



普通高等教育“十一五”国家级规划教材  
全国高等医药院校规划教材

供医学美容技术专业使用

# 美容中医技术

第2版

主 编 聂 莉 闫润虎 郑爱义



科学出版社

普通高等教育“十一五”国家级规划教材  
全国高等医药院校规划教材

供医学美容技术专业使用

# 美容中医技术

(第2版)

主 编 聂 莉 闫润虎 郑爱义  
副 主 编 周 羽 王思程 徐毓华



科 学 出 版 社

北 京

· 版权所有 侵权必究 ·

举报电话:010-64030229;010-64034315;13501151303(打假办)

## 内 容 简 介

美容中医技术是一门以介绍中医美容技术为主要内容的实用型学科。本书共分四篇:第一篇为美容中医基础理论,第二篇为美容中医常用方法,第三篇为中医养生美容与保健,第四篇为损美性疾病的中医诊疗。全书编写以专业培养目标为导向,以职业技能培养为根本,体现了高职高专教育的特色,使学生毕业后能独立、正确地处理与专业相关的临床常见实际问题,扩大了本教材的适用范围。

本书除满足各层次的医学美容专业的教学外,还可作为医院和医疗美容机构的美容医务工作者、高职院校其他专业师生的参考用书。

### 图书在版编目(CIP)数据

美容中医技术 / 聂莉, 闫润虎, 郑爱义主编. —2 版. —北京: 科学出版社, 2015. 1

普通高等教育“十一五”国家级规划教材·全国高等医药院校规划教材  
ISBN 978-7-03-043291-9

I. 美… II. ①聂… ②闫… ③郑… III. 美容-中医学-高等学校-教材  
IV. ①R275 ②TS974. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 021006 号

责任编辑:秦致中 格桑罗布 / 责任校对:刘亚琦

责任印制:李 利 / 封面设计:范璧合

版权所有,违者必究。未经本社许可,数字图书馆不得使用

科学出版社 出版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

三河市骏杰印刷有限公司 印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

\*

2006 年 8 月第 一 版 开本: 787×1092 1/16

2015 年 1 月第 二 版 印张:24

2015 年 1 月第八次印刷 字数: 578 000

定价: 59.00 元

(如有印装质量问题,我社负责调换)

# 全国高等医药院校医学美容技术专业 教材建设专家委员会名单

主任委员 朱祖余 于 江

副主任委员 (以姓氏汉语拼音排序)

顾劲松 何 伦 蒋 钰 刘林嶠

聂 莉 晏志勇 应志国 张秀丽

赵 丽 郑 荃

委 员 (以姓氏汉语拼音排序)

鲍海平 曹碧兰 曹志明 程现昆

方丽霖 禹连胜 胡 征 黎 冻

李雪飞 林 蓉 林晓天 刘 菡

涂彩霞 肖杰华 熊晓林 徐 飞

闫润虎 杨加峰 杨金辉 姚苏宁

张津平 张效莉 赵敬国 郑爱义

周 羽



# 前 言

美容中医学是一门以人体健美为对象的新兴的中医学科,美容中医技术侧重于将美容中医学的技术、方药应用于实践,它注重整体,将容颜与脏腑、经络、气血紧密连结,中药内服、外敷、针灸、推拿、气功及食疗等手段均体现出动中求美的观点,使精气畅通,并且简便易行、安全可靠,作用广泛而持久,体现出二十一世纪人们对自然美、健康美、整体美的追求,受到广大求美人士的青睐。

全书共分四篇 19 章,第一篇是美容中医基础理论,包括阴阳五行、藏象、经络、腧穴、病因病机、中医四诊、辨证与治则、中国传统美学在美容中医中的应用;第二篇是美容中医常用方法,包括美容中药、美容方剂、推拿美容疗法、其他美容疗法;第三篇是中医养生美容与保健,包括中医养生美容和中医保健美容;第四篇是损美性疾病的中医诊疗,包括常见损美性疾病的中医诊治与调护、肥胖病与消瘦症、常见衰老性损美的中医治疗。为了强化专业培养目标,突出实用性、实践性和技能性,本书在上版教材的基础上做了进一步修订,增加了一定学时的实践操作技能训练指导内容,加强中医养生美容与保健的编写,力求在中医基础理论的指导下,使学生能最大限度地掌握操作技能,做到丰富、有效、实用,达到理论与实践的有机结合。建议学时数 136 学时,其中理论课 90 学时,实训课 46 学时。

本书的编写,得到了江西护理职业技术学院等参编单位的大力支持,每位编者都花费了大量的心血,在本书的编写过程中广泛参阅国内外相关书籍并参考引用了一些相关内容,在此一并表示衷心的感谢。由于编者水平有限,加上时间仓促,书中难免有不足之处,恳请使用本教材的广大师生、美容界同仁提出宝贵意见,以便今后修订更趋完善。

编 者

2014 年 11 月 30 日

# 目 录

## 第一篇 美容中医基础理论

第1章 绪论 .....	(1)	中医学中的运用 .....	(49)
第1节 美容中医学的概述 .....	(1)	第5章 腧穴 .....	(52)
第2节 美容中医学发展简史 .....	(2)	第1节 腧穴的概念、分类和	
第3节 美容中医学的特色与学习		作用 .....	(52)
方法 .....	(7)	第2节 腧穴定位的基本方法 .....	(53)
第4节 美容中医的分类及其与相关		第3节 美容常用腧穴 .....	(56)
美容学科的关系 .....	(10)	第6章 病因病机 .....	(78)
第2章 阴阳五行学说 .....	(14)	第1节 病因 .....	(78)
第1节 阴阳学说 .....	(14)	第2节 病机 .....	(84)
第2节 五行学说 .....	(18)	第7章 中医四诊 .....	(92)
第3章 藏象 .....	(24)	第1节 望诊 .....	(93)
第1节 脏与腑 .....	(24)	第2节 闻诊 .....	(102)
第2节 气血津液 .....	(39)	第3节 问诊 .....	(104)
第4章 经络 .....	(46)	第4节 切诊 .....	(111)
第1节 经络的概念和组成 .....	(46)	第8章 辨证与治则 .....	(116)
第2节 十二经脉 .....	(47)	第1节 辨证 .....	(116)
第3节 奇经八脉 .....	(49)	第2节 治则 .....	(132)
第4节 经络的作用及其在美容		第9章 中国传统美学 .....	(137)

## 第二篇 美容中医常用方法

第10章 美容中药 .....	(144)	第13章 推拿美容疗法 .....	(193)
第1节 中药基本知识 .....	(144)	第1节 推拿操作规范 .....	(193)
第2节 中药美容 .....	(148)	第2节 推拿基本手法 .....	(196)
第11章 美容方剂 .....	(166)	第3节 保健美容推拿 .....	(209)
第1节 方剂基本知识 .....	(166)	第4节 足部按摩 .....	(214)
第2节 美容方剂 .....	(169)	第14章 其他美容疗法 .....	(225)
第12章 针灸美容疗法 .....	(174)	第1节 拔罐疗法 .....	(225)
第1节 针刺技术 .....	(174)	第2节 刮痧疗法 .....	(229)
第2节 灸治技术 .....	(184)	第3节 药膳美容疗法 .....	(241)
第3节 耳针美容 .....	(188)	第4节 气功美容疗法 .....	(247)

## 第三篇 中医养生美容与保健

<b>第15章 中医养生美容</b> .....	(252)	<b>第16章 中医保健美容</b> .....	(267)
第1节 顺应四时 .....	(253)	第1节 驻颜美容保健的范围和 分类 .....	(267)
第2节 调摄精神 .....	(254)	第2节 颜面五官保健美容 .....	(267)
第3节 调和饮食 .....	(257)	第3节 毛发保健美容 .....	(291)
第4节 起居调摄 .....	(261)	第4节 躯体四肢保健美容 .....	(296)
第5节 劳逸适度 .....	(264)		
第6节 动静有衡 .....	(265)		

## 第四篇 损美性疾病的中医诊疗

<b>第17章 常见损美性疾病的中医   诊治与调护</b> .....	(303)	第13节 油风 .....	(329)
第1节 黧黑斑 .....	(303)	第14节 发蛀脱发 .....	(332)
第2节 雀斑 .....	(306)	第15节 少年白发 .....	(334)
第3节 扁瘻 .....	(308)	<b>第18章 肥胖病与消瘦症</b> .....	(338)
第4节 粉刺 .....	(310)	第1节 肥胖病 .....	(338)
第5节 酒齄鼻 .....	(314)	第2节 消瘦症 .....	(350)
第6节 面游风 .....	(317)	<b>第19章 常见衰老性损美的中医   治疗</b> .....	(353)
第7节 粉花疮 .....	(318)	第1节 衰老基础知识 .....	(353)
第8节 唇风 .....	(320)	第2节 衰老性损美的治疗 .....	(355)
第9节 日晒疮 .....	(322)	<b>附方</b> .....	(360)
第10节 面红 .....	(324)	<b>美容中医技术教学大纲</b> .....	(366)
第11节 睑魔 .....	(326)	<b>实训</b> .....	(370)
第12节 黑痣 .....	(328)		



# 第一篇 美容中医基础理论

## 第 1 章 绪 论



### 学习目标

1. 掌握美容中医学概念、内涵及特色。
2. 熟悉美容中医学发展不同时期代表性著作中有关美容的论述。
3. 了解美容中医的分类及其与相关美容学科的关系。

### 第 1 节 美容中医学的概述

#### 一、美容中医学的概念

##### (一) 概念

美容中医学是在中国传统文化背景下,将中国传统美学与现代美学相结合,以中医药基本理论为指导,研究损容性疾病和损美现象,并运用中医传统的美容技术和方药来维护、修复、改善及塑造人体美,以达到防病健身、延衰驻颜、维护人体形神美的理论、技能及其规律的一门实用性学科。美容中医技术,属于美容中医学范畴,侧重于将美容中医学的技术方药应用于实践,它特别强调了美容中医学的临床实用性,这也是我们学习这本教材的重点。

美容中医学是我国历代医学家和广大劳动人民群众在漫长的历史岁月中反复探索、验证、逐步认识和实践后形成的,具有较强的科学性和完整系统的理论体系。中国传统美学、现代美学思想和中医基础理论共同形成了美容中医学的基本理论,正是这三者的结合才使美容中医学具有独特的审美观和追求形神俱美、貌德俱佳的境界。

##### (二) 美容中医学的内涵

1. 表明了美容中医学的学科性质。它是美学与中医学相结合的产物,其一切理论技能都是在人体审美的理论原则指导下,以追求美为主要目的;其思维模式是以中医药基本理论为指导;以自然疗法为其临床应用方法,诸如中药、方剂、针灸、推拿、气功、食膳等。故美容中医学的学科性质既是医学美学的一个应用分支学科,又是中医学的一个新兴分支学科。

2. 表明了美容中医学与其各姐妹学科一样,也是以医学人体审美的理论与实践为本学科研究的核心内容。

3. 反映了美容中医四种服务方式,即“维护”(保健美容)、“修复”(损美性疾病诊治)、“改善”(修饰、掩饰容貌缺陷或瑕疵)、“塑造”(美容整形术,塑身、减肥、增重等)。

4. 中医形神美的概念用语反映了中医特色,“形”即指人的形体及其形象,“神”即指人的精神、神机、神志、神色(也就是人的生理、心理现象或生命活力),形神美即指形体、容貌和生命力之美。

美容中医学是以整体观念、辨证论治、形神合一、阴阳五行、脏腑经络、气血津液等中医基本理论体系为核心,不单局限于颜面等局部的美化,更突出的是与未病先防,养生驻颜、抗衰防老、延年益寿紧密结合,运用中药、方剂、针灸、推拿、气功、食疗、调神等手段扶正祛邪,从而改善人体机能,达到内外和谐统一,最终实现美化容颜、延缓衰老、健康长寿的目的。

## 二、美容中医学的研究对象

美容中医学的研究对象、范围大致可分为以下几类。

1. 美容中医学发展史的研究。
2. 中国传统美学理论及应用研究,现代美学理论及应用研究。
3. 美容中医心理学的理论和应用研究。
4. 美容中医方法的研究,包括中药、食膳、针灸、推拿、气功、音乐、心理等美容方法的作用机制、适应范围和具体操作。
5. 中医延缓衰老驻颜的研究。
6. 中医保健妆饰品的研究。
7. 各种损美性疾病的基础和临床研究。
8. 各种美容缺陷的基础和临床研究。

## 第2节 美容中医学发展简史

美,是人类永恒的话题。对美的向往是人类的本能和永恒的追求,是人类进步的象征,也是生产力发展和社会进步的标志。它随着社会生产力的发展而发展,是人类文明史的一部分。我国作为世界四大文明古国之一,其美容的历史源远流长。

我国在有文字记载以前的远古时代,妆饰美容就已经存在。由于古代医家在整体观念的指导下,注重人体美的维护,使中医药和美容结下了不解之缘。美容中医学的形成和发展经历了漫长的岁月,几乎与中医药学同时产生,并伴随社会生产的发展和人民生活水平的提高而不断发展,每个历史时期的政治、经济、文化的繁荣兴旺都会留下不同程度的烙印。

### 一、美容中医学的起源——远古至先秦时期 (公元前 221 年前)

旧石器时代中晚期,文字形成之前,人类过着茹毛饮血的野生群居生活,但已经接近人的生活,知道以树叶兽皮遮羞。

在我国新石器时代(距今约 7 千~5 千年),其发掘遗物中的各种饰品无论在数量、质量等方面都有了很大提高。人们在打制石器时便制作了许多精美的玉饰,如出土的玉冠饰、

玉顶等都是古人的装饰品。人类在新石器时代,不仅发明了各种装饰品,而且还发明了酿酒。酒既可以作为饮料,又可以作为防病治病之品,同时,由于饮酒后可以红光满面,如抹胭脂,于是酒一直成为使人变美的媚药之一。

据文字记载的最早美容行为是洗脸,其后较普遍的美容行为是敷粉,这种粉最早是用米制作的,色白,敷面可以增白。而后又将粉染红,着颊使面赤,成红妆。此外还出现了铅粉,称为胡粉、宫粉。除了粉外,胭脂出现也较早,在殷纣时期,我国人民就开始用燕地红蓝花捣汁凝成胭脂来饰面。胭脂又作“燕支”、“焉支”,因其产于燕地,焉支山而得名。到春秋战国时期人们不但追求面部的色美,如白里透红,还追求肌肤的滋润与光泽度,故除粉、胭脂外,又出现面脂、唇脂,唇脂即今之口红。同时眉毛的修饰也是此期古人美容的重点,从周代起就有画眉之习。春秋战国时期我国已有粉黛、胭脂、眉墨兰膏等化妆品,当时男女都有施朱敷粉的现象。

除追求颜面五官的美之外,春秋战国时期人们对头发的美化同样很重视,人们不仅洗发令洁净外,还涂发蜡一类的美容用品,使头发有光泽,古代将这类美容用品称之为“泽”。随着人们维护和增进容貌美的欲望越来越强烈,修饰美容已无法满足其要求,此时就必须依靠医学的介入。周代已经建立起较为完整的医政组织和相当严格的考核制度,对于后世医学的发展有着积极的促进作用。《周礼·天官》记载,医官分为医师和医。医师相当于今卫生机构的行政长官。医分为食医、疡医、疾医、兽医四科,食医相当于今营养医生,疡医相当于外、伤科医生,疾医相当于内科医生,兽医则“掌疗兽病,疗兽疡”。其中食医居四科之首,主要是研究如何保健、养生、防老、驻颜的医学专科。有病者到医院就诊,“医师”根据所病之不同,分配给不同级别的“医”治疗。疡疥疾泛指疮疥等皮肤病,可见西周时对损美性皮肤病主要采用内治法,对皮肤病有了专门的医师治疗。

西汉以前医药学在治疗美容方面,已牵涉到黧黑斑、蟹足肿、疣目、漆疮、体气、白驳风、痤疮、各种疮、目偏视等损容性疾病的病因病机、诊断方法、治疗方法。马王堆出土的医书中关于保健美容的论述有令人面泽、去毛、黑发等的专方,尚有通过运动养生保健等手段达到驻颜美容的目的。

春秋战国时期,中国的文化教育出现了“诸子蜂起,百家争鸣”的局面。诸子百家都各自提出了自己的养生术、养生论,以达驻颜美容、延年益寿的目的。

道家崇尚自然,提倡返璞归真,通过养生、清心、寡欲等方式以祛病延年,并在长期的实践中,汲取春秋以前民间流传的宣导养生术的精华,创立了一套顺乎自然的气功养生方法。后世华佗在此基础上创立了“五禽戏”。除此之外还创立了静气功,亦是很好的养生方法。儒家提倡修身养性,以“中庸”为修身养性的手段,强调人性修为不要太过,不要不及,达到中和境界就会无病长寿。诸子百家的养生思想和养生方法,极大地丰富了中医养生美容的内容,至今仍在指导着美容中医的实践。

综上所述,可见从远古至春秋战国时期,美容已成为社会关注的一个重要方面,中医药已开始介入美容,药物、针灸、气功、食膳等美容手段已开始萌芽。

## 二、美容中医学的萌芽——秦汉三国时期

(公元前 221 年~公元 265 年)

秦汉时期,中医药学取得了巨大成就,出现了一些经典著作,使中医药学逐渐形成统一的、较为完善的理论体系,这也为美容中医的形成和发展奠定了基础。



《黄帝内经》大约成书于秦汉时期,它是西汉前中医成就的结晶,是我国现存最早的医学典籍,书中阐述的中医理论如藏象、经络、气血津液、病因病机、诊法治法、摄生等学说不仅奠定了中医学的理论基础,而且为美容中医学的建立和发展奠定了理论基础。《黄帝内经》认为人体是一个有机的整体,五脏六腑、气血阴阳的变化,可以通过经络反映到人体外表上来,人体外表皮肉、器官的变化亦可以反映脏腑气血阴阳的变化。因此,外在的美并不是孤立存在的。在养生保健方面,强调健美的维护应以养生保健为本。指出气功、按摩、针灸等美容方法及饮食、养生、保健和美容的关系,提出饮食结构合理搭配,不可偏嗜。它不仅为后世的整体美容、养生美容、情志美容、经络美容、推拿美容、气功美容、饮食美容等方法提供了理论依据,而且对针灸、推拿、气功、药物、食物等保健美容方法的实施产生了深远的影响。在人体美学方面,较详细阐述人体胚胎发生学、解剖生理学、体质人类学基础和形态特征及气质要素等医学人体美学思想。该书为后世美容中医提供了坚实的理论基础,对今天美容中医实践仍然产生重要影响。

《神农本草经》成书于秦汉时期,是我国现存最早的药学专著,同《黄帝内经》一样,是汉以前本草知识的总结。其中有 100 余种关于“悦泽”、“美色”、“轻身”、使人“头不白”的美容药物,而且还专门讨论了美容药物。此外,该书还记载了生姜、葱白、大枣及芝麻等 20 多种食物的美容作用,并提到了美容药品的独特剂型——面脂,为后世的中药美容及食膳美容的发展奠定了基础。战国后期的《山海经》收藏了 173 种药物,其中也有不少具有美颜色、去赘疣、疗痤疮等作用的美容药物。

《黄帝明堂经》成书于西汉末年到东汉延平年间,发展和补充了《黄帝内经》中的针灸、腧穴等内容,是对汉以前针灸腧穴文献的一次全面总结,为我国第一部腧穴专著。其明确记载的损美性疾病有 17 个,如“口歪”、“疣”、“面黑”、“羸瘦”等,为后世针灸美容、推拿美容提供了理论与实践基础。

东汉末年张仲景著《伤寒杂病论》(后分为《伤寒论》和《金匱要略》二书),该书以六经论伤寒,以脏腑论杂病,奠定中医辨证论治的基础,也为后世治疗损美性疾病提供了思路。本书所载方药史称“经方”,中有不少成为美容的有效方,如桃核承气汤、桂枝茯苓丸、当归芍药散等可治疗肝血瘀滞之肝斑;肾气丸有全身强壮的作用,可使精力旺盛,气血充足,面色有华;麻子仁丸可治疗燥热所导致的皮肤粗糙;猪胰汤有很好的润肤悦颜去皱功效;防己黄芪汤可防止面部小皱纹的产生等。

华佗开创的“麻沸散”是世界上最早的麻醉剂。他创造的“五禽戏”导引之法,有保健美容作用,也为后世气功美容开创了先河。

总之,这一时期随着中医药理论的建立与发展,美容中医学也在继续发展。

### 三、美容中医学的形成——两晋南北朝至隋唐五代时期 (公元 265 年~960 年)

这一阶段为传统美容中医学形成的时期,也是美容中医学发展鼎盛的时期。晋唐时期的美容中医学具有以下几方面突出的成就:①美容中医学已经开始在美学思想的指导下实施,其不仅重视驻颜养颜,同时特别重视防治各种损美性疾病。②出现了一批重要的美容中医代表医书。理论上,续《黄帝内经》、《伤寒杂病论》之后,又有《诸病源候论》为指导。③采用的美容中药及美容食物品种繁多,涉及面广。在每一味药物或食物之后均有较为详细的主治、炮制和使用方法。④美容方剂和美容剂型的改革和创新。美容方剂已从秦汉时

期的单味药物运用或简单的配伍,向多味药物的组合、复杂的配伍过渡,使美容配方体现了方剂学君、臣、佐、使的原则。美容剂型的调制已相当讲究,所采用的配基一般具有黏附、营养两大功效,同时发展为方便实用的面脂、手膏、口脂、衣香、面膜等多种品种。⑤美容中医的六大手段(药物、食膳、针灸、推拿、气功及养生)已基本具备。⑥从秦汉时期单纯的、经验的美容逐步向科学的、综合措施的美容技术迈进,在强调外洗、外敷、外搽等外用美容药剂的同时,开始重视配合内服丸、丹、汤等药物以及采用食疗、导引、按摩等综合美容方法。至此,美容中医学初步形成了独立的学科。

在南北朝时期,我国人民已应用花粉作美容。有关美容中医学的著作方面,晋代皇甫谧的《针灸甲乙经》是我国最早的针灸学专著,书中记载了针刺曲池穴治疗颜面干燥证等,成为以后针灸美容法的基础。

西晋人葛洪是我国早期著名药物化学家,他对美容中医颇有研究,他博学多才,无论在美学思想还是在美容中医技术的实施上都有所建树,为美容中医的发展作出了巨大的贡献。《抱朴子》和《肘后备急方》是其代表作。

陶弘景为南北朝时齐梁著名医学家和道家理论家,博学多艺,著作甚富。所著《本草经集注》和《养性延命录》与美容中医有密切关系。晋人刘涓子撰《刘涓子鬼遗方》,后经南齐龚庆宣整理,是我国现存最早的一部外科专著,基本上反映了两晋南北朝时期在外科方面的主要成就。内容方面包括一些皮肤疾病,其中不乏如粉刺、痱子、黧黑斑、湿疮、发秃、热疮等损美性疾病的疗法,对后世影响较大。

唐代医家孙思邈精通医学、导引、针灸之术,其著作《备急千金要方》和《千金翼方》集唐以前医方之大成,共收方6000余首,是中医学在唐代文化发展高潮时期的代表作。在《备急千金要方》与《千金翼方》中有保健美容方剂330余首,并开辟美容专篇。此外,该书还收集了针灸美容法,膳食美容法,气功美容法,推拿美容法,养生美容法以及其他一些美容法如冷冻、玉石磨削等,融美容保健和美容治疗于一体,对美容中医的发展起到了承前启后的作用。作者以自己亲身实践提供了养生长寿驻颜的实例,堪称美容中医史上一代巨匠。此后的王焘在《千金方》的基础上,对美容中医方法进一步整理充实,他所编著的《外台秘要》,有关美容的内容更为丰富。

公元610年,巢元方编撰的《诸病源候论》是我国第一部病因病机证候学专著,书中未列任何方药,但却对损美性疾病的临床特征及病因病机进行了深入的分析 and 探讨。孙思邈的弟子孟诜所著《食疗本草》一书中记载了很多美容保健食品,丰富了中医食膳美容的内容,是我国第一部食疗本草专著。隋唐时期还出现了第一部美容方专集《妆台方》,但此书已遗失,仅留下其姊妹篇《妆台记》,以论修饰美容为主。

所有这些都说明美容中医学的发展日趋完善,美容中医学体系基本形成。

#### 四、美容中医学的发展——宋金元明清时期 (公元960年~1911年)

这一时期是传统美容中医学拓展的时期。从北宋起,国内外贸易发达,国外药品尤其香料大量输入我国,如麝香、丁香、木香、沉香、乳香、高丽参、檀香等,使美容药物及方剂都更加丰富。宋代由于印刷术与造纸业的革新与发展,使医学专著增多,促进了医学知识和医疗技术的提高。宋金元时代,官方十分重视医药学术的整理、总结和提高,一度出现了学术繁荣与学派论争的局面,美容中医方法与经验也因而得到系统地整理提高和推广应用,

同时金元四大家亦各有独特的经验,对有碍美容之疾病的病因和诊治进行了探讨,使单纯的美容经验过渡到了美容理论的研究,使美容中医更加具备辨证论治的特色,使美容中医学体系日趋完善,对后世美容的发展有一定的影响。明清时期,社会美容事业开始展开,美容中医学在理论上和方法上,都有明显的提高和发展。大量的美容用品和药剂不断出现。在清朝宫廷中,各种美容技术,美容方法得到了广泛的运用。

学术方面,由官方组织进行全面系统地校勘编纂的《太平圣惠方》和《圣济总录》,对有效美容方剂的收集更加丰富,并补充了许多美容新方。

《经史证类备急本草》于公元 1098 年由唐慎微著。宋代的《政和本草》及南宋的《重修政和本草》,均据此书重修刊行。该书载有美容药物 322 味,较之《神农本草经》和《本草经集注》大有增加。在《本草纲目》问世前,该书一直是本草学的范本,亦是美容中医学主要的本草书籍。

元代《饮膳正要》是我国第一部营养学专著,书中选录元朝宫廷饮膳食谱如羹、汤、粉、面、粥、饼、馒头等,多为延年益寿之品,极大丰富了饮食美容内容。元代许国祯撰写的《御药院方》收录了宋、金、元三代宫廷秘方千余首,许多方剂为他书所不载的。其中有 180 余首美容方,且多为保健美容方。书中的三立方,即按顺序先后用三种方药涂于面部,以达到美容的目的。其方法是先用“楮实散”洗擦面部,再以桃仁膏涂,最后用“玉屑膏”涂贴面部。此三联法和现代面部美容护理的程序基本一致。

金元时期各流派学术争鸣,刘完素的六气化火说,李东垣的脾胃论学说,张从正的祛邪三法,朱丹溪的相火论、阳有余阴不足论,均对美容中医学的发展有促进作用。他们创制的防风通圣散、黄连解毒汤、补中益气汤等方,至今仍被用于治疗某些损美性疾病。

到了明清时代,美容中医学事业迅速发展。特别是明代伟大的医药学家李时珍编撰的《本草纲目》这部巨著,全书载药 1892 种。其对中外医学都产生了巨大影响,被誉为“东方医学巨典”、“中药宝库”。每一味药后简介该药对于面部疾病的功效和主要使用方法,为美容中医提供了宝贵资料。

《普济方》由周定王等编定,刊于公元 1406 年,载方 6 万多首。被后人称为美容中医方的大汇总,不但汇集了明朝以前的大量效方,还创制了“面白方”、“治鱼鼈鼻方”等美容新方,保存了珍贵的美容中医资料,其中一首治疗头面疔子的方叫美容膏,这是“美容”第一次作为专有名词出现在医书中。

明代中医外科从痈疽疮疡向皮肤病方面发展,陈实功的《外科正宗》记载了许多损美性疾病的病机、症状、治法、方药及制作方法,对美容中医有很大贡献。明代杨继洲所著的《针灸大成》,汇集了历代针灸医家心得,并结合杨氏自己的经验,对针灸美容有非常重要的参考价值。清代徐灵胎的《洵溪老人二十六秘方》载录众多美容妙方。清代吴谦等编著的《医宗金鉴·外科心法要诀》中也记载了很多皮肤美容的方法及治疗皮肤病的药物,如用水晶膏治黑痣,用颠倒散治痤疮等,沿用至今。除此之外,清代还涌现出不少著名医学家,如张璐的《张氏医通》、《千金方衍义》,徐大椿的《兰台轨范》,沈金鳌的《沈氏尊生书》等数不胜数,他们就美容中医学的有关理论、方药及方法进行了研究,从各方面丰富了美容中医学的内容,为美容中医学发展作出了一定的贡献。

清朝的美容保健事业主要是在宫廷中得到较大发展的,清朝宫廷对美容术、美容方药的运用极为讲究。

## 五、近现代美容中医学的发展及趋势

(公元1911年至今)

20世纪初的几十年,由于各种历史原因,传统美容中医学被冷落,几近消失。新中国成立后,中医学得到了长足的发展,但美容中医学的内容大多归于外科、皮肤科等,而保健美容的内容几乎无人问津。一直到20世纪80年代初随着人们生活水平的不断提高和美容业的兴起,我国的美容医学事业迅速发展,美容中医也重新崛起,并悄悄走进人们的家庭。之后各种有关美容中医学的著作相继出版,各类杂志有关美容中医的论文也日渐增多。近十几年来,人们热衷于研究中药的美容价值及各种添加中药成分的化妆品,即增加了化妆品的功效,又保持了化妆品的天然性,减少其副作用。此外,不断开发现代制备工艺,使含有中药成分的化妆品色泽更美观、质地更细腻、吸收更迅速、使用更方便,在当今世界美容化妆品业中,美容中医已是一枝独秀,正越来越被人们所认可。

1989年,中国中医药学会外科分会美容专业委员会成立,1997年成立中国中医药学会中医美容分会,1990年中华医学会医学美学与美容学分会成立,中医美容学者也积极参与其学术活动,于2002年在该分会成立了传统医学美学组。2002年2月,卫生部颁布了19号令(《医疗美容服务管理办法》),该法规明确规定:“医疗美容科为一级诊疗科目,美容外科、美容牙科、美容皮肤科和美容中医科为二级诊疗项目。”它确立了美容中医的学科地位,必将进一步促进美容中医学的健康发展。在国际上,美容中医学也日益受到重视。1996年、1998年、2000年、2005年、2010年分别在中国北京、日本东京以及马来西亚召开了第一至五届“国际传统医学美容学术大会”。2002年7月在北京召开的“第二届国际医学与美容学术大会”设立了“传统医学美容学术委员会”。

总之,美容中医与祖国的传统中医学一脉相承、内容浩博、源远流长,五千年的文明史为后人积淀下丰富而珍贵的美容经验与方法。从世界美容的发展看,美容业需要应对皮肤病变的日益增加及消费者对产品选择越来越追求天然、效佳等问题。美容中医的未来必将在一片崇尚自然的声浪中散发着自然美,是世界求美者的财富。

### 第3节 美容中医学的特色与学习方法

#### 一、美容中医学的特色

##### (一) 整体观念

整体观念:美容中医学以整体观念为指导原则,整体观念是中医学基本观念之一,是中医学关于人体自身及人与自然、社会环境的完整性、统一性的认识。

**1. 人体是一个有机整体** 它认为人是一个由多层次结构构成的有机整体,通过阴阳五行与脏腑经络学说把五脏六腑、眼耳口鼻舌、毛发唇面爪、皮脉肉筋骨、神魂魄意志、喜怒思悲恐、赤青黄白黑等部分有机地联系成一个整体。也就是说人体是以五脏为中心,通过经络的联系,将构成人体的各部分,结构上紧密相连、密不可分,功能上相互协调、相互为用,病理上相互影响,即构成一个表里相连、上下沟通、协调共济、井然有序的统一体,并且通过精、气、血、津液等的作用来完成机体统一的机能活动。

生理上的整体性:人体自身在生理上的整体性,主要体现于两个方面:一是构成人体的

各个组成部分在结构与功能上是完整统一的,即五脏一体观;二是人的形体与精神是相互依存、不可分割的,即形神一体观。

**病理上的整体性:**中医学在分析疾病的病理机制时,着眼于整体病理分析,由局部病理变化推演整体病理反映,把局部与整体统一起来。既重视局部发生病变的脏腑经络形体官窍,又不忽视病变之脏腑经络对其他脏腑经络的影响。

**诊治上的整体性:**人体的局部与整体是辩证统一的,各脏腑、经络、形体、官窍在生理与病理上是相互联系、相互影响的,故可通过诊察分析形体、官窍、色脉等外在病理表现,推测内在脏腑的病理变化,从而作出准确诊断,为治疗提供可靠依据。

根据整体观念,中国传统美学中强调对内在本质的追求,美容中医学中也很重视由内而外的美。总之,要得到局部的美,必先求整体的阴阳平衡、脏腑安定、经络通畅、气血流通。

**2. 人与自然环境的统一性** 人类是宇宙万物之一,与天地万物有着共同的生成本源。同时,人类生活在自然界中,自然界存在着人类赖以生存的必要条件。整体观将人与自然四时气候和地理环境的变化联系起来,认为人与大自然也是一个有机整体,密不可分,即“天人一体”的整体观。根据古代哲学思想,天人一体的整体观强调的是天地人的和谐统一。生命和自然息息相关,生命受自然规律支配,自然环境的变化对人体生理、病理的变化有很大的影响。

**生理方面:**主要包括自然气候和地理环境对人体的影响。

气候是由自然界阴阳二气的运动变化而产生的阶段性天气征象。一年之内的四季气候变化和一日之内的昼夜晨昏变化对人体生理都有不同程度的影响。一年中气候变化的规律一般是春温、夏热、秋凉、冬寒。自然界的生物在这种规律性气候变化的影响下,出现春生、夏长、秋收、冬藏等相应的适应性变化,而人体生理也随季节气候的规律性变化而出现相应的适应性调节。

地理环境包括地域性气候、地势的高低、水土、物产和人文地理、风俗习惯等。这些方面的差异在一定程度上影响着人体的生理活动和脏腑机能,进而影响体质的形成。如南方沿海地区多湿热,人体腠理多稀疏;北方多燥寒,人体腠理多致密。这说明地域环境对人体生理确有一定影响,而人体的脏腑也具有适应自然环境的能力。

**病理方面:**人体适应自然环境的能力是有限的,如果气候变化过于剧烈或急骤,超越了人体的适应、调节、抵抗能力,就会导致疾病的产生。故疾病的发生取决于人体正气适应、调节、抗邪的能力以及自然界邪气致病能力两个方面。总的来说如果人不能顺应季节性的气候变化规律以及昼夜的变化规律,而是惯用违背规律的生活方式和生活节奏,那么他就不能保持身体的健康,也就无从谈及美感。

地域环境的不同,对疾病也有一定的影响。某些地方性疾病的发生,与地域环境的差异密切相关。

综上所述,人的生活节奏必须与自然环境的规律相适应,才能体现出不可抗拒的自然之美,自然之美是任何形式美的基础。而人生命的自然之美是自然界中一种高层次的美,这种美是人的容貌形体美的基础,主要体现在生命是人体自然美的载体;健康使人体美增色,疾病使人体美减色,死亡使人体美消失。所以美容中医在塑造和维护人体美上,始终追求的都是自然美、本质美。在日常生活中,我们应顺应自然规律,顺应人体生理活动规律,善待生命,通过养生保健、修身养性、调节起居、饮食、气功、房中术等方面的养生保健,达到



人体功能的正常,人与自然关系和谐,将生命活动调整到最佳状态,从而使人体容貌与形体美成为有本之木、有源之水。具体内容如在气候变化剧烈或急骤时,要“虚邪贼风,避之有时”,在治疗疾病时要做到充分了解气候变化的规律,并根据不同季节的气候特点来考虑治疗用药,即所谓“因时制宜”。其用药原则一般是春夏慎用温热药,秋冬慎用寒凉药。但对“能夏不能冬”的阳虚阴盛者,夏不避温热;反之亦然。“冬病夏治”、“夏病冬治”提倡夏用温热之药培补其阳,则冬不发病或病情减轻;冬用凉润之品养其阴,则夏季不发病或病情减轻。可见,遵四时之变而预培人体之阴阳,可收到事半功倍的效果。

**3. 人与社会环境的统一性** 人类除生活在自然界中,还生活在复杂的社会环境中,人不可能脱离社会而生活,社会环境注定会影响人的生活,正所谓“时势造英雄”。人通过顺应社会,建立良好的社会人际关系,使我们工作、生活中的各种关系更加融洽,而融洽的社会关系使人心情舒畅、身心愉悦,身体健康,美自然由内而出。因此处理好大自然、社会环境与人的关系对养生态性,健身驻颜很重要,天地人的关系和谐统一是美容中医学中非常重要的部分。

**4. 整体观念与现代医学模式** 医学模式是医学对人的生命、健康和疾病的理论认识,是医学科学领域中一切实践活动的指导思想。

生物医学模式,是在生物科学的基础上,把人看作纯生物体,运用分析实验的方法,认识疾病完全可以用偏离正常的可测量的生物学变量来说明,从而形成的关于生命、健康、疾病的总的观点。随着医学的发展,生物医学越来越暴露出自身的局限性。由于生命是一个非常复杂的系统,把复杂的生命现象仅仅归结为物理、化学过程是不够的,社会的、心理的因素在生命过程中起到非常重要的作用。生物医学的明显缺陷是他忽视了人的社会属性,在它的框架中没有给病患的社会、心理和行为方面留下余地。故在70年代,医学界提出了医学模式的转换,将单纯的“生物医学”模式转换为“生物——心理——社会”医学模式,以指导医学的发展。

## (二) 辨证论治

辨证论治是中医学认识和处理疾病的基本原则与方法,也是美容中医学的基本原则与方法。辨证即是认证识证的过程。证是疾病发展过程中某一阶段病理反映的概括,包括病变的部位、原因、性质以及邪正关系,反映这一阶段病理变化的本质。因而,证比症状更全面、更深刻、更正确地揭示疾病的本质。辨证是将四诊(望、闻、问、切)所收集的有关疾病的所有资料,包括症状和体征,运用中医学理论进行分析、综合,辨清疾病的原因、性质、部位及发展趋向,然后概括、判断为某种性质的症候。论治是根据辨证的结果确立相应的治疗原则和方法。通过辨证论治我们认识到同一疾病中可能出现不同的“证”,或不同的疾病在特定的阶段出现相同的“证”,因此我们可采取“同病异治”,“异病同治”。美容中医学运用辨证论治的思想,对损美性疾病进行审证求因、审因论治会取得很好疗效。如“雀斑”与“黄褐斑”属不同疾病,在不同发展阶段都出现“肾水不足”这一证,因而用“滋养肾水”一法对两种病都有较好疗效。而“黄褐斑”在临床中,其辨证有风邪侵袭、痰湿内蕴、淤血阻络等,其治疗方法就有祛风消斑、化痰除湿及化瘀通络等不同。因此辨证论治,使美容中医的针对性更强、效果更突出。

## (三) 疗法自然、疗效持久

美容中医学历史悠久,可追溯到两千多年以前,除了用天然的中药以外,还包括针灸、



推拿、情志、食膳、音乐、运动、养身、手术等多种行之有效的美容方法,而每一种方法又包括若干种具体方法。所有这些方法都属于自然疗法,是经过历代医家反复验证筛选沉淀下的精华,安全可靠,副作用小。中药美容中所用之药物,来源于天然动植物及矿物,其对人体多是无害的。针灸、推拿等疗法是通过针刺、艾灸、推拿,以促进气血运行,调节脏腑组织功能,增强抵御外邪能力而起到美容作用。当今人们越来越提倡回归自然的天然疗法,这恰好与美容中医的方法合拍。法于自然、安全有效是美容中医的特征,这也必将会为世界医学美容作出一些贡献。

美容中医学所采用疗法不但自然,而且疗效持久。美容中医学不排斥文饰的外在美,但更追求的是自然美、内在美,追求治病求本、美容求本。内在美的追求从时间和周期上相对较长,一旦显效维持的时间又较长。总而言之,内外结合、先内后外、以内为主,长效与短效结合、长效为主,这也是美容中医学的特色之一。内外并重、内外皆美,这才符合中国传统文化氛围与审美。

## 二、美容中医学的学习方法

### (一) 临床研究方法

此方法主要是将临床诊疗资料(包括损美性疾病产生的个体性别、年龄段、症状、体征和疗法与疗效的记录等)进行统计分析,寻求病因、病机的规律性和评价治疗效果,得出经验或教训,从中优选出最佳诊疗技术或手法,淘汰无效的或负效应较大的诊疗技术与方法,为美容中医专业积累成功的经验和不断创造更新的技术方法。

### (二) 实验研究方法

例如检测的方法,对护肤品的质量进行检测,为优选护肤品提供科学依据;动物实验,观察某些新的美容材料,观察其的有效性和毒、副作用,以及制剂的有效含量与用量,为优选安全有效的美容材料和避免人体受到美容材料的无故损害,提供科学依据。通过实验研究证实美容中医治疗方法对损美性疾病的作用机制研究,为临床提供实验依据。

### (三) 测量方法

测量方法主要用于评价人体各部位正常的长短度、围度、活动角度、各器官之间的间距及其量化比例,为评价各人的体格与器官是否符合正常人的标准量度和比例关系。此外还有“黄金分割率”、中医学的“骨度法”(腧穴定位、取穴方法)和中国绘画学中的“三庭五眼”,都是广泛用于判定人的体表器官间比例关系的量化方法。

### (四) 文献研究

在浩瀚的中医文献中蕴含着丰富的美学知识和美容技术。本着“古为今用”、“去粗存精”、“推陈出新”的原则加以挖掘、整理、提高,充实当代美容中医学的理论与技术,这是我国美容中医学所特有的优势。对此我们不可忽视。

## 第4节 美容中医的分类及其与相关美容学科的关系

### 一、美容中医的分类

#### (一) 按美容性质分类

1. 美容治疗 是以美容中医学基本理论为基础,采用中医的方法和手段来治疗人体的