

疾病中草药原色图谱丛书

MEIRONG ZHONGCAOYAO YUANSE TUPU

美容中草药原色图谱

黄燮才 / 主编

JBZHCHYSTP

广西科学技术出版社

将治疗某种疾病的一类中草药归在一起单册介绍其形态、作用及应用，实用性更强。每种中草药均以图文对照形式介绍，图片以原色照片制版，图像清晰，形态逼真，特征突出。

亦药亦医。对临床各科的中医医生、中医药爱好者尤为适用。



疾病中草药原色图谱丛书

美容中草药原色图谱

主 编

黄燮才

编 著 者

黄燮才	黄贤忠	黄镇才	黄 霞	林云仙	陆 晖
黄 芳	黄超才	黄 榆	黄 欣	刘哲君	刘雪琼
杨松年	韦家福	黄 晓	陈龙小	严仲铠	张效杰
罗世经	彭治章	江宏达	周楚程	何明光	黎伯钧
朱桂生	张耀辉	陈家玉	马永年	周昌卫	杨汉泉
林昌贵					

广西科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

美容中草药原色图谱 / 黄燮才主编. — 南宁: 广西科学技术出版社, 2008.8

(疾病中草药原色图谱丛书)

ISBN 978-7-80763-081-4

I. 美… II. 黄… III. 美容—中草药—图谱 IV. R275
R282.71-64

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第101747号

疾病中草药原色图谱丛书

美容中草药原色图谱

黄燮才 主编

*

广西科学技术出版社出版

(南宁市东葛路66号 邮政编码530022)

广西新华书店发行

广西雅昌彩色印刷有限公司制版

广西南宁华侨印务有限责任公司印刷

(南宁市北湖南路20号 邮政编码530001)

*

开本 890mm × 1240mm 1/32 印张 5.75 字数 146 000

2008年8月第1版 2008年8月第1次印刷

印数: 1-6 000册

ISBN 978-7-80763-081-4 / R · 22 定价: 36.00元

本书如有倒装缺页, 请与承印厂调换

前 言

美容的主要内容包括人的颜面、五官、毛发等的驻颜术，还包括体型的肥瘦和体气的香臭等内容。在中国，美容养颜，源远流长。最早的医学经典著作《内经》有“劳汗当风，寒薄为皴，郁乃痤”的论述，《灵枢·经脉篇》有“虚风生疣”的记载。《名医别录》推崇白芷可作“膏药面脂、润颜色”。

中草药美容，由来已久。中国现存最早的药理学专书《神农本草经》谓：“菟丝子其汁去面黑干。”明朝李时珍著的《本草纲目》谓：“白芷长肌肤，润泽颜色，可作面脂。”又谓“白附子治面上百病……面皴癩疵”“可以入面脂用”。关于漱齿美容，古代《一金丹全书》指出：“今人漱齿，每以早晨，是倒置也。凡一日饮食三，毒积于齿缝，当于夜晚刷洗，则垢污尽去，齿自不坏，故云晨漱不如夜漱，此善于养齿者。今观智者，每于饭后必漱，则齿至老，坚白不坏。”研究表明，美容养颜与情志的养性和整体的健康有着密切的因果关系。如痤疮的发生就与体内内分泌变化、雄性激素分泌增多、刺激皮脂腺增生肥大、皮脂分泌增加有关，治疗时应着重调整体内内分泌，选用清热泻火、凉血去瘀、祛风、解毒的药物，女性若随月经周期而发者，还应配合调经药内服。当今治疗痤疮的中草药面膜或“倒膜法”也是清热、祛风、渗湿的外治方法之一。又如黄褐斑的发生多与肝、脾、肾三脏功能失调有关，因肝肾亏损、气血不和、脉络不畅、内热便秘、血液瘀滞于颜面而成斑或血虚不荣所致，治疗时多从疏肝、益肾、健脾、调经入手，并辅以活血化瘀药而获效。再如扁平疣的发生，则由

正气不足、抗病力下降、气血不和、腠理不密、复感外邪所致，治疗应选用清热解毒、补气固表、化瘀、生肌的药物。总之，扶正祛邪是颜面美容的两种方法，辨证论治，定能收到预期疗效。好出于面部的黄褐斑、面部扁平疣和面部痤疮等，病虽小，但影响美容，对患者的精神情绪影响较大。同时又是常见而又难以治愈或治愈后又易复发的疾病，所以本书收录的验方多用内服兼外敷和坚持连续用药的治疗方法。

临床实践证明，中草药对美容有较好的疗效。同时，由于中草药具有药物易找、使用简便和花钱少等优点，所以深受群众喜爱。为了继承和发掘中国医药学遗产，使中草药在美容养颜方面更好地为人类健康服务，我们受广西科学技术出版社的委托，本着安全、有效、简便、经济和药物易找的原则，选择了民间常用而且疗效较好的中草药，结合编者的临床经验，并参考有关文献资料，编著成这本《美容中草药原色图谱》。本书收录中草药 80 种，验方 562 条。

当前，保护自然资源，保持生态平衡，就是保护人类自己的观点已成为越来越多的国家和人民的共识。因此，希望在开发利用中草药时要注意生态平衡，保护野生资源和物种。对疗效佳、用量大的野生中草药，应逐步引种栽培，建立生产基地，建立资源保护区，有计划地轮采，使我国有限的中草药能不断延续，为人类造福。

由于编者的水平有限以及客观条件的限制，书中难免存在不足之处，欢迎读者提出宝贵意见。

黄燮才

2005 年 12 月

编写说明

1. 品种：本书收录美容中草药 80 种。每种按名称（别名）、来源、形态、生境分布、采收加工、性味功效、用量、禁忌、验方等项编写。全书还收录了疗效较好的验方 562 条，分别见于每种中草药验方项内。目录的编排按笔画多少为顺序。

2. 照片：每种中草药均有 1 帧形态逼真的彩色照片图。除了小草本拍摄全株外，木本、藤本和大型草本只拍摄有代表性的局部，用局部的枝叶、花或果去表现全体，因此在看图时，应对照形态项的描述，通过图文对照，提高识别能力。

3. 名称：中药原则上采用《中华人民共和国药典》部颁标准或省（自治区）地方标准所用的名称，草药一般采用植物名或多数地区习用名称，以求药名逐步统一。

4. 学名：每种中草药在来源项只选 1 个符合国际命名法规的学名（拉丁学名）。

5. 验方：中西医病名均予采用，所列使用分量可供参考，使用时可根据药物性能和患者体质强弱、病情轻重、年龄大小、发病季节、所处地域等具体情况进行加减，做到辨证论治。凡不明症状和病情严重的，应及时请医生诊治，以免贻误病情。对有毒药物，用量尤须慎重，以免产生不良后果。

水煎服：是指用清水浸过药面约 2 cm 煎药，煎好后滤出药液再加清水过药面复煎，2 次药液混合，为 1 日量，分 2~3 次服；病情紧急的，则 1 次顿服。煎药容器以沙锅为好，忌用铁器。

先煎：矿物类、介壳类（如龟板等）应打碎先煎，煮沸约 10 分钟后，

再下其他药同煎。

后下：气味芳香的药物（如薄荷、砂仁等）宜在一般药即将煎好时方下，再煎4~5分钟即可。

布包煎：为防止煎药后药液混浊及减少对消化道及咽喉的不良刺激，有些药物（如灶心土、旋覆花等）要用纱布将药包好再放入锅内煎煮；或先煎去渣，然后再放入其余药同煎。

另炖或另煎：某些贵重药（如人参、鹿茸等），为了尽量保存其有效成分，以免同煎时被其他药吸收，可另炖或另煎。就是将药切成小片，放在加盖盅内，隔水炖1~2小时。

另焗：含有挥发油、容易出味、用量又少的药物（如肉桂等），可用沸开水半杯或用煎好的药液趁热浸泡并加盖。

冲服：散（粉）剂、小丸、自然汁及某些药物（如三七末、麝香、竹沥、姜汁、蜜糖、白糖或红糖）等，需要冲服。

烩化（溶化）：胶质、黏性大而且易溶的药物（如阿胶、鹿胶、龟胶、饴糖等），与其他药同煎，则易粘锅煮焦，或黏附于其他药，影响药物有效成分溶解。用时应在其他药煎好后，放入去渣的药液中微煮或趁热搅拌，使之溶解。

烧存性（煨存性）：是将药物加热至焦化呈黑褐色，中心部分尚存留一点深黄色叫做“存性”，千万不能将药烧成白灰，以致失去药效。

6. 计量：形态项的长度按公制用m（米）、cm（厘米）和mm（毫米）。验方中的重量以传统中药计量换成公制，如1斤（16两）=500g，1两=30g，1钱=3g。液体按1斤=500ml（毫升）。验方的用量，除儿科疾病外，均按成人量，儿童用时应酌减。儿童用量一般可按1~2岁用成人量的1/5；2~3岁用1/4量；4~7岁用1/3量；8~12岁用1/2量。凡药名前冠有“鲜”字的，是指新鲜的药物，其他均为干燥药，如改为鲜药，一般用量可加倍。外用量可根据药物性能和病情等的不同情况灵活决定。

7. 附录：书后附有别名索引和学名索引，以便检索。

目 录

影响美容的主要疾病简介	1	15. 山楂	30	
二 画		16. 川芎		32
1. 人参	5	17. 千里光		34
三 画		18. 女贞子		36
2. 广山药	7	19. 马齿苋		37
3. 广山楂	9	四 画		
4. 三七	10	20. 天胡荽		39
5. 三仙丹	12	21. 天南星		41
6. 土大黄	13	22. 五倍子		43
7. 土荆皮	15	23. 丹参		45
8. 土茯苓	17	24. 牛蒡子		47
9. 大风子	19	五 画		
10. 大花金银花	22	25. 玄参		50
11. 大枣	23	26. 石菖蒲		52
12. 大高良姜	25	27. 石膏		53
13. 大蒜	26	28. 仙茅		56
14. 山药	28	29. 白芷		57

十二 画

69. 滑石	142
70. 硫黄	145
71. 雄黄	147
72. 黑芝麻	149
73. 紫背三七草	152
74. 紫背浮萍	153

十三 画

75. 硼砂	155
--------------	-----

76. 蜂蜜	157
--------------	-----

十四 画

77. 豨莶草	159
78. 蝉蜕	161

十五 画

79. 墨旱莲	163
---------------	-----

十六 画

80. 薏米	165
--------------	-----

别名索引	168
------------	-----

学名索引	171
------------	-----

影响美容的主要疾病简介

痤疮（青春痘、粉刺）：主要发生于青春发育期的男女面部及胸背部的毛囊及皮脂腺的慢性炎症性皮肤病，形成粉刺（挤之为碎米粒样的白色粉质）、丘疹、脓疱、结节、囊肿等损害，部分还有瘢痕。青春期过后，大都自然痊愈。

黄褐斑（肝斑、黧黑斑、蝴蝶斑、面黑干疱、面姁、黥黯）：发生于颜面部部位的常见色素沉着性皮肤病，为形状不一，大小不等的黄褐色、暗褐色或深咖啡色的色素沉着的斑片。边界清楚，表面平滑，无鳞屑，没有什么感觉，常对称分布于颊部呈蝴蝶形。男女均可发生，以女性较多，多与女性激素代谢失调有关，如月经不调，妊娠，人工流产后、口服避孕药、日光暴晒、体质虚、内热便秘、肝肾疾病、甲状腺手术、子宫及卵巢手术引起。

雀斑：其色或黄或黑，碎点无数，由火郁血分、风邪外搏而成。

酒渣鼻：皮损以鼻尖、眉间、面部较多。多发生于青壮年期。初期为阵发性红斑，皮肤潮红，伴有毛细血管扩张，表面油腻光滑。以后在红斑基础上发生少数红丘疹，有的形成脓疱或豆大坚硬丘疹，有轻度瘙痒，后期鼻尖部结节增多，肥大变厚，形成鼻赘。

扁平疣：颜面部生绿豆或米粒状大小赘生物，无甚痛。中医认为

是气血失和、腠理不密、外邪侵袭、凝聚皮肤的缘故。现代医学认为是由乳头多瘤空泡病毒引起。

白癜风（白驳风）：多发生于颜面、四肢或躯干，皮肤上出现圆形、椭圆形或不规则形的大小不定的白色斑片，白斑内毛发也变白，边缘常绕一色素加深带，有的白斑内有色素沉着。

丹毒（抱头火丹、流火）：多在面部或小腿出现略高于皮肤表面的红色片状水肿，边缘明显，表面绷紧发亮，有时有水泡出现，压痛，局部淋巴结肿大。

汗斑（花斑癣）：初起斑点游走，略带灰色，微发亮，边缘较清楚，有点像衬衣上的汗渍。如斑点增多和扩大，则蔓延成片，无痛苦，有微痒，其色变为灰褐色或深褐色，多发生于夏季，入冬后多能自行消退。

体癣：发生在面部、颈、躯干及四肢，皮损为铜钱形红斑，边缘清楚，边缘及四周有丘疹、水泡、结痂及鳞屑，自觉瘙痒。

头癣（秃疮、癞头疮）：通常分白癣和黄癣。白癣：初时为毛囊性丘疹，有灰白色鳞屑，在头皮上有单个或数个圆形或不规则形大片灰白色鳞屑斑，患处常有痒感，头发失去光泽。黄癣：初时以毛囊为中心出现黄红色小点，继之扩大增厚形成黄色、棕色或灰色痂皮，自觉瘙痒，头发失去光泽，逐渐脱落。

斑秃（油风）：头部突然发生斑状秃发，初为圆形或椭圆形斑状脱发，多无自觉症状，头皮光亮，境界清楚，严重者可累及全头部，头发大部或全部脱落（全秃）。

腋臭（汗臭、体气、狐臭）：由腋下的腺体分泌一种黄色带狐臭气味的汗液引起。轻的不出汗时几乎没有臭气发生，重的有特殊臭气，令人不可相近。多在发育期以后发生，至老年狐臭则逐渐减轻。

银屑病（牛皮癣）：多发于头皮，患处为边缘明显的红斑，其上有**多层银白色鳞屑，剥去鳞屑，有红色或暗红色发亮薄膜，剥去薄膜

有针尖状小出血点，有痒感。

麦粒肿（针眼）：初时为一小硬结，微有痒痛，以后红肿疼痛，逐渐形成脓头，出脓后疼痛减轻，重症常侵入眼睑，成为睑脓肿，常伴有淋巴结肿大。

睑缘炎（眼边红）：自觉患部奇痒、涩痛、发干，看东西后症状加重，睑缘、睫毛毛囊周围皮肤发红、脱屑、糜烂、溃疡或结黄痂，日久导致睫毛乱生。

急性结膜炎（暴发火眼、红眼）：患眼发痒，有异物感或灼热感，重者有怕光、流泪及眼睑重垂。角膜发生浸润及溃疡，有多量黏液或脓性分泌物附着睑缘，影响睁眼。急性结膜炎没有彻底根治则引起慢性结膜炎，则有自觉眼痒、干涩、异物感、视物易疲劳等。

口臭：是口中臭秽的一种症状，由口咽部炎症以及胃肠消化功能异常造成。

便秘：主要症状是排便困难，下腹部有胀感，或随时有想要排便的感觉，往往几天才有一次大便。大便干燥坚硬，秘结不通，很不畅快，并有腹胀，口苦，食欲不好，头痛等。

失眠：主要症状有头晕、头痛、多梦、精神萎靡、易倦、注意力不集中和记忆力减退等、间有眼花、耳鸣、腰酸背痛、男性遗精或早泄。

贫血：主要症状是头晕眼花，心跳，疲乏，胃口不好，颜面苍白。

红斑性狼疮：面部出现蝶形红斑，伴有脱发，乏力，食欲不振，大便秘结。皮疹主要发生在面部，亦可发生在头皮、口唇、耳廓、颈背等部位，初为红色或淡红色、黄豆大小、境界清楚的斑片。

研究发现，人们的眼、耳、鼻、口、面、发等驻颜术与体内内分泌变化、失眠、便秘、贫血以及月经不调等因素有密切关系。本书除了月经不调没有收载验方外（月经不调的验方可参考《妇科病中草药原色图谱》，黄燮才主编，广西科学技术出版社2001年1月出版），

其他影响美容的主要疾病均有验方供参考。由于上面介绍的疾病能影响美容，且发病率高，必须辨证论治才能取得好的疗效。

近年来，肥胖〔体重超过标准体重 20% 以上称为肥胖，标准体重 (kg) = (身高 - 100) × 0.9〕被认为是一种影响美容的慢性疾病，除影响身心健康外，肥胖还增加了高血压、高脂血症、糖尿病、动脉硬化性心脑血管病的发病率和死亡率。有关的验方可参考《糖尿病心脑血管病中草药原色图谱》(黄燮才主编，广西学技术出版社 2001 年 1 月出版)。

我们认为，体型的肥瘦孰美，各人观点不一，只要不是病态的，都各有其美。

1. 人 参

来源 五加科植物人参 *Panax ginseng* C.A.Mey. 的根（人参）、叶（人参叶）。

形态 多年生直立草本，通常高30~60 cm。主根圆柱状或纺锤形，肉质，通常直径1~3 cm，淡黄色或淡黄白色，下端常分叉，顶端有根茎（俗称芦头），短而直立，野生者根茎长。茎圆柱状，单生，无毛，基部有宿存鳞片。叶为掌状复叶，3~5枚轮生于茎顶，小叶3~5片；小叶片椭圆形或长圆状椭圆形，长8~12 cm，宽3~5 cm，中央小叶较大，侧生小叶依次变小，边缘有锯齿，齿有刺状尖，上面脉上疏生长约1 mm刚毛，下面无毛。花淡黄绿色；伞形花序单个生于枝顶，通常有花30~50朵；总花



梗长 15~30 cm；花梗长 0.8~1.5 cm；花瓣 5 片；雄蕊 5 枚。果实扁肾形，长约 5 mm，宽约 7 mm，鲜红色。种子肾形，乳白色。花果期 6~8 月。

生境分布 生于以红松树为主的针叶阔叶混交林及阔叶林下排水良好、腐殖质层肥厚处或栽培。分布于黑龙江、辽宁、吉林、河北、山西、宁夏有引种栽培；俄罗斯、朝鲜也有分布，日本有引种栽培。

采收加工 秋季采，除净泥土，晒干或烘干，为生晒参；经糖汁浸制后干燥的为糖参；蒸熟后干燥的为红参；野生的为山参；栽培的为圆参。叶于秋季采收，晒干或烘干。用时洗净，人参切薄片，人参叶切碎。

性味功效 人参：甘、微苦，平。大补元气，复脉固脱，补脾益肺，生津，安神，抗肿瘤，抗衰老。人参叶：苦、甘，寒。补气，益肺，祛暑，生津，抗衰老。

用量 3~10 g。

禁忌 不宜与藜芦同用。

验方 1. 面部黄褐斑，常伴有燥热，口渴，口苦，饮水较多，汗多或手足出汗，面部皮肤呈油性，色泽鲜明：人参 10 g（另包，焗冲服），柴胡、知母各 15 g，石膏 30 g（另包，先煎），甘草 6 g。水煎服。同时取硫黄 6 g，密陀僧、白附子各 3 g，共研细末，用黄瓜蒂蘸药末擦患处，每日擦 1 次。

2. 面部黄褐斑，短气乏力，口干纳少，形瘦，面部皮肤干枯不荣：人参 10 g（另包，焗冲服），麦冬、淡竹叶各 15 g，石膏 30 g（另包，先煎），法半夏、甘草各 6 g。水煎服。同时取硫黄 12 g，白附子、密陀僧各 6 g，共研细末，用黄瓜蒂蘸药末擦患处，每日擦 1 次。

3. 白癜风：人参叶、黄芪、生地黄、当归、淫羊藿、菟丝子、补骨脂各等量。共研细末，每次服 6 g，每日服 3 次，开水送服。同时

取补骨脂 60 g，用 75% 酒精 200 ml 浸泡 10 日后，取浸液擦患处，每日擦 1~2 次，并配合晒日光。

4. 脱发：人参、当归、丹参各 15 g，黄芪 30 g，桃仁、红花各 10 g，川芎、干姜各 6 g，侧柏叶 60 g。共加入 75% 酒精浸泡过药面，浸 15 日后用，每次取浸液涂擦患处，每日涂 3 次，连续用药 60~90 日。忌酒及酸、辣食物。同时取侧柏叶、生地黄、熟地黄、制何首乌各 15 g，水煎服。

5. 妇女面色苍白或萎黄，心悸失眠，月经后错：人参（另包，焗冲服）、当归、白术各 10 g，黄芪、白芍、茯苓、熟地黄各 15 g，五味子、远志、甘草、陈皮各 6 g，桂心 3 g（另包，焗冲服），大枣 5 枚，生姜 3 片。水煎服。

6. 妇女面色萎黄，头晕眼花，月经量少而色淡：人参（另包，焗冲服）、当归各 10 g，山药、茯苓、熟地黄、白芍各 15 g，川芎 5 g。水煎服。

7. 神经衰弱，面色无华，失眠健忘，心悸，自汗：人参（另包，焗冲服）10 g，酸枣仁（炒）15 g。水煎服。

2. 广 山 药（山药）

来源 薯蓣科植物褐苞薯蓣 *Dioscorea persimilis* Prain et Burkill 的块茎。

形态 多年生缠绕草质藤本。块茎长圆柱形，弯曲，长 30~100 cm，直径达 7 cm，垂直生长，外皮棕黄色，断面鲜时白色。茎细长圆柱形，通常有纵棱 4~8 条，无毛，干时带红褐色。单叶，在茎下部的互生，中部以上的对生；叶片卵形或长圆状卵形，长 6~12 cm，宽 2.5~5 cm，先端尖，基部心形、箭形或戟形，边缘全缘，两面均无