



学校代码：10228
学 号：201821033

硕士学位论文

(学术型硕士学位论文)

明清时期中医美容学的主要成就及特点

THE MAIN ACHIEVEMENTS AND CHARACTERISTICS
OF CHINESE MEDICINE COSMETOLOGY IN THE MING
AND QING DYNASTIES

专 业： 中 医 医 史 文 献
研 究 生： 石 雪 华
导 师： 孙 丽 英 教 授

黑龙江中医药大学

二〇二一年六月

目 录

中文摘要	4
ABSTRACT	5
文献综述	7
1 绪论	18
1.1 相关概念	18
1.2 研究目的和意义	18
1.2.1 研究目的	18
1.2.2 研究意义	18
1.3 研究内容与方法	19
1.3.1 研究内容	19
1.3.2 研究方法	19
2 明代与美容相关的主要医籍	21
2.1 《本草纲目》	21
2.2 《普济方》	26
2.3 《外科正宗》	30
2.4 《审视瑶函》	32
2.5 《疡医证治准绳》	33
2.6 《香奁润色》	34
2.7 《鲁府禁方》	36
2.8 《针灸大成》	37
3 清代与美容相关的主要医籍	39
3.1 《太医院秘藏膏丹丸散方剂》	39
3.2 《慈禧光绪医方选议》	40
3.3 《医宗金鉴》	41
3.4 《疡医大全》	43
3.5 《本草纲目拾遗》	45
3.6 《摄生总论》	46
3.7 《串雅内外编》	47
3.8 《随息居饮食谱》	48

3.8.1 重视水饮	49
3.8.2 饮食有节，注重素食	49
4 明清时期中医美容学的成就与特点	51
4.1 明清时期中医美容学的主要成就	51
4.1.1 医籍中对美容内容载录丰富	51
4.1.2 治疗美容发展迅速，美容外科学传承创新	52
4.2 明清时期中医美容学的特点	53
4.2.1 理论上突出整体辨证，美容手段发展全面	54
4.2.2 美容药物种类繁多，尤喜香药	55
4.2.3 保健美容发展迅速，宫廷民间区分明确	57
5 讨论	59
5.1 明清时期中医美容学发展的影响因素探讨	59
5.1.1 政治、经济、科技、思想意识对中医美容学发展的影响	59
5.1.2 中医学对中医美容学发展的影响	60
5.1.3 中国传统美容学思想的影响	61
5.2 明清时期中医美容学成就对现代医学的指导意义	63
5.3 明清时期中医美容学特点对现代美容方药应用的指导意义	64
5.3.1 香药在美容日化及保健品中的应用	64
5.3.2 重视美容食品的现代化发展	65
5.4 保健美容品的阶层性差异的原因	66
5.4.1 保健美容品的价格高昂	66
5.4.2 古代宫廷贵族对抗老防衰的追求	67
5.5 关于促进中医美容学发展史研究的思考	68
5.5.1 加强对中医美容学文献的系统整理	68
5.5.2 加快对古文献整理中命名的标准化	68
6 结论	70
致谢	72
参考文献	73

个人简历	80
------------	----

中文摘要

明清时期政治经济高度发展，社会稳定，疆域逐渐扩张，对外交流日益广泛。中医学在理论研究和临床应用上达到了鼎盛时期，中医学的发展带动了中医美容学的进步。

本研究以中医美容为着眼点，从明清时期的医籍入手，确定明清时期与中医美容相关的主要医籍，其内容涉及到方书、外科专著、眼科专著、医学综合著作、本草学专著、美容装饰专著、针灸专著等。通过对明清时期的中医美容学的成就及特点进行整理、总结、分析，以期为现代中医美容业的发展及中医美容学的研究提供借鉴与参考。

运用断代史研究法、内容分析法、文献学研究等方法，对明清时期医籍所载的中医美容学的内容进行整理、分析。论文首先简要介绍了中医美容学的概念及论文的研究目的、意义、内容、方法，并详细论述了中医美容学的发展概况，并且对明清时期美容相关的医籍进行分析归纳，继而着重对明清时中医美容学取得的成就与特点进行分析总结，并对美容学发展的影响因素等问题进行讨论。

结果表明，明清时期的美容学在政治、经济、文化、科技、思想意识、中医学发展及人们自身对美的追求等多重因素的影响下形成了自己鲜明的特点并取得了显著成就。

明清时期中医美容学的主要成就：医籍记载的美容内容颇丰，推动了中医美容学的发展；治疗美容发展迅速，美容外科学传承创新，形成具有中医特色的美容疗法；为后续中医美容学的发展奠定了基础，对现代美容日化、保健品及美容食品的研发具有指导意义。主要特点：理论上突出整体辨证，美容治法丰富全面；美容药物种类繁多，尤喜香药；保健美容发展迅速，宫廷民间区分明确。

通过对明清时期医籍中载录的损容性和保健性美容的理论、治疗方法及其中涉及到的美学思想的研究，丰富了现今中医美容学的内容，对中医美容的发展和临床应用具有一定的借鉴和指导意义。

关键词：中医美容学；明清时期；美容成就；美容特点

ABSTRACT

During the Ming and Qing dynasties, there was a high degree of political and economic development, social stability, gradual expansion of the territory and increasingly extensive foreign exchanges. Chinese medicine reached its heyday in terms of theoretical research and clinical application, and the development of Chinese medicine led to the progress of Chinese cosmetology.

Focusing on TCM beauty, this study identifies the main medical texts related to TCM beauty in the Ming and Qing dynasties, which involve prescription books, surgical monographs, ophthalmology monographs, comprehensive medical works, monographs on materia medica, monographs on beauty decoration, and monographs on acupuncture and moxibustion. By compiling, summarizing, and analyzing the achievements and characteristics of TCM cosmetology in the Ming and Qing dynasties, we aim to provide reference and reference for the development of modern TCM cosmetology industry and the study of TCM cosmetology.

Using the methods of categorical history research, content analysis, and bibliographic research, the contents of TCM cosmetology contained in medical texts of the Ming and Qing dynasties are compiled and analyzed. The paper first briefly introduces the concept of Chinese medicine cosmetology and the purpose, significance, content and method of the paper, and discusses the development of Chinese medicine cosmetology in detail, and analyzes and summarizes the medical texts related to cosmetology in Ming and Qing dynasties, and then focuses on the achievements and characteristics of Chinese medicine cosmetology in Ming and Qing dynasties, and discusses the factors influencing the development of cosmetology.

The results show that cosmetology in the Ming and Qing dynasties formed its own distinctive characteristics and made remarkable achievements under the influence of multiple factors such as politics, economy, culture, science and technology, ideology and consciousness, the development of Chinese medicine and people's own pursuit of beauty.

The main achievements of Chinese medicine cosmetology in the Ming and Qing dynasties: the beauty content recorded in medical books was abundant, which promoted the development of Chinese medicine cosmetology; it lays the foundation for the subsequent development of Chinese cosmetology, and has guiding significance for the research and development of modern cosmetic daily chemicals, health care products and cosmetic food. Main features: theoretical highlighting of holistic identification, rich and comprehensive beauty treatment; it was of guiding significance to the development of modern beauty cosmetics, health care products and beauty food. The main features: theoretically highlighting the overall identification, beauty treatment is rich and comprehensive; a wide variety of beauty drugs, especially like fragrant medicine; health care and beauty development is rapid, the distinction between the court and folk is clear.

Through the study of the theories and treatments of cosmetic treatments and the aesthetic ideas involved in the medical texts of the Ming and Qing dynasties, the contents of the present-day Chinese medicine cosmetology are enriched and have certain reference and guiding significance for the development and clinical application of Chinese medicine cosmetology.

Keywords: Chinese medicine cosmetology; Ming and Qing dynasties; cosmetic achievements; cosmetic characteristics

文献综述

中医美容学作为传统医学的一部分，有着源远流长的历史，它作为人类文明史的一部分是随着人类社会的发展而不断发展的。爱美是人们亘古不变的追求。美容作为一种维护人体形体心灵的活动更是自古有之，当前人们对美的追求进入到了新的阶段，通过对中医美容学的发展概况进行梳理，研究每个时间节点的中医学美容学的特点及著作，有利于我们对中医美容的继承及创新。

1 远古至秦汉时期

远古时期到春秋战国时期，社会的生产力十分低下，生活温饱问题尚不能得到解决，但是人们仍然产生了原生态的美容意识，通过利用一些天然的装饰或者稍经打磨的物品进行一些简单的装饰。随着生产工具的进步，生产力的发展，人们开始制作一些精美且作用明确的装饰物品，如陶环、骨笄等。随着秦汉时期社会文明的不断发展，一些中医经典著作相继问世，中医药开始应用于美容。

1.1 中医美容理论开始形成

《黄帝内经》中阐释了许多延续至今的美容理论，阐释了五脏六腑与美容养颜的关系，开创了察外而知内的“五色诊”来诊治损容性疾病，言明饮食对人体美的影响，“多食咸，则脉凝泣而变色；多食苦，则皮槁而毛拔；多食辛，则筋急而爪枯；多食酸，则肉胝皱而唇揭；多食甘，则骨痛而发落，此五味之所伤也”^[1]。《伤寒杂病论》提出的理、法、方、药的系统辨证论治原则也为中医美容的理论奠定了一定的基础。

1.2 中医美容方药问世

1.2.1 始见美容保健

夏商西周与战国时期有文字记载的中医美容方法及行为有很多，但是最早出现的应该是洗浴。如“浴，洒身也。”“沫，洒面也。”殷代的贵族还用热水沐浴，还用煮热的渐米泔汁来沐发。如《疏》云：“宫人，掌洁清之事，沐用潘浴用汤。”春秋战国时期还建有专门洗浴的浴室并且沐浴时还配合熏香或者涂身。如《国语·齐语》中：比至，三衅三浴之^[2]。

1.2.2 明确记载美容功效的方药

《山海经》中记载了白癬、疥、骚、垫、曝（皮皴）等十余种有关美容的病名，相应的治疗药物达30余种，如天婴、滑鱼、瑶草、荀草等，还提到了悦容灭瘢^[3]。长沙马王堆中出土了很多放在熏香炉里的药物如高良姜、茅香、花椒、佩兰、藁本等。《五十二病方》中“痈”方记载了我国第一首美容方剂，其中方剂组成为白芷、辛夷等一些至今常用的美容类药物。此外该书灸法一方中用搓成绳子状的蒲草点燃以拔去疣，是针灸美容的最早记载^[4]。《神农本草经》中可作为中医美容保健或美容治疗作用的药物达55种，兼有保健型和治疗型两种美容药物，其中有许多仍是现代中医美容临床治疗中常用的中药，如白芷、藁本、栀子、蜂子、白瓜子等^[5]。《伤寒论》中还用麻黄连翘赤小豆汤、栀子柏皮汤治疗痤疮、湿疹等。

2 魏晋南北朝时期

魏晋南北朝时期因为社会的动荡不安，战争持续不断，对经济文化都产生了很大的影响，中医美容也呈现缓慢发展的趋势，但是随着疆域的不断变化，不同文化的相互碰撞如佛教的传入，以及医家的不断进取，中医美容也有其创新和进步。

2.1 美容专篇出现

《肘后备急方》中记载了近百首美容方剂，如“令面白如玉色方”“张贵妃面膏”，也载录有十余种损容性疾病，如皲裂疮、粉刺、白癫风、狐臭、齿败口气臭等，书中第五十六篇更是迄今为止发现的最早的美容专篇记载^[6]。

2.2 五官整形术进一步增强

《晋书·景帝纪》中记载：“初，帝目有瘤疾，使医割之”^[7]；又《晋书·魏咏之传》中载“魏之，生而兔唇……闻荆州刺史殷仲堪帐下有名医，贫无装行……医曰：可割而补之，但须百日进粥，不得语笑”^[8]。可见在这一时期，我国已经有了擅长五官整形的外科医家。

2.3 人体审美思想影响深远

葛洪个人对美的认识影响着后世许多医家，对中医美容学的发展有着巨大的影响。他在《抱朴子》外篇卷中提出了许多关于美的
问题及认识，他认为美是一种客观存在，和审美主体的认识、所处的时代有关，如“观听殊好，爱憎难同，飞鸟睹西施而惊逝，鱼鳖闻九韵而深沉。”他还强调美的人为加工，又反对离开内容而徒事外在的妆饰之美。这也与他在内篇二十卷中的内外兼修的养生主张相统一^[9]。

3 隋唐五代时期

随着政治、经济、文化的稳定繁荣，这一时期妇女的社会地位不断地提高，对美的需求逐渐被社会所重视，加之造纸术和印刷术的普及，中医美容的临床记载逐渐增多，美容专篇不断的丰富细化，中医美容获得了繁荣发展。

3.1 系统总结损容性疾病

《诸病源候论》对许多损容性疾病的临床表现及病因病机的论述十分详细，对后世的影响较深。该书论述损容性疾病的内容有 80 余条，巢元方对损容性皮肤病的认识在继承前人六淫致病的基础上，更是有自己的创见，提出的致病病原体学说更是将当时皮肤病的病因学发展到了一个新的高度，“凡人皆有九虫在腹内，值血气虚则能侵食而闹蛲虫发动最能生疮，乃成疽癰窝疥之属。”指出了疥、癬等病因有虫寄生而致病。其对黄褐斑、粉刺等疾病的论述详尽细致，为疾病的判定提供了十分可靠的依据^[10]。《诸病源候论》在《内经》的基础上进一步发展了损容性疾病的病理，使得后世医家在损容性疾病治疗上有理可依，促进了中医美容学的发展。

3.2 重视食疗驻颜

《千金翼方》中专门设有“食治”一卷；孟诜的《食疗本草》是我国早期食疗发展史上内容最全面、最丰富的一部著作，集唐以前食疗美容之大成，尤重视头、面、发的美容。其记载的药物中用于美容的药物占全书的五分之一，且所用药物或者食物偏向于人们日常所见食物，如荔枝、萝卜、石榴、冬瓜仁、野猪肉、扁豆、淡菜、酒等。这不仅极大地丰富了中医食疗美容的内容，更是将美容

方法与人们的生活方式相融合^[11]。

3.3 美容妆饰由宫廷普及民间

为了满足当时社会对美容的需求，解决许多美容方剂仅在上流阶层流传，秘而不宣的局面。孙思邈在《千金要方》中专门用“面药”和“妇人面药”两篇来集中公开美容秘方 130 首，在《千金翼方》中专门记载有“明目、悦人面”等美容药物专条。使得美容方能“家家悉解，人人自知”^[12]。《外台秘要》开辟了美容专篇，书中对口脂、胭脂、桃花粉、水银霜的制法进行了详细的论述，其中口脂的颜色分类和成分与现代的口红成分相仿，但当时都是由中药精制而成，由此可知当时的保健妆饰品的制作工艺已具备相当高的技术水平^[13]。

4 宋金元时期

宋金元时期在中医美容史上起着承前启后的作用，在这一时期医学界百家争鸣，涌现了许多著名的医家，官修医书和官方医疗卫生管理机构的改进和对医学教育的重视都促进了中医的专科专病化，中医美容的理论和诊治技法有了进一步的发展。另外随着中外交流的频繁，一些美容类的芳香类药物输入大大增加，如龙脑、丁香、沉香、檀香等。客观上促进了美容药物的研究，所以这一时期的美容药物以及方剂的数量都较前朝丰富。

4.1 官方重视美容

《太平圣惠方》中记载大量美容方，约有千余首，在治法上注重内外结合；剂型上除包括膏、丸、散、汤等常见剂型外，还有擦、洗、按摩等不同的治疗方法；在药物的服用上强调“久服”，认为服药的效果与药量具有一定的关系；从治疗范围看，可以分为青春常驻类的保健美容方和祛病美容方，除此之外对每一门的病因病机都进行了详细的概述^[14]。同样作为官府修订的《圣济总录》中亦记载了大量的美容方剂，约 100 余首，并且对于损美性疾病的病因病机的描述更为详细，并且该书十分重视内治法的作用。

4.2 宫廷美容公开大众化

《御药院方》是古代宫廷的方书，收录了宋金元时期宫廷中秘

方上千首，具有美容功效的约有 180 首，且因其主要是为宫廷贵族所用，其作用多为保健美容，例如“皇后洗面方”“御前洗面方”，及具有现代润唇膏作用的“玉容膏”。其中最值得注意的是书中出现了与现代美容步骤类似的三立方，即先用楮实散清洗面部，再用桃仁膏擦涂，最后用“玉屑膏”涂贴面部。显示了这一时期极高的面部护理水平^[15]。

4.3 食疗药膳盛行

《饮膳正要》作为我国第一部专注营养学的著作，书中收录了大量的食膳美容的内容，制定了饮食卫生法则，主张睡前刷牙，食后漱口，另外该书还记载一些预防损美性疾病产生的饮食禁忌，如食雀肉豆酱，令子面生黧黯^[16]；《太平圣惠方》中也记载了大量的养生延年益寿的方剂，如神仙服地黄法、神仙服茯苓法等。

4.4 美容技术逐渐丰富

“三庭五眼”作为现代整形美容外科中的审美修容标准，早就在元代的《写真古诀》中创立，并一直沿用至今；《圣济总录》中记载的用玉石摩擦治疗面部瘢痕，是迄今为止最早记载美容磨削术的医书；在这一时期，还出现了《九灵山房集》中记载的鼻梁修补术和《南村辍耕录》中的记载的义眼手术。由此可见这一时期的美容技术范围之广，技术之高。

5 明清时期

5.1 整形外科学传承创新

《证治准绳》中记载了矫正先天性的缺唇和耳部畸形的经验，其中补缺唇的方法在《疡医准绳》《疡医大全》中均有记载：康熙年间，琉球国为了给皇室成员提供整形美容服务，专门派人来福建省学习缺唇修补术^[17]。《审视瑶函》作为眼科学专著，在前人经验的基础上，进一步总结临证经验，系统地对一些损美性的眼疾的诊治进行了详细论述。

5.2 本草美容的集大成发展

《本草纲目》中记载中药 1892 种。其中在眼目、面、口唇、牙齿、须发等篇中介绍了具有驻颜护肤、抗皱悦颜、香体美发、洁

白牙齿等作用的相关中药 270 余种，如：李花、梨，书中还记载多种用药方法，如酒浸剂、醋浸剂、蜜涂、梳发、熏洗等^[18]。此外《本草纲目拾遗》《随息居饮食谱》等著作都极大地丰富了美容养生保健的药物种类。

5.3 中医对损容性疾病的系统论述

《普济方》中有一专门治疗头面瘡子的方子，名为“美容膏”。这在医书中首次将“美容”作为专有名词出现。该书在“身形”“诸疾”篇中记载了大量的治疗或美容保健方，并且对病因病机有着详细的论述^[19]。《医方类聚》中记载了 120 多首除臭避秽香体的方剂，该书对狐臭即体气有着详细的描述，并对其病因病机进行了总结性的阐述。同时对口、唇、齿引起的口臭也有许多治疗方药^[20]。《外科正宗》中亦有很多损容性疾病的诊治方法，如粉刺、雀斑、黑子、狐臭等。每一个病症都从按着病理、症状、治法、方药及制作方法的顺序汇总。对中医皮肤美容的发展有很大的贡献^[21]。《医宗金鉴》外科心法要诀中的第 61 卷至 75 卷中记载了大量的损容性疾病，如白屑风、黑痣、雀斑、肺风粉刺、冻疮、唇风、针眼等，并对这些损容性疾病的病因病机、治法方药等都有介绍^[22]。

5.4 美容妆饰进一步丰富

《香奁润色》是专门记载妇女美容妆饰的一本方书，书中记载了大量的美容方剂，从衣食住行各个方面进行了阐述，不仅介绍了美颜润色、白牙须发、香体等手法，还对民风民俗的妆发造型、饰品衣物保存进行了阐释。反映了当时人们对美容的需求的广泛度以及医家的关注^[23]。

5.5 宫廷美容得到较大发展

《鲁府禁方》又叫《鲁府秘方》，是由龚延贤编写，全书分为福、寿、康、宁四卷，中医美容类的方剂主要集中在寿和宁两卷。治疗主要分为美白润泽皮肤、乌发美发、香体除臭以及治疗损容性的皮肤病如疮痍、癣风等^[24]。清朝对美容技术和方药的运用十分讲究，乾隆皇帝还曾亲自询问过美容用品的事宜，清朝晚期，慈禧更是重视美容保健的药方，如十分重视服用珍珠粉，每十日就要服用

一次，并认为珍珠粉可以留住青春。许多清宫医案中记载着很多清朝宫廷关于美容保健的秘方，从美容美发到延年益寿驻颜抗老比比皆是^[25]。

6 国内研究概况

6.1 临床研究

6.1.1 中药治疗

中药治疗无论是外敷或内服都在中医美容中起到了显著的成效。黄昕等通过对中药黄芪的临床实验研究及实验室研究进行分析总结，发现中药黄芪制剂及其有效成分，具有防晒、抗菌除痘、延缓皮肤衰老、促进皮肤修复及伤口愈合的作用^[26]。缪仕栋通过自拟祛黄褐斑汤（阿胶、黄精、黄芪、白芷、花粉、青皮、佛手）治疗黄褐斑患者 60 例^[27]。杨东清等将 60 例郁热虫浊型脱发患者随机分为对照组和观察组，观察组使用桑柏生发剂，对照组使用 2%米诺地尔酊外用治疗，结果显示，观察组与对照组比率为 86.67%、80.00%，总有效率比较差异无统计学意义，且在治疗后两种药物均不会对免疫指标产生影响，说明无明显的毒副作用^[28]。张晓林将患者分为试验组和对照组，两组除同时服用自拟面部皮炎颗粒外，对照组外用 3%硼酸洗液湿敷，试验组外用苋榆外敷方。结果显示，试验组的复发率为 20.83%，远低于对照组 40.91%的复发率，说明苋榆外敷方在治疗面部皮炎如红斑、红肿瘙痒、丘疹及皮损方面效果显著^[29]。桂瑶等将 82 例痤疮患者随机分为 2 组，对照组应用阿达帕林凝胶，治疗组应用银翘散加减内服配合中药外洗制剂（黄芩、苦参、白鲜皮、夏枯草、丹参），结果显示治疗组总有效率为 92.7%，优于对照组的 78%，具有显著性差异（ $P < 0.05$ ）^[30]。方烨发现中药面膜联合 LPL 在治疗痤疮炎症后的色素沉着的临床效果较好，且无明显不良反应，他将 93 例痤疮炎症后色素沉着的患者随机分为 3 组（治疗组、对照组 1、对照组 2），治疗组采用中药面膜配合 LPL 治疗，中药面膜成分为：白芷、白茯苓、白及、细辛、白蔹、丹参、当归、冬瓜仁、细辛，配合蜂蜜和牛奶外敷于面部。对照 1 组仅采用 LPL 治疗，对照 2 组仅采用中药面膜治疗，在治疗三个月

后，在治疗效果上具有显著性差异，治疗组的痊愈率为 40%，远大于对照 1 组（6.3%）和对照 2 组（6.5%）^[31]。

此外，中药在化妆品市场的应用也逐年上升，不仅是在亚洲地区广受好评，在欧美地区也逐渐重视中药在化妆品中的应用。例如我国的佰草集系列的化妆品应用了白芍、白及、茯苓；日韩的雪花秀、雪肌精也分别含有人参、当归、牡丹皮等，此外许多国际大牌例如雅诗兰黛、欧莱雅、宝洁等都在中国设立了中药的研究开发中心^[32]。

6.1.2 针灸拔罐治疗

针灸治疗、拔罐治疗及针灸拔罐结合治疗在治疗损容性皮肤病疗效十分显著。吴艳通过局部围刺配合耳尖放血，疏通面部经络，促进患病部位的血液循环治疗黄褐斑效果良好。刺络拔罐通过利用罐的负压吸出皮肤局部的瘀血，促进局部血液循环、新陈代谢，符合“菟陈者除之”的中医理论^[33]。王彩霞等将 80 例肝郁气滞型黄褐斑患者按照随机分组法分为治疗组和观察组，各 40 例，观察组采用中西医结合治疗给予其中药汤剂配合服用维生素 C，治疗组采用刺络放血拔罐治疗，结果显示治疗组有效率达 95.0%，观察组有效率为 80%，具有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。由此可见，刺络放血拔罐疗法临床效果显著，能有效治疗和缓解患者的临床症状^[34]。王远庆通过对膀胱经背俞穴组和督脉穴位进行刺络拔罐放血配合当归注射液穴位注射治疗黄褐斑患者 110 例，结果显示总有效率为 91.9%，效果良好^[35]。拔罐疗法可促进垂体分泌抗黑色素细胞刺激素，减少黑色素分泌，并能调节肌肤细胞血氧供应，从而达到祛斑的目的^[36]。林敏红等人对慢性湿疹、冻疮、神经性皮炎等 50 例针灸美容患者按照平行对照原则分为试验组和对照组，每组 25 人。试验组采用皮肤针治疗，对照组进行传统药物治疗，结果发现试验组有效率为 92%，对照组仅为 68%，且具有统计学意义， $P < 0.05$ 。因此对美容患者进行皮肤针治疗，可以获得显著的效果^[37]。陈苇苇等将 120 例进行针灸美容的患者随机分为四组（试验组、对照组 1、对照组 2、空白组），以皮肤弹性、水分丢失情况及色素分布情

况作为判断标准。试验组针刺关元穴；而后涂抹凡士林并进行艾灸关元穴，对照 1 组进行印堂穴针刺后涂抹凡士林；对照 2 组进行水分穴针灸后涂抹凡士林；空白组仅涂抹凡士林。结果显示，与治疗前相比试验组治疗效果满意度达 90%，其余组效果差异不大^[38]。王艳姣等将 160 例寻常疣患者随机分为两组，分别为治疗组和对照组各 80 例，治疗组采用以 28 天为一个治疗周期进行火针治疗，对照组注射聚肌胞在疣体内部，结果显示治疗组总有效率达 97.4%，远远高于对照组的 73%，且治疗组的疼痛等级评分低于对照组（ $P<0.05$ ），差异具有统计学意义，且在实验过程中两组患者均未出现明显的不良反应，火针治疗寻常疣疗效确切，能较好地改善患者的临床症状，且痛苦小，安全性高^[39]。

6.2 实验研究

实验研究也证明中医在美容方面有很大的实践价值。邓燕等通过实验证明，刺蒺藜对黑素细胞和酪氨酸酶的活性均具有高浓度激活、低浓度抑制的双向调节作用，从而治疗色素增加性黄褐斑^[40]。弓晓杰等以酪氨酸酶抑制活性为指标进行增白作用评价，通过比色法对各种生药的酪氨酸酶抑制活性进行筛选，发现桔梗具有较强的抑制活性。通过对桔梗有效部位的酪氨酸酶抑制活性成分进行分离，结果发现桔梗皂甙 D 具有极强的酪氨酸酶抑制活性，对黄褐斑的治疗有显著效果^[41]。研究发现，玉屏风散水煎剂的应用能够让光老化模型大鼠皮肤树突数目和表皮 LC 数量显著增多，提高 La 抗原的表达量，能够显著提高衰老大鼠机体的免疫功能，增强大鼠抵抗紫外线的能力，减缓皮肤衰老^[42]。高合意等研究发现，当归提取物可以刺激 C57BL/6 小鼠的毛囊从休止状态转变为生长状态，对毛发的生长具有一定的促进作用，人体功效实验表明，使用当归提取物制备的头皮护理精华液 7 周后，80% 志愿者的脱发症状得到改善^[43]。

7 国外研究概况

王晓明教授提出，日本美容界不仅仅局限于单一的药物美容和针灸技法的应用，更加注重中医学思想，如资生堂公司提出的 TCM 系列健康美容产品。在第 59 届全日本针灸学术大会上，北川毅等

对针灸美容的想法及施术方法作了报告，并介绍了针灸美容的概念、原则、现状并对其发展状况作了展望。王财源通过研究《黄帝内经》认为，针灸美容作为创造身体“美”的方法之一，主要是通过面部局部的物理针灸刺激来改善皮肤环境。^[44]

Meng H 等在中药结合材料和中药原则的指导下，将紫竹、石斛、芦荟、枸杞结合在一起形成一个多聚中药保湿配方，通过检测 FLG mRNA、CLDN-1 mRNA、AQP3 蛋白的表达来确定联合保湿效果。毒理学分析包括红细胞溶血试验和 3T3 光毒性试验。结果表明，以多糖得率为评价标准，料液比 1:100，提取温度 100℃，提取时间 3 h 为最佳提取条件。保湿效果实验显示，FLG mRNA、CLDN-1 mRNA、AQP3 蛋白表达显著升高。毒理学试验表明，该成分是安全的，没有刺激性作用。基于这些结果，该多聚中药保湿配方在保湿效果上是安全的，可以作为化妆品的保湿原料^[45]。

V.S.Thibane 等通过评估植物的抗菌活性、抗氧化潜力、光保护作用 and 抗酪氨酸酶活性，来调查传统上用于护肤和美容的植物的美容潜力。研究发现，牛蒡的乙醇提取物对研究中涉及的所有传染性皮肤微生物和皮肤真菌均有很强的抑制作用，最低抑菌浓度（MIC）小于 1 mg/mL。车前草乙醇提取物对紫外线辐射有中等程度的保护，防晒系数（SPF）值在 12~30 之间。此外，该研究结果表明，黄花菜和黄花菜的提取物具有防治一系列微生物的潜力，可用于肥皂、膏霜和消毒剂等卫生产品中。^[46]

Akhilesh Gupta 通过近五年的文献研究发现，芦荟含有维生素，矿物质，酶，氨基酸，天然糖和其他生物活性化合物，治疗用途广泛。主要包括润肤剂，泻药，抗菌，抗炎，抗氧化剂，抗寄生虫，抗真菌，防腐和美容的作用，现代的美容方法中芦荟也是化妆品行业中最受欢迎的中药之一。^[47]

Kim Myeong Wook 等对野生栽培人参提取物进行了抗氧化、皮肤美白、抗皱效果的分析，并且对水和 70%乙醇提取物进行了测定。结果表明，亲脂性成分的抗氧化活性优于水溶性成分，作为抗皱效果的胶原酶和弹性蛋白酶抑制活性在水提取物中分别为 15.71%和

20.43%，结果表明，抗皱效果是最好的，是一种有效的抗皱美容食品资源。^[48]

JH Jeon 等研究发现，紫云膏可以有效地治疗 UVB 导致急性皮肤损伤（红斑、水肿），抑制 UVB 导致的氧化应激和炎症反应，抑制 HSP70、CYP1A1 和 p53 的表达，并阻断光老化。^[49]

1 绪论

1.1 相关概念

中医美容学是在中医美容基本理论指导下,研究损美性疾病的防治和损美性生理缺陷的掩饰或矫正,以达到防病健身、延衰驻颜、维护人体形美为主要目的的专门学科。中医美容是以健康美容为基础的,包括颜面、须发、躯体、四肢以及心灵等全身心的美化。主要分为治疗美容和保健美容两类,治疗美容就是在中医美容基本理论指导下,采取中医方法和手段治疗人体损美性疾病,消除疾病所致的容貌姿态缺陷,达到维护人的形象美的目的。所谓损容性疾病就是对人体外表美影响较大的疾病,例如黄褐斑、痤疮、酒渣鼻、上睑下垂、手足癣等。保健美容就是在中医美容理论指导下,主要通过食用保健食品、药品以及运动等多种方法达到预防疾病、延缓衰老等作用;或者通过中药化妆品、妆饰来掩盖人体损美性生理缺陷,例如单眼皮、面部瑕疵等^[50~51]。

1.2 研究目的和意义

1.2.1 研究目的

本研究以“中医美容”为着眼点,对明清时期的重要美容医学著作及相关文献内容进行归纳整理,并结合当时的时代背景,分析总结明清时期中医美容的主要成就及发展特点,以期为现代中医美容业的发展、中医美容史等研究提供借鉴和参考。

1.2.2 研究意义

无论是保健美容还是治疗美容的现代应用,都是对中医美容的一种认可,但是具体的治疗方药和治法还需要从古籍中进行挖掘,挖掘出对现代临床中有意义、有启发的保健美容和治疗美容的方药或治法。

1.2.2.1 理论意义

明清时期作为中医学发展的集大成时期,这一时期的医家对中医美容的记载更加详尽,其发展方向也更加的多元化。如《普济方》《本草纲目》《针灸大成》等。但是有关中医美容的记载的内容较琐碎,不便查阅,少有学者对其进行归纳整理,这对现代中医美容

的发展是极大的损失。因此，总结归纳明清时期的中医美容的主要成就和特点，寻找中医美容发展的内在规律，有助于中医美容的发展。

1.2.2.2 实际意义

随着时代的不断发展，人们对美的追求意识不断增强，医疗美容已经成为大众的重要需求，在国内，教育部大力支持美容医学学科的建设 and 人才培养工作；在国际上，美容行业回归自然的呼声日益高涨。中医美容作为美容医学的一部分受到更加广泛的重视，同时发展中医药美容也符合国家大健康战略发展需求。通过检索发现，目前对中医美容的研究，多集中在临床和药物研究，对古文献研究甚少，因此挖掘古文献中的相关内容必定有利于中医美容的发展，同时填补了明清时期中医美容在文献研究方面的空白。

1.3 研究内容与方法

1.3.1 研究内容

明清时期的医籍众多，其中载录有中医美容相关的文献浩如烟海，包括方书、本草、针灸、医案等多种类型的文献。但是考虑到一些著作对中医美容学整理载录具有代表性且较为全面，有特别突出中医美容方面的创新之处或前人未有的成就，对探析明清时期的中医美容学的发展特点具有重要的意义，因此本文分别对明清时期的重点文献进行了列举分析，但是考虑到时间问题，对于导引驻颜术的内容并未纳入研究范围内。

1.3.2 研究方法

1.3.2.1 断代史研究法

以中医学发展史中的集大成时期明清时期作为研究的时间节点。明朝（1368-1644年），清朝（1636-1912年），明朝和清朝合称为“明清”，所指时间为1368-1912年。

1.3.2.2 内容分析法

将明清时期中医美容相关的内容看成一个有机的整体，进行客观、系统的分析，因明清时期的医籍众多，因此在研究过程中首先对医籍按照所载内容进行客观的分类，而后选取具有代表性的重要

医籍分析其成就和特点，从而达到认识整体的目的，即明清时期中医美容学的发展特点及成就。

1.3.2.3 文献学研究法

对明清时期的文献进行搜集、鉴别，整理出与美容相关的医籍，并对整理出的文献材料按照研究目的进行内容上的分析整理和重新归类。

2 明代与美容相关的主要医籍

2.1 《本草纲目》

《本草纲目》^[52]是明·李时珍所著，该书参考了 800 余部中医典籍，药学知识丰富，在驻颜美容上李时珍有其独特的见解，值得探求。

2.1.1 药物涉及种类繁多，使用方法多样

《本草纲目》所载仅治疗面部损美性疾病的驻颜美容中药就有 160 多种，其中药种类繁多，使用方法多样。具有美容作用的药物，大致可分为动物药、植物药、矿物药三种。

2.1.1.1 植物药

植物的根茎花实，苗皮骨肉都有入药，运用中医的取类比向法，采用“以皮治皮”的原则，用植物的外皮治疗外在的皮肤疾病或起到护理皮肤的作用。如石榴皮，无患子、白杨皮等。此外《本草纲目》中还使用大量的植物花朵来护理或治疗面部疾病，花类药物气味芬芳，主要以辛味药物为主，辛者发散，能行、能散、能通，诸花多升，质轻上达，善走上焦，花中含有大量挥发油，具有活血通络的作用，使得气血上荣^[53]，如杏花、桃花、梨花、李花、樱桃花、木瓜花等具有治疗面黑去皱的功效，又因其颜色鲜艳，花朵娇嫩也可以起到以色治色的作用。

2.1.1.2 动物药

动物药在美容方面的主要是作为基质，如“猪胰加杏仁，栝楼实可以令人面白”。现代研究表明，猪胰具有分解脂肪的作用，可以去除油污，同时可润泽皮肤，防止皮肤干裂。“李仁和鸡子白同用可好颜色”，鸡子白中含有丰富的蛋白质和蛋氨酸等营养物质，蛋白质可以增强皮肤的润滑作用，使得皮肤细腻光滑，醋酸可以保护皮肤的微酸性，防止细菌感染，起到清热解毒消炎，增强皮肤免疫力的作用^[54]。“蜂蜜与茯苓末擦涂可去面部斑点”。现代研究证明，蜂蜜可以使得细胞活力增强，促进皮肤新陈代谢，改善营养状况。此外还有少数应用一些骨、肉、尿白，如蜘蛛、蝙蝠、龟尿、鹰屎白等的记载。

2.1.1.3 矿物药

一些矿物药具有腐蚀、保护创面、清热解毒的作用^[55]，如“硃砂、硼砂、铁锈、麝香等分研，可作面脂”，可以用来治疗面上疣目。“水银同胡粉、猪脂，涂少年面疱”等。

2.1.2 疗效广泛，治疗与保健并重

2.1.2.1 美颜美白

肌肤白嫩往往给人一种身体健康富有青春活力朝气蓬勃的认知。在古代人们总是以白为美，古诗中常用人面桃花来形容一个人的肤若凝脂，白里透红，所以面部美白得到了历代医家重视。《本草纲目》中对于美白药物的记载种类多样，如蕨蕤、夏枯草、半夏、益母草、白附子、冬葵子、冬瓜仁及其叶与瓢等。《本草纲目》中载有“天门冬同蜜捣丸，日夜洗面，去黑。”“蒺藜、苦参、白及、零陵香、茂香并洗面黑，去黥黯。”果木类的如“桃花、木瓜花、杏花、樱桃花、李花、梨花并入面脂，好颜色。”虫介类的如白僵蚕“蜜和擦面，灭黑黯，好颜色，或加白牵牛。”“蜂子酒浸涂面”“石蜜”等。

2.1.2.2 毛发护理

生发类药物如半夏、骨碎补、胡麻油、大麻子及叶、桑白皮等。“半夏眉发堕落，涂之即生。”“水萍、水苏、蜀羊泉……并沐日梳，长发。”其中小儿发迟则用“香薷同猪脂涂”。

乌发类的药物记载 50 余种，多为染发类，少数为内服。染发在我国有着悠久的历史，早在 2000 多年前人们就通过染发来改变自身的精神面貌，如《汉书·王莽传》^[56]中有着这样的记载：“欲外视其安，乃染其须发。”《本草纲目》中涉及到的乌发须发类的药物多为黑色，如黑豆、墨旱莲、胡桃、胡粉、五倍子、黑铅、水蛭等。《素问·六节藏象论》曰：“肾者，主蛰，封藏之本，精之处也，其华在发，其充在骨，为阴中之少阴，通于冬气”。这些药物不仅通过外在颜色乌须发，有一部分药物还可以通过温肾精、补肾气内补法改善白发的症状，如补骨脂。研究发现，补骨脂主要通过温补肾阳，以培补肾气，达到精血互化，从而达“壮筋骨，活

血脉，乌髭须，益颜色”的美容功效。

2.1.2.3 香体美容

《本草纲目》中治疗口气即口臭的药物有 40 多种，其中草菜类占九成，主要通过漱口和掺牙的方式治疗口气，如甜瓜、豆蔻、细辛、薄荷、白芷、香薷等，“香薷一把，煎汁含之”“用白芷七钱，研末，饭后清水送服一钱，可治口齿气臭”，这也体现了古代人民对个人卫生的注重。

体气又称为狐臭、腋臭、胡臭、漏臭，除了一部分先天禀赋所致者，大多是由于湿热之邪蕴结腋下^[57]。《诸病源候论》也认为狐臭是由于气血不和，为风邪所缚，津液蕴瘀，故气湿臭。《本草纲目》中治疗所用的药物主要集中在金石目，多具有燥湿、解毒杀虫之功，如鸡舌香、铜屑、石灰、白矾、铜矿石等。其中涉及到的草谷类的药物大多为清热解毒类。如“马齿苋杵团入袋盛，泥裹火烧过，入蜜热夹。”“青木香切片，醋浸一宿夹之，数次愈。”

2.1.3 剂型多样

丸剂，如“干柿同枸杞丸服，治女人蒜发。”

散剂，如“苍耳叶末服，并去面上黑斑。”

内服膏剂，如“麦门冬煎，补中益气，悦颜色，安神益气，令人肥健，和白蜜，银器中重汤，搅不停手，候如饴乃成。温服日日化服之”。

酒剂，在治疗头面部损容性疾病的时候，可以借助酒味的辛散功效引药直达头面，同时外用酒具有抗衰老、杀菌的作用，如“花蜘蛛二枚，捣烂酒服，治胡臭。”此外亦可悦颜养肤，如地黄酒。

涂剂，以油脂或者药物汁水等为基质制作而成，涂擦于患处，使得药力直达病处，减少对其他部位的刺激，如治眉毛脱落，“雄黄末和醋涂之”；治牛皮癣用“雌黄末加轻粉和猪膏傅之”。

贴剂，类似于现代美容中局部使用的面膜，如治疗面部黑斑，“白附子为末，卧时浆水洗面，以白蜜和涂纸上贴之，久久自落”。

洗剂，通过洗浴去除面疾、体气、毛发问题，治疗效果好，操

作简便。如治面上癍黑，“取铁扫帚地上自落叶并子，煎汤频洗，数次自消”。去除体气取，“香茅，作浴汤，辟邪气，令人身香”，治疗脱发“桑白皮同柏叶沐发不脱”。

染剂，多用于护理头发，治疗白发。如“酸石榴并染须发”“詹糖香同胡桃皮，涂发，黑如漆。”

此外《本草纲目》中还记载了许多药膳美容方法，如补精血的枸杞子粥，空腹饱食鲤鱼治疗体气。这些药膳具有补益气血，调理脾胃，延缓衰老，增强体魄，以达到治疗疾病或驻颜美肤的作用^[58]。

2.1.4 治疗思想

2.1.4.1 肺气不足，虚则补之

诸气者，皆属于肺，且肺合皮也，其荣毛也，人体通过肺气宣发肃降，将气血精微物质输布到全身肌肤毛窍之中，肺主一身之气，卫气具有“温分肉，充皮肤，肥腠理，司开合”的作用，是皮肤抵御邪气的屏障，若肺受邪气侵袭，肺气不足，荣卫不固，气血不调，皮失所养，在外则肌肤失去气血精微的温养，面容苍老憔悴，肌肤粗糙失去光泽^[59]。李时珍认为，驻颜之术应从治肺入手，肺气不足者，应采用“虚则补之”的治疗原则，在用药上偏向补肺，如黄精、五味子、玉竹等。外邪侵袭致肺实者，应注重祛风达邪，在用药上偏向祛风驻颜类，如苍耳子、蔓荆子、蛇床子、甘菊等。

2.1.4.2 顾护脾胃，纳谷加食

李时珍在养生驻颜方面十分强调脾胃的重要性，在《本草纲目》中多次强调脾胃的重要性，在果部提出“脾为元气之母，土者万物之母，母气和则百病不生”。胃为气血生化之源，其化生气血以荣养全身脏腑肌肉。脾胃虚损，无力抵御病邪而外感，脏腑不得滋养易内伤，又因为脾主血，其华在唇，脾胃出现问题则使面色唇色苍白，肌肉无力。李时珍在治疗损美性疾病时，十分注意顾护脾胃，湿热内蕴脾胃者，在用药上偏向利湿清热药，如茵陈蒿、青蒿；胃中有积滞者，在用药上偏向消导和中药，如莱菔子；痰停脾胃者，在用药上应偏向健脾化痰药，如菖蒲、陈皮等；脾胃虚弱者，容易

加速衰老，李时珍在益气健脾的同时，十分重视益气升阳之法，在用药上偏向补脾和胃药，如常用蜂蜜、山药、甘草等驻颜色、润肌肤的药物。脾胃功能建运，元气充沛，才能养生驻颜防病。

此外《本草纲目》并未迎合当时的统治阶级倡导服用金石以延缓衰老的需求，反而对其进行了批判，并更正了这些药物的使用方法。

2.1.4.3 调养心神，补益肝肾

凡脏腑的气化，皆由肝胆之气化以鼓舞，若肝气调畅则无病，肝气条达，输泄正常，保证气血的正常运输，津血就能荣于全身的肌肤，使得皮肤光泽细腻。发为血之余，津血得以上荣于发，则发质柔韧光泽，发色乌黑。人的精神活动由心控制，但又与肝的疏泄有关，只有气机通畅，人的内心才会舒畅，不抑郁不焦躁，七情表达适度，面部的肌肉和线条才能舒缓，减少情绪性皱纹。“主闭藏者，肾也；司疏泄者，肝也。”肾有“满而不能实”的特性，肾中所藏的精气对人体的生长发育起到至关重要的作用，通过肝的调节作用，使肾精的藏泄有度，达到动态的平衡，人体才会减缓衰老；“肝藏血，肾藏精”，肝肾同源，精血互换，如若肝肾不足也容易引起损美性疾病^[60]。李时珍在美容药物使用方面多从益肝肾，养心神入手，如安精神，轻身延年的人参，温中补肝肾，悦面色的蜀椒；驻颜益心的莲花等。此外还包括味厚质静的女贞子、何首乌、枸杞、牡蛎等。

2.1.4.4 注重阳经，寻经用药

经络系统是人体沟通内外的重要通道，其内接脏腑，外连皮肤、肌肉，运行全身的气血，保持人体的内外平衡，从而维持机体的健美。头面部又是诸阳经所会之处，《灵枢·邪气脏腑病形篇》有云：“十二经脉，三百六十五络，其气血皆上于面而走空窍…其气之津液皆上熏于面……”此外《素问·上古真天论》中也阐明了女子五七阳明脉衰，发始堕，女子机体开始衰老，阳明气血不能上达于面，故面色晦暗。因此阳经在驻颜美容领域占据十分重要的地位，人体经络为通道将驻颜抗衰所需要的气血津液上荣于面，气血和则表里

荣，从而达到滋润荣养的作用。李时珍在用药上十分注重疏通阳经，通过疏通阳明经可以消除面部的损容性疾病，如黧黯、雀斑、面色晦暗等，其在《本草纲目》记载了许多入阳经的药物如升麻、白芷、防风、葛根、藁本等。

《本草纲目》在驻颜美容的用药特点上，种类繁多，有日常所见也有名贵药材，其在探讨治疗效果时，并不只是单纯地考虑到药物本身的功效，也不拘泥于传统，有些甚至是收录的民间治疗经验，还十分强调通过日常饮食来进行调养，非常重视粥膳。如“粳米粥，通利血脉，和五脏，好颜色”^[61]。《内经》云：“五谷为养，五果为助，五畜为益，五菜为充，气味合而服之，以补精益气。”。在治疗思想上强调脏腑辨证的同时非常重视调节肺脏，因大量损美性疾病都表现在外部皮肤，“肺为气之本，魄之处，其华在毛，其充在皮。”人体的皮肤、毛发都依靠肺的精气来濡养；李时珍对药物治疗经络疾病把握得恰到好处，人体的经络出现问题，就会出现阴阳失衡的病理状态，通过药物来调节阳经来治疗头面部的损美性疾病是其独有的特点。李时珍无论是在驻颜美容还是养生长寿方面都在探求美的本质，通过内外兼治、治疗保健并重的方式来追求人体的不经雕琢的自然美和和谐的整体美，这与中国传统的审美观念不谋而合。通过对其用药特色和美学思想的探析，有助于我们对美的重新认识，更加突出中医美容不同于西医创伤性美容和追求黄金比例美的特点。

2.2 《普济方》

《普济方》是明代朱橚、滕硕、刘醇等人主持编写的一部大型方书，汇集明以前历代医家医方，可谓博古通今，是我国目前保存最为完整的且最大的方书，书中涉及到方脉、药性、运气、伤寒、杂病、妇科、儿科、针灸及本草等方面内容，还兼收笔记杂说及道藏佛书等，是十分重要的方书名著，有着十分重要的文献研究价值。《四库全书总目提要》言此书为“是书于一证之下备列诸方，使学者依类推求，于异同出入之间得以窥见古人之用意，因而折衷参伍，不至为成法所拘”^[62]。该书对医学美容治疗及美容保健载录颇多，

在《类篇·面部》中出现了以“美容”为名的治疗方药“美容膏”，通过统计发现《普济方》中载录的具有美容作用的方剂高达 1426 首，其载录规模空前，涵盖内容广泛但并非简单概括，其内容十分详尽，选方用药精良独特，病因病机阐释具体，用法用量细致考究，该书极大地丰富了明代的中医美容的内容，也为后世中医美容学的发展奠定了坚实的基础，正所谓“古之专门秘术，实借此以有传”^[63]。

《普济方》中的美容方药主要集中在“身形”篇、“诸疾”篇，此外在“诸虚门”中也记载了一部分驻颜防衰、养生保健的方药。这些方药根据其功效可以分为治疗美容和保健美容两类。在内容上不论是保健美容还是治疗美容首先都将该疾病所属门类的属性进行简单的概括性论述，如“夫口者足太阴之经脾之所主五味之所入也……热则从苦从甘也。口臭者，乃腑脏臊腐之不同，蕴积于胸膈之间而生热，冲发于口也。口疮者，脾气凝滞，风热加之而然。医疗之法，各随其所因以治之。”而后又分别就口臭、口疮、唇口面皴单独阐释其病因病机。由此可以看出，本书在疾病的治疗之前先辨明疾病的病因病机，阐明发病机理乃是《普济方》的一大特色。

保健美容主要用于洁面、泽面、润肤、乌发生发、养发洁发及香体香衣几大类。其中润肤不仅是润泽面部肌肤还包括身体四肢及口唇，其中所载录的方剂近 300 首。

洁面类，有“澡豆方”“香药澡豆方”“澡豆良方”“猪蹄汤”“香药澡豆方”“服药取白方”“纯阳红妆丸”等。《普济方》中载录的洁面类保健美容方药多为澡豆方，且此类方药并非单纯地起到洁面的作用，对常见的损容性疾病可以起到一定的治疗作用。如“澡豆方：猪胰、白茯苓、白芷、甘松、零陵香、商陆、大豆等，亦可治手干燥”。

泽面类，有“钟乳丸”“白附子丸”“桃花丸”“麝香面膏”“治人面白净悦泽方”“治人面似玉色光润方”等。在用药上常用到白字药物，如白芷、白檀香、白僵蚕、白蔹等，如“治人面洁白泽方：白蔹、白芷、白术、白附子、藁本、猪胰、芫菁子”。

润肤类，有“玉屑面脂方”“面膏方”“延年面脂方”“麝香膏”“蜡质方”“涂面方”等。此类方药中赋形剂多选用动物脂肪，如猪脂肪、羊脂、鹅脂、狗髓、羊髓等，可以增加润肤的功效，且在制作前常常用酒对药物进行浸泡，从而使药效得到更好地发挥，同时还可以起到杀菌消毒的作用。常用到有清酒，如“面脂方：冬瓜仁、白芷、商陆、川芎、当归、藁本、土瓜根、桃仁、蕤蕤、细辛以酒浸一宿，平旦以猪油煎之，膏成后去滓，取涂面可悦泽人面，耐老”。

乌发生发类，有“乌发方”“长春丸”“地骨皮丸”“沉香延龄散”“染发髭另黑方”“近效换白发及髭”“治髭鬓黄赤”“必效染发方”等内服外用方剂。内服方剂中，常制作成丸剂以酒服之，且用酒量较大，常见有“空心酒服下”“三两汤服以温酒”“饮至醉”“饮酒半酣”等，如“治髭发白：胡麻仁、杏仁、黑豆、生地黄、熟地黄，捣末同煎令稠，丸如梧桐子大，每服十丸，早食后温酒服用，临卧再服之。”治外用方剂常采用擦涂法，其方药常用酒、醋、油浸泡后使用。如“生发膏：防风、续断、川芎、皂荚、柏叶、白芷、桑寄生、泽兰、零陵香、乌麻油、白芷等以上用苦酒、桑叶根汁、韭根汁浸渍一宿，用涂摩头发”“治妇人长发方：零陵香、白芷、蔓荆子、生附子、藿香、荆芥枝，绵包扎于瓶内，用香油一斤浸，却用纸封口，埋地下半个月，取刷之”。

洁发类，有“干洗头方”“洗发菊花散”“洗头方”“藿香散”“梳头药方”等。这些方剂主要通过药汁或药粉洗发以达到祛除污垢，去屑止痒、去油的作用。如“干洗头，白芷散：香白芷、王不留行，上为细末，每用干掺头发内，微用力擦去垢腻，用篦子刮去药末”。此外在所使用的药物中，芳香药使用的数量较多，常用的芳香类药物有香白芷、丁香、藿香、零陵香、檀香、沉香等。

香体香衣类，有“熏衣方及又方”“裹衣香”“湿香方”“熏衣湿香方”“衣香方”等，此类方剂的使用方法均为外用，在文中可见“置于衣筒中”“以绢袋盛衣箱中”的字样。

此外在《卷二百二十三·诸虚门》补虚驻颜色类中，载有补虚

治疗美容主要集中在头面部之黥黯、面粉皴、面疣、黑子、面疮、面部斑痕、头风白屑、须发堕落、须发发黄等疾病，其在疮门也有记载手足冻疮、皴裂类载录。

面疣、黑子在治疗中也以外治法为主，常采用针刺挑破面疣或黑子后点涂药物的方法。在用药上也颇有特色，以药物灰烬为主，如桑柴灰、炭灰、艾灰、落梨灰、荞麦秆灰、桑灰、益母草灰、炉灰、藁灰、黎灰、荻灰等，这些药物灰烬一方面可吸收挑破后皮肤渗出的组织液，保持肌肤干燥，防治感染，另一方面起到腐蚀黑子、疣目的作用。如“治一切疣赘癰瘡方：风化锻石灰粉、炉炭灰、桑柴灰、砒霜、黄矾、研令极细，用布揩破涂之”“治疣目：用灰二两，以苦酒渍七日，滴汁点疣目上即落”。

上述这些疾病大致与现代医学中的黄褐斑、痤疮、扁平疣、色素痣、瘢痕等常见的损容性皮肤病一致，且书中所用方药有许多仍

在现代临床中用来治疗损容性疾病，如书中载录面门中常用的白芷，现代在临床中常用于治疗痤疮，现代药理学研究表明，白芷具有镇静消炎、解热、抗血小板凝聚、抗光敏等作用^[64]。由此可见，明代对美容的重视程度同时也反映了明代的美容技法之高超。

此外在《普济方·杂录门》中还记载了口脂、胭脂粉、祛除刺青和衣物祛油祛墨等日常生活美容法。如“口脂方，熟朱、紫草末、丁香、麝香上以甲煎和为膏”“造胭脂法，淮子、白皮、胡桐泪、波斯白石蜜上于铜钱铛器中……若得十遍以上，溢浓美好。”

2.3 《外科正宗》

《外科正宗》是成书于明朝万历年间，由陈实功所著，结合自身经验并全面总结明朝以前中医外科学理论和治法。《四库全书总目提要》称其为“列症最详，论治最精。”此书也包含了许多损美性疾病的诊断和治疗。该书对各类损美性疾病的记载涉及到疾病发展的各个时期，并结合行医经验总结归纳，治法多样，特色鲜明，对中医皮肤美容的发展有着很大的贡献。

2.3.1 对损容性疾病的记载及对病因病机的认识

《外科正宗》中记载的损容性疾病有 20 种，主要集中在卷四，涵盖人体各个部分，如头面部的粉刺、雀斑、油风、白秃疮、酒糟鼻、眼丹、茧唇、唇风、鹅口疮；躯体四肢的鹅掌风、甲疽、枯筋箭、冻风、手足破裂；其他损美性疾病如体气、黑子、痤疮、顽癣、紫白癜风。在对损美性疾病的病因病机的认识上，陈实功认为，损害人体美的疾病若仅以表面治疗效果甚微，甚至会反复发作。他认为外科疾病的发生可以分为内因、外因、不内外因，它们分别都有各自的特点。内因者，七情蕴结于内，喜怒忧思悲恐惊伤人之正气，兼之膏粱厚味熏蒸脏腑，房劳亏损伤害元气，都对五脏产生一定的伤害；外感六淫伤气血，风寒暑湿燥火，或单一伤人，或合并伤人，多由肌肉血脉筋骨受之；不内外因则为饥饱劳累，喜怒无常，饮食者冷热不调，动作者勤劳不惜，其疾内无便溺阻隔，外无六经形症^[65]。通过对书中记载的损美性疾病的整理发现，其内因多与肾脏有关，外因则以风寒、风湿、风热为主，病机多与气血有关，气

血不足或瘀滞，病理因素多为风、火、痰、瘀，且病理因素之间也可以相互转化，从而产生疾病。

2.3.2 治疗思路

陈实功认为，要根据病情的深浅，患者体质的强弱灵活选用治疗的方法。内治法十分重视调理脾胃，善用消、托、补三法。外治法注重开户逐贼，善用腐蚀类药物。

2.3.2.1 内治重视调理脾胃，善用消、托、补三法

“得土者昌，失土者亡”，脾胃二者，一纳一消，营运不息，全身的气血、脏腑、经络借此得到滋养。即脾胃为气血生化之源，脾胃安则气血强，反之气血弱，陈实功认为“命赖以活，病赖此安”。气血又是肌肤维持正常生理功能的重要因素。在用药方面，也不拘泥于理论，而是随证治之，在陈实功所论述的损美性疾病的病因中也多与气血有关，在外科治疗中，患者的气血情况关系到疾病的治疗、转归和预后。其内服方药中不乏补血活血、行气养阴之品，如生地、玄参、当归等。攻邪的同时不忘顾护脾胃，以“脾胃为要”，如治疗热证时，不妄用苦寒之药，多选用甘寒之品，如石膏、天花粉等。即使万不得已使用苦寒药物，也会配以辛温发散之药，或者补血活血的药物以固护脾胃。如治疗粉刺的黄芩清肺饮，既有黄芩、生地等苦寒之品，又有川芎、当归等补气活血的药物。

陈实功言：“凡人无病时不善调理而致百病生，况病后若不加调摄，而病岂能得愈乎？”所谓调理一失，百病生焉。在日常起居中要重视自身调理，除强调“生冷伤脾者”不可食之外，还创制了白玉膏、人参膏等食疗方来调理脾胃，因此脾胃不可不重视^[66]。

陈实功在重视脾胃的同时，善以消、托、补为法，从内而治，消除损美性疾病。其中托补之法中不乏出现“脾胃”二字。消法，即“消除毒邪”的方法，其中又包括解表散邪、攻里邪热、祛毒外出、温里散寒等方法。如白屑风者，起于热体当风，风热所化，治当消风散。托法即托里，毒邪内陷，机体处于邪盛正虚，邪入内里无法消除时，当托举毒邪而出，托里之法中选用的方剂以解表、活血、补药为主^[67]。补法，适用于疮疡病后邪正俱虚时，陈实功认为

“予论治病，不论首尾，难拘日数，但见脉症虚弱，便于滋补，乃可万全。”无论是疮疡病后致虚，还是虚症所致疾病，但见脉证虚弱者，皆可用补法。如“雀斑乃是肾水不能荣华于上，火滞结而为斑，当以六味地黄丸以滋化源。”

2.3.2.2 外治主张开户逐贼，注重药蚀

在外治方面，陈师将驱毒外出放在第一位，使毒不得内攻，主要分为刀针手术疗法和药物疗法，这样可以使毒邪尽快排除，不仅可以减少对正气的损害，还可以减少毒邪久居体内而生变端。药物外治法以汞、砷等腐蚀药为主，内服对人体有害，但是外用有腐蚀拔毒的作用，其使用方法有熏、洗、点、贴法，外用膏、散各具特色。根据使用时间的长短可以分为速效型和缓效型，速效型得如灰米膏、冰蛭散、三品一条枪，起效快速，即用即停或使用两三次即可停用，此类药物腐蚀性强，适用于邪客机体日久、病情顽固者，又因药力过猛，致使机体表面损伤，常在用药后使用促进肌肤愈合的药物，如《外科正宗·黑子第一百一》中治疗黑子时便点用灰米膏，落后用珍珠散干掺，生皮而愈。这样不仅有利于保护创面促进创口愈合，还可增强药效，防止复发。常用的缓效型外用药物有玉容丸、润肌膏、玉肌散等，常用来治疗病位较浅，病情较轻之症或与内服药物相互配合治疗。如手足破裂者，以玉肌散洗擦，润肌膏润之，甚者兼服当归饮子。

书中载录的治疗损美性疾病的外科手术器械多样，如针、刀、铜管、线等，并记载其使用手法和适应症。如促使毒热随血外出的针砭放血法、利用铜管祛除异物的铜管取痣法等。

由此可见《外科正宗》美容理论之详尽，手术器材之繁多，治疗手法之丰富，对于明代中医外科美容的发展起到了重要的推动作用。

2.4 《审视瑶函》

《审视瑶函》是明代的论述眼科疾病较为全面且具有代表性眼科专著，其内容借鉴了明代以前的历代医籍，尤其是《原机启微》和《证治准绳·杂病》。在此之上，还加入了作者自身的经验，共

总结了 108 种眼科疾病，其中包括一些损容性的眼科疾病，如“皮急紧小症”“倒睫拳毛症”“目疣”“脾轮振跳”等。其中本书中对“倒睫拳毛症”的治疗具有鲜明的特色，主要分为内治和外治，内治法提出“石膏羌活饮”及“流气饮”。外治法则发挥非常有效的治疗作用。“紧皮膏”以粘法提睫，将石燕、石榴皮、五倍子、黄连、明矾、刮铜绿为末，共鱼胶、真阿胶、水胶，用水三五碗熬制成糊后加入冰片、麝香。其用法：“用新笔涂上下眼皮，每日涂三五次，干而复涂，毛自出已”；“五灰膏”即局部脱毛法，用荞麦灰、石灰、青桑柴灰、锻白砒、锻白明矾，共研化一处，十碗水熬至一碗，用新笔扫眼弦睫上，数次，毛即落；“夹眼法”亦是提睫法，用老脆薄笔管竹破开做夹，寸许……只在重弦，仔细看定，睫毛毫无倒入者，方着力扯紧，其夹外之肉，用小艾圆灸三壮。现代临床手术的方法实际上就是夹法的提高和改进。其眼科成就推动了中医眼科美容的发展，因该书多引用《原机启微》和《证治准绳·杂病》中的内容，且眼科美容内容相差无几，本文便不对这两本医籍单独赘述。

2.5 《疡医证治准绳》

《疡医证治准绳》是明代王肯堂编写的一部中医巨著，其中载录了对损容性疾病的治疗，如面疮、粉刺、疥癣、疣、痣、冻疮、手足皲裂、痤疮等。此外书中还载录了许多中医整形美容外科手术，有些是中医外科史上最早也最详细的方法。如先天性唇耳畸形整形术：“若缺唇缺耳，先用麻药涂之，却以剪刀剪去外些皮，即以绢线缝合，缺耳作二截缝合，缺唇作三截缝合。以鸡子黄油涂，次以金毛狗脊毛薄掺些于上，次以封口药涂抹之，次日以茶轻洗就末，一日换一次，至八日剪去线，又末”。创伤性耳廓整形术“凡耳被砍跌打落，或上脱下粘，或下脱上粘，内用封口药，外用散血膏敷贴；及耳后看脱落所向，用鹅翎横夹定，却用竹夹子直上横缚定，缚时要两耳相对，轻缚住”。该书还分别论述了上下唇不同的创伤性唇部修补术，创伤性上唇修补术：“凡刀斧斫磕跌破上唇而拔缺者，用绢片一小条从脑后缚向前来缚合缝定，次封口药，外以散血

膏敷贴”。创伤性下唇修补术：“以绢片从下颏兜缚，及如前法整顿，次末敷药，或无肿不须敷药”。

该书对手术的记载十分详尽，局部麻醉药的出现，对浅表整形美容手术的开展起到了一定的促进作用，体现了明代整形美容外科的发展进程。

2.6 《香奁润色》

胡文焕，明朝时期杭州人，兴趣爱好广泛，尤其对养生保健延年益寿的理论研究颇多，其所刻之书大多与此有关。《香奁润色》及《类修要诀》都收录在其编撰的养生学巨著《寿养丛书》之中。

《香奁润色》是已知现存最早的专门为妇女撰写的妇女养生、美容、保健、装饰类的书籍。总结了明及明以前的用药价廉、实用性强的美容保健及治疗方药，经考证，本书的美容保健方剂来自于《肘后备急方》《备急千金要方》《太平圣惠方》《圣济总录》《御药院方》《永乐大典》《普济方》等，另外有一部分因为文献遗失或经过化裁后的方剂不能寻其源头，但是其仍保存了许多美容方剂，保存了大量的医学美容文献，具有一定的研究价值^[68]。

2.6.1 治疗与保健并重

《香奁润色》中记载的美容方剂主要分为治疗、保健两大类，美容治疗主要以治疗损容性疾病为主，主要集中在头面、唇、齿部分，涉及到的疾病众多。如渣鼻、粉刺、雀斑、瘢痕、面黥、黑痣、粉痣、唇干出血、齿黑等头面唇齿部分的损容性疾病。美容治疗类方药常把丁香、白芷、藿香、小茴香、细辛等芳香类药物直接作用于皮肤表面，发挥其性善走窜、通经络、行气血的作用，祛除肌肤表面的浊气，同时又发挥其温和刺激的作用，宣通腠理促进其他药物的吸收以增强药物的作用，提高疗效。斑、痣类治疗方法常用具有腐蚀作用的轻粉、密陀僧、白矾、硫磺、朱砂等药物直接作用于肌肤表面，通过清热解毒、消肿散结、宣通散结等作用起到腐蚀祛斑、痣，达到洁净肌肤、美白润泽的效果。口唇及肌肤皴裂类常用杏仁、冬瓜子、桃仁、牛乳、猪脂等具有滋润作用的药物，此类药物除了起到润泽肌肤的治疗作用，还常作为基质使用。如“治冬月

唇干折出血，用桃仁为细末，猪脂调之”。猪脂，性凉，可泽槁润枯，其状白色黏稠，不仅能润泽肌肤，还起到粘附桃仁末的作用。除腐蚀类药物在现代临床应用中应酌情使用外，其他方药类型与现代中医美容临床中常用的药物组成类似，可见《香奁润色》对后世的影响十分深远。

美容保健类主要集中在躯体四肢，主要包括具有香体除臭、祛垢止汗、香衣祛虱、滋润手足等作用的方药。还有头、面、唇齿部的洗发、润发、香体香发、美白除皱、润肤悦颜等美容保健类的方药。芳香类药物在美容保健中依然占据很重要的地位，除上述作用外，书中还将芳香类药物制作成香粉。主要使用方法为：将芳香类药物碾碎成粉末状，装于香囊袋中随身携带于腰部或胸前；或通过熏制法将香粉应用于衣物；或将香粉遍身扑之。通过药物散发出的自然清香的气味来防治某些疾病的同时起到驱虫的作用，长期使用还可使心情愉悦，舒缓心情，从而提高自身抵抗力，减少疾病发生。如“敷衣香粉，青木香、麻黄根、英粉、甘松、附子、零陵香、藿香各等份，上为末，浴罢，以生绢袋盛，遍身扑之”。书中记载了许多美白抗皱的方剂，如“令面手如玉方”“太真红玉膏”“金国宫中洗面八白散”“梨花白面香芬方”“治美容面上皱路方”。这些方剂中含有大量的美白去皱的中药，对现代中医临床美白驻颜、抗皱美容有着十分重要的指导意义，对拓展及开发现代中药化妆品具有很高的开发价值。

此外，因明代将缠足作为女性区分地位高低的标准之一，书中为满足当时社会对缠足的这一畸形审美的社会需求，收录了“女子初束脚苦痛难忍方”“宫内锁莲方”“玉莲飞步散”“金莲稳步膏”“金莲生香散”等对缠足的治疗或保健方剂。

2.6.2 衣饰保养

书中还在洗练部及贮藏部分论述了对女性常用的装饰品及衣物的日常保养及贮藏方法。如洗练部中记载了对珍珠饰品的保养“洗珍珠法，用乳浸一宿，次日以益母草烧灰淋汁，入麦麸少许，以绢带盛珠，轻手揉洗，其色鲜明如新”，贮藏部中载录了“收翠

花朵，用汉椒不局多少，杂盒中收贮妙”。展示出了当时社会追求精致生活的氛围，所有的女性都将其爱美的天性发挥到了极致。

2.6.3 治疗方剂类型多样

损美性疾病虽主要集中于体表，但其病因病机是多种多样的，由外感六淫邪气、脏腑经络受损、气血不调等所致，在治疗上应根据其病因病机选用适当的治疗手段进行对症治疗。《香奁润色》中记载的美容方剂剂型丰富多样，但主要分为内用和外用。外用剂型书中所载甚多，占所载方剂的70%以上，根据其使用方式的不同可以分为涂剂、膏剂、粉剂、洗浴剂、溶液湿敷、熏剂、点剂。

内服方剂多力效且专，从内起到调节脏腑达到美容的效果，根据不同的药物属性，又有不同的服用方法，但都有共性即易于服用，如为了便于携带且长期服用的丸剂，如治妇人蒜发方。

由此可见，《香奁润色》中记载了大量的生活妆饰及美容保健的内容，载录了许多佚失的美容方剂，对研究中医美容学有着非常重要的参考价值。

2.7 《鲁府禁方》

龚廷贤是明代著名的医家，曾有“医林状元”“天下医之魁首”的美称，其对美容的内容涉猎广泛，其美容思想贯穿在其中，其中以《鲁府禁方》中涉猎到的美容方最多，其体现的美容思想及使用的方药至今在临床中仍发挥着重要的作用。书中保健美容方药十分丰富，如洗面泓子、香皂方、肥皂方、孙仙女少女膏、杨太真红玉膏、省头方、干洗头、衣香方、透体异香方、固齿明目方、治腋臭神效方等，尤其以乌发美发载录最为丰富，包括乌须固本丸、乌须丸、乌发方、牢牙乌须散、益牙散、神仙延龄丹、乌须大补丸。功效涉及到清洁皮肤、美白祛斑、抗衰除皱、乌发美发、香体除臭等方面，方剂类型为膏、丸、散、染剂、面膜等。

2.7.1 二方连用美白法，以“白”治白

书中载录最为引人注目的是二方联合应用，即晚间将八白散：调和后敷于面部，明旦以莹肌如玉散洗之。八白散药物组成：白及、白丁香、白僵蚕、白丑、杜蒺藜、新升麻（用白者佳）、山柰子、

白藜、白芷、白茯苓、白附子”，莹肌如玉散药物组成：“白芷、天花粉、楮实、白及、升麻（白者）、甘松、白丁香（腊月收）、糯米、连皮砂仁、柰子、绿豆、皂角、糯米、绿豆”这与现代的美容程序相类似，八白散全部选用“白”类药物，以期达到以白美白的作用，相当于现代美白面膜，莹肌如玉散中加入皂角末相当于现代洁面产品，可见明代时美容技术及美容思想的先进性。

2.7.2 专效肥皂方，创制点痣法

书中载录的肥皂方不仅是简单起到清洁污垢的作用，还可治粉刺、花斑、雀子斑、皮肤燥痒得等病。“肥皂方专治粉刺、花斑、雀子斑，及面上黑靥，皮肤燥痒”，此药去垢润肌驻颜。如“年高得之，转老色如童子，似玉之光润，乃奇方也。”其药物组成为“角子糯肥皂、真排草、绿升麻、白及、升麻、楮实子、白芷、砂仁、糯米、绿豆、天花粉、杏仁、猪胰子、甘菊花、红枣肉、零陵香、大片脑藿香、官粉、梅桂、南桂花、蜂蜜、金酒”以上制成丸，照常洗面，润开搽脸，久用斑滞自消，面如玉色。这体现出日常美容用品与药物相融合的特点，说明日常保健美容用品亦是美容方剂的一种。近代社会中用火灼法去痣便是借鉴了古代强酸强碱祛痣方^[69]，龚廷贤在《鲁府禁方》中便是如此，书中云“点痣，好碱、矿灰各等分，大铁勺内炒良久，以草叶放入药上即起焰可用，临用以清水调和，以铁条蘸涂痣上，极妙，每日三次，待五日自落。”

2.8 《针灸大成》

针灸大成是明代医家杨继洲所著，他对16世纪之前的针灸文献进行辑录，汇集了历代针灸医家的经验，并结合其自身的体会所著，书中内容十分丰富，针刺治疗选穴简易，书中还载录了杨继洲本人对强身健体以期达到延年益寿防止衰老的理论及实践，对针灸美容有着十分重要的指导意义。

2.8.1 简便易行的针灸美容法

该书卷八有部分治疗损容性疾病或损容性生理缺陷治疗取穴，如“足无膏泽，上廉”“面肿痒，迎香、合谷”“眼睑瞤动，头围、攒竹”“毛发焦脱，下廉”“面浮肿，厉兑”“头目眩疼，皮肿生

白屑，灸囟会”“眼睫毛倒，丝竹空”“疔疮生于面上与口角：灸合谷”“疔疮生于手上：灸曲池”。卷五中载有“唇吻裂破，血出干痛，承浆、少商、关冲”等。该书对针灸治疗损容性疾病的方法十分简便易行，对现代针灸美容有着很大的参考价值。

2.8.2 抗老防衰，延年益寿

杨继洲是一位精于丹术的医家，对防老抗衰，延年益寿有着自己独特的见解，他认为“精全不思欲，气全不思食，神全不思睡，斯言尽矣”，此言道出了“精、气、神”的重要性。同时引用《内经》中的言论加之自己的理解强调顺应四时节气对抗老防衰的重要性，书中云“秋当温足凉头，其时清肃之气，与体收敛也”。该书还特别强调了“蒸脐治病法”，道家称其为神阙炼脐法。该法采用五灵脂、斗子轻盐、乳香、没药、天鼠粪、地鼠粪、葱头、木通、麝香，以上诸药研细末与水和莖面作圆圈置于脐上，以艾灸之，可起到诸邪不侵，百病不入，长生耐老，脾胃强壮之作用。

总之，《针灸大成》对中医美容的记载散落在各章之中，仍然对现代的中医针灸美容起到的一定的指导作用，其传递出的重要抗老防衰思想更值得我们去深究。

3 清代与美容相关的主要医籍

清朝的统治者对知识分子实行思想控制，迫使人们从事学术考证工作，医学界因此也考据风盛行，主要表现为对经典著作的研究盛行^[70]。虽然在清初西方传教士带来了西方的科学技术，但是由于清朝统治者的思想控制及闭关锁国并未使医学获得更进一步的发展，反而压抑了中医学的创新精神，但是中医学仍然在前朝的基础上取得了一定进步。作为中医学的分支，中医美容学也同样有了一定的发展。《医宗金鉴》作为一本医学入门的综合性医书，对中医美容的普及和治疗起到了推动作用，《疡医大全》进一步完善缺唇修补术，《太医院秘藏膏丹丸散》《太医院配方》《清宫医案集成》体现出了清朝统治阶级对保健美容的重视。美容外科学也有了一定的进展，《外科大成》《洞天奥旨》等均对损容性疾病有所论述，这一时期由于医家重药轻针，使得针灸发展进入低谷期，虽然著述众多但并未给中医美容带来重要的启示。

3.1 《太医院秘藏膏丹丸散方剂》

《太医院秘藏膏丹丸散方剂》一书是清太医院处方集的传抄本，其作者不详，全书共载录 400 余首方剂，其中仅有少量来自古代名方，绝大多数都是密而不传的秘方，其他书籍中未有记载。书中载录许多保健美容类的方剂，如“玉容肥皂”“治体气丸”“固齿秘方”“玉容散”“延龄长春丹”等制作复杂、用药名贵的方剂。除此之外，书中最具特色的是载录颇丰的酒露剂，如“状元露”“龟龄露”“参龄露”“延龄露”“凤仙露”“补益延龄露”“长生翁头春”“神仙长寿露”等 19 种酒露剂。应皇室保健养生的需求，并结合患者自身体质特点和季节变化等，太医院的医生拟定的这些酒露剂，长期服用起到补益躯体，延缓衰老，使人面色红润，肌肉丰盈的作用。从其服用方式多为每日随饮一两盅也可以看出，这些酒露剂主要起到长期的养生保健的作用。如“长生翁头春”该酒剂采用人参、红花、丁香、沉香、白芍、苍术、苡蓉、杜仲、地骨皮、甘菊、故纸、茯苓、牛膝、五加皮、白术、白蔻、熟地、生地、当归身、豨莶草、枸杞、砂仁、甘草 20 余种名贵中草药研末成粉，

与四十斤烧酒混合后封入瓦罐内，根据时令节气选择浸泡时间，春夏需两日，秋冬需三日，而后和糯米、红枣肉发酵而成。书中言“此酒可降心火，滋肾水，益气养血，轻身健步，乌须黑发，补十二经络，聚五谷之灵气，补命门之真火。”饮用方法为“每早晚饮一两盅”。清朝的帝妃十分重视延年益寿、防治衰老的方药，雍正八年，雍正帝还特兹下旨询问“龟龄酒”的修合与使用情况，命令“蒸龟龄酒的医生等在杏花村井边蒸好”，乾隆帝亦十分关心“龟龄酒”的情况，常命令总管查数龟龄酒还有多少。从中可以窥探到清朝统治者对延年益寿、防治衰老的重视^[71]。

3.2 《慈禧光绪医方选议》

《慈禧光绪医方选议》是由陈可冀根据整理出的慈禧、光绪有代表性的医案，其收录有二人常用的保健美容或治疗方药，但主要是以保健美容为主，慈禧太后医案中载录的保健美容方药包括“令发易长方”“令发易长又方”“香发散”“固齿刷牙散”“固齿秘方”“漱口药方”“加减玉容散”“面药捣药方”“面药捣药又方”“加味香皂方”“沐浴一方”“沐浴二方”“洗头方”等。光绪帝医案中载录的保健美容方药包括“令发易长方”“令发易长又方”“令发不落方”“洗头方”“漱牙方”“洗头方”等。

慈禧太后和光绪帝二人的“令发不落方”并无差别，只是为了区分二人医案而进行的重复性论述，但是其用药却十分有特色。用以“榧子、核桃、侧柏叶，共捣烂，泡在雪水中，梳头”，此方具有“凉血、滋阴、润燥”的作用。头发脱落及发育不良的原因是由气血亏虚、血热蒸腾、水湿浸扰、淤血阻络、脏腑功能失调等一个或多个原因所致，然而在《慈禧光绪医方选议》载录的方药却更侧重于肾虚、血虚引起的脱发。究其原因，笔者认为，一方面是由于头发又称之为血余，为肾之外华，《素问·上古天真论》中载有“肾气实，发长齿更”一句，《诸病源候论》言“血气盛，发则光润，若虚，则血不能养发，故发无润泽也。”另一方面则是由于光绪帝自身体质的原因，其年幼时饮食不当，又失于调理导致体质羸弱，青少年时期又长期饱受遗精的影响，从而导致自身肾气亏虚、气血

不足。《慈禧光绪医方选议》中“治精滑梦遗方”便是光绪帝亲自书写。书中是这样评价令发不落方和令发易长方的，“一九八零年，崇陵开放，见光绪帝头发，虽时间隔年久，却仍黑且长。继中年夭折、发不当白、然以帝瘦小之躯、久病之体、发能如此，或得助此方之力，亦无不可能。”由此我们可以看出此方疗效显著，这对我们现代临床中治疗由肾虚、血虚引起脱发或预防脱发有着非常重要的参考价值。

3.3 《医宗金鉴》

《医宗金鉴》是由清政府下令召集太医院吴谦等人编撰的一本大型医学综合丛书，内容涵盖广泛，涉及到临床的各科疾病，其中在外科心法要诀中的第61卷至75卷中记载了大量的损容性疾病，如白屑风、黑痣、雀斑、肺风粉刺、冻疮、唇风、针眼等。《医宗金鉴》对这些病症的阐释对于中医美容理论的研究及临床治疗有很大的指导意义。

3.3.1 内容撰写详尽，图文并茂

《医宗金鉴》根据损容性疾病发生的部位进行分门类论述，如头部、面部、背部、眼部等等，对于发无定处类的疾病和由外物损伤所致的损容性疾病则进行了单独的记载，由此可见该书对损容性疾病的记载十分详细且条理十分清晰，便于后人学习。

《医宗金鉴》的内容不仅体现在涉及到的疾病范围广，且疾病诊治内容载录得也十分详细，论述了诊断、病因病机、治法、方药，有些疾病还特别阐述了预后及配图说明。如黑痣：“黑痣生面霉点斑，小如黍粒豆形圆，孙络之血阳束结，挑破水晶膏点痊”，在“注”中还对其发病年龄进行阐释，“有自幼者，亦有中年生者”。对水晶膏的药物组成及制作流程和使用方法也有详细的记载：“水晶膏：矿子石灰水化开，取末五钱，又浓碱水多半茶盅，浸于石灰末内……泡一日一夜，冬日两日一夜，将米取出，捣烂成膏。挑少许点于痣上，不可太过，恐伤好肉”；雀斑：“雀斑淡黄碎点形，火郁孙络血风成，犀角升麻丸长服，正容散洗渐无踪”，此病的临床表现为“此证生于面上，其色淡黄，碎点无数”，其治疗并非单一的外用

药物治疗，还采用了内服法“常服犀角升麻丸，外用时珍正容散”，用药方法为“时珍正容散用水调浓搓于面上，良久以温水洗面”。同时在“注”中也强调了不同病因引起的雀斑应分别辨证用药，“火郁孙络，风邪外搏，发为雀斑。宜常服犀角升麻丸。水亏火滞而生雀斑者，宜服六味地黄丸”。黧黑肝黯，此病的临床表现为“此证一名黧黑斑，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、或圆、或斜，与皮肤持平”，其病因病机为“忧思抑郁，血弱不华，火燥结滞而生于面上”，发病人群为“妇女多有之”，治疗方法为“宜用玉容散早晚洗之，早晚个两次，常用美玉摩之”，注意事项为“戒忧思、劳伤、忌动火之物”。由此我们可以看出，探明疾病的发病原理、辨别疾病的致病因素，明确疾病的发展与转归，阐明药物用法及使用手法是其诊治疾病的一大特色。此外黑痣、雀斑等配图（如图 1-2）选用的是一名女子面生黑痣、雀斑，可以侧面反映出这一时期的女性对面部美容的注重。



图 1



图 2

3.3.2 治疗药物为主，滋补类药物为辅

《医宗金鉴》中载录有大量的损容性的疾病，如面上油风、粉刺、瘢痕、黑斑、皮肤瘙痒、面生疔肿、瘙痒症、油风、疣痣、酒渣鼻、白屑风等，因此其常用的药物主要是具有治疗性的药物，这些疾病在发病过程中，尤其以“风邪”“热燥”“血瘀”“火毒”常见，如“阳明胃经湿热受风而成”所致面上油风，“风盛燥血”而致油风，“孙络之血，滞于卫分，阳气束结”所致黑痣，“心火”所致粟疮作痒，“肺经血热”而致肺风粉刺，“胃火熏蒸加之寒凝

外束，使得血淤凝结”而致酒渣鼻。故而在治疗上常用药物可以大致分为祛风药如羌活、藁本、蔓荆子、薄荷、防风、白僵蚕等。清热解毒药如三黄（黄芩、黄柏、黄连）、金银花、苦参、连翘、枇杷叶、大黄等，活血化瘀药如当归、益母草、红花、丹参、赤芍、赤茯苓等，芳香药如藿香、藁本、薄荷等。由于情志郁结引发的疾病，其患处多为肝经循行所过之处，由于饮食不节，多食膏粱厚味，辛辣刺激之品者常损害脾胃，因此在治疗损容性疾病的时候也非常重视这些致病因素，常使用入肝脾经的药物，如治疗黧黑斑的药物甘松、白及、白茯苓等。《医宗金鉴》在“溃疡主治类方”中载有四君子汤、十全大补汤、八珍汤、人参养荣汤、参术膏、八仙膏等补益类方剂，此类方剂在于提高人体免疫力，补益机体起到辅助治疗损容性疾病的作用^[72]。另外有些是直接起到治疗作用的方药如消风玉容散、散风苦参丸，经过现代临床的实践证明，发现其在治疗湿疹、银屑病、疖肿等病方面有显著的疗效。

《医宗金鉴》对损容性疾病的治疗起到了推动和普及的作用，书中所载的治疗性方剂如玉容散、水晶膏等，至今在临床中仍然被美容工作者所沿用，疗效显著。

3.4 《疡医大全》

《疡医大全》为清代著名医家顾世澄所著，这一时期的医家热衷于内科著述，对于外科的论著相对较少且不完备。顾世澄在参照历代外科著作的基础上结合家藏秘方及临证经验，著此外科学巨著，其中也记载了许多损容性疾病，如“女子发易落不润者”“眉风癬”“粉花疮”“面油风毒”“雀斑”“肺风粉刺”“面生黑斑”“眉须落”“油风”“口臭”“冻疮”“口臭”“拳毛倒睫”“手脚皴裂”“冻疮”“日晒疮”等。其治疗损容性疾病的特点如下。

3.4.1 强调整体观念，内外兼治

顾世澄虽以外科而闻名于世，然其对内科也十分精通。他认为外科之症本于内，但是外科医者仅仅重视局部辨证，而并非从舌脉理论与脏腑虚实出发。顾世澄在“疣门主论”的治疗方法中反对前人首选外用腐蚀药治疗，反而强调使用内外兼治法，认为疣病的致

病根本是由于脏腑受邪，导致筋挛而成，若单纯以去掉疣为主要治法，而不祛除病根不仅不能起到治疗作用，反而使其病症加重。

“疣属肝胆经风热血燥，或肝火，或肝客淫气所致。盖肝热水涸，肾气不荣，故精亡而筋挛也，宜以地黄丸滋肾水，加之外用地肤子、白矾煎汤洗。若用蛛丝缠、螳螂蚀、着艾灸，必多致误。大抵此证与血燥结核相同，故外用腐蚀等法，内服燥血消毒，则精血愈虚，肝筋受伤，疮口翻突开张，卒成败证矣”

3.4.2 论述职业病性损容性疾病

顾世澄在书中详细地论述了由于职业造成的损容性疾病，如水渍疮“车旋匠及染匠辛苦人，久弄水浆，不得停息，以致手丫湿烂，名曰水渍疮。”用矾水浸洗数次即可自愈。日晒疮，“此乃酷日晒曝，先疼后破而成疮，此辛勤劳作，佣工务农之人多有之。”宜制柏散加青黛治之。皴裂疮，“凡撑船推车，打鱼染匠，辗玉木瓦辛苦之人，手足皴裂挽动出血，痛不可忍，名曰皴裂疮。”宜用地骨皮、白矾煎汤洗之至软，再用蜡月羊油顿化，入研细轻粉一钱，搽之神效。

3.4.3 论述化妆品过敏、革新手术法

顾世澄在损容性疾病的治疗上，勤于探索，在继承前人经验的基础上，尤其推崇《医宗金鉴》，同时他非常注意总结临床经验，积极创新治疗手法，并将其汇编入此书中。在“卷十二颧面部·粉花疮门”中云：“粉花疮多生于室女，火浮于上，面生粟累，或痛或痒，旋灭旋起。亦有妇女好搽铅粉，铅毒所致。兼有浴后汗出，迎风挥扇而生”的记载。不仅从传统医学理论对粉花疮产生的机理做了解答，还创新性地提出了妇女得此病或是由于铅中毒所致，铅粉即起到美白功效的化妆品，此症与现代临床中的因化妆品成分致敏症状类似，由此足以看出他在临床诊治中十分善于思考。

《疡医大全》中记载的补缺唇术较之前人记载得更加详细，其治疗及护理手段基本接近现代医疗水平，“卷十四·唇口部”中不仅介绍了手术方法还详细介绍了如何制备唇裂手术用药，并着重强调了术后注意事项及护理方法。“法用孩儿骨一根，放瓦钵内，将

糠火过再研极细末，止用一分，松香研极细五分，狗脊背上毛不拘多少，瓦上焙存性，研极细末，止用一钱，象皮一钱搗软，用热酒泡浸，瓦上焙，研极细，枯矾三分，和匀再研极细末，先将麻药涂缺唇上，后以小锋刀刺唇缺处皮，以磁盘贮流出之血调前药，即以绣花针穿丝钉住两边缺皮，然后搽上血调之药。三五日内不可哭泣及大笑，又怕冒风打喷嚏。每日只吃稀粥，俟肌生肉满去其丝，即合成一唇矣”。此书中还记载了其他外科治疗手法，如“痣门主论”中治疗痣用到的针挑法：“糯稻数粒去壳，用银炉灰少许入水拌匀，以糯米插灰中，将痣用针挑破，将稻米点之，任其自脱。”“千日疮主论”中治疗千日疮用到的铜钱治疗法：“用铜钱一个套在千日疮上按定，取草纸卷了点着烧透，熄下的纸煤子放疮上，以香点着，烧过吹去，又放纸煤烧之，不过五七次，其疮根随手自落，并不痛楚。”

《疡医大全》继承和发展了前人治疗损容性疾病的经验，提出了整体辨证的理念，强调内外兼治的重要性，使外科治疗上升到新的境界，促进了清代整形美容学的发展。

3.5 《本草纲目拾遗》

《本草纲目拾遗》是赵学敏继《本草纲目》之后的又一本草学专著，该书除了对《本草纲目》的补充之外，还对《本草纲目》中解释不详地或记载错误的内容加以补充和修订，收录了新的外来药物。这些药物中不乏一些美容药物，如佩戴时可起到香氛作用、擦拭牙齿除口臭的“丁香油”“桂花露”，乌须发的“落花生”“椰中酒”，治疗斑秃的“野蔷薇”，祛痣的“紫茉莉”，祛斑的“竹精”，润肌肤，悦颜色的“仙人冻”“鬼香油”“秋海棠”“格桑花”“无漏果”“石耳”等，可以看出即有单纯的药物，还有经过加工的成药，不仅显示出了中医美容药物的种类在这一时期较为丰富，同时显示出具有美容作用的成药已经发展起来了。作为《本草纲目》的补充本，其仍然补充了大量的药物，可以看出其本身的医学知识的丰富及中外药物交流的进一步发展。但其中有些糟粕显示出了时代的局限性，需要进一步地加以考证，如“杨妃粉：产马

崑坡上，取之者必先祭然后掘之，去浮土三尺，有土如粉，膩滑光洁，于女子最宜。泽拭面，去黝雀斑，美颜色”。

3.6 《摄生总论》

《摄生总论》由清代医家王梅对《摄生众妙方》的增补而成，原书作者为明代政府官员张时彻，因其自身幼年时身体羸弱，因此对医药十分感兴趣，书中载方多为自用方和他人为自己治疗之验方。书中载大量乌须发的方剂，包括有乌须方、牛胆方、乌须方（同名但不同药）、神仙验寿丹、八宝丹、乌须固本丸、七宝美髯丹、延龄益寿丹、神仙训老丸、八仙添寿丹、还童丹、仙传斑龙丸、还少丹、二八通玄丹、女真丹、固本酒等。

乌须方、牛胆方、乌须方单列“须发门”，其余方剂均在卷一“补益门”和“擦牙方”中载录。“补益门”中的方剂主要通过补益机体而达到乌须发作用。如乌须固本丸：何首乌半斤、黑豆五升、黄精四两、生地黄、熟地黄、麦门冬、白茯苓、赤茯苓、片术、人参、五加皮、巨胜子、柏子仁、核桃仁、松仁、西枸杞各二两，炼蜜为丸。神仙训老丸：何首乌、山茱萸、菟丝子、当归、白茯苓、地骨皮、甘州枸杞子……生黑豆、桑葚子炼蜜为丸，每日温酒服用六七十丸，可“益元补阴，黑须发、坚齿、童颜不老”，此类方中含有大量的补益脾肾的药物，通过服用此方可滋养肾气，补充气血，从而达到抗衰老的效果。现代研究认为其中的药物成分可以作用于多个器官使须发变黑^[73]。但是何首乌在现在临床中常常会因为使用不当或炮制不当而造成肝损伤，因此在使用时应注意何首乌的用量。

“擦牙方”中载录的有7首可固齿乌须发的方剂，擦牙方的使用方法并非与现代刷牙的流程一样擦涂之后漱口吐出，而是“擦牙后，漱服之”。这种特殊的服用方法也与其药物组成中含有的补益药有关。如“用以当归极大者一根，去头尾，入竹筒内，周围用白盐填实，用纸塞口，炭火烧存性，为末。擦牙洗眼，津咽下。又乌须发。”“当归、川芎、香附子、荆芥、白芍药、枸杞子、青盐、熟地黄、川牛膝，上为细末，用煮熟一斤半米与其拌匀，分作七团，

阴干，置桑柴火烧灰存性，研为细末，铅盒盛之。每清晨鸳鸯手擦牙二次，药与水咽下，可乌发固齿、补肾。”

除乌须固齿方外，在“体气门”和“诸疮门”中分别载录有4首治体气外治方和1首治秃疮外治方及1首内治体气方。

3.7 《串雅内外编》

《串雅内外编》为赵学敏搜集整理大量的走方医及民间医家的经验方和传世方撰写而成，内容十分丰富，涉猎广泛，突出民间药物的作用。其中包含一些美容方面的内容，主要包括头面部的治疗和保健方药及躯体四肢的损容性治疗，在治法上颇有特色。

因本书主要选取的是走方医的经验方药，因其游走四方及本身不方便携带大量的药物，其疗效常以“咽下既能祛病也”著称^[74]。如“点黑痣，李仁为末，鸡蛋清调点，一宿自落。”“取痣饼，糯米、石灰、巴豆研为末，入瓷瓶同窖三日。每以石膏挑粟许，用碱水点上，自落。”在用药上组方简单，单方较多，如“秃鬓稀疏，川椒四两酒浸，日日擦之，自然长出。”“鹅掌风，香樟木打碎煎汤，每日早晚温洗三次。”“治痘疮黑靥：痘疮黑靥用狗蝇七枚（狗身上跳飞者，夏月般多，冬则藏殉耳中，宜预收备用）。搗细和焙，酒少许调服。”药物组成上常选用“山林僻邑，仓卒即有”，如“手足皴裂，大萝卜一个，内雕空，放入柏油五钱，安炉火上炖熟，候冷，取油擦患处，即愈。”

剂型上则选用方便携带的丸散药，如“悦容丹，白瓜仁、桃花、白杨皮，为末，食后饮服一匕。每日三服，三十日面白，五十日手足俱白。一方用橘皮。”“香身丸，治遍身炽气恶气及口齿气。丁香、藿香叶、零陵香、甘松、香附子、白芷、当归、桂心、槟榔、益智仁、麝香、白豆蔻，上为末极细，炼蜜为剂，杵千下，如桐子大。每噙化五丸，常觉口香，五日身香，十日衣香，二十日他人皆得闻香也。”有时为了达到速效的目的甚至会采用一些有毒之药，如小金莲，乳香、没药、川乌、草乌、蓖麻子，将肥皂同药捣烂，敷在足骨上，次日洗去，骨软如绵。

赵学敏对药物配制颇有研究，又因民间常见庸医害人的现象，

因此在药品门中介绍了成药制作的详细流程，以便不通医理的平民百姓可因症用药，其中包括美容类的方药，如“油胭脂，治手足开裂。生猪油去筋膜一两，入锅熬净，再入黄占五钱，白占三钱同化清，入银朱、黄丹各五分，搅匀，以软能摊开为妙，敷之愈。”“鸡子雄黄丸，雄黄一斤研细，取新生鸡子黄白和之。置铜铫中，以盖覆之，封固勿令出气，微火盖上，容得手，不用太热，三日夜，勿令火绝。寒乃起之，掠去上袒，清者在下，当涌涌如水银。寒则坚，得人气复软，炼一片得十两，盛以竹筒，勿使见风，服丸如麻子大，使人肌肤润泽，冬则能温，夏则能凉，辟除寒气。”

《串雅》中对如何消除刺青进行了叙述，分为“去面上刺青，马肉不拘多少，令苍蝇从食生蛆，取蛆晒干，为末，以针拨动青处，掺之，其青自去”，“去身臂雕青，胆矾、硃砂、龙骨各五分，人蛆不拘多少，麝香一匙。临用时加香油一盞，煎熟将前药研碎，入油内，用黄丹熬成膏，油单纸贴之，其黑迹自然隐入肉内”。这也间接说明了刺青在此时期已经成为一种社会需求。自唐宋以来，刺青便不再仅仅代表刑罚的意义了，刺青代表了一种美感，如唐代较为著名的桃花妆，相传是由上官婉儿为了遮盖面部疤痕而引领的一种潮流刺青妆容。在小说《水浒传》中除却带有惩罚性的刺青外，还有代表美感的三个重要的人物史进、杨雄、燕青也有文身。但是刺青仅在平民阶层较为流行，并未被上流社会所接纳，因此在宫廷医籍中几乎很难看见与刺青相关的论述。

3.8 《随息居饮食谱》

《随息居饮食谱》中介绍了 300 多种日常可见药食同源的药物，主要包括水饮、谷食、调和、蔬食、果食、毛羽、鳞介七类，在系统地总结前人经验的基础上，结合自己的临证经验，推陈出新地提出了自己对食疗的看法，其内容丰富，记述了许多具有美容和养生保健功效的食物，言简意赅地介绍了各类食物的性味功用和禁忌。人以食为养，饮食失宜，或以害身命。该书通过对食疗养生的总结，为保健美容提供了一定实践经验，值得借鉴，是指导人们日常养生保健和美容的佳作。

3.8.1 重视水饮

王孟英言：“人可以一日无谷，不可以一日无水，水之于人，顾不重欤”，可见水对人体的重要性。对水的来源和对人体的用途论述十分严格，详细介绍了天雨水、露水、海水等等，尤其称赞天泉水，言其最益人体的元气。现代饮水资源随着科技的发展而发生了很大的变化，各种饮料充斥与我们的生活中，这些饮品已经失去水本身的特性。王孟英的饮水观念启示在日常养生保健中要尽量回归水的本源，减少添加剂的食用^[75]。

此外在水饮中提到的“诸露”，即“凡谷、菜、果、瓜、草、木、花、叶诸品，具有水性之物，取其新鲜的及时者，依法放入甑中，蒸馏得水，名之为露。”饮食之精华，可宣越流通，无处不到。用其能滋益精髓，长养肌肤，调和营卫。现代纯露沿袭其制作手法，且通过相关研究发现，纯露外用作用于皮肤时，因其低浓度易吸收的特性，可以起到给肌肤补水的作用，另外不同种类的纯露有着不同的特殊功效，例如玫瑰纯露可以起到抑菌、抗氧化的作用。

3.8.2 饮食有节，注重素食

我国自古以来便对饮食养生保健有了比较系统的认识，《内经》中便提出了饮食有节，为后世医家的食疗养生观奠定了基础。王孟英以《内经》为基础，在继承前人思想的基础上，同时根据自己的临证心得，阐发了自己的养生之道，“颐生无元妙，节其饮食已。食而不只其味，已为素餐；若饱食无数，则近于禽兽。”强调饮食有节律性，脾胃才能正常发挥其作用，将气血精微物质输送到全身，杜绝因体弱引起的疾病。此外他书中选中的食物中有很好的地体现了重视脾胃之功，书中食物大多具有甘味，符合脾胃之性^[76]。书中云“绿豆，甘凉，煮食清胆养胃……润皮肤，消浮肿。”，“地瓜，御风寒，益颜色”，“菘（一名白菜）甘平，养胃，解渴生津”。

在继承《内经》的合理膳食谨和五味的基础上，王孟英还有其特有的素食养生观。在饮食谱题辞中璟子鲁评价其在撰写时煞费苦心，因世人贪恋美味，以万钱满足自己的口腹之欲，对于损害神形的皆未收录。他认为肥甘厚味不可多食，以清淡洁净为主，强调谷

类和蔬菜在日常生命所需中的重要性，且多为诸病不及，“谷，食之本也；调和为制宜之具也，蔬果亦日用之常也，故曰饮曰食，而考之实辨之详”，如白菜、黄矮菜、萝卜、芜菁、黄花菜、冬瓜等。而膏粱厚味等肉类食品则不是人人都可食，“毛羽鳞介不言食，是非人人可常食也”。因此在毛羽鳞介的载录中，这些日常所见的肉类都强调了其禁忌之人，甚至不可日常食用，仅为病人可食，如“猪之脏腑，不过为各病引经之用，平人不必食之”“猪石子（外肾）无是病者勿食之”“猪脑，多食损人，患筋软，阳痿”。现代生活中，由于人们生活水平的提高，肉类常常作为主食出现在餐桌上，会导致脂肪的过多摄入，引起五脏的功能失衡，增加脏腑的负担，因此在日常生活中要学习王孟英的素食观，在选择适合自己的肉类的同时，注意谷物和蔬菜的摄入，不可偏食肉类。

书中在谈论猪胰泽颜时，不同于其他医家用作面脂涂抹于面部，而是通过食用起到痰垢潜消，无秽浊熏蒸之弊的作用，从而达到容颜自泽的效果。

总之，明清时期由于国家政治稳定、经济繁荣，科技技术的进一步发展和中外医药文化的交流，都为明清时期中医美容学的发展提供了客观条件的支持。中国传统美容学思想和社会普遍对美的追求，尤其是宫廷贵族的支持为中医美容学的发展提供了思想基础和动力。这一时期中医学的发展促使医家不断对前人美容经验的继承与创新，形成了明清时期中医美容学的独特特点。

4 明清时期中医美容学的成就与特点

4.1 明清时期中医美容学的主要成就

4.1.1 医籍中对美容内容载录丰富

明清时期对前人的经典著作的搜集、整理、校注和研究达到了高峰，涌现出了大量的文献研究的著作，出现了前所未有的文献总结的现象，出版了大量的医学综合著作，但这一部分仅仅是对前人的总结和继承发扬，而创新的内容较少。尽管如此，这些医籍对美容相关内容的载录使得已经佚失的医籍得到保存，仍然促进了中医美容学的不断发展。从这些文献中我们可以看出古人对美的追求是从古至今一直存在的一种社会需求，又在这种社会需求的催化下，使得大量前人在美容方面的民间验方和宫廷秘方得以保留至今。此外，诸多医家在整理时也加入了自己的经验或理解，在一定程度上丰富了中医美容学的内容，对美容学的发展作出了重要的贡献。《普济方》《医宗金鉴》均是对前人经验的总结，对美容疾病的诊断、病因病机、治法、方药载录十分详细，其中方药载录集明清以前中医美容方药之大全，对中医美容的临床和理论研究提供了重要的参考价值，书中载录的玉容散、水晶膏、美容膏、颠倒散等一直沿用至今。《外科正宗》《证治准绳·疡医》《审视瑶函》《疡医大全》等外科学专著对治疗美容载录颇丰，特别是对美容外科手术流程及外科手术器械的详细记载，提高了这一时期的美容技术尤其是中医整形外科、美容眼科及美容皮肤科水平。《本草纲目》《随息居饮食谱》《本草纲目拾遗》等著作在继承前人内容的基础上，载录了明清以前医家未曾载录或载录不详的药物，而且对外来成药也进行了收录，并详细地记载了其使用方法及来源，极大地丰富了中药美容的内容。《鲁府禁方》《太医院秘藏膏丹丸散方剂》《清太医配方》《慈禧光绪医方选议》等医籍中载有大量的宫廷美容秘方，以保健美容为主，其中龟龄集、七宝美髯丹等更是由明清传至现今仍在出售，龟龄集更是一度成为山西的著名品牌成药。其方药制作流程复杂且价格昂贵，但宫廷贵族的自幼养尊处优，其身体素质较之平民更加与现代人相似，研究其中载录美容保健药物对现代人的美

容护肤保健具有一定的借鉴意义。总结民间医家经验而成《串雅内外编》，在一定程度上对民间美容医学的发展起到了一定的促进作用，对研究民间医学美容的内容十分有价值。由于明清时期的重药轻针，这一时期的针灸美容并未有过多载录，仅在《针灸大成》及《普济方·针灸》中有少量的记载。这一时期出现了妇女美容装饰专著《香奁润色》，其中载录有大量的美容方药和保健妆饰品，体现出了这一时期社会对美容的需求之旺盛。

此外明代的张景岳的《景岳全书》，龚廷贤的《寿世保元》，薛己的《外科发挥》，杨希洛的《明目至宝》，刘文泰的《本草品汇精要》，贾铭的《饮食须知》，高武的《针灸聚英》以及朝鲜医家选载明以前撰述的《东医宝鉴》，田绵淮的《医方拾锦》、徐大椿的《兰台轨范》、佚名者的《卫生汇录》均收录有保健美容和治疗美容的相关内容。

4.1.2 治疗美容发展迅速，美容外科学传承创新

明清时期的治疗美容学由于西方解剖生理学知识的传入，外科医疗器具的创制及大型方书和综合性方书的面世，治疗损美性疾病的范围逐渐扩大，虽不能和现代医疗技术相比，但仍体现出了明清时期治疗美容学的繁荣景象。

4.1.2.1 治疗美容方剂传承与创新

明清时期的美容治疗方剂不仅是前朝前内容的继承，更是吸收了当时医家的经验，不断地完善与发展。明清时期国家长期处于稳定发展的状态，统治者也十分重视医学的发展，中医学经历上千年的经验积累，在此时期有条件也有必要对其进行一次经验的总结与传承。于是在此时期方剂学出现许多古今之集大成之作，其中最具有代表性的是《普济方》与《医宗金鉴》。两者均是对古今中外各类方药治法的大量辑录去杂取精而成。以灭瘢痕方为例，《千金要方》中载录的“灭瘢痕方”用药简单，以白僵蚕和鹰屎白两味药物和赋形剂白蜜组成，而后《太平圣惠方》增加了白芷、白附子、珍珠末、定州磁末四味药物，赋形剂也由白蜜变成野驼脂等六位药物组成，随着中医美容学的不断发展，明清时期的灭瘢痕方在继承前

人的基础上删繁就简，灭瘢痕方由白僵蚕、白鱼、白石脂、白附子、鹰屎五味药物组成，赋形剂改为更为常见的腊月猪脂。

明清时期丰富的美容理论及繁多的美容药物的涌现，也推动了美容方剂的发展与创新。在《本草纲目拾遗》中记载：“蔷薇露，可疗心疾，泽肌润体”，蔷薇露便是由蔷薇花加工而成，是明清时期出现新方药治疗类型。此外最引人注目的便是《普济方》中治疗头面瘡子的“美容膏”，方名中的美容二字反映出了明朝时期人们开始将美容作为日常常用词汇，反映出了这一时期对美容的重视。总之，明清时期的医家根据社会现实的需求及临床经验的总结，对明清之前的治疗美容方剂选择性地吸收，又在此基础上进行进一步的创新与发展，使得治疗美容方剂在这一时期达到了高峰。

4.1.2.2 整形外科手术记载更加详尽

早在《晋书》中便有论述缺唇修补术的论述，但这一治疗手段在明清以前并未有详细的记载。王肯堂在《疡医证治准绳》中详细记录了当时医家修补缺唇的详细手术方法，而后《疡医大全》在继承的基础上，对其进行了创新与发展，对缺唇手术麻药的制备及术后的护理方法载录十分详尽，其治疗流程基本与现代医疗手段相似。值得一提的是，在康熙年间，琉球国为了给皇室成员提供整形美容，专门派人来福建省学习缺唇修补术，由此可见明清时期的缺唇修补术技术之高超。《审视瑶函》作为眼科学的专著，在继承《证治准绳·七窍门》中的眼科解剖生理知识及眼部病症的基础上，结合自己的临证经验载录了许多损容性眼科疾病，其治疗手段如治疗倒睫的夹眼法和紧皮膏的使用极具特色，丰富了中医眼科美容的治疗手法，其眼科解剖理论客观上推动了中医美容眼科学的发展。《外科正宗》中记载了许多治疗损美性疾病的外科手术器械如针、刀、铜管、线等，且对其使用手法和适应症进行了详尽的描述。

4.2 明清时期中医美容学的特点

通过对明清时期社会背景、中医学的发展概况及这一时期中医美容学发展的突出成就进行归纳、整理、分析，发现明清时期的中医美容学主要呈现以下几个特点。

4.2.1 理论上突出整体辨证，美容手段发展全面

中医美容学是中医学的分支之一，其基本理论是随着中医理论的发展而发展的。明清时期中医美容的理论在继承前人经验的基础上，也获得了新的发展，对美容理论的探讨更加深入，认识到了各种致病因素与面部、皮肤、肌肉、筋骨、经络气血、脏腑之间的相互关系，以及疾病发生发展的过程。这一时期的医家开始认识到损容性疾病的发生虽然多为面部、五官、体表为患，但与人整体有着密切的关系，明清时期的医家在治疗损容性疾病时尤其强调了整体辨证的重要性。

《外科正宗》中载录了大量治疗损容性疾病的方法，其中很多疾病都采用内外兼治的手法，如治疗雀斑是采用外用玉容丸联合内服六味地黄丸，较之前人更加重视整体辨证，内外兼治的重要性。

《普济方》作为明以前方剂的集大成，其中汇集了明以前大量有效的美容方药，在对疾病系统性论述的同时，载有较多内外同治的方法。《外科精义》在诊断上开始将重视全身症状作为其中心思想，并以此作为辨证论治的根据。《疡医大全》虽以外科闻名于世，但反对前人首选外用腐蚀药治疗，反而强调使用内外兼治法。由此可以看出由明至清，医家对损容性疾病的论治逐渐由内外单独论治发展为内外结合整体论治。

明清时期，社会需求及中医学的发展促进了中医美容学的发展，这一时期的美容手段得到了极大地丰富与发展。内服美容方剂剂型除了汤、散、丸、膏、酒剂等基本剂型之外，还增加了露剂，宫廷之中还常用到代茶饮。外治法包括涂剂、洗剂、染剂、熏香剂、点剂、油剂、溶液湿敷剂及较为完善的外科手术法。其中以膏剂、丸剂、酒剂尤为具有时代特色。

膏剂的赋形剂十分丰富，如猪脂、羊驼脂、羊脂、牛脂、羊髓、牛髓、升麻油、酒、醋、蜂蜜等，其作用机理大多是取其滋润皮肤、悦颜色且易储存的特质；除此之外，还包括一些黏合作用强、有着较强附着力的赋形剂，如蜡、鸡子白、乳汁、阿胶、猪蹄汤、白陶土等。由此可以看出，膏剂在明清时期的广泛应用，诚如章次公所

言：“膏方之制，不见仲景、思邈之书，即金元四家亦未尝有焉。溯其所自，实始于明代注重血肉有情之物，为虚羸不足者辟一新途径。”

由于明清时期社会对美容需求大，一些美容药物常被做成成药出售，而丸剂方便携带及易存放的特点受到医家的广泛推崇，尤其是保健美容类的方药，常以丸剂出现。丸剂又可以细分为蜜丸、水丸、药汁丸、粥丸、蜡丸、酒醋丸等，但是值得注意的是，此时的医家并未考虑到防腐的问题，这些丸剂若长期存放会使药性减弱甚至失效，因此现今临床中在应用自制丸剂时应注意丸剂的量及贮存方式，以免达不到应有的影响疗效。

明朝时期对酒的态度十分宽容，取消了酒的专卖政策，实行酒税制，使得明朝酒业十分发达，因此明代的美容方剂中所收录的酒剂是明之前不能比拟的，仅《本草纲目》中便记载了许多美容保健类的酒剂，如当归酒、仙灵脾酒、菊花酒等等。在其他方剂配方中也可常见有酒的加入，如《香奁润色》中的洗面妙药使用酒调涂。虽然在清朝乾隆年间清政府为抑制粮价，实行了禁酒政策，但是酒剂在宫廷中仍然取得了一定的地位，如《太医院秘藏膏丹丸散方剂》中悦颜色、润肌肤、益气养血、轻身健步、乌须黑发的“长生翁头春”“神仙长寿露”等。

4.2.2 美容药物种类繁多，尤喜香药

明清时期官方和民间的对外贸易往来，加强了不同国家之间的医药文化交流，在进行医药理论交流的同时，也使得一部分具有美容作用的西药被医家载录在册，如《本草纲目》中山奈、番红花等。《本草纲目拾遗》中载记的丁香油、龙涎香、香草等，极大地丰富了美容药物的品种，给美容药物带来了一定的西式风采。《御香缥缈录》中记载，慈禧太后便是用这种外来的精油涂抹在脸上，可以使松弛的肌肤紧致起来，从而起到抗皱的作用。

这一时期的药物类型涉及广泛，分见于《本草纲目》不同部。《本草纲目》作为我国古代本草集大成之作，仅“面”篇中便载有160余味美容药物，分见于水、火、金石、草、谷、菜、果、木、

虫、鳞、介、禽兽、人部，如石膏、升麻、马齿苋、冬瓜仁、白柿、乌梅、密陀僧、珍珠、猪蹄、蚯蚓等。而后《本草纲目拾遗》又对其进行补充，增加了明中期至清中期《本草纲目》中未曾载录的美容药物和载录不详尽的美容药物，分见于水、火、土、金、草、木、花、果、谷、器用、鳞部。如蔷薇露、藏香、杨妃粉、铁线粉、露花粉、通木香、梅花、野蔷薇、椰中酒、稽豆、油胭脂、龙涎香等。《随息居饮食谱》《食疗本草》又补充了日常生活所见的美容药物，如菰菜、榆荚、芋、桃仁、胡桃、龙葵、绿豆、地瓜、白菜等。治疗和保健美容方剂在辨证求因的基础上采取不同的治疗法则，并根据不同的疾病选用不同的药物配伍，如疏散风热剂、疏散风寒剂、清热剂、祛湿剂、理气剂、活血化瘀剂、补益剂、腐蚀剂及食疗方，因此选用的药物种类也十分广泛。如手膏方（《普济方》）采用选用油脂较多的桃仁、杏仁用以补充皮肤油脂，辛夷、川芎、当归、红枣等补益、活血类的药物延缓皮肤衰老，选用牛脑、狗脑、羊脑胶、黏性的药物增加药物对皮肤的黏性、增加皮肤的光滑润泽度。犀角升麻丸（《医宗金鉴》）治疗火郁孙络而至的黑子，选用清血分热的水牛角，用以升麻、防风、川芎、红花、黄芩疏散风热、活血化瘀；生地、当归滋阴清热、养血活血。秘传二仙膏（《扶寿精方》）人参、山药、白茯苓、芡实、莲肉、糯米、粳米、蜂蜜、糖，食用有益肾水、养脾胃、固齿黑发的效果。由此可以看出，美容药物种类在明清时期出现使用数量众多，品种繁杂的局面。

无论是在民间还是在宫廷，人们认为香药是身份地位的象征，对香药的崇尚自古以来都是有增无减。随着对外交流的不断深入，泰国、印尼、波斯等地的香药传入后，丰富了香药的种类和使用范围^[77]。《普济方》中专门对“诸香”进行了载录，其中共载方 31 首，这些方剂主要起到香体香衣和悦心怡情的作用，如“令人身香方”。《香奁润色》中载录的香体润肤、润发香发、养颜美容、润唇白齿等美容保健方也大量使用了香药，如“洗面方：丁香、肥皂角、零陵香、檀香、茅草、藿香、白术、藁本、香白芷……绿豆，以上细末，每日洗面用。”《本草纲目》中详细介绍了大量治疗损

容性疾病的香药，如白芷、零陵香、川芎、细辛、藁本、香附等。香药在宫廷中的使用更为广泛，《鲁府禁方》《太医院配方》《清宫医案集成》《慈禧光绪医方选议》等医籍载录的宫廷美容保健药品常常使用品类众多的香药。此外，明朝宫中专门设有“香匠”一职，所谓香匠便是在宫中负责管理各类香料的调配，制作宫中贵人所使用的香体香衣物品。由此可见，明清时期无论是内服还是外用，是治疗美容方药还是保健美容方药都广泛使用香药。

4.2.3 保健美容发展迅速，宫廷民间区分明确

明清时期的保健美容化妆品发展迅速，在注重实用性的同时十分重视其使用感受及美观性，出现闻名中外的化妆品牌。美容之法离不开涂脂抹粉和面部修容，对面部常用的美白粉类化妆品的探索也一直在持续。米粉和栗粉在面部美白粉的配方中长期以来处于重要的地位，但由于其黏附性不强，常需要加入铅粉，但长期使用铅粉则会导致铅中毒。随着美容方药的不断丰富，面部美白粉逐渐由铅粉、英粉、栗粉等混合物转变成即可美白增加面部香气又可起到日常保健治疗的紫茉莉花种和香料末混合物。在《红楼梦》第四十四回中贾宝玉在安慰无辜被打的平儿时便有对此的描述，“宝玉说，这不是铅粉这是紫茉莉花种研碎了兑上香料制的，平儿倒在掌上看时，果见轻白红香，四样俱美摊在面上也容易匀净且能润泽肌肤，不似别的粉青重涩滞。”《本草纲目拾遗》中载录“紫茉莉，子名土山奈，取其粉，可去面上痣粉刺”。清代王灏在《光群芳谱》中载“紫茉莉，草本……子有白粉，可傅面，有黄白二色”。除了加入具有芳香作用的香料之外，在香皂的制作上则体现出了对花露的运用，将其加入化妆品中，可滋益精髓，长养肌肤，调和营卫，成为较为高档的化妆品。于清朝同治年间成立的中国历史上第一家化妆品企业孔凤春在其制作在“鹅蛋粉”时便加入不同香型的鲜花露水，使其香气久留不散，这种美白粉还一度拥有宫粉之称，可见当时化妆品的制作工艺之精良。《金瓶梅》中也记载了加入茉莉花的香皂，西门庆用茉莉花皂便是如此。

不同于唐宋时期保健美容的普遍流传，明清时期保健美容在民

间与宫廷贵族之间的发展相互区分明显。明清时期民间医家更加注重治疗美容的发展，对于保健美容方药及技法大多少而精，几味药或单一药物组成的美容方剂十分常见，如《香奁润色》中“太真红玉膏，杏仁、滑石、轻粉”“干洗透去垢方，藁本、白芷”，《串雅内外编》中的“香肥皂，肥皂、红甘松末、三柰末、细辛末、潮脑、红枣”，不仅如此，这些医家也考虑到保健美容方剂成本过高，普通老百姓会承担不起的问题，在转录或创制美容保健药时常选用比较廉价且常见的药物。而宫廷医籍中的美容保健方药在配方常加入许多名贵的药材，用料考究，制作流程复杂。

据明朝太医院吏目龚廷贤所著的《鲁府禁方》中记载，可香口生津的噙化上清丸，“五倍子打碎，去内末，净一斤，为细末，用水白酒曲二两亦为细末，二味合一处令匀却将细茶煎卤，冷和二味，如烙饼面样。放瓷盆内，上用瓷拌盖严，放木桶内。上下周围俱铺草，中间上用草拍盖住。次日验看，发动作热，用棍动，仍旧盖住，看盖上有页水擦净。如此一日二次，看搅擦水。至二七日尝之，其味凉甜为止。后合法前制中煎乘湿加南薄荷三两，白硼砂二两，砂仁、甘松焙玄明粉各为末五钱，将前共为一处，用梨汁熬膏，捣和为丸，任意化。加片脑尤妙。如无梨汁，用柿子霜白汤和之亦可。”其制作过程耗时十余天，足以看出宫廷保健美容的精细繁琐。宫廷中的保健美容药也常常采用名贵药材，不计成本。《清太医配方》中载录的“洗面玉容丸”主要功效为“治面生野气、酒刺、雀斑；黑暗不光，粗涩不，或如虫行；浴体，能除风痒，每日晨、临睡，如肥皂使用，久久自然有效。”其药物组成为“白芷、白丁香、白附子、羌活、独活、丹皮、三柰、甘松、藿香、官桂、排草；良姜、檀香、公丁香、肥皂面。”其中含有大量的芳香类药物，制作成本高昂。

由此可见，明清时期的美容保健类方药在宫廷与民间呈现两个完全相反的发展趋势，保健美容在明清两朝的宫廷得到了巨大的发展。

5 讨论

5.1 明清时期中医美容学发展的影响因素探讨

明清时期的中医美容学是在前人的基础上有继承，有创新，有许多突出的成就，形成了这一时期的自身的特点。与其他学科一样，中医美容学的发展也必然受到当时的社会文化环境等因素的影响。

5.1.1 政治、经济、科技、思想意识对中医美容学发展的影响

明清时期政治、经济高度发展，社会稳定，疆域逐渐扩张，促进了各民族之间的文化交流和融合，人们对美的追求也逐渐多样化。中央集权逐渐加强，有利于政策的统一，朝廷采取了一系列的措施提高人民的生活水平，促进社会的发展，如废除了工奴制、惩治贪官污吏、兴修水利、减轻赋税等，这些措施都促进了人口的不断增加和经济的发展。人们在温饱得到满足的同时开始有时间与金钱来妆饰美化自己，对美的追求也越来越强烈，从统治阶级到平民百姓都在追求着自身的完美。明代至清代前、中期在科技创新及文化发展，商品经济的发展促进了医药信息的交流与传播，药物的种植、贩卖也逐渐蔓延全国，开始出现了药材集散地和依地区划分组成的药帮，杭州甚至出现了专门的香料贸易市场，逐渐成为化妆品最重要的生产基地和贸易基地，延续至今的孔凤祥和谢馥春便发源于此。

明清时期，尤其是明王朝的造船业十分发达，为中外贸易奠定了一定的基础，客观上促进了明清时期的中外医学文化交流以及药物的流通与传播。如郑和七下西洋后，通过贸易带回了乳香、血竭、苏合香、安息香等药物；许多东南亚地区的国家真腊（柬埔寨）、泰国、爪哇（今印度尼西亚爪哇岛）、锡兰（今斯里兰卡）等国家通过郑和下西洋了解到了明朝的繁荣与强盛，都派使节进行回访，定期向大明朝贡。清朝因为政策上的闭关锁国和对商品经济的打压从而使得民间走私贸易昌盛，许多中国商人活跃在马六甲海峡地区从事药物贩卖。通过进贡和民间贸易等形式将其特有的药物如沉香、丁香、没药、芦荟、樟脑、犀牛角、象牙、檀香、龙涎香、燕窝、珍珠等运送到中国，其中包括有许多美容类的药物和成药制剂，

不仅丰富了中医美容的药物种类，还被吸收到方剂中，创立了美容方剂的新剂型。例如茶靡露，这是收集茶靡花上的露水所成的露剂，由暹罗、满刺加的商人带至占城，占城的妇女将其与香蜡调和以后用来护发，而后随着东南亚等地区的朝贡来到明代宫廷^[78]。

在思想意识方面，由明至清不断的发展变化，明初继承前朝的理学和心学思想，道教的逐渐盛行，以及明末到清的经世致用与尊经复古的思潮，都对中医学的发展产生的不同程度的影响。明朝以后随着对外医药文化的交流不断加强，不仅对外输出本国的医学思想及书籍，西方传教士也将西方的生理学、解剖学、神经学等方面的知识带到中国，在清代康熙皇帝的支持下，西方传教士还在宫廷中自制西药，设置了与西方类似的实验室和实验室器材，给中国医家打开了认识其他国家医学的窗口，为中医学的发展带来了积极的影响^[79]。清代后期，随着封建王朝由盛转衰，雍正帝禁止传教士传教的禁令使得许多西方传教士开始把注意力转向探讨中医药文化，也间接给中医美容带来了西方的美容学知识，从而促进了中医美容方法的融合与发展，例如在《本草纲目拾遗》中记载了桂花露、玫瑰花露、薄荷露、兰花露等大量的露剂的主治功效和炮制露剂的方法。

5.1.2 中医学对中医美容学发展的影响

中医学在明清时期发展迅猛，甚至可以称之为古代中医学发展的巅峰。

这一时期中医药的发展特点主要是对中医经典著作的整理、校对、注释和研究，涌现出了大量的文献研究的著作，形成医药文献总结的热潮，而且出版了大量的综合性的医书。这些医学著作文献浩大，博古通今，在反映中医学体系的同时，也更加注重临床，同时考证了前朝佚失的内容和载录了当今医家的经验，间接给中医美容学带来了新的内容。如明代朱橚主持编纂的《普济方》和清代吴谦奉旨编纂的《医宗金鉴》，书中记载了大量的保健美容和治疗美容方剂，并附有病因病机的论述，这对中医学美容理论研究和临床都有很大的借鉴作用，中医临证各科也有了长足的发展。从中医美

容学角度我们可以看出，随着明清时期纺织、印染等工业的发展，使得损容性职业病的发病率较之前代增高，如水渍疮、日晒疮、皴裂疮等，医学界对此也十分重视。

此外，至明中后期，药物学发展十分迅速，出现了《本草品汇精要》《本草纲目》《本草纲目拾遗》等列目详细，叙述精要，系统全面的本草学巨著，是对明清时期的一次全面的药物总结，不论是广度还是深度，均对中医学的发展有着深远的影响。另外这一时期的本草专著内容也十分丰富，极富有地方特色的《滇南本草》，药物炮制方面颇有建树的《炮制大法》，详细介绍药物并绘制精美图谱的《植物名实图考》以及不同版本的《食疗本草》，都从不同的角度展示出明清时期的药物学的发展情况，同时也拓宽了中医美容学的药物应用。

从医政制度角度看，在地方医疗教育上达到了高峰，设有三级医学教育机构，有着完善的考核制度，为确保太医院医生的医疗水平，选拔时采用考选和地方推荐^[80]，但是并不意味着被推荐的医生就高枕无忧了，还需通过不同的考核才算合格。明清时期很多著名的医家都曾在太医院就职，如李时珍、薛己、马蒔、楼英、黄元御，这些医家将自身的经验应用于宫廷医疗之中并根据宫廷贵族养尊处优，体质较弱，多食膏粱厚味之物的特点加以改进，同时宫廷贵族自身也十分重视美容养颜及身体保健，从而使得这些医家的美容保健方药及理论得以发挥^[81]。

5.1.3 中国传统美容学思想的影响

中国自古以来就有着自己独特的审美思想，这些审美思想是我国传统文化和思想中的一部分，不可避免地影响到医家的思维和审美意识，它贯穿于中医美容的诊断治疗全过程，对中医美容学产生了不可低估的影响。

5.1.3.1 健康美与中医美容学

身体健康是一切美的基础，而健康美又不单一地指躯体的健康美，还包括心理的健康美。只有二者相结合才能体现出一个人的美感，缺一不可。《内经》曰：“有诸内，必形于外。”脏腑正常运

转才能使得面色红润，肢体矫健灵活才能体现出人的躯体健康达到外形美。倘若脏腑功能紊乱异常，气血津液失调，则不能维持人体的正常运转，就会产生损容性的疾病，例如肾精不足引起的须发早白和脾胃湿热引起的酒渣鼻等。而心理的健康一方面体现在情志上，不同的情志刺激引发不同的损美性疾病，从而影响外形美。例如，思虑过度引起心脾两虚而造成早衰、面部萎黄。另一方面体现在七情的外在表象如声音、表情等，忧思过度时的皱眉蹙额、生气时的怒发冲冠等都会对外在美产生一定的影响。预防损容性疾病发生的关键在于调和，也就是人体的气血、脏腑、情志之间的相互调和。正是因为一个人的心理状态和生理状态都直接体现在人的容貌上，所以古代医家十分重视整体美以及对其有着正确的认识，人体的美是自然美与修饰美的统一，是局部与整体的统一，其在学习上多采用内外兼治的方法，而且在一些外用化妆品上除了基质以外还会添加相应具有治疗作用的中药，如治疗面黑时会加入白芷、白附子等白色药物，以达到以色治色的目的。

5.1.3.2 强调自然之美

从自然审美的角度来看，人与其他客观存在的动植物一样，都是大自然的一部分，是大自然的产物，人们对自身的审美也应如其他事物一样，是自然而然的事情^[82]。自然审美在封建时代一直存在，在明清时期达到了高峰，阴阳学说及天人合一的思想在我国的哲学思想中一直都占据着较高的地位，均认为无论美的创造过程是怎样，是天然未经雕饰还是修容之美，都应该符合自然规律，人与自然是一个有机的整体，只有遵循自然规律，人与自然协调统一才能健康地成长发育，才能提供人体美的基础，这体现了遵循自然的美学思想^[83]。阴阳学说的美学意义不仅体现在艺术领域的方方面面，更在于它具有我国美学思想奠基意义，其蕴含的“自然美”的思想不仅对中国人的审美产生了极大影响，还渗透到了中医学体系中，使得我国的医家在对人体美进行维护和塑造的时候都尽量追求自然的审美和质朴的美。不论是驻美抗皱美白还是养生长寿，在根本思想上都是探求美的根本，通过治疗达到一种不雕饰的自然美。因

此明清时期的医家在治疗上都偏向于药物治疗，而对非治疗性的整形美容的研究较少，体现了对自然美的追求与崇拜。

5.1.3.3 重视“神韵”

神韵美是指审美对象的内蕴之美，与外在的形式美相对立，中医美容学特别强调神韵美。《诗经》中的“巧笑倩兮，美目盼兮”便是对人活力美的表述，很好地展示了美人的神韵。在中医美容学中，神韵就是体现了生命的活力美，而“得神”就是人体活力的外溢，因此在中医学中也突出强调了神的重要性，中医美容学作为其分支，自然也强调这一点。张介宾在《类经·针刺类》中载“无神则形不可活”“神去离形谓之死”等，都强调了神的重要性，这是对中国传统思想重神轻形思想的丰富发展，是具有中国民族特色的一种审美思想，同时也展示出了中国传统审美的时代特征^[84]。这一思想投射在中医美容学的实践中便是医家更加重视人由内而外散发出来的“活力”。人作为审美的主体，对美的追求也同样会影响医家的临床诊治。李渔在《闲情偶寄》中说：“态之为物，不特能使美者愈美，艳者愈艳，且能使老者少而媼者妍，无情之事变为有情，使人暗受笼络而不觉者。女子一有媚态，三四分姿色，便可抵过六七分”^[85]，强调了人在举手投足之间的动态活力显示的美态对人体外形美的重要性。因此，明清时期作为中医美容学的集大成时期，其医籍对这一思想的实践十分突出，保健美容中创建塑造身形之美的内容颇为丰富。

5.2 明清时期中医美容学成就对现代医学的指导意义

从医学文化角度，我们可以看出，不论是贫民阶级或是贵族阶级对美容一直有着很大的需求，但是这种需求对于封建时期的女性而言带有一定的二重性，一方面她们作为主体主动地选择了保健美容或治疗美容的手段来达到美化自身的目的，另一方面，她们又是在封建社会的美貌追求下被动选择的行为者，女性通过将当时的审美要求付诸于实践，例如缠足和一味地对白的追求^[86]。西周之后，女性的地位逐渐下降，以男性为中心的社会意识逐渐占据统治地位，男性主导的社会使得女性逐渐变成了男性理想中的模样。此外，

社会中文人对小脚文化、阴柔美和白皮肤的过度吹捧，无疑是一种病态的审美观，助长了缠足之风、崇尚阴柔和美白皮肤的风气^[87~88]。因此在现代医学的临床实践中，医生要提高自己的审美修养，根据患者自身的身体情况进行相关的美容手术，不能单纯地依赖当下审美意识进行机械性的美容复刻，要结合患者自身的独特性创造出属于患者自身的魅力。

从医学角度看，明清时期文献中记载的治疗美容和保健美容的方法是继承了前人的经验方和外科手术疗法，这些美容手段经过长期的实践具有显著的效果才得以流传至今。因此在现代临床实践中，应挖掘古代医家的美容经验，并与现代临床实践相结合，从而形成具有中国特色的美容疗法。一方面可以使得祖国的美容医学得到相应的发展，另一方面，可以通过中医的内服外用治疗一些常见的皮肤性损容性疾病，减少患者的激素药物和手术的应用。

5.3 明清时期中医美容学特点对现代美容方药应用的指导意义

5.3.1 香药在美容日化及保健品中的应用

现代医药研究中并未对香药给出准确的定义，本文所论述的香药是药物本身具有香气或经过加工后可散发出芳香气味及虽本身没有香味却在制香中应用到的药物，按照种类可以分为植物类、动物类、矿物类三种。通过对明清时期中医美容学的特点总结可以发现，香药在美容化妆品及保健品中被广泛的应用，且起到了显著地疗效，因此我们应该深入挖掘香药的用法，充分结合古法制作工艺与现代工艺，加强科研机构与美容日化、保健药业等企业的合作，实现多学科多领域的交叉发展，将祖国医药广泛应用现今的美容日化产品及保健品中。笔者概括总结了香药的现代研究应用方向。

5.3.1.1 香药在香口、香体、香室方面的应用

在口腔护理方面，香药可起到香口除臭的作用，如香茶饼（《古今医鉴》）：孩儿茶、桂花、薄荷叶、硼砂研末，用甘草煮汁，熬膏做饼。洗香丸（《鲁府禁方》）：孩儿茶、砂仁、白豆蔻、沉香、麝香、片脑、细茶。香药在不同的方剂中配伍还可以起到清热解毒、杀菌消炎、通窍止痛的作用，如升麻黄连丸（《奇效良方》）：升

麻、陈皮、黄连、黄芩、生姜、檀香、生甘草，研末水浸蒸饼为丸，可以治疗由于脾胃蕴热所导致的口臭，书中言其可以治疗食肉口臭。明清时期的医籍中载录有许多配方详尽且香味多样化的熏衣方、香体方，如香发散（《慈禧光绪医方选议》）：零陵草、辛夷、玫瑰花、檀香、川锦文、甘草、粉丹皮、山奈、公丁香、细辛、苏合油、白芷。通过应用这些方剂可以悦心醒神、避秽防病。加强对这些香方组成的深入研究，可以启发现代的熏香市场，增加中药熏香的应用，使其广泛应用于香水、香氛、空气清新剂、洗衣皂等产品使其同时具有养生防病的功效。

5.3.1.2 香药在护肤护发等方面的应用

明清时期的医籍中记载了许多由香药构成的面脂、面膏、面膜、洗发、洗脸的方剂，这些方剂不仅有保健作用还有治疗作用，主要有美白祛斑、润发长发、洁肤润肤的功效，因此可以在护肤品中增加中医药的应用类型，如洁面膏、润肤霜、洗发护发剂等。如加味香皂方（《清宫医案研究》）：檀香、木香、丁香、花瓣、排草、广陵香、皂角、莲子心、甘松、麝香、冰片。香发木犀油（《医方类聚》）木香、香白芷、梅花、甘松、玫瑰花、桂花、蔷薇花、藿香等。

5.3.1.3 香药在保健品方面的应用

随着我国人口老龄化的加重，亚健康群体的增多，大健康理念开始流行，人们对保健品有着强烈的需求，而香药的成分中含有大量的挥发油成分，药性浓厚，性善走窜且具有芳香化湿、醒神开窍、消毒抗炎等多种功效，可以起到调节脏腑，促进机体功能恢复，防病治病的作用。清代最为著名的香药类的保健用品为安息香葆元贡带，是一种腰带形状的保健品，其中含有大量的香药，如安息香、麝香、丁香油等。使用时将其贴肉束腰，具有补虚强身，延年益寿之功^[89]。由此我们可以根据现今社会的需要及临床经验的总结研发出香药枕、香药被褥、香药袋、香药口罩、香药鞋垫等香药保健品。

5.3.2 重视美容食品的现代化发展

明清时期的美容剂型多样，但是其中药膳和饮剂的应用对现代

医药的发展具有一定的启发意义。传统医学中论述的药膳不仅起到保健作用，对损容性疾病也具有一定的治疗作用，通过日常饮膳既可以饱腹享受，又可从内部调节脏腑气血的平衡，在保健美容中发挥着重要的作用，这些药膳制作简单、取材方便，如鲤鱼汤、枸杞粥、猪蹄汤、八珍糕等，加大对其的研究推广，方便人们在家中自己制作，同时也在一定程度上增加了传统医学的影响力。饮剂在本文中指的是植物或果实的新鲜汁液、萃取后的露剂、代茶饮、酒剂，如红颜酒、阳春酒、菊花酒、桃仁酒、黄精酒、麻黄宣肺酒、双花茶、桂浆、金银花茶、玫瑰花茶、茉莉花茶等，这些饮剂与现代技术相结合可以使其方便携带，随时随地的购买和饮用，值得我们深入研究。

5.4 保健美容品的阶层性差异的原因

通过对明清时期中医美容学的成就和特点进行分析，看出保健美容品不同于晋唐时期的广泛流传，反而出现了阶层性的差异，多存在于宫廷医籍之中，且多为秘而不传的秘方，在民间医家所著书籍中和综合性的医学巨著中都少有载录，究其原因可能是由于保健美容品使用的阶层性所致，而导致保健美容品阶层性的原因笔者认为主要有以下两个方面：

5.4.1 保健美容品的价格高昂

明清时期保健美容药品的制作流程十分繁琐，耗时耗工，其中所包含的药物也多属于名贵药材甚至包含一些外来药物，又因一些保健美容药物常做成丸剂和散剂等成药进行出售，因此造价十分昂贵。关于明清时期的成药的价格的载录，笔者并未搜索到许多，此处以《同生集》中记载冒襄请朝天宫道士袁汝和配制药丸五颗花费二两银子的记载进行推测，文中虽然并未言明该药丸所治何病，但是由此可以看出，明清时期的成药在当时的价格并不便宜。其中生药的价格，尤其是美容保健药常用的药材价格更是高昂，《广州府志》中记载，舶来之品龙涎香，民间少有出售，得此甚难，每两可达百金；《明史料丛刊》中记载海狗肾，其或得一枚真的，为有势力者夺取，可值二三十两；万历年间的牛黄一两价值六两白银；人

参的价格更是在明清时期一路飞涨，明初的人参价格一斤约合一钱五分而到了明末人参价格可达一斤十六两白银；明代太医院采购药材的价格基本与市场价格一致，《明清史料·乙编》中载有兵部购买药材的价格，其中包括一些具有美容功效的单味药物的价格，据此我们可以推算出当时的药材价格。如胡椒（3800文/斤），花椒（2400文/斤），朱砂（1400文/斤），细辛（2000文/斤），附子（一两/斤）等^[90]，虽然这些药物在方剂配伍中较少，有些药物价格也并不高，但是美容保健类药物需要长期服用才有效果，与贫民百姓的收入相比其价格并不低廉。《中国货币通史》中记载在京都工作的佣工一日仅得银钱二十余文，辛苦工作一月，才有一两银左右，刨除生计所需，所剩无几^[91]。因此，对于平民百姓来说，美容保健药物的价格是难以负担的。

5.4.2 古代宫廷贵族对抗老防衰的追求

对美容养颜、延年益寿的向往是历代皇室共同追求，因此保健美容品是皇室宫廷的必备之品，皇室帝后、嫔妃常常要求御医为其拟定美容养颜、抗老防衰的方药，以供其长期使用，明清时期的帝后也不例外，如深得明清两代皇帝喜爱的龟龄集，其在明世宗年间便被奉为御用圣药，而后一直到清末宣统年间，乾隆帝更是称其为“不可一日不用”。明清时期，上至帝王宫眷和朝廷百官都十分重视自身的修容，如《万病回春》中载有“皇帝涂金容面”一方，可以看出万历帝在睡前会使用养颜美容方。其首府张居正也十分追求美容华服，史书中这样评价：“故相江陵公，性喜华楚，衣必鲜美耀目，膏泽脂香，早暮递进，虽李固、何宴，无以过之”^[92]。不仅如此，帝后还常常对美容保健品提出建议，乾隆十二年，乾隆曾传旨太医院修改“桃香皂”的配方，另其减去白酒。慈禧太后的美容方法则是十分先进和规范化，她每天在用过晚饭后，会服用上好的珍珠粉末，而后再将鸡蛋清涂在脸上，半小时后洗掉，再涂忍冬花花露，这一套美容程序与现代美容院的流程相仿，此外，慈禧太后还用两三寸的玉棍在脸部滚动以防止皱纹的增加^[93]。因此可以看出宫廷对保健美容品的重视程度，正是因此才得以在宫廷中获得

长足的发展。由于宫廷医案的保密性，使得这些美容保健品的药物组成、制作方法未能流入民间。

5.5 关于促进中医美容学发展史研究的思考

中医美容学发展史的研究是以中医美容学自身的发展规律及其历史为研究对象，而中医美容学又是中医学的一个分支，其中涉及到的内容繁多，包括本草、方剂、整形外科、皮肤科、眼科等多方面的内容，但是目前对这方面的研究尚薄弱，笔者在研究中遇到了许多问题和困难，因此将一些值得思考的问题进行讨论。

5.5.1 加强对中医美容学文献的系统整理

对中医美容学的发展史的研究主要依靠的是目前存在的相关古今文献，但中医美容学涉及到内容十分繁多复杂，与许多其他学科交叉杂糅在一起，查找起来十分繁琐。因此，对浩如烟海的古今文献进行系统的整理、分类、提炼，并从中探求中医美容学的发展规律是研究中医美容学发展史的一个重要问题。

以往的研究表明，对中医美容学的文献研究主要集中在以下几个方面：对中医美容学发展史的简略研究，但并未进行深入地挖掘与探讨；对现存的本古代文献中涉及到中医美容的部分对其用药特点或美学思想进行探究；对某种损容性疾病的古今文献研究等。这些对中医美容发展研究打下了一定的基础，但是中医美容发展史研究的目的是认识中医美容学在不同时期的发展状况，理清中医美容学的总体的发展脉络，对中医美容自身的发展历史进行回顾性研究。但是目前为止，对中医美容学的文献整理仍然是处于边缘状态，杂糅在中医学的各科之中，仅仅是目前对中医美容学研究很难探求到中医美容学的发展规律。

上述问题是笔者进行明清时期中医美容的发展研究的时候遇到的困难之一，因此深入中医美容的文献研究对发展中医美容学十分有必要，有一定的现实意义。

5.5.2 加快对古文献整理中命名的标准化

从古至今，无论是本草、方剂还是疾病在不同时代都有其自身发展的特点，而且因为医家的地域不同，其对疾病和方药的命名也

经常出现同药异名、同名异方、同病异名的现象。如“轻身”一词，中医理论认为其既有减轻体重的意思，又有使人行动轻便敏捷的含义，但医家载录时都采用“轻身”一词，并未做明确的细分。古代命名的不规范化给中医美容的文献整理与挖掘带来了一定的困难，尽管现今对中医学的命名标准化进行了研究与探讨，但是还有较为冷门许多研究的内容未进行标准化处理，这样不仅不利于中医美容学走向国际化，更不利于现今的研究。

6 结论

通过对明清时期中医美容学的相关内容进行分析可以看出，这一时期的中医美容学受到多重因素的影响，形成了自己鲜明的特点。

明清时期社会稳定，经济水平不断地发展，使得人们在解决温饱问题的同时，对美的追求也日益强烈，这种强烈的社会需求，要求医家关注美容方面的内容，从而促进了中医美容学的发展。各民族之间医药信息广泛交流与传播，美容药品的流通也蔓延至全国。

随着科学技术的不断发展，先进的造船技术，为中外贸易奠定了基础，促进了中外医药文化的交流。伴随贸易和朝贡两种形式进入中国的各类药物丰富了中医美容的药物种类，促进了美容方剂剂型和组成的创新。此外，西方传教士也将解剖学、生理学、神经学及西方的制药技术等带入中国，也对中医美容学的发展起到推动作用。

明清时期大型综合性医书和方书的出现丰富了中医美容学的基本理论和方剂类型，药物学的迅速发展也拓宽了中医美容学的药物应用。

地方医疗教育的发展为民间医家进入宫廷医疗机构提供了机会，同时也使民间的美容医疗经验进入到宫廷医疗系统中。

中国自古以来就有着自己独特的审美思想，这些审美思想是传统文化和思想中的一部分，不可避免地影响到医家的思维和审美意识，健康美、自然美和神韵美贯穿于中医美容的诊断治疗全过程，形成了中医美容独有的治疗特色。此外，统治者的重视及社会风气的影响，对中医美容学的发展也产生了重要的影响。

由此，明清时期的中医美容学在多重因素的影响下，形成了自己独有的成就及特点。

明清时期中医美容学的突出成就主要表现为三个方面：其一，医籍记载的美容内容颇丰，推动了中医美容学的发展。其二，治疗美容发展迅速，美容外科学传承创新，形成了具有中医特色的美容

疗法。其三，为后续中医美容学的发展奠定了基础，对现代美容日化、保健品及美容食品的研发具有指导意义。

明清时期中医美容学的特点可总结为以下三点：其一，理论上突出整体辨证，美容治法丰富全面。其二，美容药物种类繁多，尤喜香药。其三，保健美容发展迅速，宫廷民间区分明确。

明清时期是古代中医美容学发展的鼎盛时期，在继承前人经验的基础上，根据当时的医疗状况发展出属于自身时代特色的内容。其中损容性和保健性美容的理论和治疗方法及美学思想对现今中医美容学的发展具有一定的借鉴和指导意义，同时对现代社会人们盲目追求“人工美”的想法具有一定的警示作用！

致谢

行文至此，意味着我的硕士阶段就此落幕，始于 2018 年秋，终于 2021 年夏。三年的时光，给我留下的一些成绩，也有一些遗憾，但是更多的是感谢。

饮水思其源，学成念吾师。三年前，我来到了医史文献专业就读，我的导师孙丽英教授教会我的不仅是知识，也在生活上教会我许多道理。从论文的选题到设计提纲及多次的修改至定稿，每一个环节都离不开导师对我细心的指导和帮助。不论是在假期还是深夜，大到理论问题，小到标点符号，导师始终不厌其烦的回答我的问题，尤其是在我思路不清晰的时候，您每次提出的问题都能让我有醍醐灌顶的感受。同时感谢常存库老师、郭宏伟老师、程伟老师、殷平善老师、刘雅芳老师等各位老师给我的指导和建议，让我在论文撰写中少走许多弯路。感谢医史文献学科的各位老师和同学，在我学习生涯中给予我的帮助、鼓励和支持。

我还要感谢我的家人，在我求学生涯中无私的支持和默默的付出，正是因为你们的支持，才让我圆满完成了求学之路。

最后，祝大家保持对医学的热爱，下一段路程，我们再见。

参考文献

- [1]王冰（注）.黄帝内经[M].北京：中国古籍出版社，2003.
- [2]傅维康、李经纬、林昭庚等.中国医学通史（古代卷）[M].北京：人民卫生出版社，2000.
- [3]谷瑞丽.山海经[M].武汉：崇文书局，2007.
- [4]马王堆汉墓帛书整理小组.五十二病方：马王堆汉墓帛书[M].北京：文物出版社，1979.
- [5]张德芹.《神农本草经》中美容药物的整理和作用探讨[J].天津中医学院学报，1998(03)：31-33.
- [6]（晋）葛洪.肘后备急方 [M].天津：天津科学技术出版社，2005.
- [7]（唐）房玄龄.晋书（一）[M].北京：中华书局出版社，1974.
- [8]（唐）房玄龄.晋书（十）[M].北京：中华书局出版社，1974.
- [9]栾宜桦.葛洪的美学思想研究[D].南京：南京中医药大学，2006.
- [10]王雅丽.略论晋唐之医学美容[J].吉林中医药，2005(04)：1-2.
- [11]张继平.《食疗本草》的中医美容学成就及其价值[J].浙江中医学院学报，1990(04)：38-39.
- [12]黄霏莉.孙思邈对中医美容的贡献[J].江苏中医，1997(07)：39-40.
- [13]刘明珠.《外台秘要方》美容方剂用药特色研究[D].南京：南京中医药大学，2012.
- [14]田文敬.略论宋代医著《太平圣惠方》学术特色[J].上海中医药杂志，2006(08)：55-56.
- [15]（元）许国祯.御药院方 [M].北京：中国古籍出版社社，2015.
- [16]（元）忽思慧.饮膳正要 [M].北京：中国医药科技出版社，2011.
- [17]马堪温.中医兔唇修补术史考证[J].南京中医药大学学报（社会科学版），2001(02)：72-76.
- [18]邓红.《本草纲目》医疗美容方法简论[J].时珍国药研究，1995(04):1.
- [19]董帆.《普济方》美容方药研究[D].沈阳：辽宁中医药大学，2012.
- [20]浙江省中医研究所编，（朝鲜）金礼蒙著.医方类聚（卷169-205）[M].北京：人民卫生出版社，1981.
- [21]朱文妍，韦艳会.《外科正宗》关于中医美容的书作特点及思路探析[J].

中华中医药杂志, 2019,34(04): 1650-1652.

[22] (清) 吴谦.《医宗金鉴》[M].北京: 人民卫生出版社, 2006.

[23]刘筱玥.《香奁润色》文献与学术价值研究[D].南京: 南京中医药大学, 2012.

[24] (明) 龚廷贤.鲁府禁方 [M].北京: 中国中医药出版社, 1992.

[25]陈可冀.清宫医案研究 [M].北京: 中国古籍出版社, 2003.

[26]黄昕, 徐姣, 马伟.中药黄芪医疗美容应用与展望[J].中国美容医学, 2017,26(05): 123-125.

[27]缪仕栋.自拟祛黄褐斑汤治疗黄褐斑 60 例疗效观察[J].皮肤病与性病, 2017,39(06): 438-439.

[28] 杨东清, 蔡云, 吴承艳, 等.桑柏生发剂治疗脱发的临床观察[J].中国临床研究, 2020,33(10): 1400-1406.

[29] 张晓林.清消法治疗湿热型面部皮炎的随机、对照试验研究[D].北京: 北京中医药大学, 2019.

[30]桂瑶, 袁琼.银翘散配合中药外洗治疗痤疮的临床观察[J].光明中医, 2017,32(16): 2371-2372.

[31]方烨.中药面膜联合 IPL 治疗痤疮炎症后色沉的临床疗效观察[D].南昌: 江西中医药大学, 2019.

[32]周莉江, 肖隆祥.初探中药在美容化妆品中的应用[J].海峡药学, 2018,30(08): 25-27.

[33]吴艳, 黄蜀, 童丹丹, 等.耳尖放血配合局部围刺治疗气滞血瘀型黄褐斑 60 例[J].中医外治杂志, 2010,19(03): 11.

[34] 王彩霞, 郭建红, 殷振海, 等.刺络放血拔罐疗法治疗肝郁气滞型黄褐斑的临床观察[J].世界最新医学信息文摘, 2019,19(87): 224,229.

[35]王远庆.刺络拔罐法加穴位注射治疗黄褐斑 110 例[J].中医临床研究, 2012,4(03): 54-55.

[36]高兰.中医针刺结合刺络拔罐在治疗痤疮、黄褐斑等面部损美性疾病中的应用[J].中国中医基础医学杂志, 2014,20(10): 1403-1405.

[37]林敏红, 陈凤丽.皮肤针在针灸美容治疗中的运用[J].中国医疗美容, 2016,6(08): 67-69.

- [38]陈苇苇, 王洁钰.关元穴在针灸美容中的应用体会[J].湖北中医杂志, 2018,40(07): 51-52.
- [39]王艳姣, 迮侃, 卢怡, 等.火针治疗寻常疣的临床观察[J].上海中医药杂志, 2020,54(03): 82-96.
- [40]邓燕, 杨柳, 安胜利.不同浓度的中药刺蒺藜对黑素细胞和酪氨酸酶的作用[J].第一军医大学学报, 2002, 22(11): 1017-1019.
- [41]弓晓杰, 陈丽荣, 孙印石, 等.桔梗中抑制酪氨酸酶活性成分的研究[J].中药材, 2004(04): 257-259.
- [42]黄亚菲, 顾立刚, 谢鸣, 等.玉屏风散不同剂量配伍对小鼠免疫功能影响的研究[A].中华中医药学会、中华中医药杂志社.全国中医药科研与教学改革研讨会论文集[C].中华中医药学会、中华中医药杂志社:《中华中医药杂志》编辑部, 2000: 6.
- [43]高合意, 雷登凤, 程树军, 等.当归提取物对毛发生长作用的体外与体内研究[J].日用化学工业, 2020,50(12): 867-874.
- [44]王財源.中国伝統医学における皮膚美容の文献的検討『黄帝内経』にみえる鍼灸美[J].日本東洋医学雑誌, 2014,65(3)133-137(6): 14105.
- [46]V.S. Thibane,A.R Ndhlala, J.F. Finnie,et al. Modulation of the enzyme activity of secretory phospholipase A2,lipoxygenase and cyclooxygenase involved in inflammation and disease by extracts from some medicinal plants used for skincare and beauty[J].South African Journal of Botany,2018,122:475-483.
- [47]Akhilesh Gupta,Swati Rawat. Clinical importance of aloe vera:Review[J].Research Journal of Topical and Cosmetic Sciences,2017,8(1):30-39.
- [48]Kim Myeong Wook, Lee Eun Ho, Kim Ye Jin, et al. Beauty food activities of wild-cultivated Ginseng (Panax ginseng C.A. Meyer) ground part[J].Journal of Applied Biological Chemistry,2018,61(1):33-38.
- [49] Jeon J H, Hong S U. The Effects of Jawoongo (紫雲膏) on UVB Damage to Skin And Photoaging[J]. Journal of Korean Medicine Ophthalmology & Otolaryngology & Dermatology, 2007, 20(1): 130-144.

- [50]黄霏莉.中医美容学[M].第2版.北京:人民卫生出版社,2005:1-7.
- [51]高学敏,党毅.中医美容学[M].北京:中国科技出版社,2000:1-4.
- [52]李时珍.本草纲目(金陵初刻本)[M].合肥:安徽科技出版社,2001.
- [53]苗国勇,卢永屹.卢永屹运用花类药治疗黄褐斑经验[J].湖南中医杂志,2019,35(10):40-42.
- [54]张存福,赵富良.鸡蛋的功能和用处[J].山西农业:畜牧兽医版,2007,5(3):28.
- [55]刘圣金,乔婷婷,林瑞超,等.含矿物药外用制剂的临床应用研究进展[J].中成药,2016,38(08):1797-1804.
- [56]孟祥才.王莽传[M].北京:人民出版社,2016.
- [57]张月波.中医对狐臭的治疗[J].江苏中医,1962(07):41.
- [58]余剑萍.试论《本草纲目》中美容方药应用特色[J].时珍国医国药,1999(09):713-714.
- [59]卜平.《本草纲目》美容学思想初探[J].辽宁中医杂志,1987(05):10-12.
- [60]伍晋,刘韬,袁香凝.从肝论治损美性疾病[J].江西中医药,2010,41(01):20-21.
- [61]钟毅.李时珍与《本草纲目》[M].上海:上海人民出版社,1973:4.
- [62]裘沛然.中国医籍大辞典[M].上海:上海科学技术出版社,2002.
- [63]董帆.《普济方》美容方药研究[D].沈阳:辽宁中医药大学,2012.
- [64]李翠云,曹兰秀.《普济方》疮疮外治方白色药物应用浅析[J].现代中医药,2016,36(04):64-67.
- [65](明)陈实功.外科正宗[M].北京:中国医药科技出版社,2011.
- [66]李春艳.《外科正宗》饮食护理思想探要[J].中医药导报,2011,17(06):116-117.
- [67]朱文妍,韦艳会.《外科正宗》关于中医美容的书作特点及思路探析[J].中华中医药杂志,2019,34(04):1650-1652.
- [68]刘筱玥.《香奁润色》文献与学术价值研究[D].南京:南京中医药大学,2012.
- [69]黄青,张佳琪,彭胜男,等.盱江名医龚廷贤美容学术思想研究[J].中医研究,2017,30(08):58-60.

- [70]常存库.中国医学史[M].北京:中国中医药出版,2003.
- [71]《紫禁城》杂志编辑部.皇宫医疗那些事儿[M].北京:故宫出版社,2014.
- [72]葛荟.《医宗金鉴》中美容药方初探[J].时珍国药研究,1998(02):12.
- [73]李九平,李敏,文雯,等.乌须固本丸乌须发的中西医机理探析[J].甘肃科技,2020,36(07):119-121.
- [74]杨殿兴,林红.《串雅》评述[J].成都中医学院学报,1984(04):30-33.
- [75]刘晓玲,梁凡,李方远.论王孟英饮食观中的养生思想[J].中国民间疗法,2016,24(11):5-6.
- [76]张旭斌,柳小远.浅析王士雄《随息居饮食谱》的食疗特色[J].亚太传统医药,2016,12(15):93-94.
- [77]孙灵芝.明清香药史研究[D].北京:中国中医科学院,2015.
- [78]陈宝良.明代社会生活史[M].北京:中国社会科学出版社,2004:242.
- [79]何娟.中医药西传研究[D].济南:山东中医药大学,2018:54.
- [80]张宇.中国医政史研究[D].哈尔滨:黑龙江中医药大学,2014:91-93.
- [81]陈可冀,周文泉,江幼李.清代宫廷医疗经验的特点[J].故宫博物院院刊,1982(03):19-22.
- [82]《中国美学史编写组》.中国美学史[M].北京:高等教育出版社,2015.
- [83]黄霏莉.自然美的思想渊源—我国传统美学思想对中医美容学的影响之一[A].中华中医药学会.中国中医药学会中医美容分会成立大会论文集[C].中华中医药学会:《中华中医药杂志》编辑部,1997:3.
- [84]李燕.人体乃美中至美—刘海粟人体美学思想探析[J].美育学刊,2015,6(04):88-93.
- [85](清)李渔.闲情偶寄[M].哈尔滨:哈尔滨出版社,2007:5.
- [86]董金平.后女性主义社会理论下的女性美容手术研究[M].南京:南京大学出版社,2013:9.
- [87]杨家琪.传统社会权利运作下的古代女性审美原则判定[J].散文百家,2018(07):198.
- [88]王晶可.中国女性缠足习俗与整容文化的比较研究[J].现代商贸工业,2020,41(09):190-192.
- [89]唐廷猷.中国药业史[M].北京:中国医药科技出版社,2007:284.

- [90]林枚. 明代太医院药材采购研究[D].南宁: 广西师范大学, 2017: 42.
- [91]姚朔民. 中国货币通史[M].长沙: 湖南人民出版社, 2018.
- [92]刘明杉. 从定陵文物看晚明女性的梳洗妆俗[A]. 第十七届明史国际学术研讨会暨纪念明定陵发掘六十周年国际学术研讨会论文集[下册][C], 2016: 12.
- [93]赵阳.明清两朝御医[M].北京: 故宫出版社, 2012: 141.

攻读硕士学位期间发表的论文

- 1.孙丽英,石雪华,郭春乐.黧黑斑外用方剂药物特点分析[J].中医药学报,2021,49(03):64-68.
- 2.孙丽英,石雪华,潘军英.关元穴治疗痛经的研究概况[J].针灸临床杂志,2020,36(10):80-83.
- 3.孙丽英,石雪华,刘雅芳,田旭升,侯志涛,张亮,董清华.《太平惠民和剂局方》治诸风附脚气卷方药特点研究[J].中国医药导报,2019,16(25):114-117.
- 4.孙丽英,石雪华,刘雅芳,田旭升,侯志涛,张亮,董清华.《太平惠民和剂局方》考论[J].辽宁中医药大学学报,2019,21(04):27-30.

个人简历

基本情况

姓名：石雪华

学位：硕士

性别：女

籍贯：河北廊坊

出生年月：1995.09

专业：中医医史文献

民族：汉

政治面貌：共青团员

主要学习经历

2013.09-2018.07 河北医科大学临床学院 中西医结合专业

2018.09-2021.06 黑龙江中医药大学 中医医史文献专业

攻读硕士期间获奖情况

获 2019-2020 学年度“三等学业奖学金”

获 2020-2021 学年度“三等学业奖学金”

获 2019 年度“国家奖学金”

学位论文原创性声明

本人郑重声明：所呈交 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：石雪华

2021 年 6 月 7 日

学位论文知识产权归属声明

本人郑重声明：所呈交的学位论文是本人在导师指导下独立进行研究工作所取得的成果，所有研究成果和知识产权归属权为黑龙江中医药大学和本人导师所有，研究内容以任何形式公开发表或成果转让时必须经导师同意。特此声明。

学位论文作者签名：石雪华

指导教师签名：孙丽英

2021 年 6 月 7 日

学位论文授权使用授权书

本人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、保密口，在 年解密后适用本授权书。

2、不保密 ☒

学位论文作者签名：石雪华

指导教师签名：孙丽英

2021 年 6 月 7 日