

学校代号 10162

学 号 S2007320



辽宁中医药大学

Liaoning University of Traditional Chinese Medicine

硕士学位论文

孙思邈中医美容特色研究

学位申请人
指导教师姓名
专业名称
申请学位类型
论文提交日期

芦鑫

王雅丽

中医医史文献

科学学位

二〇一〇年四月

辽宁中医药大学学位论文独创性与真实性声明

本人郑重声明：在我呈交的学位论文中，本人经研究所得的数据、原理、结论等一切内容均真实，且经本人认真核对无误；我呈交的与学位论文相关的资料（原始记录、照片、录像片、检查化验报告单等）确为完整的学位论文研究中的原始资料，本人没作任何修改；我呈交的学位论文是我本人在指导教师的指导下进行的研究工作及取得的研究成果。除文中特别加以标注和致谢的地方外，论文中没有其他人已经发表或撰写过的研究成果，其他人对我完成此论文的帮助以及对本研究所做的任何贡献均已在论文中作了明确说明并表示谢意。

我呈交的学位论文及与该论文相关的资料若有不实之处，本人承担一切相关责任。

学位论文作者签名 李磊

日期：2010年6月5日

关于学位论文使用授权的声明

本人完全了解辽宁中医药大学有关保留使用学位论文的规定，同意学校保留或向国家有关部门机构送交论文的印刷版和电子版，允许被查阅和借阅。本人授权辽宁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、缩印或其他复印手段保存和汇编本学位论文。

（保密论文在解密后应遵守此规定）

学位论文作者签名 李磊 学位论文导师签名 王明

日期：2010年6月5日

目 录

摘 要.....	1
Abstract.....	2
前 言.....	4
文献综述.....	5
孙思邈中医美容特色研究.....	8
一 孙思邈中医美容思想.....	9
（一）兼收并蓄道、儒、释三教的哲学美学思想.....	9
（二）宗于《内经》的整体美容观念.....	11
（三）强调以内养为主的美容理念.....	11
二 孙思邈中医美容方法.....	12
（一）药物美容法.....	12
1 丸散内服、外用法.....	12
2 药酒法.....	12
3 口含法.....	13

4 贴敷法.....	14
5 涂发法.....	14
6 沐发法.....	14
7 洗手面法.....	15
8 熏香法.....	15
9 点孔法.....	15
10 其他药物美容法.....	16
(二) 针灸、按摩美容法.....	16
(三) 食膳美容法.....	17
(四) 养生美容法.....	17
(五) 讨论.....	18
1 美容方法多样, 主张综合论治.....	18
2 外治与内养并重.....	19
三 孙思邈中医美容方药.....	19
(一) 美容药物.....	19

1 美容药物的来源及品次.....	19
2 美容药物的作用.....	20
(二) 美容方剂.....	23
1 美容方剂概况.....	23
2 美容方剂剂型.....	23
3 美容方剂中药物的统计分析.....	26
(1) 美容方剂中的药物使用频次统计.....	26
(2) 美容方剂中的药物种类与性味分布统计.....	31
(3) 美容方剂中有毒药物的统计.....	33
(三) 讨论.....	33
1 孙思邈美容方剂特点.....	33
(1) 美容方剂应用范围广泛.....	33
(2) 美容剂型多种多样.....	33
(3) 美容疗效确切可靠.....	34
2 孙思邈美容方剂用药规律和特点.....	34

（1）美容方剂用药性味分析.....	34
（2）美容方剂中毒性药物的应用.....	35
（3）美容方剂中动物脂肪类药物的应用.....	35
（4）美容方剂中植物以皮入药的应用.....	35
（5）美容方剂中色白药物的应用.....	36
（6）美容方剂中香药的应用.....	36
结 论.....	37
参考文献.....	39
致 谢.....	41
个人简历.....	42

摘要

孙思邈是唐代著名医学家，其著作《备急千金要方》和《千金翼方》，内容博详，是我国唐代最有代表性的中医药著作，被誉为第一部临床实用百科全书。书中记载了大量的医学美容思想和方法方药。本文以此两书为切入点，结合孙氏所处的历史背景、医学环境，从三个方面对孙思邈的中医美容特色进行探究。

第一部分 孙思邈中医美容思想

孙思邈生活在隋唐时期，在这一历史时期，玄学之风渐衰，佛教逐渐兴盛，他的美学思想中兼收了道、儒、释三家的丰富营养。他对《内经》极为推崇，宗内经“天人合一”、“内外一体”的整体观念，提出人体如果想保持健康美，就必须适应自然界的變化，与自然的和谐统一。他还强调以内养为主的美容理念，主张通过内服美容方药驻颜护肤，提倡在饮食、起居等方面加以调养。

第二部分 孙思邈中医美容方法

孙思邈的美容方法多样，主要有药物美容法、针灸按摩美容法、食膳美容法、养生美容法。他主张综合论治，内外结合，如在药物美容法中包括散丸内服外用、药酒法、贴敷法、洗手面法、沐发法、涂发法、点孔法、口含法、熏香法、梳发法、敷齿法、漱口法、烫熨法、冰冻法等。孙氏在《千金方》中所载美容方法之多和全，美容治疗和保健范围之广，超过前代医籍。

第三部分 孙思邈中医美容方药

本文用文献研究的方法，整理出孙思邈《千金方》中的中医美容方药。两书共载美容方剂 309 首，美容药物 198 种。剂型包括散剂、酒剂、丸剂、膏脂剂。药物中植物药 146 种，矿物药 28 种，动物药 24 种，多是性温、味辛甘苦的药物。这些美容药物主要具有洁面、祛斑、润肤、美发、生发、去癍灭痕等作用。孙氏美容方剂可以用于多种损美性疾病的治疗和美容保健，并且美容疗效确切可靠。在有毒药物的使用中，孙氏擅于“以毒攻毒，以偏纠偏”。

孙思邈在美容思想、美容方法、美容方药等诸方面对中医美容的贡献之大、影响之深，超过此前历代医学家，其书中内容直至今日仍被广为传承和应用。

关键词：孙思邈美容思想；孙思邈美容方法；孙思邈美容方药

Abstract

Sun simiao is a famous Tang Dynasty physician, and he is also a master on Medicine Cosmetology. His <beijiqianjinyaofang> and <qianjinyifang> recorded a large number of medical content, which are the most representative of China in the Tang Dynasty of Chinese medicine books. These two books recorded a large number of Medicine Cosmetology thoughts and methods. The theis studied Medicine Cosmetology in the Sun simiao' s <beijiqianjinyaofang> and <qianjinyifang>, aslo combined time of his life and medical background to analyse his Medicine Cosmetology' s features of Chinese Medicine.

1 The Medicine Cosmetology thoughts of Sun simiao

The Esthetics thoughts of Sun simiao come from confucianism, taoism and buddhist thoughts. His Esthetics thoughts also come from the harmony between man and nature of the <neiing>. And he emphasized the focus on regimen, antiageing, To promoted the diet, living side nursed back to health.

2 The Medicine Cosmetology methods

Sun simiao used a variety of Cosmetology' s methods, such as the Medicine Cosmetology of medicine cosmetic, acupuncture, diet treatment, regimen. He also called for a comprehensive treatment of disease. In the <qianjinfang>, it covered a wide range of Medicine Cosmetology' s methods. And it had a lot of Medicine Cosmetology' s treatment and health care content.

3 The Medicine Cosmetology drugs and prescriptions of Sun simiao

This part used the method of documentary research , and arranged all of the Medicine Cosmethology drugs and prescriptions in Sun simiao' s <qianjinfang>. In the two books, they recorded 198 kinds of drugs, which included 146 kinds of herbal drugs, 28 kinds of mineral drugs, 12 kinds of animal medicine. There are many cosmetic effect of these drugs. The thsis was found that Sun emphasized the use of warm agents, agents acrid, sweet, bitter in flavor. Sun simiao was good at using the toxic drugs, animal fat and aromatic substances to treat Cosmethology diseases.

The Medicine Cosmetology' s thoughts, methods and drugs of Sun simiao played an important role in the development of Chinese Medicine Cosmetology. And the contents of the books until today is still widely applied for the transmission. So Sun simiao was regarded as a 'Cosmetology Master' .

Keyword: the Cosmetology' s thoughts of Sun simiao, the Cosmetology' s methods of Sun simiao, the Cosmetology' s drugs and prescriptions of Sun simiao

前 言

中医美容的发展历史悠久，我国古代人民和历代医家在生产实践活动中累积了丰富的美容经验，并总结了许多有美容作用的方法和方药，是祖国医学珍贵的宝藏之一。孙思邈作为唐代著名的医学家，他的《备急千金要方》和《千金翼方》是我国唐代最有代表性的中医药著作，被誉为第一部临床实用百科全书。书中记载了大量的医学美容方法、方药，也反映了孙氏的医学美容思想。书中所载的美容方剂，除治疗多种损美性疾病外，还有很多方剂具有美白护肤的功效，且剂型多样，制作精良，极大的丰富了中医美容的内容，为后世中医美容的发展起到了重要作用。除此之外，书中还载有其他多种美容疗法，如针灸、按摩、气功、食疗、养生等等，内容之丰富，涵盖范围之广泛，前世罕见。

中医药美容是当今美容业的发展潮流，但到目前为止，对唐代著名医学家孙思邈医学美容内容的系统而全面的研究尚未见到。笔者以孙氏的《备急千金要方》和《千金翼方》为切入点，对两书记载的中医美容内容进行整理归纳并深入分析，旨在从中发掘其美容思想的深刻内涵和总结其美容方法方药的独特经验，使之古为今用，以期对中医美容科研与临床提供借鉴。

文献综述

孙思邈中医美容现代研究进展

孙思邈，唐代著名医学家，其著作《备急千金要方》和《千金翼方》集唐以前医方之大成。两书中除了对基础理论和临床各科作了全面、系统的论述外，还记载了大量的美容方药和方法，故而研究孙氏中医美容成就与特点，对于我们继承发扬传统中医美容有着十分重要的意义。以下是笔者归纳总结的近十年来关于孙氏美容思想和中医美容方法方药的研究文献，以资借鉴。

1 孙思邈美学思想评述

关于孙思邈美学思想的研究，陈明华^[1]在“孙思邈中医美学思想初探”中从中医美学思想和医德出发，对孙氏中医美学思想作了阐述，他认为中医美学的和谐思想是“和谐统一的整体观”、中医美学的重要范畴是“苍生大医”，同时他认为孙思邈将“中医美容的理论与实践提高到一个新的水平。”马周周^[2]在“孙思邈医学美学思想评述”中从孙氏《大医精诚》一文中发掘其医学美学观念，认为“大医”这个词本身就是美的一种较高的形态，含有伟大、崇高的美学特征，同时从医学伦理学方面指出医学美学思想和儒学美学思想是一脉相承的，认真学习孙氏医学美学思想，具有十分重要的认识价值和现实意义。

探讨孙氏的美容思想是研究其中医美容经验的基础，但从检索的文献来看，目前对孙氏美容思想的研究比较少，尚限于中医美学思想，对于美容思想未见深入探讨。

2 孙思邈对中医美容贡献的探讨

关于孙思邈对中医美容的贡献，学者多从孙氏《千金方》中记载的中医美容部分进行研究。郭丽娃、黄健^[3]在“孙思邈中医美容学术成就初探”中，就孙思邈《千金方》里有关中医美容的学术成就进行了探讨，认为孙氏对我国古代中医美容的贡献是多方面的，指出孙思邈“在前人经验的基础上，收集了很多行之有效的美容方法和方剂、中药，极大丰富了中医美容的内容”，并提出“美容求本”的学术思想，对后世中医美容学的发展具有深远的影响。黄霏莉^[4]在“孙思邈对中医美容的贡献”中，对孙思邈《千金方》中美容方法进行了研究，认为孙思邈将美容秘方公布于世，并在药物、方剂、养生、食膳、针灸按摩等诸方面论及了美容。罗再琼、颜承秀^[5]在“孙思邈对中医美容学发展的贡献”中，对孙思邈的美容成就进行了总结，认为孙思邈不但总结了唐以前的美容

学术成就，并“普及美容，揭秘方于天下”，使美容从宫廷走向大众，而且还提出了整体性的保健美容观点，主张积极治疗影响美容的疾病。王红松^[6]在“《千金方》对中医美容的贡献”中，对《千金方》为中医美容做出的贡献进行论述，认为《千金方》为中医美容理论体系的形成奠定了良好基础、《千金方》体现了中医美容的整体观、发扬了中医美容“动中求美”的特点、丰富了中医美容中食疗的内容，这些贡献都推动了中医美容技术的发展。

3 孙思邈中医美容方法方药研究

关于孙思邈中医美容方法方药研究，学者多从美容的外治、内服、药物、组方特色等分别论述。安贺军^[7]在“孙思邈中医美容外治法概述”中，对孙氏《千金方》两书中的“面药”部分进行整理归纳，选取外用方剂 100 首，从外用美容方法、美容剂型及作用途径三方面作了探讨。他认为孙思邈外用美容方法有药物治疗、针灸、按摩；美容剂型有膏脂剂和洗剂；作用途径为祛污洁净、润泽肌肤、遮掩染色、莹白美发、芳香除臭五种。詹敏^[8]在“孙思邈美容内服方药初探”中，选取 10 首内服方剂进行分析讨论，将方剂分为清热解毒和寒温并用两类，认为清热解毒类主要用于属风热、湿热、郁热、虚热的患者，此类方剂为：治面疱，治面疱方（2 首），栀子丸，治面疱甚者方，令人洁白悦泽、颜色红润方，杨白皮散；寒温并用类主要用于体质多属虚实夹杂的患者，此类方剂为：桃花丸，治面疱方，令面白媚好方。吴志明，石瑜，李丽琼，秦竹^[9]在“对《千金方》中有关‘面药’作用与功能的认识”中，按照化妆品作用和分类，就《千金方》中所述“面药”体现出现代化妆品功能与作用进行论述，认为“面药”具有现代化妆品的清洁、保护、营养、美化和防治作用，提出研发中草药化妆品，符合当今世界化妆品的发展潮流，并提出应当对《千金方》中记载的行之有效的药物，进行科学的研究、开发和应用。安贺军^[10]在“《千金方》美容药物分析”中，对《千金方》中“面药”和“妇人面药”部分记载的 100 首外用方剂中，用 10 次以上的药物对皮肤的美容作用做出了分析讨论，并结合现代药物成分和药理作用进行说明，为系统研究《千金方》的美容药物提供了资料。王红松^[11]在“《千金方》中美容方的组方特色探讨”中，对《千金方》美容方剂的制方原则和组方特点进行探讨，认为《千金方》中美容方剂的制方主要分寒温并用、补泄兼施、润燥相宜三种，为后世的中医美容组方用药提供了良好的借鉴。

在孙氏的《千金方》中记载了大量的中医美容内容，其中蕴含着孙氏的美容思想和独到的中医美容经验。但从检索到的文献来看，目前对孙氏的中医美容方法方药研究多

在“面药”和“妇人面药”两卷中发掘，对散见于它卷的中医美容内容未能得到全面的总结和提炼，对其中的中医美容方法和方药也缺少全面而系统的深入探求与阐发。

4 小结

总的来说，目前关于孙思邈美容思想和中医美容方法方药的文献研究并不多见，而且关于孙氏美学思想多侧重于对《大医精诚》中的医德方面的发掘探讨，未能展现其美容思想全貌；对其美容方法和方药的研究也多侧重于《千金方》中所载的“面药”和“妇人面药”部分，对其他部分的美容内容少有涉及。因此，笔者希望通过对孙思邈美容思想和中医美容方法方药的全面而系统的深入整理和研究，阐明孙思邈美容的思想内涵和方法方药特点，使古为今用，以期对中医美容的发展提供借鉴。

正文

孙思邈中医美容特色研究

孙思邈，隋唐时期京兆华原（今陕西省耀县）人。《新唐书·孙思邈传》中记载：孙思邈“七岁就学，日诵千余言。弱冠，善谈庄、老及百家之说，兼好释典。”“周宣帝时，思邈以王室多故，隐居太白山。隋文帝辅政，征为国子博士，称疾不起。”“及太宗即位，召诣京师，嗟其容色甚少……将授以爵位，固辞不受。显庆四年，高宗召见，拜谏议大夫，又固辞不受。”从这些史料记载中，不难看出孙思邈的医术虽然高明，但他并不求仕进，而是一生隐居民间，以医药济人。在长期的医疗实践中，孙氏见到了很多传世医药书籍，但痛感“诸方部秩浩博，忽于仓卒，求检至难，比得方讫，疾已不救”。为了改变这种现状，他“乃博群经，删裁繁重，务在简易”，于晚年撰成《备急千金要方》和《千金翼方》这两部巨著。

从我国文化发展史来看，任何一个时代的科学技术和文化要有大的发展，没有一个安定的社会政治环境为保证是难以实现的。孙思邈生活在隋文帝开皇元年（581年）至唐高宗永淳元年（682年）。这一百年正是我国经过近三百年的连年战争、南北长期分裂之后，封建社会从萧条过渡到繁荣的时期。隋开皇元年杨坚统一中国，建立隋王朝后，在政治上、经济上实行了一系列的政策，使得隋王朝有了二十多年的政治稳定、经济繁荣的局面。虽然隋朝末年经历了隋炀帝的一系列残暴政策，社会再度动荡，但在李渊建立了唐朝并传位于李世民后推行的各项新政，使得动荡的政治和经济再度趋于稳定。高宗李治即位后，唐朝进入繁盛时期。在国内民族关系增强，交往频繁；对外关系采取开放政策，以西北陆路和东南海路为主要交通路线，与朝鲜、日本、印度、巴基斯坦、阿富汗等许多国家和地区发展了政治、经济上的交往，使节、商贾往来频繁。唐代的科学文化融合了国内民族和国外交流而来的优秀部分，既丰富了自己的内容，又促进了政治经济文明的发展。

在孙思邈生活的这一历史时期中，医学较之前代也有长足的发展。隋政府设“太医署”，署内有主药、药园师、医师、医博士、按摩博士、助教等职；到了唐代，太医署不但是医学教育机构，更是医疗单位。唐政府设立的“太医署”由行政、教学、医疗、药工四部分组成，并开始了医学分科，规定了以考试形式录用医生的方法。同时，由政府主持修编的医书也有很多，如隋炀帝敕撰《四海类聚方》、巢元方编纂的《诸病源候论》；唐政府主持编撰的第一部国家药典《新修本草》等。在医学交流上出现两大特点，

一是我国医学被日本、朝鲜移植过去，中医药学的影响远及波斯（今伊朗）、大秦（今罗马）；另一方面国外的医药学，尤其是印度医学也传入中国，被祖国医学兼收并取融入其中。由于隋唐政府对医学的重视，使得医学发展迅速，这些都是孙思邈编纂《备急千金要方》和《千金翼方》不可缺少的重要因素。可以说孙思邈杰出的医学成就的取得，和他所处的社会环境是分不开的，正是在这样的政治局面和医学背景下，才能给他提供良好的条件去收集、整理、总结前人的医学成就，编撰成《备急千金要方》和《千金翼方》这两部唐代最有代表性的医药学名著，被誉为第一部临床实用百科全书。书中记载了大量的中医美容内容，对后世中医美容的发展，产生了极其深远的影响。

一、孙思邈的中医美容思想

（一）兼收并蓄道、儒、释三教的哲学美学思想

孙思邈生活于隋唐时期，此时南北朝崇尚的玄学之风渐衰，而代之兴起的是佛教。这一时期的思想文化领域呈现出道、儒、释三教并立融合的局面，这对孙氏美容思想产生了很大的影响。《旧唐书·孙思邈传》言：孙思邈“善谈庄、老及百家之说，兼好释典”，由此可见孙氏的美容思想兼收了道、儒、释三家思想的丰富营养。

道家是我国先秦时期儒、道、墨、法、阴阳等多种哲学派别中较大的一派。老、庄哲学思想的核心是“道”。老子说：“有物混成，先天地生，……吾不知其名，字之曰道”；“道生一、一生二，二生三，三生万物”（《老子》）；庄子说：“夫道……自本自根，未有天地，自古以固存，神鬼神地，生天生地。”（《大宗师》）。显然，老、庄之“道”是自然之道。他们美学思想的体现：其一是以自然之美为最高之美，崇尚返朴归真。老子说：“道常无，名朴。”（《老子》）庄子说：“既雕既琢，复归于朴”（《山木》），“朴素而天下莫能与之争美”（《天道》）。其二是注重内在之美。庄子认为天地之所以美丽，那是因为其本质特征是澹然无为。在《刻意》中说：“澹然无极而众美从之，此天地之道，圣人之德也。”道家思想对中医学的影响一直较深，再加之隋唐统治者积极扶植和推崇道教，必然对孙氏的美容思想产生重要影响。孙氏在其《千金方》中专设“养性”、“辟谷”、“摄生”、“退居”等卷，这些内容很多都是教授人们通过修身养性而实现内在美，进而表现与外的自然美。如孙氏在《备急千金要方·养性·道林养性第二》中提出的“十二少”便是道家“恬淡寡欲”的具体体现。如其言：“故善摄生者，常少思少念，少欲少事，少语少笑，少愁少乐，少喜少怒，少好少恶，行此十二少者，养性之都契也。多思则神殆，多念则志散，多欲则志昏，多事则形劳，多语则气乏，多笑则脏伤，多愁则心慑，多乐则意溢，多喜则忘错昏乱，多怒则百脉不

定，多好则专迷不理，多恶则憔悴无欢。此十二多不除，则荣卫失度，血气妄行，丧生之本也。惟无多无少者，得几于道矣。”虽然孙思邈对道教的美学精华十分推崇，但对于道教所倡导的“炼丹服石”以求长生之风持反对态度。在《备急千金要方·解毒并杂治·解五石毒第三》中孙氏严厉抨击了当时流行的“服石”之风，他说：“自皇甫士安以降有进饵者，无不发背解体而取颠覆……宁食野葛，不服五石。明其大大猛毒，不可不慎也。”同时他指出：“神仙之道难致，养性之术易崇”。

在春秋战国时期，“诸子蜂起，百家争鸣”，儒家作为当时的一大学派，对中医学的影响也是很深的。尤其到汉代董仲舒提出“罢黜百家，独尊儒术”之后，儒学的统治地位一直影响了我国整个封建社会的意识形态。儒家思想的核心是仁学。而孔子仁学的核心思想具有主中和的特点。他提倡“中庸”，《雍也》曰：“中庸之为德也，其至矣乎。”何晏注《论语》之云：“庸，常也。中和可常行之德。”表明“中庸”主要是“中和”之义。《礼记·中庸》云：“喜怒哀乐之未发之中，发而皆中节谓之和。中也者，天下之大本也；和也者，天下之达道也。至中和，天地位也，万物育也。”中和思想对美学的影响极深，使之成为传统美学的范畴之一，它表达一种诸因素协调适度之美，中和之美也即和谐之美。这种适中合度的哲学美学观“中庸”所呈现的和谐美，在不同的历史时期有着适时的体现。在审美观念上，春秋以前，以高大肥健为美。如《诗经·陈风·泽陂》亦赞美女性为“有美一人，硕大且卷”。战国时期的楚灵王却“好士细腰”，以身体瘦削为美。而到唐朝则是以“肥白”为美，孙思邈受当时审美观念的影响，在《千金方》所记载的美容方剂中，很多都具有令人洁白悦泽的美容功效，如“治面[黑干]令人洁白光悦方：桃花二升，桂心、乌喙、甘草各一两。上四味末之，白蜜为丸，服如大豆许十丸，日二。十日易形。一方有白附子、甜瓜子、杏仁各一两七铢。”除此之外，孙氏更是将“仁”扩展到对所有患者，不分贵贱，“普同一等”的高度。他对“仕人贵胜”不传“面脂手膏、衣香藻豆”等美容方剂的行径做出了批驳，他主张普及美容方法到民间，提出“圣人立法”乃是“欲使家家悉解，人人自知”。

佛教起源于印度，自东汉传入我国，其后通过输入大量的佛书，翻译各种不同学说的佛学经典，为佛教在我国的发展打下了基础。隋唐是佛教的融化时期，孙思邈处于这一时期，他所倡导的美容思想也受到佛教思想的影响。他在《备急千金要方·大医精诚》中提到的“人行阳德，人自报之；人行阴德，鬼神害之”便是佛教“因果报应”的具体体现。除此之外，孙氏还将佛教“行善积德”的思想融入养生思想中，提出“为善为恶天皆鉴之”，提倡人们要多行善事，少做恶事。

由此可见，孙思邈受三教归一的思想影响，其美容思想是吸收了道、儒、释三家思想之精粹而形成的。

（二）宗于《内经》的整体美容观念

孙思邈认为：“凡欲习大医，必须谙《素问》”，可见他对《内经》极为推崇。《内经》内容十分丰富，它较为全面的论述了与人体有关的生理、病理及调养。孙氏在《千金方》中尊《内经》之要旨，发其宏论。首先，他继承《内经》的整体观念，明确指出人体的美并不是孤立存在的，它与人体自身的功能密切相关。在其《备急千金要方·卷一·治病略例》中强调：“夫天布五行以植万类，人禀五常以为五脏，经络腑输，阴阳会通，玄冥幽微，变化难极。”又在《千金翼方·养性·养性禁忌第一》中说：“人生天地气中，动作喘息皆应于天”，孙氏的这些论述充分表明了《内经》“天人合一”、“内外一体”的整体观念，认为人体与自然界是不可分割的整体，自然界的会间接或直接影响人体的生理和心理变化，而某些损美性疾病的发生同自然界的变化密切相关。人体如果想保持健康美，就必须适应自然界的变化，做到与自然相统一，只有这样才能使人体的生理活动和心理活动与自然协调和谐，以展现健康的和谐美。除此之外，他还在《备急千金要方·食治》“五脏所合法”中言：“肝合筋，其荣爪；心合脉，其荣色；脾合肉，其荣唇；肺合皮，其荣毛；肾合骨，其荣发。”并且，发挥《内经》中“精食气，形食味”的化生关系，强调了“精、气”对美容保健的重要作用，认为“精以食气，气养精以荣色，形以食味，味养形以生力”。这些都说明人体是否表现为外在美，它与人体自身脏腑的功能、气血津液的盛衰有着密切的关系。

（三）强调以内养为主的美容理念

孙氏在《千金翼方·补益·叙虚损论第一》中提出：“凡人不终眉寿或致夭殁者，皆由不自爱惜，竭情尽意，邀名射利，聚毒攻神，内伤骨髓，外败肌肉……血极令人无色泽……骨极令人酸削，齿不坚牢，不能动作……精极令人无发，发肤枯落……七伤为病，令人邪气多，正气少……夺色黧黑，饮食不生肌肤，色无润泽，发白枯槁，牙齿不坚”，故美容当以调整脏腑功能、调和气血的内养为主。在孙氏《千金方》中收录了很多偏于内养的美容方剂，如“令面白媚好方”、“桃花丸”、“治妇人好颜色方”、“薯蕷丸”、“鹿角丸”等，这些都是通过内养气血而令四体润泽、面有光泽、白发更黑、齿落再生的美容功效。

孙思邈在美容内养方面除了主张内服方药之外，同时提倡在饮食、起居等方面加以调养。他指出在饮食上不可偏嗜太过，饮食不调会影响容貌美。如《备急千金要方·食

治》“五脏不可食忌法”中所载：“多食酸则皮槁而毛夭；多食苦则筋急而爪枯；多食甘则骨痛而发落；多食辛则肉胝而唇褰；多食咸则脉凝泣而色变。”在起居上强调“醉不可以接房，醉饮交接，小者面[黑干]咳嗽，大者伤绝脏脉损命。”“新沐发讫，勿当风，勿湿紫髻，勿湿头卧，使人头风眩闷，发秃面黑，齿痛耳聋，头生白屑”，“远行触热，途中逢河勿洗面，生乌[黑干]”等。这些论述都明确指出饮食习惯和起居习惯的不健康，都可以引起不同的损美性疾病，对人体美产生影响。

二 孙思邈中医美容方法

（一） 药物美容法

1 丸散内服、外用法

在孙思邈常用的中医美容方法中，药物美容法中的丸散内服、外用法所占份额较大。在《千金方》记载的美容方剂中，以丸剂内服法为主要美容方法的方剂有 27 首，占内服美容方剂的 25.96%，占全部美容方剂的 8.74%；以散剂内服法为主要美容方法的方剂有 39 首，占内服美容方剂的 37.50%，占全部美容方剂的 12.62%；以丸剂外用法为主要美容方法的方剂有 2 首；以散剂外用法为主要美容方法的方剂有 26 首。总体来说，在孙氏中医美容方法中以丸散内服法为主要美容方法的方剂共有 66 首，占内服美容方剂的 63.46%；以丸散内服、外用法为主要美容方法的方剂有 94 首，占全部美容方剂的 30.42%。由此可见，丸散内服、外用法，在孙氏中医美容方法中比较常见。而孙氏的丸散内服、外用法，按其美容作用主要分为两大类：一类可以对面疱、[黑干][黑曾]、酒渣鼻、瘢痕、粉滓、体臭、口臭、白发等损美性疾病起到美容治疗作用，如《备急千金要方·七窍病·口病第三》中治七孔臭气，皆令香方：“沉香（五两）、藁本（三两）、白瓜瓣（半升）、丁香（五合）、甘草、当归、芎藭、麝香（各二两）。上八味，末之，蜜丸。食后服如小豆大五丸，日三。久服令举身皆香。”；另一类则可以起到清洁、美白、护肤、保湿、香体、保健等美容调理作用，如《千金翼方·妇人一·妇人面药第五》中的澡豆方：“丁香、沉香、青木香、桃花、钟乳粉、真珠、玉屑、蜀水花、木瓜花（各三两）、奈花、梨花、红莲花、李花、樱桃花、白蜀葵花、旋覆花（各四两）、麝香（一铢）。上一十七味，捣诸花，别捣诸香，真珠、玉屑别研作粉，合和大豆末七合，研之千遍，密贮勿泻。常用洗手面作妆，一百日其面如玉，光净润泽，臭气粉滓皆除，咽喉臂膊皆用洗之，悉得如意。”

2 药酒法

药酒在医学上应用很早，商代的甲骨文中已有“鬯其酒”的记载。汉代班固的《白

虎通义》注曰：“鬯者，以百草之香，郁金合而酿之为鬯。”显然，鬯其酒是指芳香的药酒。说明当时已经开始用药酒治病了。其后张仲景的《金匱要略》也有相关记载，如其云：“妇人六十二种风，及腹中血气刺痛，红蓝花酒主之。红蓝花酒方：红蓝花一两。上一味，以酒一大升，煎减半，顿服一半，未止再服。”秦汉时期的《内经》，所存十三首方剂中有四首是酒剂。至唐代，药酒的应用范围更加广泛，不仅用于治疗多种内、外、妇科疾病，孙思邈进一步将其用于医学美容中。在《备急千金要方·胆腑》中直言：“作酒服，佳于丸散，美而易服，流行迅疾。”

在孙氏《千金方》记载的美容药酒中，按照制作方法的不同分为两大类：一类是将药物直接浸入酒中，或将药物用绢袋盛好再浸泡，一段时间后，作内服或外用。此类美容方剂有 30 首，其中内服 9 首，外用 21 首。如《备急千金要方·七窍病·面药第九》中的面膏：“去风寒，令面光悦，却老去皱方。青木香、白附子、芎藭、白蜡、零陵香、香附子、白芷(各二两)、茯苓、甘松(各一两)、羊髓(一升半，炼)。上十味，[口父]咀，以水、酒各半升，浸药经宿，煎三上三下，候水酒尽，膏成，去滓。敷面作妆，如有[黑干][黑曾]皆落。”另一类是以酒直接入药合煎，或先入药物后纳酒底，一段时间后，以药物酿酒而得。此类美容方剂有 6 首，其中内服 5 首，外用 1 首。如《备急千金要方·七窍病·面药第九》的治面疱方：“[上廿下賁]羊胆、牛胆(各一具)、淳酒(一升)。上三味，合煮三五沸。敷之。”又如《千金翼方·养性·养性服饵第二》的茯苓酥：“主除万病，久服延年方。取山之阳茯苓……暴干捣筛，得茯苓三斗。取好酒大斗一石蜜一斗和茯苓末令相得，纳一石五斗瓮中，熟搅之百遍，密封之，勿令泄气，冬月五十日、夏月二十一日，酥浮于酒上。”

除此之外，孙氏在《备急千金要方·卷七》“酒醴第四”中，还详细记载了药酒的制法和服法：“凡合酒，皆薄切药，以绢袋盛药，纳酒中，密封头，春夏四五日，秋冬七八日，皆以味足为度，去滓，服酒尽后，其滓捣……大诸冬宜服酒，至立春宜停。”

3 口含法

口含法是通过将药物含入口中，直接吸收药物的成分，从而达到美容效果的内服药物美容法。在孙氏美容方法中，以口含法为主的美容方剂有 10 首，主要用于治疗口臭或唇焦枯不润等损美性疾病。如《备急千金要方·七窍病·口病第三》中记载的主口香、去臭方：“香薷一把，水一斗，煎取三升，稍稍含之。”孙氏口含法，多是将药物常含或常含后咽汁，但也有含服后将药物吐出的方剂，如《备急千金要方·七窍病·口病第三》

主口香、去臭方，记载：“浓煮细辛汁，含之，久乃吐之。”

4 贴敷法

贴敷法是将药物研细调成药糊或药泥等后，涂敷于面、手、唇的外用药物美容法。在孙氏美容方法中，以贴敷法为主的美容方剂共有 86 首，占外用美容方剂的 41.95%，占全部美容方剂的 27.83%。可以说，贴敷法是孙氏常用的外用药物美容法。而贴敷法按其美容作用的不同又可分为两类：一类用于治疗[黑干][黑曾]、面疱、面皴、靨子黑痣、白癍白驳、癍痕、鼻疱、体臭等损美性疾病。此类贴敷剂有 59 首，占外用美容方剂的 28.78%。由于该法是通过药物直接作用于损美性疾病的患部，用药直达病所，故而使得美容疗效十分迅速。如《备急千金要方·七窍病·面药第九》中的治面[黑干]方“李子仁末，和鸡子白，敷一宿即落。”另一类是具有润肤、美白、去皱、作妆等护肤作用的方剂。以护肤美容为主的贴敷剂有 27 首，占外用美容方剂的 13.17%。从文献资料来看，孙氏以护肤美容为主的美容贴敷剂，不仅内容丰富，而且制作精良，其中相当一部分就是当今的药物化妆品。如《备急千金要方·七窍病·面药第九》中的“令人面洁白悦泽，颜色红润方：猪胰(五具)、芫菁子(二两)、栝楼子(五两)、桃仁(三两)。上四味，以酒和，熟捣，敷之。”

5 涂发法

涂发法是将药物捣取成汁，或同马鬃膏、猪脂、鸡肪、雁肪等动物脂肪一起煎熬成膏，用以涂在头皮或头发上，以达到生发美发功效的外用药物美容法。在孙思邈美容方法中，以涂发法为主的美容方剂有 39 首，占外用美容方剂的 19.02%。该方法多用于治疗头秃、发落、头疮、发黄等损美性疾病，亦可起到染发剂的美发作用。如《千金翼方·妇人一·生发黑发第八》中记载的治发薄不生方：“先以醋泔清洗秃处，以生布揩令火热，腊月脂并细研铁生煎三沸，涂之，日三遍。”

6 沐发法

沐发法是直接用药物煎取药汁，或将药物同马鬃膏、猪脂等动物脂肪一起煎熬成膏，用以洗发，以达到去痒止屑、长发美发等美容功效的外用药物美容法。在孙氏美容方法中，以沐发法为主的美容方剂有 25 首，占外用美容方剂的 12.20%。沐发法按其美容作用的不同可分两类：一是可以对头风白屑、落发秃发、头疮等损美性疾病起到治疗作用的。如《备急千金要方·心脏·头面风第八》中记载的鬓发堕落，令生长方：“生柏叶（切，一升）、附子（四枚）、猪膏（三升）。上三味，末之，以膏和为三十丸，用布裹一丸，内煎沐头泔汁中，沐发长不落，其药密收贮，勿令泄气。”二是可以起到长发、

美发、染发等护发效果的。如《千金翼方·妇人一·生发黑发第八》中记载的染发方：“石榴三颗，皮叶亦得针沙如枣核许大，醋六升，水三升，和药合煮，得一千沸即熟，灰汁洗干染之。”

7 洗手面法

洗手面法是直接将药捣筛，或掺用动物脂肪、面等，暴干捣筛后取药末，或以绢包药物煎水，用以清洁手、面部位的污垢，以达到美容功效的外用药物美容法。在孙氏美容方法中，以洗手面法为主的美容方剂有 19 首，占外用美容方剂的 9.27%。在此法中，使用动物脂肪的方剂有 13 首。如孙氏在《千金翼方·妇人一·妇人面药第五》中记载的澡豆方即为“先以猪胰和面，暴令干，然后合诸药捣筛为散，又和白豆屑二升，用洗手面。”而现代研究认为，动物脂肪中含有大量的胰酶，用富含动物脂肪的猪胰祛除污垢，正是利用胰酶分解脂肪、蛋白质及淀粉的功能去污的，这也可以视为现代清洁化妆品制作方法的一个雏形。除此之外，在该法中对用于洗手面的水也有特殊要求，如五香散的用法为“捣筛，以醋浆水洗手面”；又如治手足皴裂血出疼痛方的用法为“取猪胰着热酒中以洗之即瘥。”醋和酒都有解毒、杀虫、止痒的功能，以此二者清洗手面，可以增强解毒杀虫作用。

8 熏香法

熏香法是将各种香药研磨成末，或将药末和为干香，或用蜜和，直接用以熏衣，或用绵裹，置衣箱用以熏衣的外用药物美容法。在孙氏美容方法中，以熏香法为主的美容方剂有 13 首，占外用美容方剂的 6.34%。如《千金翼方·妇人一·熏衣浥衣香》干香方“丁香（一两） 麝香、白檀、沉香（各半两）、零陵香（五两）、甘松香（七两）、藿香（八两）。上七味，先捣丁香令碎，次捣甘松香，合捣讫，乃和麝香合和浥衣。”同时，孙氏提出在制作香料的过程中应“先取硬者、黏湿难碎者，各别捣，或细切[口父]咀，使如黍粟，然后一一薄布于盘上，自余别捣，亦别布于其上，有须筛下者，以纱，不得木，细别煎蜜，就盘上以手搜搦令匀，然后捣之，燥湿必须调适，不得过度，太燥则难丸，太湿则难烧，湿则香气不发，燥则烟多，烟多则惟有焦臭，无复芬芳，是故香，须复粗细燥湿合度，蜜与香相称，火又须微，使香与绿烟而共尽。”并强调熏香“若置衣箱中，必须绵裹之，不得用纸，秋冬犹着，盛热暑之时令香速浥。”除此之外，孙氏还提出选取香药时“不但须新，及时乃佳，若欲少作者，准此为大率也。”

9 点孔法

点孔法是将药物制成药水或药膏点入新拔毛后的毛孔内，使白发变黑的外用药物美

容法。在孙氏美容方法中，以点孔法为主的美容方剂有4首。如《千金翼方·妇人一·生发黑发第八》令白发还黑方“八角附子（一枚）、大酖（半升）。上二味，于铜器中煎取两沸，内好矾石大如棋子一枚，消尽内脂三两，和令相得，下之搅至凝，内竹筒中，拔白发，以膏涂上，即生黑发。”

10 其他药物美容法

除以上九种美容方法外，孙氏还记载有梳发、敷齿、漱口、烫熨和冰冻等美容方法。如在《千金翼方·妇人一·生发黑发第八》中记载以药涂发，再用木梳梳发，进而达到使白发转黑的梳发法：“熊脂涂发梳之，散头床底伏地一食顷，即出，形尽当黑。用之不过一升。”《备急千金要方·七窍病·口病第三》主口香，去臭方：“井花水三升漱口，吐厕中，良。……又方，甜瓜子作末，蜜和。每日空心洗漱讫，含一丸如枣核大，亦敷齿。”又如孙氏在《备急千金要方·七窍病·面药第五》中记载的以冰凌、热瓦治疗瘢痕“治瘢痕凸出方……以热瓦熨之……以冻凌熨之”等等。

（二）针灸、按摩美容法

孙思邈在《千金方》中记载的针灸内容有5卷，占有相当比重。他认为良医之道应是“汤药攻其内，针灸攻其外”，“针灸不药，药不针灸，尤非良医，知针知药，固是良医。”由此可见，其对针灸与药物配合治病的重视。他在《备急千金要方》中论述了诸多穴位的功效，其中许多具有美容疗效。如《备急千金要方·针灸下·头面第一》所载：“攒竹、龈交、玉枕，主面赤，颊中痛。巨髎，主面恶风寒，颊肿痛。上星、囟会、前顶、脑户、风池，主面赤肿。天突、天窗，主面皮热。肾俞、内关，主面赤热。行间，主面苍黑。太冲，主面尘黑。天窗，主颊肿痛。中渚，主颞颥痛，颌颊热痛，面赤。悬厘，主面皮赤痛。”在《千金翼方·针灸上·舌病第五》孙氏提出“紧唇，灸虎口，男左女右七壮。又灸承浆三壮。”《千金翼方·中风下·痼疾第四》也记载有治白癜风白驳的灸法“五月五日午时，灸膝外屈脚当纹头，随年壮，两处。灸一时下火，不得转动。”

除了针灸美容疗法外，孙氏对按摩美容疗法也有非常独到的论述。他在《备急千金要方》中设有“按摩法”专篇，篇中不仅详细记载了古代道教鼻祖老子的按摩法，更引进了国外的祛病延年的养生按摩法。孙氏记载：“天竺国按摩，此是婆罗门法。两手相捉纽捺，如洗手法。两手浅相叉，翻覆向胸。两手相捉，共按胫，左右同。两手相重按[左月右望]，徐徐捺身，左右同。以手如挽五石力弓，左右同。作拳向前筑，左右同。如拓石法，左右同。作拳却顿，此是开胸，左右同。大坐斜身编欹如排山，左右同。两手抱头，宛转[左月右望]上，此是抽胁。两手据地，缩身曲脊，向上三举。以手反捶背

上，左右同。大坐伸两脚，即一脚向前虚掣，左右同。两手拒地回顾，此是虎视法，左右同。立地反拗身三举。两手急相叉，以脚踏手中，左右同。起立以脚前后虚踏，左右同。大坐伸两脚，用当相手勾所伸脚，著膝中，以手按之，左右同。上十八势，但是老人日别能依据此三遍者，一月后百病除，行及奔马，补益延年，能食，眼明、轻健，不复疲乏。”除此之外，孙氏在《千金翼方·养性·养性禁忌第一》也载有具有美发去垢作用的美容按摩法，“清旦初以左右手摩交耳，从头上挽两耳又引发，则面气通流。如此者令人头不白耳不聩。又摩掌令热以摩面，从上向下二七过，去垢气，令人面有光。”

（三）食膳美容法

自古“药食同源”，杨上善在《黄帝内经太素》中有言：“五谷、五畜、五果、五菜，用之充饥则谓之食，以其疗病则谓之药。”孙思邈也在《备急千金要方·食治·序论第一》中言：“夫为医者，当须先洞晓病源，知其所犯，以食治之；食疗不愈，然后命药。”可见孙氏对食疗的重视尤在用药之上。他在《备急千金要方》中设“食治”专篇，列举了果实、菜蔬、谷米、鸟兽五大类 154 种食物的性味及功效，并提出食膳疗法可以“排邪而安脏腑，悦神爽志，以资血气”。其后，他又在《千金翼方·本草下》中辟“果部”、“菜部”、“米谷部”三篇，专载 90 种食物的性味及功效。

在孙氏记载的食膳疗法中，与美容相关的内容占很大一部分。如在《备急千金要方·食治·序论第一》中记载：“乳酪酥等常食之，令人有筋力，胆干，肌体润泽。”“是以毒药攻邪，五谷为养，五肉为益，五果为助，五菜为充。精以食气，气养精以荣色；形以食味，味养形以生力，此之谓也。”除此之外，在所载的 251 种食物中，很多食物具有美容功效。如“蒲桃：味甘、辛、平、无毒……益气，倍力，强志，令人肥健，耐饥……久服轻身不老，延年。”“覆盆子：味甘、辛、平，无毒。益气轻身，令发不白。”“樱桃：味甘、平、涩。调中益气，可多食，令人好颜色，美志性。”“落葵：味酸、寒，无毒。滑中散热实，悦泽人面。”“人乳汁：味甘、平，无毒，补五脏，令人肥白悦泽。”^{【50】}同时孙氏还记载多食会引起损美性疾病的食物，如“杏仁不可久服，令人目盲，眉发落，动一切宿病。”“梅实：味酸、平、涩，无毒……多食坏人齿”等等。除以上二者外，在“食治”的序论中，孙氏承《内经》之旨，提出五味偏嗜偏食，可引起不同的损美性疾病。他在“五脏不可食忌法”中说：“多食酸则皮槁而毛夭；多食苦则筋急而爪枯；多食甘则骨痛而发落；多食辛则肉胝而唇褰；多食咸则脉凝泣而色变。”这一论述明确指出饮食的科学与否同人体之美密切相关。

（四）养生美容法

孙思邈善谈老庄和诸子百家之说，兼好道家、儒家、佛家经典，对养生颇有研究，其养生之道，源于“黄老之学”，博采医儒道释各家之论，中正和平，简明易行。在《备急千金要方》中列有“养性”专章论述。《千金翼方》中孙氏辟“养性”、“辟谷”、“退居”三篇。这些篇章记载的养生内容丰富，搜罗资料广博，继承发扬《黄帝内经》之论，采扁鹊、嵇康、抱朴子等多家之言，集前贤之精华，括己家之经验。

道家提倡“清虚静泰，少私寡欲”；儒家提倡“欲修身者，先正其心”。孙氏受道家、儒家思想影响，他的养生思想反映出来是重在养心，重在养性。他提出“道不在烦，但能不思衣食，不思声色，不思胜负，不思曲直，不思得失，不思荣辱；心无烦，形勿极，而兼之导引，行气不已，亦可得长年，千岁不死。”这里所提的导引之术，孙氏在《备急千金要方·养性·调气法第五》中详细记载：“每旦夕，是天地消息之道也。面向午，展两手于脚膝上，徐徐按捺肢节，口吐浊气，鼻引清气。良久徐徐乃以手左托、右托、上托、下托、前托、后托，瞑目张口，叩齿摩眼，押头拔耳，挽发放腰，咳嗽发阳振动也……透皮入肉，至骨至脑，渐渐下入腹中，四肢五脏皆受其润，如水渗入地，若彻则觉腹中有声汨汨然，意专思存，不得外缘，斯须即觉元气达于气海，须臾则自达于涌泉，则觉身体振动，两脚蜷曲，亦令床坐有声拉拉然，则名一通。一通二通，乃至日别得三通四通，则身体悦怿，面色光辉，鬓毛润泽，耳目精明，令人食美，气力强健，百病皆去。”同时孙氏提倡修生养性，尤其注重在道德方面的修养，他认为德行修养高尚之人，自然会百岁而不老。他在《备急千金要方·养性·养性序第一》中提出：“夫养性者，欲所以成性，性自为善，不习无不利也。性既自善，内外百病皆悉不生。祸乱灾害亦无由作，此养性之大经也。善养性者，则治未病之病，是其义也。故养性者，不但饵药餐霞，其在兼于百行；百行周备，虽绝药饵，足以遐年。德行不充，纵服玉液金丹，未能延寿。”除此之外，孙氏也很注重日常起居，他特辟“居处法”一篇，专论居处宜忌，其中亦有很多与美容相关的内容，如：“新沐发讫，勿当风，勿湿紫髻，勿湿头卧，使人头风眩闷，发秃面黑，齿痛耳聋，头生白屑。”“远行触热，途中逢河勿洗面，生乌[黑干]”等。

（五）讨论

1 美容方法多样，主张综合论治

孙思邈的美容方法多样，除了药物美容法外，他还提出了针灸、按摩、食膳、养生等其它方法。在美容治疗上，他擅用药物美容法，如丸散内服或外用、药酒法、口含法，贴敷法、涂发法、沐发法、洗手面法、熏香法、点孔法、梳发法、敷齿法、漱口法、烫

熨法、冰冻法等。在这些方法中，以丸散内服、外用之法最为常用，占孙氏全部美容方剂的 30.42%。孙氏常用这种方法治疗多种损美性疾病，同时亦可起到美白、护肤、保健等美容调理作用。另外，通过资料统计，贴敷法是孙氏最常用的外用药物美容法，占外用美容方剂的 41.95%。

虽然孙氏擅用药物美容法，但他绝非拘泥于此。在《备急千金要方·食治·序论第一》中强调“食疗不愈，然后命药”，并设食治专篇，记载了多种具有美容功效的食物。除此之外，他亦提出“知针知药，固是良医”的针灸和药物并重的美容方法，并详细记载了具有美容疗效的穴位和一些简而易行的美容按摩手法。可以说，孙氏的美容方法虽然多种多样，但并非独立而行，而是综合论治，采用多种方法配合使用，令其各彰其功，从而达到事半功倍的美容效果。

2 外治与内养并重

孙氏常用的美容方法中，外治法所占比重较大，如贴敷法、洗手面法、沐发法、涂发法、点孔法、熏香法、梳发法、敷齿法、漱口法、烫熨法、冰冻法等。这些外治美容方法都是将药物通过各种不同的途径直接作用于皮肤、毛发局部，发挥其迅捷的美容功效的。外治美容方法主要有两方面优势：一是用这些方法，可以使药物的有效成分直接作用于施用部位，对局部症状较为突出的损美性疾病，可以起到直接而快捷的美容治疗作用；同时对皮肤缺陷部位，也可以起到美容修复的作用。

在孙氏常用的美容方法中，虽然重视外治法，但他并没有忽视对人体自身脏腑气血的调节。这反映在两个方面：其一是孙氏《千金方》记载的内服法中，有很多是通过调理脏腑气血、调整脏腑功能，直接或间接治疗损美性疾病，从而达到美容疗效的；其二是孙氏在《千金方》中，开辟“养性”专篇，强调在治疗损美性疾病时，更要注意养颜、防衰，除了内服中药之外，还要在饮食、起居、情志等方面加以调养。

三 孙思邈中医美容方药

（一）美容药物

孙思邈的《备急千金要方·食治》收载药物 154 种，《千金翼方·本草》收载药物 873 种。两书详论药物的采集时节、加工炮制、性味、主治、功用等，正是由于孙思邈对药物学发展作出的卓越贡献，他被后世尊称为“药王”。在孙氏《千金方》记载的千余味药物中，其中有许多是具有美容功效的药物。

1 美容药物的来源及品次

孙氏的《千金方》共收载具有美容功效的药物 198 种。其中以植物的根、茎、叶、

果入药的植物类美容药物有 146 种，占 74%。如《备急千金翼方·食治·果实第二》：“橘柚：味辛，温，无毒。久服去口臭……轻身延年。”又如《千金翼方·本草上·草部上品之下》：“地肤子：味苦，寒，无毒。久服耳目聪明，轻身耐老，使人润泽。”动物药多为动物的内脏、皮、骨、器官等入药，孙氏记载的动物美容药物有 24 种，占 12%。如《备急千金要方·食治·鸟兽第五》：“熊肉：味甘，微寒，微温，无毒。去头疡、白秃、面[黑干][黑曾]。”又如《千金翼方·本草下·虫鱼部》：“蜂子：味甘，平，微寒，无毒。久服令人光泽，好颜色，不老，轻身益气。”矿物类美容药物有 28 种，占 14%。如《千金翼方·本草上·玉石部上品》：“丹砂：味甘，微寒，无毒。益精神，悦泽人面。”又如《千金翼方·本草上·玉石部下品》：“冬灰：味辛，微温。去黑子，去疣，息肉。”由此表明，从药物的来源看，具有美容作用的药物主要是植物药，矿物药次之，动物药更次之。

我国现存最早的药物学专书《神农本草经》有言：“上药……主养命以应天；中药……主养性以应人；下药……主治病以应地”。孙氏《千金方》中记载的美容药物也多遵循此规律，一般来说，上品药物是毒性小或无毒的，除有特殊的美容功用外，还有补养保健的作用；中品药物有的有毒，有的无毒，多是补养而兼有治疗损美性疾病的美容药物；下品药物大多是专攻某种损美性疾病的药物，且其中有毒者居多，不可久服。如《千金翼方·本草上·草部上品之上》：“天门冬：味苦甘，平，大寒，无毒。去寒热，柔肌肤，益气力……久服轻身，益气，延年不饥。”《千金翼方·本草上·草部中品之下》：“垣衣：味酸，无毒。久服中益气，长肌，好颜色。”《千金翼方·本草中·木部中品》：“秦椒：味辛，温，生温；熟寒，有毒。坚齿发，明目……久服轻身，好颜色，耐老增年通神。”《千金翼方·本草中·木部下品》：“莽草：味辛苦，温，有毒。疗头风痒，可用沐，勿令入眼。”

2 美容药物的作用

孙氏《千金方》所载美容药物，按其美容功用可归纳为以下五类：

（1）洁面祛斑

此类药物主要具有洁白皮肤、祛除黑斑的作用，用于治疗黑[黑干]、黑痣。在孙氏《千金方》中，具有洁面祛斑美容作用的药物有：女萎、葳蕤、泽泻、菟丝子、芎藭、巴戟天、茵陈蒿、旋花、藁本、白芷、半夏、辛夷、木兰、梔子、巴豆、樱桃、梅实、桃花、白瓜子、落葵、大豆黄卷、石肝、异草、排华、翘根、丹砂、雄黄、铁落、密陀僧、石灰、冬灰、绿盐、伏翼、天鼠屎、樗鸡、白僵蚕等。如《备急千金要方·食治·谷

米第四》“大豆黄卷：味甘，平，无毒……去黑痣、面[黑干]，润泽皮毛。”又如《千金翼方·本草上·玉石部中品》“密陀僧：味咸辛，平，有小毒。主久痢，五痔，金疮，面上癍[黑干]。面膏药用之。”《千金翼方·本草上·草部上品之上》“女萎、萎蕤：味甘，平，无毒……久服去面黑[黑干]，好颜色，润泽，轻身不老。”

除此之外，孙氏还在书中指出某些药物服之可使皮肤发黑，有碍皮肤美。如“盐：味咸、温，无毒……不可多食……令人色肤黑，损筋力”。

（2）润泽肌肤

此类药物具有润泽悦白的美容功效，该类药物有的作为主药，有的作为辅药，配在美容方剂里具有良好的润泽肌肤的美容功效。在孙氏《千金方》中，具有润泽肌肤美容作用的药物有：紫芝、天门冬、麦门冬、远志、卷柏、蓍实、地肤子、蒺藜子、石龙刖、络石、蛇床子、石龙芮、大、小蓟根、垣衣、旋覆花、乌韭、柏实、菌桂、蔓荆实、女贞实、酸枣、楮实、枳实、秦皮、秦椒、葡萄、莱菔根、水芹、牡蒿、蒲桃、云母、石钟乳、紫石英、青石、赤石脂等。如《备急千金要方·食治·菜蔬第三》“瓜子：味甘、平、寒，无毒。令人光泽，好颜色，益气，不饥，久服轻身耐老……可作面脂。”“落葵：味酸、寒，无毒。滑中、散热实，悦泽人面。”《备急千金要方·食治·鸟兽第五》“麋脂：味辛、温，无毒……通腠理，柔皮肤。”又如《千金翼方·本草·草部上品之上》“紫芝：味甘，温……保神，益精气，坚筋骨，好颜色。”“卷柏：味辛甘，温，平，微寒，无毒……久服轻身，好颜色，令人好容体。”

（3）生发美发

此类药物有的侧重于治疗发稀、发落、发秃等毛发病证，有的具有令白发变黑或使毛发润泽的美发作用，可在染发之剂中使用。在孙氏《千金方》中，具有生发美发美容作用的药物有：牛膝、白蒿、蓝实、瞿麦、蜀羊泉、莎草根、水萍、鲤肠、羊蹄、松叶、柏皮根、桑上寄生、辛夷、槐实、秦椒、石南、蜀椒、莽草、赤瓜木、覆盆子、胡麻、麻[上廿下赍]、大豆黄卷、英草华、粪蓝、韭根、白麻子、水银、雌黄、石硫磺、青琅玕、石灰、马陆。如《备急千金要方·食治·菜蔬第三》：“韭：味辛，酸，温，涩，无毒。根：煮汁以养发。”《备急千金要方·食治·谷米第四》：“胡麻：味甘、平，无毒。生者摩疮肿，生秃发，去头面游风……花主生秃发。”又如《千金翼方·本草上·草部上品之上》：“白蒿：味甘，平，无毒。长毛发令黑……久服轻身，耳目聪明不老。”《千金翼方·本草上·草部中品之下》：“水萍：味辛酸，寒，无毒。长须发……以沐浴，生毛发。久服轻身。”

除此之外，孙氏还在书中指出某些药物或食物，服之非但不能生发美发，反而使之失去健康之美。如记载“荞麦，味酸、微寒，无毒。作面和猪、羊肉热食之，不过八九顿，作热风，令人眉须落，又还生，仍稀少。”

（4）香体除臭

此类药物可以清除身体特定部位的臭秽之气，或增加人体香气，起到令人体口气、体味香洁的作用。在孙氏《千金方》中，具有香体除臭美容作用的药物有：香蒲、生姜、杜衡、橘柚、豆蔻、荏子、水苏、熏草、蕃荷叶、茴香菜、铜矿石等。如《备急千金要方·食治·菜蔬第三》：“蕃荷叶：味苦，辛，温，无毒。可久食，却肾气，令人口气香洁。”“茴香菜：味苦，辛，微寒，涩，无毒。避热除口气。”又如《千金翼方·本草上·草部上品之下》：“香蒲：味甘，平，无毒。主五脏心下邪气，口中烂臭，坚齿明目，聪耳。久服轻身耐老。”《千金翼方·本草上·草部中品之上》：“杜衡：味辛苦，温，无毒。主风寒咳逆，香人衣体。”

（5）延年益寿

此类药物具有令人耳目聪明、轻身延年的养生美容作用。孙氏认为，久服皆能“益气力，除百病，轻身耐老，不饥延年”。在《千金方》中，具有延年益寿养生美容作用的药物有：紫芝、天门冬、麦门冬、生地黄、菖蒲、女萎、葳蕤、薯蓣、菊花、甘草、人参、石斛、决明子、牛膝、卷柏、蓍实、菟丝子、白蒿、地肤子、蒺藜子、石龙刍、络石、香蒲、茵陈蒿、石龙芮、柏实、菌桂、蔓荆实、女贞子、辛夷、槐实、楮实、枸杞、秦皮、秦椒、巴豆、蜀椒、葡萄、胡麻、蒲桃、大枣、藕实、苍耳子、细辛、茈胡、薏苡仁、龙胆、白英、忍冬、王不留行、蒲黄、兰草、云实、徐长卿、漏芦、茜根、飞廉、营实、薇衔、恶实、泽漆、葇荑子、夏枯草、茯苓、松脂、柏叶、牡桂、桂、杜仲、蕤核、五加皮、苏合香、龙眼、茯苓、山茱萸、合欢、蓬蘽、鸡头实、芋、冬葵子、苋实、苦菜、芫菁及芦菔、青囊、云母、石钟乳、紫石英、青石、赤石脂、玉泉、空青、曾青、白青、硝石、矾石、滑石、白石英、黄石脂、太一余粮、绿盐、熊脂、鹿茸、雁肪、蜜蜡、石决明、禹余粮、伏翼、马陆、石蜜、鳖甲、白胶、阿胶等。如《备急千金要方·食治·谷米第四》：“白麻子：味甘、平，无毒。补中益气，肥健不老……能长发，可为沐药。久服神仙。”“青粱米：味甘、微寒，无毒。益力气，补中，轻身，长年。”又如《千金翼方·本草上·玉石部上品》：“云母：味甘，平，无毒。久服轻身延年，悦泽不老，耐寒暑，志高神仙。”

除以上五类美容药物外，孙氏还记载了一些具有祛除瘢痕作用的药物，如：“白磁

瓦屑：平，无毒。水磨，涂疮灭瘢”，“衣鱼：味咸，温，无毒。涂疮灭瘢。”

（二）美容方剂

1 美容方剂概况

孙氏在《备急千金要方》卷六“七窍病”中专设“面药”一篇，收录了用于治疗面[黑干][黑曾]、面上皴黑、靨子黑痣、面疔疱、粉滓、酒渣鼻疱等损美性疾病和具有令面白净悦泽、光滑去皱、润燥滑腻功效的美容方剂 79 首，并记载面脂的炼脂法。此外，在该卷“口病”中，载有香口、香身、除臭方 28 首；“唇病”中，载有治疗唇焦枯、唇裂、口臭方 6 首。在卷十三“头面风”中，载有治疗头风白屑、发须眉毛秃落、发黄白发及染发方共 58 首，在卷六“目病”中，载有 2 首美发方，共计 60 首美发方。在卷二十七“服食法”中，载有去三虫、服草、服木、服石等益寿方剂 19 首。全书共载美容方剂 192 首。

在《千金翼方》中，卷五设“妇人面药”、“熏衣浥衣香”、“令身香”和“生发黑发”四篇，专载美容方剂。其中“妇人面药”篇，载面部美容方剂 33 首，此外还载有手膏方 1 首，手足皴裂、冻伤方 4 首。“熏衣浥衣香”篇，载熏衣浥衣香方 3 首，此外还有内服香身方 2 首，外敷香粉方 1 首。“令身香”篇，载香身方 3 首，治疗身体诸臭方 10 首。“生发黑发”篇，载具有生发、长发、令白发转黑功效的方剂 18 首，此外还载染发方一首。在卷十二“养性”篇，载养性服饵延年方 23 首，并载养老食疗益寿方 7 首。另外，在《千金翼方》卷十七“痈疡”篇，载有治疗白癩白驳、疣赘疵痣的美容方剂 11 首。全书共载美容方剂 117 首。

2 美容方剂剂型

纵观孙氏《千金方》中记载的 309 首美容方剂，其美容剂型大致可分为内服和外用两类。内服是通过服食发挥美容作用；外用是通过直接作用于皮肤发挥美容作用。《千金方》收载美容方剂的剂型主要有：散剂、酒剂、丸剂、膏脂剂。

（1）散剂

散剂是将药物粉碎，混合均匀而制成的粉末状制剂。其给药途径包括内服和外用两类。孙氏《千金方》中的内服散剂主要是以酒、井花水或蜜浆送服，亦有直接吞服的。如《备急千金要方·七窍病·面药第九》：“采三株桃花，阴干，末之。空心饮服方寸匕，日三。并细腰身。”又如《千金翼方·妇人一·生发黑发第八》令白发还黑方：“陇西白芷、旋覆花、秦椒（各一升）、桂心（一尺）。上四味，捣筛为散，以井花水服方寸匕，日三服，三十日还黑。禁房室。”孙氏《千金方》中的外用散剂，一是用于治疗

损美性疾病，如《备急千金要方·七窍病·面药第九》治外膏方：“白矾、石硫磺、白附子（各六铢）。上三味，为末，以酢一盏，渍之三日。夜净洗面，敷之。莫见风日，三七日慎之，白如雪。”又如《千金翼方·妇人一·面药第五》治面疱方：“白附子、青木香、麝香、由跋、细辛（各二两）。上五味，细末，水和之，涂面日三。”二是用于美容保健，如《千金翼方·妇人一·妇人面药第五》炼粉方：“胡粉三大升，盆中盛水，投粉于中熟搅，以鸡羽水上扫取，以旧破鸡子十枚，去黄泻白于瓷碗中，以粉置其上，以瓷碗密盖之，五升米下蒸之，乃暴干，研用，敷面百倍省，面有光。”

（2）丸剂

丸剂是将药物研成细粉，加适宜的粘合剂而制成的圆形固体剂型。这是孙氏主要的内服美容剂型。在《千金方》中常用于制作丸剂的粘合剂主要有两种：

①蜜：蜜有“天然吸收剂”之称，蜜丸即是药物细粉以蜂蜜为粘合剂制成的丸剂。如《备急千金要方·七窍病·口病第三》五香丸：“治口及身臭，令香，止烦散气方。豆蔻、丁香、藿香、零陵香、青木香、白芷、桂心（各一两）、香附子（二两）、甘松香、当归（各半两）、槟榔（二枚）。上十一味，末之，蜜和丸。常含一丸如大豆，咽汁，日三夜一，亦可常含咽汁，五日口香，十日体香，二七日衣被香，三七日下风人闻香，四七日洗手水落地香，五七把他手亦香。慎五辛，下气去臭。”明代李时珍在《本草纲目》中有言：蜜“其入药之功有五：清热也，补中也，解毒也，润燥也，止痛也”，且蜜“和可以致中，故能调和百药，而与甘草同功”。

②枣肉：大枣自古被视为滋补良品，《本草纲目》记载：“大枣主心腹邪气，安中，养脾气，平胃气，通九窍，助十二经，补少气，少津液，身中不足，大惊四肢重，和百药，久服轻身延年。”孙氏《千金方》中也常用枣肉作为粘合剂制作丸剂，这种制法不但提高了方剂本身的口感，更在美容之中蕴含滋补之意。如《备急千金要方·七窍病·口病第三》治口气臭秽，常服含香丸方：“芎藭、白芷、橘皮、桂心（各四两）、枣肉（八两）。上五味，末之，次内枣肉，干则加蜜，和丸如大豆。服十丸，食前食后常含之或吞之，七日大香。”

除蜜丸、枣肉丸之外，孙氏亦记载以人乳汁作为粘合剂的丸剂。在《千金翼方·妇人一·妇人面药第五》令面白媚好方：“令面白媚好方：白附子、白芷、杜若、赤石脂、白石脂、杏仁（去皮尖）、桃花、瓜子、牛膝、鸡矢白、菱蕤、远志（去心）。上一十二味，各三分，捣筛为末。以人乳汁一升，白蜜一升和，空腹服七丸，日三服。”

（3）酒剂

酒剂是将药物用酒浸泡，或用酒煎煮以供内服或外用；或以直接以酒送服药物。由于酒具有引药性、助药力、行诸经、和血气的特性，故孙氏《千金方》中所载的美容方剂很大一部分属于酒剂范畴。如《备急千金要方·七窍病·面药第九》治面[黑干][黑曾]，内外治方：“成炼松脂为末，温酒服三合，日三，服尽三升，无不瘥。”又如《千金翼方·养性·养性服饵第二》地黄酒酥：“令人发白更黑，齿落更生，髓脑满实，还年却老，走及奔马，久服有子方。粗肥地黄（十石，切捣取汁三石）、麻子（一石，捣作末，以地黄汁研取汁二石七斗）、杏仁（一石，去皮尖、两仁者，捣作末，以麻子汁研取汁二石五斗）、曲末（三斗）。上四味，以地黄等汁浸曲七日……以药汁五斗和，酿酒如家酝酒法……酥在酒上，其酥色如金……其糟令服药人食之，令人肥悦……食糟尽，乃服药酒及酥。一服酒一升一匙酥温酒和服之。”

（4）膏脂剂

膏脂剂是将药物细粉与适宜的基质混合，调制成具有适当稠度的半固体外用制剂，或同时以火煎熬成剂。孙氏《千金方》中记载的外用美容方剂剂型以膏脂剂居于首位。膏脂剂作为最常用美容剂型之一，其原因不仅因为膏脂剂使用起来比较方便，更重要的是膏脂剂类美容方剂能使药物长时间的保留在皮肤上，有利于药物的有效成分的直接作用。

在孙氏《千金方》中常用于制作膏脂剂的基质主要有五种：

①动物脂肪：孙氏《千金方》中记载的面药很多都是由“猪胰”、“猪肪脂”、“鹅脂”、“熊脂”等动物脂肪或内脏制成的“面膏”。用动物脂肪调制成的外用美容方剂，其粘稠度适宜，有良好的涂展性和穿透性，多用于涂面、敷面之用。如《备急千金要方·七窍病·面药第九》面脂：“主悦泽人面，耐老方。白芷、冬瓜仁(各三两)、菱蕤、细辛、防风(各一两半)、商陆、芎藭(各三两)、当归、藁本、麝香、土瓜根(去皮)、桃仁(各一两)、木兰皮、辛夷、甘松香、麝香、白僵蚕、白附子、梔子花、零陵香(半两)、猪胰(三具，一切，水渍六日，欲用时以酒掇取汁渍药)。上二十一味，薄切，绵裹，以猪胰汁渍一宿，平旦以前，猪脂六升，微火三上三下，白芷色黄膏成，去滓入麝，收于瓷器中，取涂面。”同时，孙氏还强调“凡合面脂，先须知炼脂法”，并且记载炼脂法是“以十二月买极肥大猪脂，水渍七八日，日一易水，煎，取清脂没水中。”

②植物麻油：植物麻油与动物脂肪同属于油脂性基质。不同的是植物麻油穿透性次于动物脂肪，但由于其味香滋润，一般多与药物混合煎熬使用。如《备急千金要方·七窍病·面药第九》治外膏方：“白芷、白蜡(各二两)、白附子、辛夷、防风、乌头、藿

香(各半两)、藁本(一两)、萎蕤、零陵香(各半两)、商陆、麝香(各六铢)、牛脂、鹅脂(各一升)、羊脂(五合)、麻油(二合)。上十六味，薄切，醋渍浹浹然一宿，合煎，候白芷色黄，膏成。以皂荚汤洗面，敷之，日三。”

③蜜：蜜除了可以作为丸剂的粘合剂外，也常用于制作膏脂剂。如《备急千金要方·七窍病·面药第九》治面[黑干]方：“桂心、石盐、蜜（各等分）。上三味，末之，相和以敷。”

④鸡子白：鸡子白为雉科动物家鸡的蛋白。鸡子白中含大量凝胶，使药物易于吸收，也是孙氏常用的膏脂剂基质之一。如《备急千金要方·七窍病·面药第九》治人面[黑干][黑曾]黑，肤色粗陋，皮厚状丑方：“羖羊胫骨末，以鸡子白和，敷之，旦以白梁米泔洗之，三日白如珂雪。”

⑤皂荚：皂荚多与动物脂肪和面类同为基质制作膏脂剂，且制剂多为硬膏，用于洗手面除污垢，类似现代肥皂的性质。如《备急千金要方·七窍病·面药第九》澡豆方：“细辛（半两）、白术（三分）、栝蒌（二枚）、土瓜根（三分）、皂荚（五挺，炙，去皮子）、商陆（一两半）、冬瓜仁（半升）、雀矢（半合）、菟丝子（二合）、猪胰（一具，去脂）、藁本、防风、白芷、白附子、茯苓、杏仁（去皮尖）、桃仁（去皮尖，各一两）、豆末（四升）、面（一升）。上一十九味，捣细筛。以面浆煮猪胰一具令烂，取汁和散作饼子，暴之令干，更熟捣细罗之，以洗手面甚佳。”

除以上五种基质外，孙氏亦用羊乳、牛乳、牛酥等做为基质。

孙氏认为，膏脂剂除具有美容治疗和美容保健功效外，有些膏脂剂还能起到化妆和清洁皮肤污垢的作用。如《备急千金要方·七窍病·面药第九》面膏：“青木香、白附子、芎藭、白蜡、零陵香、香附子、白芷(各二两)、茯苓、甘松(各一两)、羊髓(一升半，炼)。上十味，[口父]咀，以水、酒各半升，浸药经宿，煎三上三下，候水酒尽，膏成，去滓。敷面作妆……”《备急千金要方·七窍病·面药第九》“洗手面，令白净悦泽，澡豆方：白芷、白朮、白鲜皮、白藟、白附子、白茯苓、羌活、萎蕤、栝楼子、桃仁、杏仁、菟丝子、商陆、土瓜根、芎藭（各一两）、猪胰（两具大者，细切）、冬瓜仁（四合）、白豆面（一升）、面（三升，溲猪胰为饼，暴干捣筛）上十九味，合捣筛，入面、猪胰拌匀，更捣。每日常用，以浆水洗手面，甚良。”

3 美容方剂中药物的统计分析

（1）美容方剂中的药物使用频次统计

《千金方》共载有美容方剂 309 首，其中内服美容方剂 104 首，外用美容方剂 205

首，共计使用各种药物 218 种。其中每方最多用药 54 种，最少用药 1 种。笔者对两书中 309 首美容方剂的药物使用频率进行统计，结果如下：

附表 1：《备极千金要方》、《千金翼方》218 种美容药物使用频率统计

单味药使用次数	使用频率(%)	药物数	累计方次数	累计使用频率(%)
47	15.21	2	94	6.4
35	11.33	2	164	11.32
33	10.68	1	197	13.60
30	9.7	2	257	17.74
29	9.3	1	286	19.74
27	8.7	1	313	21.60
26	8.4	1	339	23.40
25	8.1	1	364	25.12
24	7.8	1	388	26.78
23	7.4	3	457	32.78
22	7.1	2	501	34.58
21	6.8	1	522	36.02
19	6.1	2	560	38.65
18	5.8	1	578	39.89
17	5.5	4	646	44.58
16	5.1	2	678	46.79
14	4.5	3	720	49.69
13	4.2	2	746	51.48
12	3.8	2	770	53.14
11	3.5	6	836	57.70
10	3.2	4	876	60.46
9	2.9	5	921	62.94
8	2.5	12	1017	70.19
7	2.3	10	1087	75.02
6	1.9	8	1135	78.33

5	1.6	10	1185	81.78
4	1.3	16	1249	86.20
3	1.0	25	1324	91.37
2	0.6	37	1398	96.48
1	0.3	51	1449	100.00

从上表可以看出，每种药物最多使用 47 次，使用频率达 15.21%；只使用一次的药物为 51 种，占药物总数的 23.39%；使用 15 次以上的药物 27 种，占药物总数的 12.39%，累计使用频率达 46.79%；使用 10 次以上的药物为 44 种，占全部药物数的 20.18%，累计使用频率达 60.46%；使用 5 次以上的药物为 89 种，占全部药物数的 40.83%，累计使用频率达 81.78%。也就是说，使用次数在 5 次以上的药物，在孙氏美容方剂中的使用量占到了百分之八十以上。由此可以认为，在孙氏《千金方》记载的美容方剂中，使用次数高于 15 次的药物为孙氏美容方剂中最常用的药物；高于 10 次的药物为常用药物；低于 10 次但高于 5 次的药物为比较常用药物。在研究中，应该对这些药物进行深入的分析研究。因而，笔者对 309 首美容方剂中的 218 种药物进行了使用频次统计，结果如下：

附表 2：《备极千金要方》、《千金翼方》美容方剂中单味使用频次

药物名称	出现频次	药物名称	出现频次
白芷	47	白附子	47
川芎	35	细辛	35
丁香	33	（白）茯苓	30
零陵香	30	防风	29
麝香	27	甘松香	26
藿香	25	当归	24
白术	23	桂心	23
青木香	23	杏仁	22
猪脂肪	22	蕤蕤	21
沉香	19	土瓜根	19
木兰皮	18	商陆	17
藁本	17	辛夷（仁）	17
蜀（秦）椒	17	白檀香	16
地黄	16	白僵蚕	14
鹰屎白	14	桃仁	14
天门冬	13	甘草	13

猪胰	12	冬瓜仁	12
胡粉	11	栀子	11
皂荚	11	桃花	11
麻子	11	栝楼（仁）	11
菟丝子	10	鸡子白	10
莽草	10	矾石	10
鹅脂	9	蜀水花	9
杜衡	9	白瓜子	9
熏陆香	9	白蜜	8
羊髓	8	玉屑	8
密陀僧	8	香附子	8
柏子仁	8	人参	8
丹砂	8	鸡骨煎香	8
苜蓿香	8	雄黄	8
水银（霜）	8	黄芪	7
白蜡	7	芫菁子	7
钟乳	7	干姜	7
续断	7	白石脂	7
甲香	7	黄柏	7
松叶	7	酥	6
橘皮	6	大枣	6
大黄	6	豉	6
乌麻	6	石斛	6
珍珠	6	旋覆花	5
松脂	5	枸杞（根）	5
远志	5	天雄	5
肉苁蓉	5	石硫磺	5
蔓荆子	5	竹叶	5
泽兰	5	杜若	4
牡蛎	4	白鲜皮	4
冬葵子	4	半夏	4
升麻	4	铅丹	4
冬瓜子	4	云母	4
赤石脂	4	杜仲	4
胡麻	4	石楠	4
苏合香	4	雀头香	4
桑白皮	4	大猪蹄	3
大豆黄卷	3	芒硝	3

豆蔻	3	槟榔	3
松根白皮	3	瓜子仁	3
乌喙	3	芥苳	3
石灰	3	泽泻	3
菊花	3	牛膝	3
黄芩	3	菖蒲	3
薯蓣	3	乌头	3
青桂皮	3	毕豆	3
蒺藜子	3	独活	3
马髻膏	3	鸡舌香	3
巴豆	3	煅石	3
靡芜	2	枣肉	2
甜瓜子	2	麦门冬	2
真女苑	2	杨白皮	2
槐子	2	漆	2
黄精	2	松子	2
白芨	2	踯躅	2
秦艽	2	石膏	2
桑寄生	2	巴戟天	2
山茱萸	2	王不留行	2
防己	2	生姜	2
五味子	2	枫香	2
芍药	2	白头翁	2
鹿角	2	牛乳	2
马珂	2	野葛	2
鸬鹚屎	2	黄连	2
禹余粮	2	衣鱼	2
白桐叶	2	雁肪	2
蛻螂	2	蛇床子	2
马齿草	2	藜芦	1
荆实	1	香薷	1
大豆	1	甘子皮	1
肉桂	1	桃皮	1
桑葚	1	柏实	1
曲末	1	粳米	1
薤白	1	白石英	1
紫芝	1	地肤子	1
桑螵蛸	1	石苇	1

桔梗	1	紫花根	1
郁金香	1	安息香	1
紫草	1	羌活	1
赤小豆	1	知母	1
前胡	1	秦皮	1
白薇	1	木瓜根	1
麻油	1	白矾	1
李子仁	1	石盐	1
紫檀	1	牛黄	1
车前子	1	葶苈子	1
苦参	1	木瓜花	1
梨花	1	红莲花	1
樱桃花	1	白蜀葵花	1
李花	1	高良姜	1
海蛤	1	丹参	1
桃白皮	1	伏龙肝	1

将两书中使用频次超过 10 次作为标准，常用药物计 42 种。其中使用频次超过 15 次的 27 种，可视为最常用者。按其使用频次高低排列，依次为：白芷 47 频次、白附子 47 频次、细辛 35 频次、川芎 35 频次、丁香 33 频次、（白）茯苓 30 频次、零陵香 30 频次、防风 29 频次、麝香 27 频次、甘松香 26 频次、藿香 25 频次、当归 24 频次、白术 23 频次、桂心 23 频次、青木香 23 频次、杏仁 22 频次、猪脂肪 22 频次、葳蕤 21 频次、沉香 19 频次、土瓜根 19 频次、木兰皮 18 频次、商陆 17 频次、藁本 17 频次、辛夷（仁）17 频次、蜀（秦）椒 17 频次、白檀香 16 频次、地黄 16 频次。这些药物在美容方面的作用是最应予以重视的，需要今后进一步深入研究。

将两书中使用频次低于 10 次高于 5 次的药物，作为比较常用药物，计 43 种，依次为：鹅脂、蜀水花、杜蘅、白瓜子、熏陆香为 9 频次；白蜜、羊髓、玉屑、密托僧、柏子仁、人参、丹砂、鸡骨煎香、苜蓿香、雄黄、水银（霜）为 8 频次；黄芪、白蜡、芫菁子、干姜、钟乳、续断、白石脂、甲香、黄柏、松叶为 7 频次；酥、橘皮、大枣、豉、乌麻、石斛为 6 频次；旋复花、松脂、枸杞（根）、远志、天雄、肉苁蓉、石硫磺、蔓荆子、竹叶、泽兰为 5 频次。以上孙氏比较常用的药物中很多同时兼有赋形剂或制剂中的溶媒等辅料作用，如鹅脂、羊髓、白蜜、白蜡、猪脂肪等。

（2）美容方剂中的药物种类与性味分布统计

以孙氏《千金翼方》中记载的药物为依据，同时兼以《中药大辞典》为参考，对《千

金方》中记载的美容方剂的药物分布加以频率统计，结果如下：

附表 3：药物种类分布情况

药物种类	药物数量	分布频 (%)
植物	170	77.98
动物	26	11.93
矿物	22	10.09
总计	218	100.00

从上表可以看出，孙氏美容方剂中所用的药物种类以植物药为最，占总数的 77.98%；动物药次之，占总数的 11.93%；矿物药最末，占总数的 10.09%。

以孙氏《千金翼方》中所载的本草部分为标准，《中药大辞典》为参考，对附表 2 统计出的 218 种药物中，使用频次超过 5 次的 89 种药物进行性味分布频次、频率统计，结果如下：

附表 4：药物性味频次、频率统计

性	频次	频率 (%)
寒（微寒、大寒）	18	47.37
热（大热）	3	25.00
温（微温）	36	23.68
平	19	3.95
总计	76	100.00

味	频次	频率 (%)
辛	24	31.58
甘	20	26.31
苦	19	25.00
咸	7	9.21
酸	5	6.58
淡	1	1.32
总计	76	100.00

从上表可以看出，在寒、热、温、凉四性中，以温性药物为最多，约占所选药物总数的 47.37%；平性药物次之，占 25%；寒性药物更次，占 23.68%，与平性药物相近；热性药物最末，只占 3.95%。在酸、苦、甘、辛、咸五味中，辛味药物最多，约占所选药物总数的 31.58%；甘味药物次之，占 26.31%；其后为苦味药物，占 9.21%；再次为酸味药物，占 6.58%；最后为淡味药物，仅占 1.32%。

(3) 美容方剂中有毒药物的统计

以孙氏《千金翼方》中所载的本草部分为标准,《中药大辞典》为参考,对附表 2 统计出的 218 种药物的“有毒无毒”情况进行统计,挑取其中的有毒药物,列表如下:

附表 5: 有毒中药列表

药物名称及毒性情况	药物名称及毒性情况
白附子(有大毒)	杏仁(有毒)
商陆(有毒)	蜀(秦)椒(有毒)
鹰屎白(有小毒)	桃仁(有小毒)
胡粉(有毒)	皂荚(有小毒)
莽草(有毒)	密托僧(有小毒)
雄黄(有毒)	旋复花(有小毒)
天雄(有大毒)	石硫磺(有毒)
铅丹(有毒)	石楠(有毒)
乌喙(有大毒)	乌头(有大毒)
巴豆(有大毒)	芍药(有小毒)
白头翁(有小毒)	藜芦(有毒)
桔梗(有小毒)	牛黄(有小毒)
半夏(有毒)	水银(霜)(有毒)
总计: 26 种	

从上表可以看出,孙氏美容方剂所用 218 种药物中,26 种药物具有毒性,这些有毒药物多见于治疗损美性疾病的美容方剂中。其中有大毒的白附子为孙氏美容方剂中最常用药物之一。由此可见,以有毒药物治疗损美性疾病,是孙氏用药的一大特点。

(三) 讨论

1 孙思邈美容方剂特点

(1) 美容方剂应用范围广泛

孙氏《千金方》中记载的 309 首美容方剂,其应用范围涵盖了美容治疗和美容保健两大方面。在美容治疗上,可用于面上皴黑、靨子黑痣、面疔疮、粉滓、酒渣鼻疮、瘢痕、[黑干][黑曾]、唇焦枯、唇裂、口臭、腋臭、头风白屑、眉发脱落、白癩白驳、疣赘疵痣等多种损美性疾病。在美容保健上,或是具有清洁、滋润、美白、去皱等功效,作为日常护肤品,可以令皮肤白净润泽、光滑细腻的藻豆、面脂、面膏;或是具有润干唇、增唇色的口脂之品;或是可令白发、黄发变黑的美发品;或是可用于熏衣令体香的香粉之剂。其涉及范围之广,前世罕见。

(2) 美容剂型多种多样

孙思邈美容方剂的剂型多样，主要有散剂、酒剂、丸剂、膏脂剂。其剂型不同，在损美性疾病的治疗和美容保健中的应用也各有侧重。散剂，常外用治疗各种急慢性损美性疾病，其优点是制作简便、服用方便、吸收较快、不易变质。丸剂，常制成蜜丸或枣丸，用于治疗病程较长的损美性疾病，如白癍白驳、[黑干][黑曾]，其优点是吸收较慢、药力持久。酒剂有借酒上行、行药势的特点，故常用于治疗头面部或毛发的损美性疾病。膏脂剂有附着皮肤时间长而药物有效成分直接作用局部的优势，故除治疗多种损美性疾病，还常制成美容护肤品。

另外，孙氏在每个美容方剂中，都详细记载了该方剂剂型的制作方法，如面膏方中，他说：“以水浸膏髓等五日，日别再易水；又五日，日别一易水；又十日，二日一易水。凡二十日止，以酒浸一升。羊胰令消尽去脉，乃细切香于磁器中浸之，密封一宿，晓以诸脂等合煎三上三下，以酒水气尽为候。即以绵布绞去滓，研之千遍，待凝乃止，使白如雪。”

（3）美容疗效确切可靠

孙氏《千金方》记载的美容方剂有 300 余首，不仅治疗损美性疾病的范围广泛，而且其美容疗效也十分可靠。在对美容疗效的评价中，孙氏多用“良”、“甚良”、“神良”、“神验”、“神效”、“大佳”、“极美”等表达，或记载用后“面如莲花”、“令人不老”、“面如少女”、“色白如雪”、“速长而黑”等形容。对于显效时间，则用“三日”、“五日”、“十日”、“二十日”、“百日”、“一年”等时间加以说明。这些足以证明，孙氏所收集的美容方药中有相当多的内容是经过其亲自验证的，同时也反映出其美容疗效的确切可信。

2 孙思邈美容方剂用药规律和特点

（1）美容方剂用药性味分析

在孙氏美容方剂中使用频率超过 5 次的药物，在用药的四性上，温性药物 36 种，占 47.37%，居于第一位；平性药物和寒性药物次之，分别为 19 种和 18 种。由此表明，孙氏重用温性药物。究其所因，孙氏认为，损美性疾病病因多从寒而来，寒凝血瘀导致皮毛肌腠失于气血濡养，出现皮肤枯皱不润、黑[黑曾]不泽，故治疗时重用温性药物，可以促进气血循行而有利于修复人体肌肤的损伤状态。而且，温性药物可以起到补养作用，使人体处在一个健康的生理状态，从而表现为自然和谐美。

在孙氏美容方剂中使用频率超过 5 次的药物，在用药的五味上，使用频率最高的是辛味、甘味和苦味药物。其中，辛味药物 24 种，占 31.58%；甘味药物 20 种，占 26.31%；

苦味药物 19 种，占 25.00%。辛，能散能行，具有发散、行血、行气的作用，主要功用为长肌肉、好颜色、祛身体邪气，如白芷、丁香、细辛、川芎、藁本、木香等；甘，能补能和，具有补益、和中、调和药性的作用，主要功用为充肌肤、好颜色、补五脏、益精气的作用，如白茯苓、地黄、白瓜子、柏子仁、黄芪、石斛等；苦，能泄能燥，具有泄热、燥湿、坚阴的作用，主要可去面上肝疱、面赤酒疱、鼻、眉发秃落，如白术、杏仁、土瓜根、木兰皮、栝楼、松叶等。

（2）美容方剂中毒性药物的应用

孙氏美容方剂中使用了多种有毒性的药物。如“治面[黑干][黑曾]方：沉香、牛黄、薰陆香、雌黄、鹰屎白、丁香、玉屑(各十二铢)、水银(十铢)”，该方中牛黄、鹰屎白、水银三味药物均为有毒性药物，但用在这里正可莹面除[黑干]，治疗面上皴黑。在上文统计的 26 种有毒性药物中，白附子可祛除癍痕，起到令颜面光洁的作用；杏仁润肠通便，可起到润肤防裂增白的作用；蜀椒可坚齿发，久服好颜色；鹰屎白可祛[黑干]增白；皂荚能清洁肌肤、祛除污垢、杀虫止痒的作用；莽草可疗头风痒，在治疗头风疾患上有良好的效果；密托僧可拔毒去腐、敛疮生肌；旋覆花可通血脉、益色泽；石硫磺可治疗头秃疾患；巴豆可益血脉，令人面容光泽；石楠可利筋骨皮毛；半夏可悦泽人面，用于治疗面上黑气；水银可杀虫止痒，用于治疗白秃。这些药物虽然都为毒性药物，但孙氏用来治疗损美性疾病，正是以毒攻毒，以偏纠偏。

（3）美容方剂中动物脂肪类药物的应用

在孙氏《千金方》所载的 309 首美容方剂中，共使用 26 种动物药，如：麝香、猪脂肪、白僵蚕、鹰屎白、猪胰、鸡子白、鹅（熊、狗、羊）脂、白蜜、羊髓、白蜡、甲香、酥、牡蛎、大猪蹄、马鬃膏、鹿角、牛乳、马珂、鸬鹚屎、雁肪、蜣螂、衣鱼、鹿茸、桑螵蛸、牛黄、海蛤等。其中使用频次在 5 次以上的为：麝香、猪脂肪、白僵蚕、鹰屎白、猪胰、鸡子白、鹅（熊、狗、羊）脂、白蜜、羊髓、白蜡、甲香、酥。由以上统计结果可见，使用较多的是动物脂肪类，如猪脂肪、猪胰、鹅、熊、狗、羊脂等。这些脂肪类药物具有滋润泽肤的作用，对皮肤的枯皱干裂有很好的润肤效果；同时作为孙氏常用的赋形剂，是构成美容方剂中膏脂剂的必用药品。并且，这些“血肉有情之品”的使用，也是孙氏“以脏补脏”思想在美容治疗上的体现。

（4）美容方剂中植物以皮入药的应用

孙氏在治疗面部皮肤疾患时，常用中医取类比象来指导临床处方用药。在《千金方》中治疗面部面上皴黑、靨子黑痣、面肝疱、粉滓、酒渣鼻疱、癍痕、[黑干][黑曾]等疾

患的方剂中，较多出现的药物有：木兰皮、白鲜皮、秦皮、桑白皮、茯苓皮、桃皮、五加皮等。如《备急千金要方·七窍病·面药第九》中的治面[外疔内查]方：“木兰皮一斤，以三年酢渍，令没百日，暴干，末之。”以皮药治皮，可直达病患部位，起到美容治疗和美容保健的作用。

（5）美容方剂中色白药物的应用

孙氏的美容方剂中还使用了很多“白色”的药物，如：白芷、白茯苓、白附子、白僵蚕、白术、白蔹、白芨、白鲜皮、白瓜子、鹰屎白、白蜜、白蜡、鸡子白等。如《备急千金要方·七窍病·面药第九》令面悦泽光润如十四五时方：“黄芪、白术、白蔹、萎蕤、土瓜根、商陆、蜀水花、鹰屎白（各一两）、防风（一两半）、白芷、细辛、青木香、芎藭、白附子、杏仁（各二两）。上十五味，末之，以鸡子白和作挺，阴干，石上研之。以浆水涂面，夜用，旦用水洗。细绢罗如粉，佳。”孙氏对色白药物的应用，除认为色白入肺经，治肺可以美皮毛外，也可以看做是中医“以色补色”的一种表现，即借助药物之“白”入人体皮肤，而使肌肤达到白皙光泽的美容效果。

（6）美容方剂中香药的应用

香药气味芳香，具有辛香走窜之性，可通窍活血、辟秽洁肤、香体除臭。孙氏美容方剂中，香药的使用也占了很大一部分，如：丁香、零陵香、甘松香、麝香、藿香、青木香、沉香、白檀香、熏陆香、鸡骨煎香、甲香、苏合香、鸡舌香、苜蓿香、枫香、安息香。这样大规模的使用香药与孙氏当时所处的历史环境是分不开的，孙氏所处的盛唐时期，与其他国家交往频繁，这些香药由印度、波斯传入我国，被用于治疗多种疾病，同时也被孙氏用于美容中。如用于治疗口臭的甲煎口脂方药即为：“沈香、甲香、丁香、麝香、檀香、苏合香、熏陆香、零陵香、白胶香、藿香、甘松香、泽兰”。

结 论

孙思邈的《备急千金要方》和《千金翼方》既是我国唐代最有代表性的中医药著作，中国历史上第一部临床实用百科全书；也是我国医学史上第一部较全面系统地阐述中医美容理、法、方、药的医学著作。两书所载内容，既是对唐以前中医美容成就的总结，也成为唐以后中医美容继续发展的重要基础。

笔者通过对《备急千金要方》和《千金翼方》中有关中医美容内容的全面整理、归纳、分析、研究，孙氏的中医美容特色清晰地显现出来。

1、中医美容思想

孙氏吸收了老、庄的“道法自然”、孔孟的“致中和”及佛家的“行善积德”等哲学美学思想，同时宗《内经》“天人合一”、“内外一体”的整体观念，认为人体之美不仅与自身的功能密切相关，而且与自然界的变化密不可分。在美容治疗和美容保健中，重视纠正脏腑功能的失调，强调与自然的和谐统一，从而实现“和谐之美”、“自然之美”。孙氏还强调以内养为主的美容理念，主张重视美容保健，防患于未然。若是治疗损美性疾病，也提倡内服和外用方药的同时，在饮食、起居、情志等方面加以调养。

2、中医美容方法

孙氏的美容方法多种多样，主要有药物美容法、针灸按摩美容法、食膳美容法、养生美容法。药物美容法中又包括丸散内服或外用法、药酒法、口含法、贴敷法、涂发法、沐发法、洗手面法、熏香法、点孔法、梳发法、敷齿法、漱口法、烫熨法、冰冻法等。孙氏著作中所载美容方法的数量之多，超过唐代以前的任何中医药学文献，堪称之最。在诸多美容方法中，孙氏最常使用的是药物美容法，以丸散内服、外用最为常见，占孙氏全部美容方剂的 30.42%。同时他也提倡针灸按摩、食膳、养生等美容法配合使用，综合论治。他还强调外治与内养并重，主张既通过内服美容方药祛病、驻颜、护肤，还要在饮食、起居、情志等方面加以调养。

3、中医美容方药

(1) 美容药物

孙氏两部方书中，共载具有美容功效的药物 198 种，其中植物药 146 种、矿物药 28 种、动物药 24 种。这些美容药物分为上、中、下三品。这些药物主要具有洁面祛斑、润泽肌肤、生发美发、香体除臭、延年益寿、去癍灭痕等功效，可用于多种损美性疾病的治疗和美容保健。

(2) 美容方剂：孙氏两部方书中，共载美容方剂 309 首。

美容方剂用于面上皴黑、靨子黑痣、面疔疮、粉滓、酒渣鼻疱、瘢痕、[黑干][黑曾]、唇焦枯、唇裂、口臭、腋臭、头风白屑、眉发脱落、白癩白驳、疣赘疵痣等多种损容性疾病的治疗，并以其具有的清洁、护肤、美白、保湿、去皱等功效，也用于日常的美容护理。从美容方剂的剂型看，主要有散剂、酒剂、丸剂、膏脂剂，其使用范围各具特色。散剂常用于治疗各种急慢性损美性疾病，丸剂主要用于治疗病程较长的损美性疾病，酒剂善于治疗头面部或毛发的损美性疾病，膏脂剂除治疗多种损美性疾病外，还常制成美容护肤品。从美容方剂的用药看，孙氏善用药味辛、甘、苦，药性温、平、寒的药物。并且擅长“以毒攻毒”、以脏补脏”、“以皮治皮”、“以色补色”。另外，善用动物脂肪，善用香药。

孙氏美容方剂的治疗和保健范围之广泛，剂型之多样，用药之独特，前世罕见，直至今天仍在广为应用，也是今后中医美容研究的重要内容，有待于进一步深入挖掘、探究。

参考文献

- [1] 陈明华. 孙思邈中医美学思想初探. 医学与哲学. 2005, 26 (3) : 69-70
- [2] 马周周. 孙思邈医学美学思想评述. 甘肃中医学院学报. 1995, 12 (1) : 60-61
- [3] 郭丽娃, 黄健. 孙思邈中医美容学术成就初探. 北京中医. 1995, 4: 52-54
- [4] 黄霏莉. 孙思邈对中医美容的贡献. 江苏中医药. 1997, 18 (7) : 41-42
- [5] 罗再琼, 颜承秀. 孙思邈对中医美容学发展的贡献. 河南中医. 1994, 14 (5) : 277-279
- [6] 王红松. 《千金方》对中医美容的贡献. 中国美容医学. 2006, 15 (8) : 954-955
- [7] 安贺军. 孙思邈中医美容外治法概述. 中国医药学报. 2003, 18 (10) : 595-597
- [8] 詹敏. 孙思邈美容内服方药初探. 湖北中医杂志. 1999, 21 (8) : 344-345
- [9] 吴志明, 石瑜, 李丽琼等. 对《千金方》中有关“面药”作用与功能的认识. 云南中医学院学报. 2004, 27 (3) : 8-10
- [10] 安贺军. 《千金方》美容药物分析. 甘肃中医. 2003, 16 (2) : 1-5
- [11] 王红松. 《千金方》中美容方的组方特色探讨. 中国美容医学. 2007, 16 (11) : 1578-1580

(以下为参考书目)

- [12] 唐·孙思邈撰. 千金方. 1版. 北京: 中国中医药出版社. 1998.
- [13] 宋·欧阳修, 宋祁撰. 新唐书. 1版. 北京: 中华书局. 1975.
- [14] 春秋·老子著. 道德经. 3版. 北京: 中国出版社. 2004.
- [15] 战国·庄周著. 庄子. 1版. 哈尔滨: 黑龙江人民出版社. 2004.
- [16] 春秋·孔子著. 论语. 1版. 哈尔滨: 黑龙江人民出版社. 2004.
- [17] 战国·子思著. 礼记. 1版. 呼和浩特: 远方出版社. 2001.
- [18] 汉·张仲景著. 金匱要略. 1版. 北京: 中医古籍出版社. 2003.
- [19] 隋·杨上善撰注. 黄帝内经太素. 2版. 北京: 人民卫生出版社. 1981.
- [20] 战国·庄周著. 庄子. 1版. 哈尔滨: 黑龙江人民出版社. 2004: 157
- [21] 唐·孙思邈撰. 千金方. 1版. 北京: 中国中医药出版社. 1998: 398
- [22] 唐·孙思邈撰. 千金方. 1版. 北京: 中国中医药出版社. 1998: 15、16
- [23] 魏·吴普远等述. 清·孙星衍, 孙冯翼辑. 神农本草经. 1版. 北京: 人民卫生出版社. 1982.

[24] 明·李时珍著. 本草纲目. 北京: 人民卫生出版社. 1957.

注: 1. 文中《千金方》为《备急千金要方》和《千金翼方》的合称。

2. 文中“[]”内字, 计算机字库中无, 属于造字。

致 谢

首先，我衷心的感谢导师王雅丽老师三年来对我学业上和生活上无微不至的关怀。我的每一点进步，都凝聚着老师的心血，没有老师的辛勤教导和谆谆教诲，就很难有今天的进步。您严谨踏实的治学作风、精益求精的工作热情、乐观向上的生活态度都是学生一生学习的榜样。在此，谨向她致以最诚挚的谢意，师恩深厚，铭记于心。

在论文完成过程中，得到辽宁中医药大学刘庚祥老师、傅海燕老师、鞠宝兆老师、曹瑛老师、谷建军老师、赵鸿君老师、王宏利老师以及医史文献所其他老师的热情指导和大力支持，得到于佳琦、魏占坤等同学的积极协助，得到付瑞琴师妹的真诚帮助。

谨此，向各位老师和同学致以最诚挚的谢意。祝你们身体健康、永远快乐。

个人简历

芦鑫，女，1983 年 1 月生，满族，辽宁人。2002 年-2007 年就读于辽宁中医药大学第一临床学院中西医结合专业，在校期间，系统学习了中医和西医基础理论知识，参加了中西医临床实习。

为了进一步深造，于 2007 年 9 月考入辽宁中医药大学医史文献研究所，师从王雅丽教授。在研究生学习期间，初步掌握了专业基础知识，参加了国家科技部、省教育厅、省社科基金等多项课题，中医科研能力有了较大提高。

研究生学习期间发表论文于《吉林中医药》杂志：

芦鑫，王雅丽.论斑秃从血辨治.吉林中医药.2010，30（2）：110-111