识,并提出了治疗法则。

1.3.2 秦汉时期

我国的医学巨著《黄帝内经》,是我国中医学的基础,也是我国中医美容的基础,虽然说《黄帝内经》当中没有专门的章节来论述美容的具体情况,但是其中有很多的篇章是讲述人体皮肤的各种情况的,包括生理情况,病理情况,以及疾病情况等等,其中还有一些是关于养生保健的,其中表现出来的对于人体皮肤、形、神的各方面审美都有提到,这对于中医来说,是非常重要的临床实践,而且也是理论发展最重要的奠基石,《神农本草经》是东汉时期的医学著作,里面记载了大约 365 种中药。而这其中有将近 160 余种药物与美容保健有关,在汉代,根据相关的材料记载,更加流行的是涂脂抹粉来提升容貌的魅力,而且那个时候就已经出现了“妆点”“妆饰”等词汇,这些词汇有很多都属于化妆的专用名词。

1.3.3 隋唐时期

隋唐两代，随着社会进步和经济繁荣，人们在解决了温饱之后，就有了与美容有关的运用研究。隋朝巢元方所编撰的《诸病源候论》中，有很多关于气功和推拿的美容方法，而且其中还根据《黄帝内经》的相关理论，对诸多损容性皮肤病和皮肤保健美容进行了探讨，对中医美容学科体系构建产生了一定影响。《食疗本草》是由我国唐代医家孟诜所著的一本著名的营养学和食疗学专著，本书中论述了多数事物的疗效，如今仍有很高的研究价值。本书总结了唐以前的中医美容成就，它不仅仅是一部中医美容学专书，也是一部营养学和食疗学专著。

孙思邈是唐代著名的医家，在他编撰的《千金方》当中，记录了很多中医界从不外传的化妆方法和美容方法，使中医美容技术和方法更加丰富。根据记录，千金方当中一共有 200 多个关于美容护肤的方法，外用内服都有，关于内服的药剂，也详细记录了其具体的组成、剂型、剂量、配制、功效和用法等，十分实用且十分具有指导性。尤其是对妇人面部使用的方剂记载十分详尽。此后王焘在《千金方》的基础上，对中医美容方法进一步整理充实，他的《外台秘要》收录有唐代初期张文仲、许人则等当时名医的美容方法和方剂，很多古时候实用的医药文献和相关的方剂能够得到很好的保存，这些都是中医美容学发展下来的经验，十分珍贵且具有指导意义。

1.3.4 宋金元时期

这一时期是传统中医美容学拓展时期，宋代程朱理学的影响很大，主张存天理，灭人欲，反对女子衣着华丽，从宫廷后妃到民间女子都以淡雅、含蓄的化妆表达对自然美的追求，这种化妆一直延续到清代。

宋代《圣济总录》、《经史证类备急本草》、《太平圣惠方》等书，使美容药物、方剂不断丰富，并在病因病机诊断和治疗上大有进步。《太平圣惠方》中载有并增补许多新的美容方药，总共 980 余首，其第 40 卷以美容方为主，有方 187 首，第 41 卷为须发专方，有方 120 首，其他还有各种美容方、驻颜方及治疗损美疾患方 680 余首。

金元时期医学界百家争鸣，产生了很多医学流派，在促进中医发展的同时，也促进了中医美容学的发展。几大名家创造的如防风通圣散、补中益气汤、黄连解毒汤等方药到现在仍用于治疗损美疾病。

元代《饮膳正要》是我国第一部营养学专著，极大丰富了饮食美容内容。许国祯的《御药院方》收录了宋、金、元三代宫廷秘方千余首。

1.3.5 明清时期

在明朝，杨继州主持编撰的《针灸大成》中，就比较重视任督二脉的作用，其中明确提出：“任督原是通真路”的思想，并设计“蒸脐治病法”等各种灸法保健和治疗方法，对针灸美容有重要参考价值。美容这个词汇我们经常听到，但是最早应该是在明代的《普济方》中出现的，而且是出现在一个方剂中，是一个名为“美容膏”的方剂。清代的时候医学已经受到西方的影响，比较发达，其中的很多外科著作，包括《外科证治全生集》、《医宗金鉴外科心法》、《疡医大全》、《外科大成》等，都有提到关于美容的方法，以及如何治疗损容性疾病的方法。

2 现代美容学的发展

2.1 现代西医美容学的发展

我国现代医学美容起步较晚，在经过一番排斥、责难之后，直到 80 年代,由于思想观念的转变和生活水平的提高，才逐渐被人们所接受。我国西医学美容从重睑成形术开始，隆鼻术、隆乳术、腹壁整形术、颜面除皱术等陆续开展，医学美容日益红火。现如今西医美容学的发展日新月异，近些年来，瘦脸针，玻尿酸以及激光美容逐步兴起，越来越多的女性开始尝试新的西医美容技术。

西医美容可以解决一些中医无法解决的问题，像是重睑成形术，隆鼻术这种手术性质的美容，并可以很快看到显著的效果。但西医美容在一些方面存在不足，如不注重整体的调节，人体的面部皮肤，是人体五脏的外在表现，不单单依靠外在手段就可以使人拥有好的皮肤，更应重视人体内部的调理。只有人的内在体质得到调节后才能使皮肤的质地颜色得到根本的改善。

2.2 现代中医美容学的发展

新中国成立之后因为各项制度的确定，中医美容以及保健行业在制度的支持下得到了一定的发展，在各地区已经开始陆续建立起一些化妆品的生产工厂，为人们生产美容产品。但因一段时期内，人们的物质文化生活水平还不高，特别在“文革”时期，中医美容并未形成独立的临床学科，也

没得到社会的重视。

因为我国改革开放政策的实施,我国与世界的交流开始越来越频繁,交流的领域非常广阔,包括经济领域,文化领域,科技领域等,我国人们的生活也因为改革开放以及国际交流的原因开始不断的提升,这些等等都对我国的健康事业以及医学事业包括美容事业的发展有着很大的推动作用。

在 20 世纪 90 年代的时候,国际上开始出现回归大自然的思潮,人们因为这种思潮的影响,开始转向追求更加天然以及绿色的美容方法和保健方法,这样一个思潮的出现,使得中医美容学的发展发生了一个质的变化,甚至影响到整个美容行业的发展。

21 世纪的时候,我国的美容事业已经发展的很好了,已经形成了一个初步的中医美容方面的专业队伍,这支队伍,具备了一定的科研能力,医疗能力以及教学能力。在这样的背景下,关于中医美容方面的著作也开始渐渐多了起来,例如 2001 年的《中医美容学》,有近百万字,这部著作系统而全面的讲述了我国的中医美容,包括美容思想、理论和技术,同时提出了中医美容与脏腑的关系。属于中医美容学方面的代表性著作,所以这本书的出版,也标志着我国的中医学的发展已经进入了一个新的阶段。

中医美容有着其自身独特的优点,注重整体性的调节,使人可以从根本上解决美容问题,而不仅仅是解决表面问题。

3 中医五脏与中医美容

容貌似乎是女性的“面子”问题,但是从根源上来讲,就是人体内部五脏六腑以及人体整个气血运行的问题,也就是说,人体脏腑气血充盛,运行流畅,阴阳调和,则面色红黄隐隐,明润含蓄。《黄帝内经》云:“有诸形于内必形于外”“视其所外应,以知其内藏。”^[3]容貌方面的问题虽都表现于人体的外部,但究其根本乃其内在脏腑发生的病变,人体是一个有机整体,以脏腑为中心,通过经络系统连接。内属于脏腑,外络于肢节。将五脏六腑,四肢百骸,五官九窍紧密相联。经络有运行气血,濡养周身的的作用,因此人体脏腑生理功能正常,气血充盛,则肌肤得以润养。倘若人体阴阳失调,气血失和,脏腑气化功能失常,则水湿,痰饮,瘀血等病理产物易于滋生,内生之邪郁于体内,不得宣泄,阻碍气血运行,久而化热。火热与痰湿,瘀血相兼为病,郁于肌表,则发为痤疮;如若脏腑生理

功能低下，则气血化生不足，肌肤失于滋养。

中医情志理论与中医美容关系密切，是中医整体美容观的一个重要组成部分。所谓情志是指在心神的主导和调节下，以五脏精气作为物质基础，以相互协调的脏腑功能活动为内在条件，在外界环境的刺激和影响下，内外综合作用而对客观事物产生的一种特殊反映形式，是人对于客观事物能否满足自己欲望而产生的体验^[4]我们所说的情志的失调，如忧思伤脾、惊恐伤肾、郁怒伤肝、使人体气机紊乱，气血逆乱。临床中最为常见的是持久的情志异常，影响肝的疏泄功能，导致肝气郁结。气为血之帅，气血相互依存，气行则血行，气滞则血瘀，瘀久则耗气伤阴，经络不通，气血不能上荣于面则生黄褐斑、痤疮。一些损型性疾病以及损容性疾病的产生与人的情志关系密切。

3.1 五脏生理功能与中医美容的关系

3.1.1 心与中医美容

心与容貌的关系体现在主血脉、主藏神两方面。《黄帝内经》云：“心主血脉，其华在面”。所谓心主血脉，包括心主血和心主脉，心主血又包括心生血与心行血，心脏是主管全身血脉的一个重要脏器，推动血液在脉道中规律运行的作用，这个作用分别是针对主血和主脉的。血就是血液。脉就是脉管或经脉，是储存血液的地方，也是方便血液运行的通道。心脏和脉管之间是相互联系的，整体来说这是一个密闭的系统，是血液循环流动的一个系统。在心脏不断跳动的过程当中，产生推力让新鲜的血液在全身的脉管当中流淌循环，永不停息，直到生命的尽头，所以心脏就是血液循环的唯一动力。所以说：“人心动，则血行于诸经，……是心主血也”^[5]。因此，由血液、心脏、脉这三者组成的系统，是有自己相对独立的一个生理功能的，这些功能的发挥都是由心脏来主宰的，都依赖于心脏的正常搏动而存在。

心属火，主血脉、开窍于舌，其华在面，主藏神、在液为汗，在志为喜。属手少阴心经，与手太阳小肠经互为表里。其色赤。心在人体内主宰血液的运行，濡养头面及皮肤，使面部皮肤红润光泽有弹性，心主血脉，推动血液运行至全身皮肤，以滋养荣润皮肤。面部血脉十分丰富又相对表浅，故面色明暗润枯在很大程度上反映了心主血脉的功能。心脏的生理功能是

保证人体的血液运行和人体的精神面貌，也就是说心脏能够推动血液在人体周身的脉管中运行，最后把人体的营养物质和精气送到皮肤处，以达到滋养皮肤的作用。根据医学证明，人体脸部的血管是非常多的，且大多数都在比较外层的地方，所以心脏功能运行的好坏是可以通过人体面部皮肤状况来进行判断的。《素问》中说到：“心者，君主之官也，神明出焉。”^[6]心脏的藏神与人体的形体美之间有着非常明显的关系。神的活动以心血为物质基础，心血充足则人的神志清晰，精神充沛，感觉灵敏。人体的气血津液均需心气的推动，才能运行、输送、营养人体的各个部分。无论是人体的水分还是气，都需要心脏的推动才能在人体内正常运行，并保证人体各个部分的营养供应，所以说，心脏功能正常，血脉就会通畅，血脉畅通就能够保证皮肤的营养，整个人也精力充沛，思维活跃而敏捷。

3.1.2 肺与中医美容

肺部主要负责的是人体的呼吸，统领人体的气息分配^[7]。人身之气均为肺所主，所以说：“诸气者，皆属于肺”^[6]，“肺主一身之气”^[8]。所谓肺主气主要包括两个方面，分别是人体的呼吸作用和人体氧气运行作用。由于肺为华盖，其位最高，参与调节体内水液代谢，所以说“肺为水之上源，肺气行则水行”^[9]。而肺主行水说的就是肺部能够控制人体的水分的运输、分布以及排泄，换句话说，就是肺参与人体整个的水液代谢的过程。

黄庭内景五脏六腑补泻图中说：“肺合于皮，其荣毛也，皮聚而毛落者，肺先死也。”^[10]肺主气，司呼吸，肺随呼吸的功能带动营养精微物质充养肌肤，润泽毛发。正如《灵枢·决气》曰：“上焦开发，宣五谷味，熏肤，充身，泽毛，若雾露之溉。”^[11]肺部的主要生理功能就是负责人体的呼吸系统，它的主气、主宣发、外合皮的生理功能也与人体的美有着密切的关系。肺气通过宣发作用将水谷精微中较清轻的部分，向上向外布散于全身皮毛肌腠以濡润之，肌肤得以滋养，则外现荣润有光泽。

肺在美容抗衰老方面起着重要的作用。古人说：“肺主一身之皮毛。”人的皮肤和毛发的荣枯与肺脏功能有直接的关系，面部肌肤问题往往和肺的功能失调有关。肺的主气和宣发功能主要是把人体营卫之气、津液运行布散到肌表，以发挥其温煦肌肉、濡养皮肤、滋养腠理、调节汗孔开合、

滑润孔窍的作用。

3.1.3 脾与中医美容

脾主运化，主统血。脾主运化包括运化水谷精微和水液两方面。“脾气化而上升”^[12]，“脾升而善磨”^[13]，水谷入胃，全赖脾阳为之运化。故“脾有一分之阳，能消一分之水谷；脾有十分之阳，能消十分之水谷”^[14]。《千金方》认为：“脾主升，运化水谷精微，乃气血生化之源。”^[15] 饮食入胃，经胃的受纳腐熟，至小肠作进一步消化吸收，小肠主泌别清浊，其中清者部分经脾气升清作用向上输于心肺及头面，浊者部分经胃的通降作用下输至大肠。人体的消化功能是通过脾脏和胃腑来共同完成的，是气血化生的源泉，只有脾胃功能健旺，升降相因，气血方能源源不断的化生，先天肾精亦得之资助充养，人体方能表现出精神充沛，四肢灵活，肌肤红润有光泽。

另外脾脏还有生血、统血的功能，即保证血液在流动的过程当中不会发生溢出血脉之外的现象。脾为人体气血化生之源，有将营养精微物质输送到全身的功能。中医称脾为“后天之本”。人体全身各器官、组织系统、四肢、皮肤肌肉全依靠脾养。《黄帝内经》中说：“脾胃为气血化生之源”。只有脾与胃的功能正常，气血化生功能旺盛，生命才能得以维持，皮肤肌肉才能有充分的营养而健康，面部才能容光焕发。

3.1.4 肝与中医美容

肝的生理功能是主疏泄，主藏血，能调畅全身气机。所谓肝主疏泄，说的就是人体的肝脏有保持人体各部运行舒畅，通达的作用。肝脏的正常运作，是保持人的生理功能正常发挥的必要条件。疏，即疏通，疏导。泄，即升发，发泄。关于“疏泄”这个词语，最早是在《素问·五常政大论》这部书中的：“土疏泄，苍气达”^[6]，与土得木而达同义：元·朱丹溪在《格致余论·阳有余阴不足论》中首次明确地提出“司疏泄者，肝也”^[16] 肝脏之所以跟人体的美容有关是因为肝脏的主疏泄功能。关于肝脏主疏泄这个说法，在我国的医学史上有着非常悠久的历史，因为其具有一定的科学指导性，后世的医学家也用此作为相关治疗方式的借鉴。所谓“疏泄”具体来说就是疏通人体全身的气息运行，从而达到将人体精血准确运达到身体各部分的效果，这也是与中医美容学有着重要关系的一个功能，人身

体的气息运行顺畅,就能够保证身体的气血运行以及水分的正常代谢,而人体的消化吸收功能就能得到保障,精神状态也就自然好了,所以肝脏功能的正常,对于美容是十分有利的,能够让面部皮肤得到充足的供养,面色就能红润有弹性。

肝与人的容貌,肝与七情、月经、指(趾)甲、眼睛、筋脉等有密切关系,并以此影响美容。我们所看到的“肝藏血”说的就是肝脏有贮藏血液的作用,能够防止人体过度出血,还能够调节血量的多少,所以肝脏有血海之称。肝脏在藏精血以及主导人体疏通和排泄功能的基础上,还有调节人体气息和调达情志的作用。

3.1.5 肾与中医美容

肾为水脏,主要表现的就是肾调节水液的作用。有蒸化和调节津液的输布、废液的排泄以维持体内水液正常代谢的功能。肾主要的作用就是控制和调节整个人体的水分代谢的功能。肾主纳气主要表现的是肾能够帮助肺部共同调节人体的呼吸情况,虽然说呼吸主要是靠肺部完成,但是肺部吸进来的空气后期都会通过肾脏,由肾脏进行相关的处理,整个的呼吸作用才能通畅、调匀。“气根于肾,亦归于肾,故曰肾纳气,其息深深”^[17]。正常的呼吸运动是肺肾之间相互协调的结果。所以说:“肺为气之主,肾为气之根,肺主出气,肾主纳气,阴阳相交,呼吸乃和”^[18]。正常的呼吸运动是都是肺和肾一起的共同协调才能完成。

所谓肾藏精具体来说就是肾脏有储存人体整个精气的作用,这里所储藏的精气将直接影响到五脏的功能的发挥,也就是说肾脏所储存的精气是充沛的,足够人体需要的话,就能够让人的容貌不衰老。肾中精气的生理性消长盛衰是人体生长壮老已的内在根据。肾还主骨。人体骨骼的生长、发育、修复等均依赖肾精的滋养。人体的骨骼发育以及相关的自我修复功能,都需要肾脏所储之精气来支持,也就说,肾脏的正常运行,能够保证骨骼的健康发展,四肢运动起来的时候就能够轻盈有力量,活动的速度也会比较快,人体头发的生长情况、光泽情况、疏密情况、色泽情况等,都跟肾脏所储精气成正相关的关系。

“肾主毛发。”肾气足,头发浓密而荣光。所以,治理脱发的根本是调养肾。肾气足者,过百岁仍鹤发童颜。肾主骨,牙是骨之余。肾气足,颈

椎自然直挺，人体轻松挺拔。肾气足，牙齿坚固。所以，当人到中年时容易出现骨质增生或出现牙齿松动的问题。

3.2 五脏的病理改变对容貌所产生的影响

3.2.1 单一脏腑病变对容貌所产生的影响

心脏是人体统领血液运行的一个重要器官，因为心脏的规律跳动，血液才能在人体内运行，也正因为如此，营养物质才能够通过血液的运行而被输送到人体的各个部位，面部是人体中血管较为集中的部位，因此，心脏功能的盛衰都能从人的面容上看出来。心脏功能正常，血液运行也就正常，那么面部自然就红润有光泽。反之，若心火亢盛，上燎于面，郁于腐朽额部，则额部皮肤红热肿痛，形成痤疮或丘疹，如《素问·至真要大论》曰：

“诸痛痒疮，皆属于心。”“营气不从，逆于肉里，乃生痈肿”^[3]（《素问·生气通天论》）。若心气不足，则运血迟缓无力，或心血亏虚，脉管不充，面失荣养，则面色淡白无华。如《素问·五脏生成》曰：“心之合脉也，其荣色也。”^[3]《黄帝内经》中说：“心主血脉，其华在面。”^[3]说明面之色泽可反映心之气血盛衰。《灵枢》说：“心者，神之舍也。”^[11]

《素问》又说：“心者，五脏六腑之大主也，精神之所舍也。”^[19]心脏不仅主宰人体的各项生理活动，也协调着人体的各项生理功能，心脏功能失司，就会出现精神恍惚、失眠、多梦的现象，而长期处于失眠多梦的状态，将直接让面部的皮肤看起来暗淡无光且无弹性。人体的汗水从某种程度上来讲，是心脏分泌出来的，也就是说，心脏和汗水之间有着密切的关系。身体健康的人，汗液会与皮肤皮脂腺分泌出来的油脂结合在一起，形成一层薄薄的乳化膜，这层乳化膜能够有效的阻止表面皮肤的水分流失，所以若是这个乳化膜遭到破坏，皮肤水分就会加速流失，致使皮肤干燥，严重的话甚至会诱发皮肤病，而一直都不出汗的人，皮肤自身的新陈代谢就比较缓慢，人体内的废物就没有办法通过出汗的方式排出，肤色就会因此而不健康，而且在医学界，还有这样一个说法：“汗液是最好的美容液”而这正是这句话的根据所在^[20]中医美容强调形神俱养，健美的外形和良好的精神风貌缺一不可。形神合一是中医美容的最高境界。面部毛细血管扩张引起的“红赤面”，中医认为是心经火盛的原因，因为心脏在五行之中属火，心气太盛则赤色见于面部，这是爱美者的一大烦恼，可以从调整心的

功能这方面着手。

喜伤心，喜则气缓。心主神志，为五脏六腑之大主，心在七情变化中起主导作用。心在志为喜，适度喜悦可使心气畅达，营卫通利，血液上荣于面，则颜面皮肤红润光泽。若过度喜悦，则易耗伤心气，使脉道怠惰，血液运行迟缓，则面色淡白无华。

肝藏血，主疏泄，外至肌肤腠理，内而五脏六腑均受肝血之滋润濡养，若肝血充盈，肝气调畅，则身之气血运行通畅，面色荣润有光泽。若脾胃亏虚，气血生化乏源，而致肝血不足，或肾精不足，水不荣木，而致肝阴亏虚，可见面部淡白无泽或萎黄无华，兼见眼目干涩、视物不清。若长期忿闷忧郁，气机郁滞，可致肝气疏泄失职，则身之气血运行不畅，气滞血瘀，可见面色青黄无泽，伴有较多的黄褐斑。或暴怒伤肝，引动肝火，而肝胆互为表里，肝热移经于胆，胆火循经上炎于面，可现面部左颊丘疹、脓疱。若长期暴躁易怒，则肝阴耗损，久则累及肾精，终致肝肾精血亏虚，五脏六腑失于濡养，不能发挥正常功能，而致湿、痰、瘀、火等病理产物内生，蕴结于皮肤，则发为痤疮、丘疹。中医所说：“女子中年养肝”，中年女性应注意调整情绪，使心情轻松舒畅，在治疗黄褐斑时配合情绪有着较好的疗效。^[21]肝血充足的时候，指甲饱满有光泽，若是肝血不是很充足，指甲则会偏薄偏软，容易裂开，而且没有光泽，且肢体活动上也会受到一定的影响，因此很容易影响到人的形体美。在医学著作《素问》中有这样一句话——肝为泪^[20]众所周知，眼泪有濡润眼睛，保护眼睛的作用，而肝脏也是具有这个功能的，具体来说就是肝血不足的话就会使泪液分泌不足，导致眼干眼涩，眼睛失去光泽，目光呆滞，反之，如果肝血充足，眼睛看起来就会更加清亮有神，所以眼睛的美丽，与肝脏功能的正常运行关系密切。

怒伤肝，怒则气上。长期抑郁苦闷，肝气郁滞，疏泄不及，则血行不畅，可见面色青灰，久则气滞血瘀，“瘀血不去，新血不生”，可致血瘀血虚，而见面色青紫，爪甲无华，两目干涩无神，或见唇舌青紫斑点。如若其人脾胃亏虚，气血化生乏源，或肾精亏虚，或失血过多，则肝血亏耗，可见面色青白无华。若暴怒伤肝，肝火亢盛，可见其人面红目赤，久则可见颜面左颊生炎性脓疱，赤色丘疹。

脾为后天之本，气血生化之源。若脾胃健运，则气血化生充足，面受荣养而现红润光泽。反之，若脾胃亏虚，运化失职，则气血化生不足，面失濡养可见面部萎黄无泽。脾主运化水湿，若饮食失节，饥饱失宜，而致脾胃受损，则湿浊内生，或过食肥甘厚味之品，酿生痰浊，阻遏中焦，气机升降失常，久之郁热内生，湿热蕴结脾胃，湿郁热蒸，上熏于面，可见颜面、口唇周围赤色丘疹。从中医视角来看，人体内过量的脂肪就相当于壅盛的痰湿，脾主统血，若脾气亏虚，血失统摄，可引起内部出血的情况，主要表现在面部出现紫斑。《素问》曰：“脾主终身之肌肉”。^[11]《脾胃论》亦曰：“脾胃俱旺，则能食而肥；脾胃俱虚，则不能食而瘦……脾虚则肌肉削……”。^[22]因此脾胃健运，则形体丰腴，反之若脾胃亏虚，则形体瘦削。故脾胃功能正常与否对人之形体影响甚大。

思伤脾，思则气结。脾在志为思。过度思虑，气机郁结则影响脾胃气机的升降，亦可耗伤心血，导致心脾气血两虚。心血不足，不能荣养面部皮肤，则面色苍白无华；脾失健运，水谷精微化源不足，则会产生面色萎黄无泽、肌肉瘦削，胞睑下垂、等损美之症。

《素问》中说：“肺者，气之本，魄之处也，其华在毛，其充在皮”^[11]肺气宣发肃降布散气血津液于全身皮毛肌腠以濡润之，若肺气亏虚，或肺津不足，则周身皮毛失濡，而呈干枯无泽之状，面之皮肤尤甚。若风热干犯肺卫，或外邪直接从口鼻入侵，内合于肺，而致肺经郁热，久之热毒波及血分；或素体阳盛，积热循经上蒸于面，可见面部右颊发为粉刺。如《医宗金鉴·外科心法要诀》云：“肺风粉刺肺经热，面鼻疙瘩赤肿疼，破出粉刺或结屑。”^[23]又如《洞天奥旨·粉花疮》曰：“粉花疮生于人面，窠痂生痒，乃肺受风热也。”^[24]“面上粉刺，又名酒刺。肺经血热而生。发于面鼻，如黍如粟，色赤肿痛，破出粉汁”^[25]（《验方新编》）。《外科启玄》提出鼻疮乃因“肺气不清，受风而生，或冷水洗面，以致热血凝结于面所生”。^[26]肺主气司呼吸，外合于皮毛，肺气通过宣降运动，使皮毛与肺共同进行体内外清浊之气的交换，若风寒束表，腠理郁闭，久之郁热内积，浊物蕴结，排泄不畅，亦见粉刺或者痤疮。人体内的肺、脾、肾、三焦、膀胱等都是调节人体一身津液输布的重要器官，他们的功能失常，就会直接导致肌肤缺水，所以，若是肺功能失常的时间比较长的话，那么就会造成肌肤

干燥和面容憔悴，而且肺还主导这全身的津液输送至皮毛的工作，这对于皮肤的保湿来说有着非常重要的意义，若是皮肤缺水，皮肤就会容易干燥、衰老以及生长皱纹。肺与大肠相表里，若肺失宣降，则大肠传导功能失常，会出现便秘，甚或痔疮，邪热郁于阳明，循经上炎于面，可见面部丘疹、粉刺。如《医经精义》云：“大肠之所以能传导者，以其为肺之腑。肺气下达，故能传导”^[27]。

悲伤肺，悲则气消。悲指悲哀、悲痛、忧愁、苦闷等负面情绪。肺在志为悲，适度悲伤有益于发泄不良情绪，如若悲忧太甚，可致心肺之气郁结，意志消沉，肺气亏虚，不能宣发营卫之气、津液于皮毛肌腠，可见其面色苍白，毛发枯槁，面布皱纹。若长期处于悲哀忧愁之中，则人体肺卫之气虚衰，易招致外邪侵袭。

肾藏精，主生长发育与生殖，当肾精肾气充盛之时，人体表现出精力充沛，形体壮实，发黑骨坚；倘若肾精肾气亏虚，则人体表现为面容憔悴，发脱齿槁；若肾阴亏耗，久则阴虚火旺，相火上炎，则面黑干焦；若火热结滞于颜面局部，则可表现出乌斑。正如《外科正宗》云：“黧黑斑者，水亏不能制火，血弱不能华肉，以致火燥结成斑黑，色枯不泽。”^[28]若肾阳亏虚，火不暖土，而致脾肾阳虚，或肾气不充，累及肺脏，而致肺肾气虚，二者均可致机体免疫力下降，故易于招致外邪，从而发为面部下颌痤疮。当肾功能无法正常运行的时候，人就会出现衰老、白发、皱纹等现象，关于这一点，我国医学古籍《黄帝内经》有所记载，主要说的是，若是肾功能运行不正常，面部的肌肤就会比正常的生长规律更加快速的变老，会出现各种各样的皮肤问题，比如褐斑、黑斑、衰老、皱纹等。而且肾功能不正常还会引起人体水液代谢出现问题，面部肌肤就会出现眼睑浮肿、松弛，还会出现头发枯黄无光泽、无弹性的情况，临床上常见头发枯黄，脱发严重，白发严重等，都与肾中精气不足和血虚有关。

恐伤肾，恐则气下，若过度恐惧，则耗伤肾气，使肾气不固，精液自遗，肾精亏耗，可表现为面色晦暗，腰膝痿软。

3.2.2 脏腑间相兼病变对容貌所产生的影响

中医美容一直以来都非常重视整体美容，无论是保健美容上还是医疗美容上都是，中医上的美容方法一般都是通过对人体内部的五脏六腑来进行

调理的。可见中医美容不仅仅依靠单一的脏腑调节，更加注重各个脏腑间的整体性。人体内的器官，不仅仅在结构上存在关系，在功能上也是存在一定的关系，他们是相互依存和相互协调的，往往完成一个完整的生理活动，是需要多个脏器在一起才能完成的，而人体内脏之间的这些联系，也是人体生理活动的整体展现。因此内脏发生病变后也可以相互影响。

前文所讨论的都为单一脏腑的病变。但脏腑之间不是孤立的，而是相互联系和相互影响的，在很多疾病中，既考虑本脏的生理病理变化，又要注意对其他脏腑的影响。只有全面考察脏腑传变规律，才能提高疗效。人容貌的改变，有的时候并不是外因引起的，而是体内多个脏器相互作用的结果。所以针对一些多脏病变导致的损容性疾病以及损型性疾病的治疗，不应该单纯对一脏病变进行治疗，这样并不能从根本上解决问题，而是通过辨证来寻找病因病机，对多脏进行治疗。这样才能从根本上解决问题。下面来具体说明脏腑间相兼病变对容貌产生的影响。

肝与心：《素问》中言：“二阳一阴发病，主惊骇，背痛，善噫，善欠，名曰风厥。一阴，谓厥阴心主及肝之脉也。按：二阳胃与大肠，一阴肝与心主，其云发病，盖合四经而皆病，故见证有此四端。”^[3]《幼科推拿秘书》言：“青主肝，红主心，白主肺，黑主肾。黄主脾，青兼红，是肝与心之疾。”^[29]由此可见，肝和心是相辅相成的关系，若脾胃亏虚，生血不足，或思虑过度，损伤心脾，气血亏虚，则肝血亦虚。反之，若失血过多，肝血亏虚，心血亦不足。所以在临床上“心肝血虚”常常同时并见。心主管人体的意识、思维、情感等不同类型的精神活动，而肝主要负责人体气血运行的通畅，保持人的情绪稳定，心和肝，是相互促进相互协调的关系，一起来维持人体正常的精神活动，心还能够主导人体血液的运行；肝还能起到储存血液以及有效调节血量的作用；只有两者配合起来，才能够保持血液在人体当中的正常运行，心是血液循环的动力，肝是储存血液的主要器官，所以心功能正常，肝血就能够充盈，也就是说人体的四肢百骸，经脉等都能够得到滋养，以保持其正常而灵活的运转；如果心功能不足，那么肝血也会跟着一起出现不足的情况，就会出现筋骨疼痛、手足拘挛、抽搐等症状。又如肝郁化火，血液运行不畅则会导致人的面色晦暗，失去光泽。

心与肾：《石室秘录》中提到：“肾水脏也，心火脏也。是心肾二经为仇敌，似乎不宜牵连而一治之。不知心肾虽相克，其实相须。”^[30]由此可见，单从表面上来看，心是阳性的，性质上的属性是火，而肾是阴性的，性质上的属性是水，这两者似乎水火不容，风马牛不相及，但是，按照中医普遍联系，相克相生的观点，正常情况下，心阳须下降于肾，用以补充肾的阳气，共同滋养肾脏，而肾中之阴也需要上达至心，以涵养心阴，这样才能够阴阳相互制约，而心与肾保持着这样的关系，就能够做到阴阳调和，和谐共处，进而保持人体生理功能的相对平衡，这种情况也被称为“心肾相交”，属于正常情况。心肾相交则面色红润，耳聪，言语利。正如《中西汇通医经精义》中言：“耳系肾窍此，言心窍者，心与肾相交，听音者肾精也，而辨语者心神也。”^[31]《神农本草经疏》曰：“心以下交于肾为补，炒盐之咸以润下，即得心与肾交也。”^[32]《要药分剂》提及：“然心与肾毕竟交通，离开不得。非心气足不能下交于肾，而使肾之气上通于心，故凡肾精充，肾气旺，有以上达于心者，皆心气先能充足。”^[33]而在病理情况下，肾阴不足则会出现心阳过盛，两者就处于失调的状态，也称为“心肾不交”。则会出现面色黧黑，皮肤粗糙，精神萎靡的症状。正如《千金翼方》中提到“黧黑斑者，水亏不能制火，血弱不能华肉，以致火燥结成斑黑色枯不泽。”^[34]

肾与脾：《素问》言：“大骨枯槁，大肉陷下，肾与脾之阴气坏也。”^[3]《太平圣惠方》曰：“夫肾脏虚冷气者。由肾气不实，下焦久寒，阳气外虚，阴气内积，邪冷之气，在于脏腑，积蓄不散。上攻于脾。脾虚受之则胀，冷搏于阴经则痛也，而又足少阴支脉行于两胁。”^[35]可见肾与脾之间相互影响，共同作用于人体。中医上认为，肾阳是维持人体生命力的关键，所以脾脏自身具有的运化能力，也是需要肾阳来进行推动的，否则就无法正常发挥，所以当肾阳不足的时候，脾的功能就会受到影响，运化作用也就会失常，会出现泄泻或者痞满的情况，反过来，若是脾阳不足的话，肾阳也会因此而折损，则会出现腰膝酸软、水肿等症状，进而引发肾精不足的未老先衰等问题。

肝与肾：《医学指要》曰：“东方之木无虚，不可补，补肾即所以补肝。北方之水无实，不可泻，泻肝即所以泻肾。”^[36]可见肝与肾的关系实质

上就是精和血之间相互滋生、相互转化的关系，中医称之为精血同源或者肝肾同源。肝主疏泄，肾主封藏，二者之间存在着相互为用、相互制约的关系。肝的调理作用能够使肾正常运行，所以在两者的共同作用下，可以调节女子的经期和排卵期，也能够调节男子的排精期。如果两脏腑功能失司的话则易在面部形成褐斑。

肺与脾：脾将水分和五谷的营养输送到肺部，然后和肺部吸入的空气结合在一起，形成肺气，可见肺气的强与弱，与脾的运化功能密切相关。《本草思辨录》言：“仲圣麻仁丸证，是脾受胃强之累而约而不舒，于是脾不散精于肺，肺之降令亦失，肺与脾胃俱困而便何能下。”^[37]所以脾气充足的时候肺气也是充足的，如果是因为脾的功能不足而影响到肺部功能的发挥，就会出现纳呆，懒言，咳嗽的症状，所以在具体的临床医疗上，就会采用“补脾益肺”的方法缓和这种症状。肺脾一起相互协调运行，才能保证身体水液正常的输送、分布以及排泄，若是无法正常运行，就会出现眼睑及面部浮肿。

肺与心：《医经原旨》曰：“肺与心居于膈上，其经属手；脾，肝，肾俱在膈下，其经属足。故肺，心有邪，乘虚而聚，其气必留于两肘，在肺则尺泽，在心则少海之次。”^[38]《脉确》言：“肺与心皆在上。肺邪传心则心火郁。”^[39]故心主血，肺主气。人体所有的脏器以及组织之所以能够正常活动，是因为气血循环能够及时而充分的输送相关的养料，血液的正常循环虽然是心来主导的，但是需要依靠肺气来进行相应的推动，而存放在肺部的肺气，需要送入到心脉，才能够送至到全身，所以两者是密不可分的关系，“气为血之帅，血为气之母”^[40]如果肺气虚弱，中气不足，就会因运血无力而导致血脉的瘀阻，则会导致面色的晦暗，斑点的形成。反之，若心气不足，血运不畅，则会导致津液的输布障碍，引起皮肤的干燥。

4 从五脏论治损容性疾病与损型性疾病

中医学上认为，皮肤病虽然是发生在人体的外部，但是本质上的病因却是：阴阳气血过盛过衰以及脏器之间的活动失去协调性所导致的。中医整体观念，即把人看做是一个有机的整体。认为，人体的各个部分是以五脏为中心。通过经络的作用而联系在一起的，也就是脏腑功能的正常与否都

会在体表反应出来。《黄帝内经》中言：“诸痛痒疮皆属于心”。^[3] 隋朝的《诸病源候论》记载“头面上疮系内热外虚，风湿所乘”“肺主气侯于皮毛，气虚者肤腠开，为风湿所乘，皮主肌肉内热则脾气温，脾气温则肌肉生热也，湿热相搏，身体皆生疮”。^[41]

4.1 损容性疾病的五脏辨证及其治疗

4.1.1 黄褐斑

黄褐斑是一种色素增生的皮肤病，具体在临床上的表现就是在面部形成对称性的蝴蝶状斑点，或者说皮肤局部生成浅褐色的斑点，一般认为这种病可能跟内分泌失调有关，也可能跟某些药物的刺激、慢性疾病的刺激以及其他外界因素的刺激有关，但也有不少病人的病因不明。在中医学上，黄褐斑即为“黧黑斑”或者“肝斑”，而且认为这种斑其实是一种全身性的疾病，但是只在局部反应了出来，其实整体上来说，它是与阴阳、气血、脏腑、经络的失调有关。《医宗金鉴·外科心法要诀》谓之：“初起色如尘垢，日久黑似煤形，枯暗不泽，大小不一，小者如粟粒赤豆，大者似莲子芡实或长或斜或圆与皮肤相平。由忧思抑郁，血弱不华，火燥结滞而生于面上。”^[23]《诸病源候论》曰：“五脏六腑十二经血，皆上于面。夫血之行俱荣表里，人或痰饮渍脏，或腠理受风，致气血不和，或涩或浊，不能荣于皮肤，故变生黑皮干。”^[41]《太平圣惠方》所言：“夫面黧者，由脏腑有痰饮，或皮肤受风邪致气血不调，则生黑黧，五脏六腑十二经，血皆上于面，夫血之行，俱荣表里……风邪入于腠理，使气血不和，或涩或浊，不能荣于皮肤，故变成黑黧。”^[35]《外科正宗》云：“黧黑斑者，水亏不能制火，血弱不能华肉，以致火燥结成斑黑，色枯不泽。朝服肾气丸以滋化源，早晚以玉容丸洗面斑上，日久渐退，兼戒忧思动火劳伤等件。”^[28] 上述文献介绍了黄褐斑的形态，大小，颜色以及其病因。

黄褐斑虽然是在面部皮肤上表现出来，但其主要的原因是因为人体内部的脏腑功能失调导致的，具体来说就是面部气血不足或者输送分布不均导致的，脏腑是人体调节气血生成和输送分布的器官，能够保证人体各种生理机能的正常发挥，还能够保证皮肤得到足够的滋养，而人体可能会因为外部的刺激，情绪的不稳定或饮食上的不规律引发脏腑功能的不协调，然后影响到人体的气血运行，最后集中反映在面部而出现色斑。黄褐斑的形

成大多数是因为肝、脾、肾等功能的失调。而这三个脏器本身就和人体的其他脏器有着千丝万缕的关系，所以黄褐斑的病因错综复杂。

肝肾阴虚型黄褐斑的主要表现为头昏耳鸣、四肢酸软、失眠多梦、烦躁、脱发严重、两目干涩、健忘、月经量少且色黑同时伴有血块、面部肤色发黑、脉象无力。治法上应该注重滋养肝肾，活血化瘀。滋肾法的代表方剂有六味地黄丸、肾气丸等。六味地黄丸出自《小儿药证直诀》，后世如《医碥》曰：“面上黧黑斑，水虚也，女人最多，六味丸。”等诸多医籍多有论及。此方主要用于肾阴不足、虚火上炎所致的黧黑斑。现代药理研究表明：六味地黄丸具有调节内分泌，提高免疫力作用。方中熟地滋肾阴、填精髓为君药，山茱萸补养肝肾、山药补益脾阴，共成三阴并补以收补肾治本之效，以取“壮水之主以制阳光”之义；泽泻泄肾浊、丹皮清肝火、茯苓渗脾湿，此药合用，共奏“三补三泻”之功。

脾肾阳虚型黄褐斑的主要表现为面部布满深褐色斑、畏寒、四肢发冷、性冷淡、夜晚容易尿频、脉沉细。在治法上应该注重温补脾肾，利水泻浊。可用金匱肾气丸、参苓白术丸、补中益气丸化裁：附子 12g，肉桂 9g，白术 15g，茯苓 15g，薏苡仁 30g，山药 30g，黄芪 20g，党参 15g，当归 12g，柴胡 9g，升麻 9g，熟地黄 20g。日 1 剂，水煎服。

肝郁气滞型黄褐斑的主要表现为面颊、目周较多褐色斑片、烦躁易怒或抑郁、口干、月经不调、脉弱。治法上应当注重疏肝解郁，调畅气机。《张氏医通》曰：“面尘脱色，为肝木失荣，人参养荣汤。”《外科证治全书》曰“由忧思抑郁，血弱不化……内宜疏胆气兼清肺，加味归脾汤送六味地黄丸主之。”古人应用此法治疗黄褐斑，多采用冲和顺气汤以及逍遥散等。冲和顺气汤由升麻、葛根、苍术、防风、白芷、人参、黄芪、白芍、生姜、大枣、甘草组成，《医学入门》载：“治忧思饮食失节，面色黧黑，心悬如饥不欲食，气短而促。”逍遥散出自《太平惠民和剂局方》，是古代医家常用的疏肝解郁经典方。《济阴纲目》载：“兼怒动干火而寒热者，佐以加味逍遥丸。”现代药理研究表明：逍遥丸具有降低酪氨酸酶活性，抑制黑色素生成的作用。

4.1.2 痤疮

痤疮属于一种较为常见的慢性毛囊皮脂炎症，也是一种皮肤病，发病率

非常的高，青春男女得了这个皮肤病之后有 90%以上的人会有不同程度的皮损，严重一些的甚至会毁容，而其中需要进行及时治疗的具有 15%。^[42] 痤疮在中医上又称为“粉刺”、“肺风粉刺”、“酒刺”等，而且中医学上对于这个病症的认识有着悠久的历史，因此积累了很多有效的治疗方式，^[43]《素问·生气通天论》曰：“膏粱之人，内脏滞热。痤……皆肺气内郁所为。”“劳汗当风，寒薄为鼓，即粉刺也。”^[19]对本病的病因已经有了初步的认识。《医宗金鉴·外科心法》曰：“肺风粉刺……每发于面鼻，起碎疙瘩，形如黍屑，色赤肿痛，破出白粉汁，日久皆成白屑，形如黍米白屑。”^[23]“面疱者，谓面上有热气生疮，头如米大，亦如谷大，白色者是也。”^[41]（《诸病源候论》）对本病的形态大小进行了阐述。

肺胃湿热型痤疮的主要症状为：皮肤油腻、有丘疹和脓包、丘疹还伴有疼痛、口臭明显、经常便秘、小便色赤、脉滑。治疗上主要以清热除湿解毒为主，方选五味消毒饮加减，本方由忍冬藤、野菊花、蒲公英、紫花地丁、天葵子组成，前两味疏风清热，后三味解毒散结消肿，诸药合用，共奏清热解毒、泻腑通腑之功。在此证的治疗当中，同时要加入利湿排脓、软坚散结的药物，如生山楂、薏苡仁、白花蛇舌草、丹参和“消瘰丸”，起利湿排脓之效。“消瘰丸”由玄参、桔梗、浙贝母组成，有散结之功。另外，顾护胃气亦非常重要，因使用清热解毒药之后，患者复诊时往往会出现口干，即伤阴。所以在使用五味消毒饮的同时，应合用参苓白术散或四君子汤为宜。

肺经风热型痤疮的主要症状是：面部出现较多黑头或白头粉刺、丘疹呈红色、面色潮红、皮肤发热、还伴有痒痛感、脉浮。治疗上主要以疏风清肺为主要方向。中医认为肺经风热型痤疮多因素体阳热偏盛，肺经蕴热，复受风邪，熏蒸面部而发，治宜疏风清肺，解毒散结。^[44]而对于此型所致重度痤疮，其病机更为复杂，诸多医家认为痤疮其病机在邪主要为湿热毒壅、痰凝血瘀，在表为病于皮肤脉络，在里则和脏腑密切相关，治宜清肺泄热，化痰软坚散结。枇杷清肺饮出自《医宗金鉴》，是专为治疗痤疮而设的方剂；五味消毒饮亦出自《医宗金鉴》，有清热凉血、解毒消肿、消散疗疮的功效，对那些素体蕴热，并且外感风热之毒，而致内生积热，毒邪蕴结肌肤，气血瘀滞脉络所致的痤疮，有较好疗效。^[45]

4.1.3 酒渣鼻

酒渣鼻也叫“糟鼻子”或“红鼻头”，发病之时主要集中在鼻头或者面部的中央位置，属于慢性皮肤炎症，因为颜色很像酒渣的颜色，所以有了酒渣鼻之称，而在中医上把这种病症称为“酒皰鼻”“赤鼻”。主要病症就是鼻子和面部的中央位置有持续性的红斑，或者是毛细血管扩张，另外还有一些丘疹或者脓包等，晚期的时候会发展为鼻赘。

中医学对本病早有认识，《医宗金鉴·外科心法》云：“此证生于鼻准头及鼻两边。由胃火熏肺，更因风寒外束，血瘀凝结，故先红后紫久变为黑，最为缠绵。”^[23]《素问·热论》记载：“脾热病者，鼻先赤。”^[19]《魏书·王慧龙传》已出现“酒糟鼻”之名。《诸病源候论》认为：“此由饮酒，热势冲面，而遇风冷之气相搏所生。”^[41]说明了此病的病因病机与饮酒和寒温失调有关。《外科大成·酒兹鼻》云：“酒兹鼻者，先由肺经血热内蒸，次遇风寒外束，血瘀凝滞而成，故先紫而后黑也。治宜宣肺气，化滞血，使营卫流通，以滋新血，乃可得愈。”^[46]指出此病的病因病机为肺经蕴热合并寒温失调。《丹溪心法》称之为“肺风”。^[47]鉴于本病在发展过程中具有一般粉刺的特征，故明代陈实功在《外科正宗》中说：“肺风、粉刺、酒渣鼻，三名同种，粉刺属肺，渣鼻属脾，总皆血热郁滞不散。”^[28]唐代以前，治疗以外治为主，主要药物为水银、雄黄等。至元代，逐步开始用内服方药。明代《外科启玄》提出以“清肺、消风、和血”为治疗原则。^[26]

总而言之，造成酒渣鼻的是肺胃热盛，一般在酒渣鼻的红斑期才能够被发现，而且分布的位置大都在鼻部及周围、前额，对称分布，对其进行压迫的时候会褪色，皮脂也会同时溢出，毛细血管扩张；喜食辛辣油腻的食物，经常口干口渴，而且容易便秘，脉浮，所以治疗时主要以清肺为主。出自《医宗金鉴》的枇杷清肺饮是临床经典方。加味枇杷清肺饮中的枇杷叶能够保柔金而肃治节，清泻肺胃之火，是治疗肺经风热型痤疮和酒渣鼻的常用药，《食疗本草》中记载其“煮汁饮，主渴疾，治肺气热嗽及肺风疮，胸、面上疮。”桑白皮清泻肺火、利水消肿，使火邪从小便而去；黄芩、黄连清热燥湿、泻火解毒，尤善清泻肺胃之火；栀子清泻三焦火邪，且有凉血解毒之功，《神农本草经》记载其“主五内邪气，胃中热气，面赤酒疱齕鼻，白癞赤癞疮疡。”

4.1.4 白癜风

白癜风是一种常见的后天性疾病，是皮肤黏膜色素脱失的病症。在临床上的病症表现是皮肤因为褪色而变白，其他无明显的特征，这种病不受年龄的限制，也不受性别的限制，现阶段发现的大多是青年人，这种病发病速度慢，属于那种容易诊断但是难以治疗的病症，中医上称这种病为“白驳风”。

隋代《诸病源候论·白癩候》：“白癩者，面及颈项身体皮肤肉色变白，与肉色不同，也不痒痛，谓之白癩。”^[41]《医宗金鉴·外科心法要诀》记载：“此病自面及颈项，肉色忽然变白，状类斑点，并不痒痛，形如雪片。”^[23]《外科真诠》也有：“白驳风……其色驳白，形如云片，亦无痛痒”^[48]的记载。中医认为，本病的发生多由气血失和，脉络瘀阻所致。如《医宗金鉴·白驳风》曰：“由风邪相搏于皮肤，致令气血失和。”^[23]

肝肾不足型白癜风主要症状是，病患体虚或者有这方面的家族遗传病史，而且本人的病史比较长，白斑比较有局限性，还时常会有头晕耳鸣，失眠健忘，四肢酸软的症状，脉象细软，在治疗上主要应该滋补肝肾，养血祛风为主，多数患者白斑范围较大，或连成不规则之大块斑片，斑内毛发亦变白，在治则范围内适当加补肾药，当首荐六味地黄丸方药，可以提高疗效。

肝郁气滞型白癜风的主要症状是身体的白斑比较分散，然后慢慢扩散，且板块的数量没有定数，一般还会伴随着易怒、胸痛、晚上睡不安稳、月经不准的现象，脉象弦，治疗上主要就是疏肝理气，活血祛风。方药可用丹栀逍遥散加减，丹栀逍遥散有疏肝解郁、养血健脾、清热凉血之功。蔓荆子疏散风热，清利头目；川芎行气活血；当归养血、活血；防风、刺蒺藜疏风；补骨脂补肾助阳，为治疗白癜风常用药；何首乌、黑桑椹、黑芝麻补肝肾，益精血。全方共奏疏肝理气、活血疏风之功。

4.2 损型性疾病五脏辨证及其治疗

4.2.1 肥胖症

中医上对于肥胖症早就有所研究，在汉代的《说文解字》中就对其进行了相关的说明，而在中医最为经典的《黄帝内经》对于肥胖症有了更加详细的描述，例如其中认为肥胖的人，一般都是肩宽，皮厚但肉薄，血色比

较浑浊。中医认为，肥胖与饮食关系密切。喜欢吃美食，而且摄入过量的油脂和甜食，这些经过消化，通过身体机能使用掉一部分之后，剩下的多余部分转变为油脂，留存在人体内，就会自然而然的肥胖，《黄帝内经》云：“肥贵人，膏粱之疾也”。^[3]《灵枢·逆顺肥瘦篇》进一步说：“肥人也……其为人也，贪于取与。”^[11]《石室秘录》认为：“肥人多痰，乃气虚也，虚则气不能运行，故痰生之。”^[30]《素问·奇病论》说：“病名脾瘕，此肥美之所发也”，此人“必数食甘美而多肥也”。^[19]《王氏医存》则曰：“肥人酗酒之湿热久作，痰涎淫佚一身”^[49]《临症指南》更明确指出，肥胖者多是“湿从内生者，必其人膏粱酒醴过度，或嗜饮茶汤太多，或食生冷瓜果及甜膩之物。其人色白而肥，肌肉柔软…”^[50]《脾胃证》也说：“脾胃俱旺，能食而肥。”^[51]故过食膏粱厚味，酒酪之物可使人脂肪过分壅积，而造成肥胖。所以吃太多含油脂的食物，就会让人堆积脂肪在体内，造成肥胖。

造成肥胖的主要原因有脾虚痰浊，脾肾阳虚，肝郁气滞等。《景岳全书》所言：“盖人之行，骨为君也，肉为臣也。肥人者，柔胜于刚，阴胜于阳也。且肉与血成，总皆肥类，故肥人多有气虚证。”^[52]脾虚痰浊所导致的肥胖一般都会有以下特征：身体肥胖是首位，肤色白皙，脸部或四肢会出现浮肿的现象，易咳嗽，而且有痰，痰色白且稀，易乏力，且容易出现胸闷恶心。治疗应健脾利湿，祛痰化浊。脾肾阳虚所造成的肥胖一般都会有以下特征：肥胖，肤色暗淡，一般中年女性更多，有严重的黑眼圈，身体易疲乏且酸软，夜尿频，小便清澈且多，手足发冷或者身体过度畏寒，嗜睡，大便溏。治疗当温补脾肾，利水化饮。肝郁气滞造成的肥胖主要有以下一些特征：体型属丰满型的肥胖，大多发生在青中年或者更年期的女性身上，肤色暗淡无光泽，易烦躁，经期不准，有的时候还会出现乳房胀痛的情况，经常觉得口苦，眠差。治疗以疏肝理气。

4.2.2 消瘦症

人的身体日渐消瘦，属于一种虚损的病症，因为脾脏可以控制肌肉的活力，治疗的时候应该主要是修复脾脏的功能发挥。在肌肉消瘦方面，最为明显的就是四肢的大肉都消失，一般出现在“痿证”和“鹤膝风”，消瘦病症时间比较长的患者，一般发现的时候都是臀部、胫部的大肉消失，古

时候称这种症状为“肉脱”。

造成消瘦症发生的有以下一些情况，分别是肝火亢盛，肺阴不足，脾胃气虚。肝火亢盛所造成的消瘦症有的特征是：身体消瘦，容易头晕目眩，情绪上比较急躁易怒，常常忐忑不安，胸口有不同程度的灼痛，口中总觉苦涩，眼睛微红，大便干燥，脉象弦数，在治疗的时候需要做的是清肝泻火。肺阴不足所造成的消瘦有以下这些特征，身体消瘦，咳嗽无痰，多汗，咽干，若有痰则会有血丝甚至咳血，在治疗上应该以养阴清肺为主。脾胃气虚所造成的消瘦，主要的症状是身体消瘦，食欲减退，食后腹胀，少气懒言，面色暗黄，大便溏，治疗的时候应该以健脾益气为主。

5. 中医美容常用手段

5.1 内服法

中医上的内服法包括中药以及药膳，根据患者的病症，还需要配合时间、地域以及人体自身的特征来进行，这些做法都是为了使人体的五脏六腑运行通畅，阴阳平衡，从而使外部皮肤健康，让人得到整体意义上的美容，其中药膳这种美容方式，是药物和食物融合在一起，药物作为治疗一部分，膳食作为养生的一部分，同时具有药疗和食疗的双重效果。

5.1.1 内服法常用中药^[53]

当归是我们日常生活中非常常见的中药，当归归肝，心，脾经。《千金翼方》草部中品中说到：“当归主咳逆上气，温疟寒热，洗洗在皮肤中，妇人漏下绝子，诸恶疮疡，金疮，煮饮之，温中止痛，除客血内塞，中风痙汗不出，湿痹，中恶客气，虚冷，补五脏，生肌肉。”^[34]主要的功效是补血养血、活血化瘀、调经止痛、润肤除斑，能够帮助调理经期、补血，长期食用的话，能够让人皮肤红润有光泽，最适合女性的日常保养。根据现代医学研究发现，当归本身就含有大量的挥发油、维生素、有机酸等多种有机成分及微量元素，而且也在研究上证明了当归有扩张血管的作用，能够有效的降低血管的阻力，促进血液运行的畅通，人体内产生的酪氨酸酶，会生出很多黑色素，导致雀斑、黑斑或者老人斑，而且这种酶自身的活性越高的话就会越早出现老人斑，而且老人斑的数量也会更多，根据后期的研究结果表明，当归对于酪氨酸酶来说具有较强的抑制效果，所以对于色素性的皮肤病有着较好的疗效，而且还有很好的抗衰老的作用，有助

于使人青春常驻。

枸杞味甘，性质温和，可养肝，滋肾，润肺，养血补精，对于眼睛来说也有很多好处，能够治疗因肾功能失常而出现的头晕目眩，四肢酸软，视力下降、遗精、消渴，能够润肺治疗咳嗽，将枸杞用作美容的话，属于美容的保健品，根据现代医学研究证明，在枸杞中所获得的提取物，有着造血、刺激生长的作用，能够使人体的毛发柔顺有光泽，肌肉生长及时，血气充足，面色红润，口服枸杞的话能够起到固本培元的作用，还能驱赶体内的邪气，除此之外还能够增强机体的功能，促进人体机能的恢复，还有助于提升身体的免疫能力，枸杞有生精补髓、滋阴补肾、益气安神、强身健体、延缓衰老的功用。

三七味苦，但是性质温和，主要归肝经。三七有止血，活血的作用，还能够消肿止痛、降低身体的脂肪率、抵抗病菌，促进人体内部微循环的作用。而三七之所以具有美容的功效，是因为三七当中含有丰富的活性成分，例如皂苷，糖，氨基酸等，三七粉最主要的美容功效就是美白祛斑，因为三七有活血化瘀的功效，可以促进血液循环，保证人体内正常的血液循环，还能够帮助清除血液当中的沉积物，进而起到美容祛斑的作用，另外三七还有较为明显的补血功效，能够使人体内的血液充足，气血充足了则能够促进面部气色改善，使得其红润有活力。三七可以用来治疗面部的寻常疣，面部的痤疮，以及贫血所导致的面色无华。

5.1.2 内服法常用方剂

逍遥散（《太平惠民和剂局方》）药物组成主要有柴胡，当归，白芍，白术，茯苓，甘草。肝藏血，体阴而用阳，性喜条达，正如前文所阐述的肝失条达后，面部易出现色斑；肝血不充，则面色淡白或萎黄。而逍遥散中柴胡疏肝解郁，使肝得以条达，当归养血和血，白芍养血柔肝，使肝血充。逍遥散主要对肝郁所产生的皮肤问题有一定的治疗效果。

六味地黄丸（《小儿药证直诀》）药物组成有熟地，山萸肉，山药，泽泻，牡丹皮，茯苓。肾藏精，是人体生长壮老已的内在根据，肾阴亏虚可见面色晦暗，《外科正宗》中提到：“雀斑乃肾水不能荣华于上，火滞结而为斑，当以六味地黄丸以滋化源，外以玉容丸早晚搽洗渐愈”^[28]六味地黄丸中熟地滋肾入肾，滋阴补肾，山萸肉可补益肝肾，山药益肾涩精，

诸药相合，补肾填精，精血充足则面色红润。

黄连解毒汤（《肘后备急方》）主要由黄连，黄芩，黄柏，栀子组成。四药共同具有泻火解毒之功效。用于治疗三焦火毒证，可见痈疮疗毒。如《外科正宗》曰：“治疗毒入心，内热口干，烦闷恍惚，脉实者宜用。”^[28]其中黄连清泻心火，兼泻中焦之火。黄芩清上焦之火，黄柏泻下焦之火，栀子清泻三焦之火。三焦同治，使火邪去而热毒解，则疗痈疮疗毒。

枇杷清肺饮（《外科大成》）是由枇杷叶，桑白皮，黄连，黄柏，人参，甘草共同组成。主治肺风粉刺。《外科正宗》曰：“肺风、粉刺、酒皰鼻三名同种。粉刺属肺，皰鼻属脾，总皆血热郁滞不散。”^[28]枇杷叶入肺胃二经，泻肺降火，解毒消肿，桑白皮泻肺行水，使肺热从小便而出，进而共同清肺热，消粉刺。

5.1.3 内服法常用食物^[53]

南瓜，是一种人们经常食用的蔬菜。它也是一种可以美容养颜的食物。站在中医的角度上来讲，南瓜可以起到美容、治咳止喘、驱虫解毒、化痰排脓、健脾润肺、补中益气等作用，南瓜之所以能够起到这些作用，主要是因为南瓜当中含有较为丰富的多糖、类胡萝卜素、维生素、氨基酸，这些元素都是对人体有益的，也是人体所需的，所以多吃的话对人体的健康发展是有益处的，在日常生活当中，多吃南瓜，能够促进身体排毒通便，进而达到让肌肤丰润美丽的效果。

板栗，人们茶余饭后愿意吃的小零食。板栗的口味微甘，性质比较温和，内里含有多种不同类型的不饱和脂肪酸、维生素，还有很多不同类型的无机盐，例如钙、磷、铁、钾等，除此之外，胡萝卜素、碳水化合物、维生素C及B族维生素的含量都比较高，因为这些元素的存在，所以板栗能够有以下一些功效：防治高血压病、冠心病、动脉硬化、骨质疏松等疾病，另外还能起到养胃健脾、补肾壮腰、强筋活血、止血消肿的效果。若只是针对美容这一方面来讲，板栗可以起到抗衰老的作用。

黑芝麻根据当代的医药学研究的相关结果可以看出，其具有较为明显的医疗保健作用，首先在黑芝麻当含有非常丰富的维生素E，而维生素E可以延缓衰老，多吃黑芝麻，能够保持皮肤的柔嫩光滑。一般来说，习惯性便秘属于排泄不畅，很多应该排泄到体外的毒素都会被滞留在体内，这些

毒素时间长了就会造成人体五脏六腑的损伤，进而导致皮肤状态差，而芝麻能够很好的治疗便秘，进而促进毒素的排出，使人皮肤具有光泽、细腻。

5.2 外用中药美容

中药上外用的美容药剂类型主要有五种，分别是面膜剂、糊剂、软膏剂、溶液剂、粉剂。

面膜是一种常见的外用美容的手段，中医上用的传统面膜一般是在鸡蛋清或者猪蹄汤中放入一些具有美容作用的药物粉末来进行调制的，现代的面膜大部分使用中药与成膜剂放在一起制作成一些专用的面膜，当然，也可以用果蔬等来自制面膜。

糊剂，具体来说就是把药物加工一些变成粉末，然后再用液体类的东西作为赋型剂，制作成半固体状态的药剂就行，当然这种液体不能是油脂类的液体，一般情况下，美容用的糊剂，用的液体都是水、酒、醋、人乳、酥、唾液、胆汁生药汁等，可以任意选取其中一种或者几种，跟药物粉末调剂在一起形成糊状就可以了，这种药剂一次性不宜制备太多，而且储存的时候一定要放在阴凉的地方，但是溶剂中有酒或者醋的除外，这种药剂一般可以先把药物制成粉末存放，然后要用的时候调取调制就行。

软膏，就是将药物放入到一定的基质当中，然后将其搅拌均匀细腻，这样能够方便其涂在皮肤上的一种半固体状态下的外用药剂，这种药剂一般不易干燥，但是却能够很好的依附在人体皮肤上，药物作用上比较持久，还能够起到保护皮肤的作用，防止外界对皮肤的物理刺激或者化学刺激。

溶液，具体来说就是药物煎煮出来的液体或者说用开水冲泡药物而出来的药液，除此之外，新鲜的药草植物捣碎成汁，然后再放入酒水或者陈醋等做出来的药液也是溶液。一般情况下，溶液都是现场制作的，而且不宜长期存放，但是酒剂和醋剂除外。溶液用在治疗碍容性疾病上有两个不同的用法，一个是清洗损伤部位，洗掉病菌，另一个就是湿敷在损伤部位，能够起到消炎、退肿、收敛的作用。

粉剂，具体来说就是把不同的药物研磨成粉末状，然后按照不同的比例混合在一起形成的药剂，但是需要非常注意的是，在研磨制作的过程当中一定要提前将药物当中的杂质，如泥土等去除，保持药物的干燥，尽可能的研磨成极细的粉末，过筛，确保杂质清除的情况下，封闭储存，放在干

燥处即可，这种类型的药剂可以在洗脸的时候均匀的扑在脸部和手部，然后再轻轻按摩，保证其吸收，当然也能当做粉底使用。

5.2.1 外用常用中药

白芷味香色白，微温，归肺，脾，胃经。其药用的价值是从《神农本草经》开始的，因为这个药草有着自己独有的气味，所以还被称为香白芷，外用的话有非常好的美容效果，《本草纲目》谓其有“长肌肤，调泽颜色，可作面脂”^[54]古代很多的美容药方中都有它，经常用在面脂当中，所谓面脂就是现阶段市场上非常流行的面膜，市面上很多美容用品都是以白芷作为原料的，但是原汁原味的白芷美容效果会更好一些，若是用白芷煎水内服，对于体外的各种病菌有着一定的抵抗作用，还能够改善微循环，进而促进皮肤的新陈代谢，延缓肌肤的衰老速度。

白芨也是一种美容良药，素有“美白仙子”之称，主要归肺，肝经。可以用于治疗痤疮、体癣、疤痕等皮肤病。《药性论》云其“治面上疮，令人肌滑”^[55]滋润肌肤，令肌肤光滑如玉。白芨当中含有丰富的淀粉、葡萄糖、挥发油、粘液质，外用的话能够很好的消除痤疮好了之后留下的印记，而且它还有很好的滋润肌肤的作用，对于因风吹日晒而出现的皮肤粗糙以及皮肤状况与实际年龄相差很多的人，有很好的疗效。

芦荟也是一种为大众所熟知的美容药物，归肝经。因为芦荟中含有非常多的营养素，而且这些营养素对于人体来说非常有用，芦荟有延缓衰老和抗菌消炎的作用，所以使用芦荟可以防止皮肤过敏，促进伤口的愈合，外用的时候可以修复外伤，譬如晒伤，还能够有效的治疗和预防粉刺、湿疹、抑制黑色素生长；长期使用能够在一定程度上改善内分泌，让干性或者油性的皮肤慢慢的变成中性皮肤。

珍珠即使装饰品，也是药材。归肝，肺两经。作为药材它能够解毒生肌，作为美容用的话，无论是内服还是外用，都能够对皮肤产生滋养保健、延缓皱纹产生的作用。关于这个早在《本草纲目》中就已有记载，珍珠的美白效果显著，能够很好的滋养肌肤，尤其是在抗衰老方面有很明显的效果，若是长期外用，还能够让面部的色素消淡很多。

5.2.2 外用中药面膜

自中国古代开始，人们就开始对中药面膜有所研究，在《千金方》中记

载了大量的妇人面药。

《千金方》包括《备急千金要方》和《千金翼方》两部分，为唐代著名医药学家孙思邈所撰，被称为中国医学史上第一部临床医学百科全书。该书中有大量关于外用美容“面药”的论述，《备急千金要方》和《千金翼方》分别有“面药”和“妇人面药”专篇，是“面药”首次作为专篇出现。其中《备急千金要方》载方 81 首，《千金翼方》载方 39 首及论 1 首，在其它篇章中，还有保健美容内服、外用方各 195 首和 44 首。这些美容方内容丰富，多是以美化面容、皮肤、肢体为目的的方剂，将唐以前秘而不传的美容方药公布于世，极大地丰富了中医美容的内容，对中医药美容的后世发展起到了承前启后的重要作用。

白面方，主要以牡蛎、土瓜根两药为主，磨成粉之后，用白蜜搅拌，涂在面部，可以起到美白提亮的作用。

令人面洁白悦泽，颜色红润方，猪胰、芫菁子、栝蒌子、桃仁，以上四味药用就浸泡，捣熟之后可以敷在脸上，可起到美白提亮的功效。

洗面药方，白芷、白薇、白术、桃仁、冬瓜仁、杏仁、葳蕤、皂荚，以上八味药，磨成粉末，用筛子将细的粉末筛出，洗脸洗手时使用，可起到嫩白肌肤的作用。

猪蹄汤，猪蹄、桑白皮、川芎、葳蕤、白术、白茯苓、商陆、白芷，以上八味药用水煎，去除杂质后，用来洗手以及面部，可使肌肤光泽白润。

猪蹄浆，猪蹄一只，洗干净后用水熬成胶，然后可以用胶来洗脸，也可以用熬出的胶来敷脸，可以起到去皱纹，令人的面部干净，有光泽。

5.3 针灸美容法

针灸美容在我国已经有了一定的历史，针灸美容法应该以脏腑辨证为基础，采用的方式是刺激人身体的经络，来达到经气旺盛，让五脏六腑的功能正常的效果，然后进一步使得皮肤红润有光泽，从而达到美容的效果，除此之外，采用针刺的方式，还能够增加肌肤的弹性，达到消除皱纹、色素斑以及粉刺的效果。针灸美容与其他美容方法最大的不同就是更加重视全身的调整，所以在针灸的时候必须把局部的取穴和全身取穴结合在一起，进而达到不同方面的疗效。局部取穴的效果一般体现在改善循环方面，例如促进表皮细胞的新陈代谢，达到消除斑点、斑疵，增强肌肉弹性的效果；

但是全身取穴的重点放在了调理身体脏腑平衡上,让身体各系统的功能正常发挥来达到由内而外的美容效果。例如针灸可以交通心肾。针灸美容还能够对损型性疾病的治疗起到很大的作用,对此已经有案例可以证明,例如纪青山教授就运用针灸治疗脾虚湿盛型单纯性肥胖。^[56]

5.4 按摩美容法

根据相关案例表明,若是按摩的方法正确的话,就能够起到保健养生、美容养颜的效果,其实按摩美容和针灸美容有一定的相似度,都是通过刺激经络的方法来使气血通畅调和,以达到养护肌肤,美容的效果,只是用的方法不同,针灸用的是针,按摩用的是按摩的手法和力道。按摩通过脏腑经络辨证施术方法,依据病在何脏何腑、通向哪条经络,而选用某些与脏腑或经络相关的穴位、作为施术部位。并依据病之阴阳寒热虚实,而选用与其相适应的按摩手法,组合成手法套路,进行有针对性的辨证施术治疗。也就是说按摩美容一方面通过对经络的刺激来使脏器功能正常发挥,另一方面就是可以观察体表的一些物理效应,采用针对性的手法让局部的皮肤组织得到充分的休息以及营养,缓解肌肉的疼痛和紧张,对于缓解疲劳有很好的效果,让人精神饱满,面部润泽。

除了上面所说的这些方法之外,中医美容上还有其他的美容方法,例如气功美容法,具体来说,就是利用人的自我意识来控制自己的心跳、呼吸等来达到调整内脏功能的目的,属于一种增强体质,祛病强身,驻颜延年的自然疗法。

6. 讨论

中医美容与脏腑相应研究是以中医基础理论为指导,研究中医损容性疾病与损型性疾病与脏腑气血生理病理联系,研究病理皮肤肌表特征的形成机制,与全身生理生化改变的研究,总结出规律从而指导中医临床。本研究主要采用文献资料法,通过有关中医美容文献的深入研究。

中医美容在我国有着悠久的历史,自从有了人类就有了美容知识的积累。中医美容技术和理论发展大致经历了远古至先秦时期、秦汉时期、隋唐时期、宋金元时期、明清时期,这五个阶段。而“美容”一词最早出现在明代的《普济方》当中。现代美容学的发展主要分为现代西医美容学的发展与现代中医美容学的发展,西医美容学虽然可很快看到效果,但仍存

在不足，并不能从根源上解决皮肤问题，中医美容注重体质的调节，使人通过体质的调节来解决根本上的问题。中医五脏的生理功能以及病理改变都会对人容貌所产生影响。不仅仅是单一脏腑的病变会影响到人的容貌，相兼脏腑的病变也会对容貌产生影响，在治疗上应注重从整体出发。针对一些损容性疾病以及损型性疾病的治疗应从病因病机入手，针对性的进行治疗。内服法、外用法以及针灸按摩美容以五脏辨证为基础，通过对脏腑的调节，进而达到美容的效果。

另外，中医五脏与中医美容是一个涉及多学科，多方面的复杂课题，本文所探讨的内容还仅仅停留在理论探讨阶段。因此还需进一步研究探讨。

7. 结论

1. 中医五脏理论与中医美容是具有相关性的。

2. 通过调节五脏的生理功能来进行中医美容具有一定的可行性。

3. 黄褐斑与白癜风的的形成与肝的关系最为密切，肝郁，肝血虚均会导致褐斑的形成，治疗上主要疏肝解郁，滋养肝血等。

4. 白癜风的的形成多为肝肾不足，肝郁气滞导致，主要以滋补肝肾，养血祛风为主。

5. 颜面痤疮以及酒渣鼻发病与肺关系最为紧密，可兼及其余四脏，痤疮的致病因素包括风邪、气滞、痰湿、血瘀等，可夹杂为患，其治疗方法包括解表，行气活血、补虚等等；酒渣鼻多为肺胃热盛所致，主要治疗以清肺热为主。

6. 损型性疾病例如肥胖与消瘦发病与脾关系密切，肥胖主要为脾肾阳虚，脾虚痰浊等，治法多以健脾利湿为主。消瘦多为脾胃气虚，治疗一般为健脾益气。

致 谢

光阴荏苒，岁月流逝，三年的学习生活，转眼即逝。在毕业论文即将付梓之际，谨向所有帮助过我的老师、同学、亲人、朋友表示我衷心的感谢！

衷心感谢我的导师林晓峰教授，林晓峰教授严谨的治学态度、渊博的知识，宽以待人的为人风范，在治学态度、研究方法、临证等方面，深刻的影响我，使我受益匪浅。随师在门诊出诊时，导师以高超的医技，最大限度的耐心去解除患者病痛，使我不仅在临床上大有收益，更能深刻感受到医者救死扶伤职责和悲天悯人的医德是如此重要。在生活上也得到了导师的亲切关怀和帮助，往日情景历历在目，难以忘怀。导师对我的影响，将让我受益终生，对我今后的学习及工作有很大的指引作用。感谢基础医学院的张晓昀老师、谢宁老师、庞姝弘老师、郑杨老师、宋琳老师、于淼老师等所有老师在开题以及撰写过程中所给予的宝贵建议与耐心指导，开拓了学生的思路、完善了本课题的设计，使得课题能够顺利完成，在此谨向各位尊敬的老师致以最真诚的谢意。感谢师兄、师姐、师弟、师妹们，他们给予了我真挚的友谊、无私的关怀和不遗余力的帮助，在此也向他们表达由衷的感谢。感谢同学、好友们，在论文修改、校对等方面对我的帮助。感谢我的家人，他们是我人生前进的风帆和幸福的源泉，他们在我学习与生活上给予了莫大的支持和鼓励，使我的学业能如期完成。

谨以此文表达对所有关心、支持和帮助我的老师、同学、家人和朋友衷心的感谢！终点是另一个起点的开始，希望在人生的道路上一切努力皆有成果！

参考文献

- [1]吴志明,杨恩品.中医美容皮肤科学[M].中国中医药出版社,2015.
- [2]刘宁.中医美容学[M].中国中医药出版社,2006.
- [3]黄帝内经素问.北京:人民卫生出版社,1963.
- [4]武刚.情志学说研究思路探析[J].安徽中医药大学学报,2001,20(4):4-6.
- [5]李挺.医学入门.下册[M].人民卫生出版社,2006.
- [6]张,隐庵,孙,国中,方,向红.黄帝内经素问集注[M].上海科学技术出版社,1959.
- [7]陈婷.王叔和《脉经》文献研究[D].中国中医科学院,2009.
- [8]喻昌.医门法律-2版[M].上海科学技术出版社,1983.
- [9]唐容川.《血证论》评释[M].人民卫生出版社,1980.
- [10]胡愔,撰.黄庭内景五脏六腑补泻图[M].中国中医药出版社,2016.
- [11]河北医学院.灵枢经校释[M].人民卫生出版社,1982.
- [12]四川医学院中医学教研组.医学三字经简释[M].四川人民出版社,1958.
- [13]黄元御.黄元御医书十一种.下,四圣心源[M].人民卫生出版社,1990.
- [14]石芾南撰,石芾南,苗彦霞,等.医原[J].2011.
- [15]孙思邈.千金方[M].中国文史出版社,2003.
- [16]朱丹溪.格致余论.局方发挥.金匱钩玄(中医经典文库)[M].中国中医药出版社,2008.
- [17]何梦瑶.医碕[M].中国医药科技出版社,2014.
- [18]林珮琴.类证治裁[M].山西科学教育出版社,2010.
- [19]张,隐庵,孙,国中,方,向红.黄帝内经素问集注[M].上海科学技术出版社,1959.
- [20]雷万军,崔磊.皮肤美容学基础与应用[M].中国中医药出版社,2013.
- [21]高之润.《千金方》里的女人养颜养生经[M].中国妇女出版社,2012.
- [22]李杲,程传浩.脾胃论[M].人民军医出版社,2005.
- [23]吴谦.御纂医宗金鉴[M].山西科学技术出版社,2011.
- [24]陈士铎.洞天奥旨[M].中国医药科技出版社,2011.
- [25]鲍相璈.验方新编(精)[M].第二军医大学出版社,2007.
- [26]申斗垣.外科启玄[M].人民卫生出版社,1955.

- [27]唐容川. 医经精义[M]. 建文书局, 1953.
- [28]陈实功. 外科正宗[M]. 天津科学技术出版社, 2000.
- [29]骆如龙. 幼科推拿秘书[M]. 中国医药科技出版社, 2012.
- [30] 陈士铎. 石室秘录[M]. 中国医药科技出版社, 2011.
- [31]唐容川. 中西汇通医经精义[M]. 山西科学技术出版社, 2013.
- [32]缪, 希雍, 郑, 金生. 神农本草经疏[M]. 中医古籍出版社, 2002.
- [33]沈金鳌. 要药分剂[M]. 上海科学技术出版社, 1959.
- [34]孙思邈, 钱婷婷, 沈澍农. 千金翼方[M]. 中华书局, 2013.
- [35]王怀隐. 太平圣惠方[M]. 人民卫生出版社, 1958.
- [36]清, 王, 旭, 等. 医学刍言(中医临证指要)[M]. 人民卫生出版社, 1960.
- [37]周岩, 邹运国. 本草思辨录[M]. 人民军医出版社, 2015.
- [38]薛雪集注. 医经原旨[M]. 上海中医学院出版社, 1992.
- [39]黄琳. 脉确-影印本[M]. 中医古籍出版社, 1981.
- [40]张元贵, 邱仕君. 论心肺相关的内在机制[J]. 光明中医, 2016, 31(15):2166-2168.
- [41]巢元方等. 诸病源候论[M]. 人民卫生出版社, 1984.
- [42]孙龙, 郑玮清. 疏肝健脾法治疗女性青春期后痤疮 97 例[J]. 光明中医, 2016, 31(3):372-373.
- [43]方锐洁, 张怡, 白少玉, 等. 从脾虚论治痤疮[J]. 光明中医, 2016, 31(6):769-770.
- [44]陈中伟. 枇杷清肺饮加味治疗痤疮 65 例临床观察[J]. 中医药导报, 2010, 16(5):62-63.
- [45] 周宝宽, 周探. 散结消痈治疗痤疮经验 [J]. 辽宁中医药大学学报, 2012 , 14 (11) : 26-27.
- [46]祁坤. 外科大成[M]. 上海科学技术出版社, 1958.
- [47]高新彦. 丹溪心法评注[M]. 三秦出版社, 2005.
- [48]邹王峰. 外科真论[M]. 上海中医书局, 1955.
- [49]王燕昌, 程传浩, 吴新科. 王氏医存校注[J]. 2014.
- [50]刘鹏举. 中医临症指南[M]. 吉林科学技术出版社, 1991.
- [51]李杲编. 脾胃证[M]. 人民卫生出版社, 1957.
- [52]明. 张介宾. 景岳全书. 上[M]. 人民卫生出版社, 2007.


- [53]李勇. 五色食物养五脏[J]. 东方食疗与保健, 2009, No.584(2):59-59.
- [54]清·赵学敏. 本草纲目拾遗[M]. 人民卫生出版社, 1963.
- [55]甄权, 尚志钧. 药性论[M]. 安徽科学技术出版社, 2006.
- [56]荣硕, 陈新华, 陈春海,等. 纪青山教授针灸治疗脾虚湿盛型单纯性肥胖[J]. 长春中医药大学学报, 2016, 32(4):671-673.

攻读硕士学位期间所发表的论文

石佳. 丹栀逍遥散治疗肝郁型痤疮的临床经验[J]. 养生保健指南, 2017(38).

原创性声明

本人郑重声明：所呈交硕士学位论文，是本人在指导教师的指导下，独立进行研究工作所取得的成果。除文中已经注明引用的内容外，本论文不包含任何其他个人或集体已经发表或撰写过的作品成果。对本文的研究做出重要贡献的个人和集体，均已在文中以明确方式标明。本人完全意识到本声明的法律结果由本人承担。


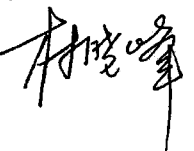
学位论文作者签名： 
日期：2018年06月09日

论文授权使用授权书

本学位论文作者完全了解学校有关保留、使用学位论文的规定，同意学校保留并向国家有关部门或机构送交论文的复印件和电子版，允许论文被查阅和借阅。本人和导师授权黑龙江中医药大学可以将本学位论文的全部或部分内容编入有关数据库进行检索，可以采用影印、缩印或扫描等复制手段保存和汇编本学位论文。

本学位论文属于(请在以下相应方框内打“√”)：

- 1、保密 ☐，在__年解密后适用本授权书。
- 2、不保密 ☒。

作者签名： 
导师签名： 

日期：2018年06月09日
日期：2018年06月09日

个人简历

姓名：石佳

性别：女

出生年月：1992 年 07 月 13 日

籍贯：辽宁

民族：汉

专业：中医基础理论

导师：林晓峰

个人学习经历：

2011--2015 就读于黑龙江中医药大学公共事业卫生管理专业

2015--2018 就读于黑龙江中医药大学中医基础理论专业