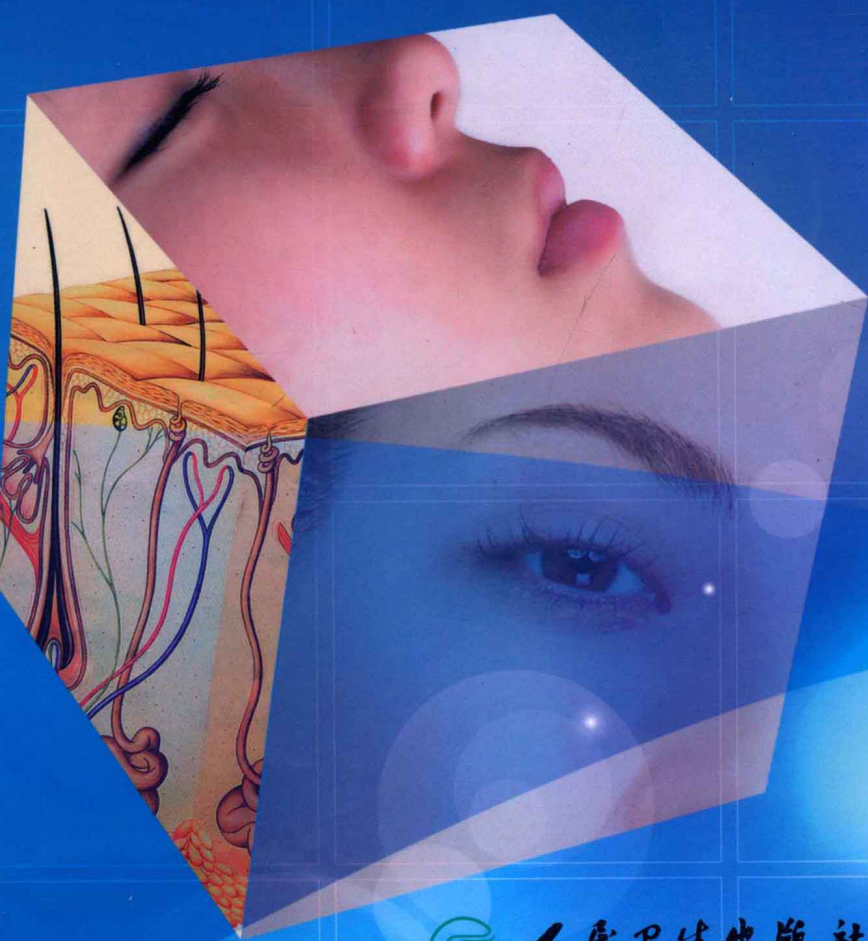


全国高职高专卫生部规划教材
供医疗美容技术专业用

美容中医技术

主编 / 刘宁 聂莉 副主编 / 江琼 王德敬



人民卫生出版社
PEOPLE'S MEDICAL PUBLISHING HOUSE

全国高职高专卫生部规划教材
供医疗美容技术专业用

美容中医技术

主 编 刘 宁 聂 莉

副主编 江 琼 王德敬

编 者 (以姓氏笔画为序)

王德敬(山东中医药高等专科学校)

伍景平(成都中医药大学附属医院)

刘 宁(成都中医药大学临床医学院)

闫润虎(大连医科大学美容医学院)

江 琼(重庆医科大学中医药学院)

许 婧(成都中医药大学针灸推拿学院)

李 娟(四川国际标榜职业学院)

杨 帆(天津中医药大学中医学院)

武 燕(安徽中医药高等专科学校)

郑爱义(大同大学医学院)

赵 丽(辽宁中医药大学职业技术学院)

赵晓川(黑龙江省卫生学校)

敖绍勇(宜春学院美容医学院)

聂 莉(江西护理职业技术学院)

黄高敏(浙江中医药大学第三临床医学院)

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

美容中医技术/刘宁等主编. —北京: 人民卫生出版社, 2010. 6

ISBN 978-7-117-13043-1

I. ①美… II. ①刘… III. ①美容-中医学-高等学校: 技术学校-教材 IV. ①R275②TS974.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 100475 号

门户网: www.pmph.com	出版物查询、网上书店
卫人网: www.ipmph.com	护士、医师、药师、中医师、卫生资格考试培训

版权所有, 侵权必究!

本书本印次封底贴有防伪标。请意识别。

美容中医技术

主 编: 刘宁 聂莉

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

010-59787586 010-59787592

印 刷: 北京智力达印刷有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/16 印张: 28

字 数: 681 千字

版 次: 2010 年 6 月第 1 版 2010 年 6 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-13043-1/R · 13044

定价(含光盘): 50.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社销售中心联系退换)

目 录

第一章 美容中医学概述	1
第一节 美容中医学的概念	1
第二节 美容中医发展简史	2
第三节 美容中医学的特点与学习方法	10
第四节 美容中医学的分类及其与相关美容学科的关系	14
第二章 美容中医学的理论基础	19
第一节 阴阳学说	19
第二节 五行学说	27
第三节 藏象学说	34
第四节 精气血津液	41
第五节 经络学说	44
第六节 病因、病机	50
第七节 诊法、辨证	57
第八节 防治原则	72
第三章 中国传统美学在美容中医中的应用	77
第四章 美容常用中药与方剂	86
第一节 美容常用中药	86
第二节 美容常用方剂	105
第五章 美容经络与腧穴	121
第六章 美容中医常用方法	157
第一节 中药美容法	157
第二节 针灸美容法	162

第三节	推拿美容法	191
第四节	刮痧美容法	279
第五节	拔罐美容法	295
第六节	药膳美容法	300
第七节	其他美容疗法	306
第七章	中医保健美容	312
第一节	驻颜	312
第二节	润面泽面	315
第三节	润唇	318
第四节	美发、润发	321
第五节	美齿、香口	323
第六节	美目	328
第七节	聪耳	332
第八节	健鼻	334
第九节	香体	337
第十节	美手	339
第八章	中医美容与养生	342
第一节	顺应四时	342
第二节	愉悦情志	344
第三节	调和饮食	347
第四节	起居有序	353
第五节	劳逸适度	356
第六节	动静有衡	357
第九章	常见损美性皮肤病的中医诊治	360
第一节	黧黑斑	360
第二节	雀斑	362
第三节	黑变病	364
第四节	白驳风	366
第五节	黑痣	368
第六节	睑糜	369
第七节	粉刺	371
第八节	酒渣鼻	374
第九节	面游风	376
第十节	口吻疮	378
第十一节	须发早白	379
第十二节	发蛀脱发	382

第十三节 油风	383
第十四节 狐臭	385
第十五节 热疮	387
第十六节 疣目	389
第十七节 扁瘻	391
第十八节 血瘤	393
第十九节 睑黄疣	394
第二十节 冻疮	395
第二十一节 日晒疮	398
第二十二节 皴裂疮	399
第二十三节 粉花疮	401
第二十四节 唇风	402
第二十五节 面红	404
第二十六节 灰指(趾)甲	406
第二十七节 激素依赖性皮炎	407
第二十八节 获得性太田痣样斑	408
第十章 常见衰老性损美的中医治疗	410
第一节 中医药防治衰老概述	410
第二节 衰老性损美的中医治疗	413
第十一章 肥胖症与消瘦症	423
第一节 肥胖症	423
第二节 消瘦症	431
附录 主要参考文献	435

第一节 美容中医学的概念

一、美容中医技术与美容中医学

美容中医技术(原称中医美容技术),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(原称中医美容学)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,以传统的中医基础理论为指导,研究医学人体美,并运用中医传统的美容技术和方药来维护、修复、改善及塑造人的形神美的理论、技能及其规律的一门学科。

美容中医学有着悠久的历史 and 丰厚的文化底蕴,它是由我国历代医家和广大劳动人民在漫长的历史过程中经历了反复的探索、逐步的认识和多次的实践后逐渐形成的,具有完整、系统的理论体系且科学性较强,是一门既古老而又新兴的学科。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。

美容中医学这一定义的内涵包括:①表明了美容中医学是美学(医学美学、美容中医)与中医学相结合的产物,其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他各姐妹学科一样,也是以医学人体审美的理论与实践为本学科研究的核心课题。③表明了美容中医是在人体审美的理论原则指导下,运用诸如辨证诊治、中药方剂、针灸、按摩、中药护肤品等中医药手段所进行的美容。④反映了美容中医 4 种服务方式,即“维护”(美容保健)、“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,中医古籍早有美容整形记载)。⑤中医形神美的定义用语反映了中医特色,“形”即指人的形体及其形象,“神”即指人的神机、神明、神志、神色,也就是西医说的人的生理、心理现象或谓生命活力,形神美即指形体、容貌和生命力之美。

美容,也称美容术,通俗地讲就是能使人变得更漂亮、更美丽的一种行为,或指为达到此类目的所使用的物品和技术。美容有狭义和广义之分,狭义的美容仅指颜面、五官或颈部以上的修饰与美化;广义的美容范围可扩展到整个人体美,包括颜面、须发、躯体、四肢乃至心灵等全身心的美化,是应用物理、化学、美学、心理学、医学等的原理在人的头面、躯体、四肢、爪甲、须发等部位经过运用科学的、艺术的手法以恢复皮肤的生理功能、减弱或遮盖颜面及躯体上的缺陷,给人体增添美感的手段。美容中医学中的“美容”是取其广义。我们所讲的

美容中医,研究的内容广博,其以整体观念、形神合一、天人相应、阴阳五行、脏腑经络等中医基础学说为理论体系的核心,不只局限于颜面、颈部的局部美化,而且更突出的是其与防疾治病、养生驻颜、抗老防衰、延年益寿紧密结合,运用中药、针灸、按摩、气功、膳食、养生等手段补益脏腑、通调气血、扶正祛邪、综合调理,从而改善人体的功能、形态与容貌,达到形体美和容颜美的和谐统一,以期实现形美容悦、延缓衰老、健康长寿的目的。

在倡导“顺应自然、返璞归真”的今天,美容中医技术以其独具特色的微创、无创美容方法,正在为越来越多的国内外求美者所接受,并随着美容中医学的进一步深入研究日趋完善。

二、美容中医学的研究任务

1. 研究医学人体美 人体美分为艺术人体美和自然人体美,艺术人体美是通过艺术家、化妆师以夸张的、抽象的手法绘画、制作、化妆出来的美的艺术品或舞台戏剧人物的形象美;而自然人体美是大自然造就的有血、有肉、有思维和语言的人体美,是世界万物中最美的生命体。医学人体美则比一般自然人体美更高一层,是以有血、有肉、有思维和语言功能的机体为载体,身心健康为基础,整体、平衡、匀称形态和最佳心理状态为特征的人体美。美容中医技术以医学美学(含中医人体审美理论)为指导,研究医学人体美的发生、发展、变化及其规律,为维护、修复、改善和塑造人的形神美寻求新理论和新技术。

2. 挖掘传统中医学中的美容中医理论与技术 美容中医学作为一个独立的学科才刚刚起步,但在许多中医学典籍和论著中,关于医学审美和美容中医理论、技术的内蕴历史悠久、内容丰富。应当本着“古为今用”的原则,加以整理、提高,用来丰富和完善当代美容中医学的理论内容和技术技巧。

3. 进行美容中医技术和方药的临床研究与实验研究 在不断总结美容中医临床经验的基础上,不断挖掘新方药、新技术,如中医、方剂、针灸、推拿等美容机制与应用技术等科学研究,从而不断改进、创新和发展美容中医理论和技能,更好地发展美容中医学术事业。

4. 深入研究美容中医的服务对象(即美容就医者的心理状态和变化规律) 美容中医实践经验证明,掌握美容就医者的心理状态及变化规律,有利于按照其心理实际与特点进行科学的诱导和咨询,沟通主客体对体态、容貌的审美意向,为求美者营造一个治疗前的良好的心理环境,提供理论依据和实践技能,这是提高美容中医成功率,减少治疗后纠纷发生的关键之一。

第二节 美容中医发展简史

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。

我国人民爱美的历史很早,在有文字记载以前的远古时代,修饰美容就已经存在。修饰美容的发展,进而医学的介入,而医学的介入和美容医学的发展,又促使人们对修饰美容的要求进入更高的层次,于是修饰美容和美容医学互相促进、共同发展,构成了美容中医的历

史。美容中医学的发展历史也反映了美学与中医学相互融合的历史。

一、中国修饰美容简史

人体审美意识早在远古时代即已产生。我国人民很早就知道采用一些方式美化自己。有据可查的是距今5万多年前的北京周口店“山顶洞人”(旧石器时代晚期)的遗物。在遗物中发现很多装饰品,有钻孔的小砾石、石珠和穿孔的狐或鹿的犬齿,刻沟的骨管,穿孔的海蛤壳和钻孔的青鱼眼上骨等。所有的装饰品都相当精致。这些遗物证明,由爱美而进行的化妆与装饰,始于人类的祖先。且这种化妆与装饰从古至今未停止过。

文字记载的最早的美容行为是洗脸。甲骨文中的“沐”字,就像一个人披头散发在洗脸。其后较普遍的美容行为是往面部抹粉。除了粉外,胭脂的出现也较早。据文献记载:殷纣时期已有燕支(胭脂),即用燕地红蓝花叶,捣烂取汁,凝做脂来饰面。又云:春秋时周郑之女,粉白墨黑,立于衢间。即用白粉敷面,用青黑颜料画眉。《礼记》有“以丹注面”的记载,说明那时已有人用红颜色涂在脸上当胭脂。《诗经》有“玉之锁兮,充耳琇莹,充耳琇兮”之句,说明当时已有人将锁(即美玉)挂在耳上做装饰品。总之,到春秋之时,人们已很重视容貌的修饰。追求仪容之美,已不仅是人的爱美天性使然,而且已成为礼仪上的要求。当时,“妇人不能见舅姑”(《太平御览》卷689)。爱美、求美并以美来规范自己的心态和行为,在我国这样一个礼仪之邦,夙有渊源。

在生产力发展的同时,人类对化妆与美容的探索 and 追求,也在不断地发展和提高,化妆美容从形式到内容都在逐步完善。

汉代以后,便有了正式的妆点、扮妆、妆饰等词。东汉梁冀的妻子孙寿曾制各种各样的妆,妩媚称绝一时。那时连男性也深受感染,如汉张敞为妻画眉,也称张敞眉。汉时,随着女子化妆的普及,化妆品也随着进一步发展,《毛诗疏》中说:“兰,香草也,汉宫中种之可著粉中。”这说明当时不仅已能制作化妆用的粉,而且有了专门从事制作化妆品的人。

与此同时,汉代已有“城髻,中兴高髻高七寸”的记载。另外汉代女子用于发式的装饰品也是种类繁多的,有玉簪、金花、步摇、耳塞等。由此可见,早在汉代,女子发式的造型艺术和用于装饰发型的饰品艺术就已经相当完善了。而且,此时的妇女一般都佩戴香囊,如长沙马王堆汉墓出土文物中就有装着香料的香囊。

到了唐代,无论在妆饰还是在服饰上都更加考究。从面妆上讲,仅眉形就至少有17种之多。面妆此时以红妆为主,也有黄妆、紫妆。此时,还开始贴花钿,如杨贵妃已经懂得用贴金的方法弥补脸上的缺陷,这一方法在唐代妇女中盛行一时。晚唐时期,妇女在妆靛中贴上去的花图案,大多贴在额上、眉间、两颊、鬓旁,称作花子或花钿。至于发型的样式,更是丰富多彩。

宋代程朱理学的影响很大,主张存天理、灭人欲。宋儒反对女子衣饰华丽,故从宋代起直到明代,唐中晚期的“盛装”和浓妆被湮没,代之而起的是以柳眉、杏眼、樱桃口为基本面饰的化妆,面颊略施薄粉,淡涂胭脂。无论是宫廷后妃还是民间女子,都以淡雅、含蓄的面部化妆表达对自然美的追求。这种淡妆一直延续到清朝。此外,从宋代起,化妆品的生产就有了一定的规模。南宋时,杭州成为化妆品生产的重要基地,所生产的脂粉被称为“杭粉”而久负盛名,到明末清初时,甚至远销日本。清同治元年(1862),杭州清河坊富绅孔传鸿创建孔凤

春粉号,生产鹅蛋粉、水粉、扑粉、雪花粉、茉莉花粉等,尤以鹅蛋粉最为著名,细腻滑爽,留香经久,成为宫廷用品,被称为“宫粉”、“贡粉”。更早的扬州谢馥春香号,由谢宏业于1830年创建,生产香佩、香囊、香板、香珠、熏香、棒香及宫粉、水粉、胭脂、桂花油、冰麝头油等。1915年,其生产的香佩、香囊和宫粉,荣获巴拿马万国博览会奖章。可见当时我国化妆品工业已具有较高的水平。

近现代化妆品工业亦有较大的发展。创办于1905年的化妆品专业工厂广生行,是我国率先从作坊式生产发展到用机械化生产的化妆品工厂。1916年该厂的双妹牌化妆品在美国赛会上荣获特奖金牌。1911年,中国化学工业社在上海建立。1913年在上海又建立了中华化妆品厂,生产菊霜、发蜡等产品。20世纪三四十年代,又相继建立了上海明星花露水厂、上海家庭工业社、扶贝康化妆品厂、宁波凤苞化妆品厂等,使我国的化妆品工业逐渐形成一定的规模。20世纪50年代,我国的化妆品行业经过充实调整,进一步得到了发展。十一届三中全会以后,随着国民经济的发展和人们生活水平的提高,国外的美容业进入,并于80年代得到发展。美容院遍地开花,至今全国已有美容机构100多万家,美容从业人员600多万。我国的化妆品工业逐渐发展成为有一定规模的工业体系,门类基本齐全,化妆品品牌和品种不断增加,市场购销两旺。

总之,装饰美容在我国历史悠久,源远流长。

二、保健与治疗发展简史

“美容”二字的词源均与化妆有关,人们为了维护和增进容貌美,治疗各种常见的损美性疾病,除了化妆之外,还必须依靠医学手段,于是产生了美容医学。美容中医学的发展与中医学的发展是同步的,经历了长期的实践过程。

(一) 远古至先秦时代

有了人类,就有了美欲。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,但已经接近智人的生活,知道以树叶兽皮遮羞。

在我国新石器时代(距今约5000~7000年),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,于是酒一直受到人们的喜爱。

早在商周时期,我国就出现了最早的医学分科。《周礼·天官·冢宰》将医学分为食医、疡医、疾医、兽医4科,其中除兽医外,疡医、疾医是以防病治病为主的,而居4科之首的食医则主要是研究如何保健、养生、防老、驻颜的医学专科。春秋战国时期,随着社会的发展,医学也不断地得到发展。

文史资料表明,此时期的中医已经很重视人的容貌美。西周时对损美性皮肤病就有了内治法,对皮肤病有了专门的医生治疗。《山海经》就记载一些美容的药物可以治疗瘰、疣、狐臭等。《十问》中还讨论了哪些因素会使皮肤变得粗糙、苍老、黧黑等,以及使皮肤变得细腻、白嫩、有光泽的美容保健方法。我国现存最早的中医书籍,湖南马王堆汉墓出土的《五十二病方》中有6个关于蟹足肿的方剂,其中一些是预防瘢痕形成的,一些是治疗瘢痕的,例如

使用男子精液、水银、丹砂制成外用药治疗“故癩”，即陈旧性癩痕；疣目一病，书中列灸法一方：“疣，取敝蒲席若藉之翦，绳之，即燔其末，以灸疣目，热，即拔疣去之。”其意为疣病，可取蒲席或草席上的蒲草搓成绳状，点燃其末端，用以灸烧疣的末端，疣被烧热后，即可用器物将疣拔掉。这是针灸美容的最早记载。同时马王堆出土古医书还提出运动养生，认为“流水不腐，户枢不蠹”，以及通过各种养生之法达到健康长寿、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，如《庄子·刻意》述说的“吹响呼吸，吐故纳新，熊经鸟伸，为寿而已矣。此导引之士，彭祖寿考者之所好也。”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，认为“中也者天下之达本也，和也者天下之达道业”，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。春秋初期的法家管仲也主张“静”，他在《管子·内业》一书中提到：“人能正静，皮肤裕宽，耳目聪明”，还说：“能正能静，然后能定，定心在中，耳目聪明，四肢坚固，可以为精舍。”后来《吕氏春秋》在其“季春纪·尽数”中指出了静动结合锻炼的重要意义。

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。

（二）秦汉三国时期

秦汉时期，中医学取得了巨大成就，出现了一些经典著作，使中医学逐渐形成统一的、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，是我国现存最早的中医学理论典籍。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。书中阐述了许多有关美容的理论和具体内容。如记载了男女的生理特点、年龄与容貌变化的关系、有碍美容的疾病，以及功法、按摩、针灸等美容方法。该书虽没有专门论述美容方面的内容，但其对人的生理、病理、养生保健、疾病治疗的论述对后世美容中医的发展、实践应用均有十分重要的指导意义。在生理方面，《黄帝内经》论述了人体毛发、胡须、颜面、皮肤以及形体与内在脏腑、经络、阴阳、气血、津液等之间的关系。如《素问·六节脏象论》云“心者，其华在面，其充在血脉……肺者，其华在毛，其充在皮……脾者，其华在唇，其充在肌……肝者，其华在爪，其充在筋……肾者，其华在发，其充在骨……”其次，《黄帝内经》还论述了五官、五色等与五脏的关系，如“肝开窍于目，肾开窍于耳，心开窍于舌，脾开窍于口，肺开窍于鼻”。青、赤、黄、白、黑分别由肝、心、脾、肺、肾五脏所主，并提出“青如翠羽，赤如鸡冠，黄如蟹腹，白如豚膏，黑如乌羽”为正常皮肤颜色之美。此外，《灵枢·阴阳二十五人》则重点阐述了经络气血与美容之间的关系。如其中有云：“足太阳之上，血气盛则美眉，眉有毫毛；血多气少则恶眉，面多少理；血少气多则面多肉；血气和则美色”，等等。可见，《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。

在影响美容的某些病因病理方面,《黄帝内经》亦有较多的阐述。如《素问·生气通天论》云“劳汗当风,寒薄为皴,郁乃痤”;“汗出见湿,乃生痤疮”。文中所述“皴”即面部所生之赤色瘰疬,生于面部者名曰粉刺,生于鼻准者名曰酒渣鼻,这些都是影响人体美观的损美性疾患。另外《黄帝内经》还阐述了很多有关饮食、养生、保健与美容的关系,其中特别强调养生防病的重要性,认为养生保健不仅可以预防疾病、抗衰延年,还能使人永葆青春,保持形体健美。

总之,《黄帝内经》的理论和认知,为后世美容中医提供了坚实的理论基础,并产生了深刻的影响。

成书于秦汉时期的我国最早的药理学专著《神农本草经》共收药物 365 味,以上、中、下 3 品分类,其中记载了白芷、白僵蚕、枸杞子、茯苓、冬瓜子、桑寄生等 43 种药物具有延年耐老、驻颜泽肤、乌须生发、令人肥健等美容作用。如冬瓜子“令人悦泽,好颜色,益气不饥,久服轻身耐老”;桑寄生“充肌肉,坚发齿,长须眉”,葳蕤(玉竹)“久服去面黧,好颜色,润泽,轻身不老”;白芷“长肌肤,润泽颜色,可作面脂”等。战国后期成书的《山海经》也收藏了 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。这些秦汉以前有关美容药物知识的积累,为美容中医药物疗法奠定了坚实的基础。

《黄帝明堂经》成书于西汉末年到东汉延平年间,发展了《黄帝内经》的针灸内容,是对汉以前针灸、腧穴的一次全面的总结,是我国第一部腧穴专著。其明确记载的损美性疾病有 17 个,包括“疣”、“口歪”、“面黑”、“羸瘦”等。补充了《黄帝内经》中没有提到的心俞及具体募穴、郄穴、交会穴等内容。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,张仲景所著的《伤寒杂病论》一书创立了辨证论治的原则,成为美容中医学理论基础的重要组成部分,也是美容中医区别于现代美容的特点之一,该原则一直沿用至今。该书对某些疾病病因病机的阐述,为后世治疗损美性疾病提供了思路。例如,书中所提“隔间支饮,其人……面色黧黑”,对后人探讨黧黑斑的病因病机有很大的启示。另外,该书收载的方药中还有不少成为美容的有效方药,如肾气丸有全身强壮作用,可使人精力旺盛,气血充足,面色荣润;桃核承气汤、桂枝茯苓丸、当归芍药散等可治肝血瘀滞所致之肝斑;麻子仁丸可治燥热所致的皮肤粗糙;猪肤汤有很好的润肤悦颜除皱之功效;防己黄芪汤能防止面部产生小皱纹等。

与张仲景同一时期的杰出医家华佗,擅长外科,是中医外科的鼻祖,同时也是一位养生家。他提出“晓养性之术,时人以为年且百岁而貌有壮容”,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了先河。书中还阐述了华佗创制“五禽戏”的理论和方法:“人体欲得劳动,但不得使极尔。动摇则谷气得消,血脉流,病不得生,譬犹户枢不朽是也……吾有一术,名五禽之戏:一曰虎,二曰鹿,三曰熊,四曰猿,五曰鸟……”据《三国志·华佗传》记载,他将此术传给了他的徒弟吴普,结果“普施行之,年九十余,耳目聪明,齿牙完坚”。另外,《华佗神医秘传》亦载有美容外用方剂 10 首,治面上黑斑、粉刺、瘢痕等,剂型有粉、膏剂等。

(三) 两晋南北朝至隋唐五代时期

这一阶段是传统美容中医学形成的时期,也是美容中医发展的鼎盛时期。

晋、隋时期,美容医学有了进一步的发展。晋代皇甫谧的《针灸甲乙经》是我国最早的针灸学专著,它在前人的基础上,进一步阐明了针灸美容的机制。书中记载了针刺下廉穴治疗颜面不华证,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。此外,书中提到的“手少阴气绝则脉不通,脉不通则血不流,血不流则发色不泽,故面色如黧……”“足少阴气绝则骨枯,少阴者冬脉也,伏行而濡骨髓者也,故骨不濡则肉不能著骨也,肉骨不相亲则肉濡而郤,肉濡而郤故齿不长而垢,发无润泽……”等等,进一步从脏腑、经络、气血学说等多方面阐述了影响美容的诸多因素。

西晋人葛洪是我国早期著名药物化学家,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。葛洪所著的《抱朴子》一书是其儒道合一思想的代表作,分为内、外篇。而他的思想主要体现在外篇五十卷中。如对美的认识,葛洪认为美是一种客观性的存在,但又和审美主体的认识有关,他还提出了美的多样性问题,强调了美的人为的加工,但又反对离开内容而徒有外在的妆饰之美。他在美论上,继先秦两汉的有关思想,对许多问题都有新的发挥及深刻的论述,对南北朝时期以至以后的美学理论的发展,产生了积极的影响。此外,在他的另一著作《肘后备急方》中首次将有关皮肤美容的内容列为专篇论述,专论损美性疾病的治疗,收录了有效方 33 首,研究了粉剂、水剂、膏剂、酒剂、面膜等多种美容外用剂型。如在“治面疱黑、发秃、身臭方”中,介绍了“张贵妃面膏”、“白杨皮散”、“铅丹散”、“另面白如玉色方”等经验方,一直被后人所采用。

陶弘景是南北朝时期齐梁的著名医学家及道教理论家,其著作甚富,与美容中医有密切关系的是《本草经集注》和《养性延命录》两书。其《本草经集注》是对《神农本草经》进行整理和研究后的成果。该书在美容药品的数量和功效方面都比《神农本草经》有所增加,内容上也在《神农本草经》“长肌肤,悦颜色”的基础上,又增加“可作浴药面脂”等方面的内容。其《养性延命录》是一本养生气功专著,介绍了很多动功与静功以祛病健身、美容长寿。其中记载“……摩手令热以摩面,从上至下,去邪气,令面有光……”可以说是按摩推拿美容的起源。

龚庆宣所著《刘涓子鬼遗方》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,其内容包括一些皮肤疾患,载有粉刺、黧黑斑、湿疮、痱子、热疮、发秃等损美性病证的处方。本书对后人的影响较大,《肘后备急方》及唐代的《备急千金要方》、《千金翼方》、《外台秘要》等都转录有该书的美容方剂。

隋代巢元方等人编著之《诸病源候论》反映出当时的中医症候学已达到了较高的水平。它标志着中医学理论与临证实践的提高,对后世医学的发展产生了深远的影响,对美容中医的发展也起了很大的推动作用。该书对“须发脱落”、“白发”、“白秃”等毛发病,对“面黑”、“酒渣鼻”等损容性皮肤病的诊治,对“齿落不生”、“齿黄黑”、“兔唇”、“口臭”等唇齿病以及“黑痣”、“齿疵”、“狐臭”等多种影响形态美的病症进行了较为系统的归纳,并对其病因病机进行了分析,为后世治疗这些损美性疾病处方用药提供了依据。

唐代社会安定,经济繁荣,是我国封建社会的鼎盛时期,民富国强,美容之风空前盛行,化妆品常被作为礼品馈赠。这一时期美容中医学得到了很大的发展。

医圣孙思邈精于医学、引导、针灸之术。其所撰写的《备急千金要方》、《千金翼方》是中医学在唐代文化发展高潮时期的代表作。在这两本著作中,孙思邈为美容中医学的发展作出了重要的贡献。他在《备急千金要方》中,将许多医界秘不传人的化妆美容方法公布于世,使美容方能够“家家悉解,人人自知”(《千金翼方》),使美容医学技术和方法更加丰富。两书中均有专门论述“面药”和“妇人面药”的篇章,公布了他广泛收集而来的美容秘方,共计 130 首。两书详细记载了这些美容方剂的组成、配制、功效及用法。这些美容方内容非常丰富,包括令面白净红润悦泽、面手清洁、治皮肤皱黑、防皮肤衰老、令面黑变白等方法,并有防治粉刺、酒渣鼻、面皴等病的方药。有的方剂还用于治疗魔子黑痣等,还有消除面部瘢痕、去文身、染发、涂唇、染甲方等方法及药物。此外,孙思邈还介绍了针灸美容法、膳食美容法、气功和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,对美容中医业的发展起到了承前启后的作用。

孙思邈将美容秘方公布于世,并在药物、方剂、气功、养生诸方面全面地论及了美容,且身体力行养生长寿之道,以自己的实践提供了养生长寿驻颜的实例,堪称美容中医史上的一代巨匠。他的努力,促进了美容中医学的形成。

此后的王焘在《备急千金要方》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。该书卷三十二《面部面脂药头膏发鬓衣香澡豆第三十四门》是中国现存最早的美容中医专卷,共分 28 类,收录方剂 221 首。书中所载口脂(即口红),甚至有紫色、肉色、朱色之分,形成了系列。口脂的成分亦和今之口红成分相仿,有蜡、羊脂、香料、色素等,不过香料、色素全都是用天然中药精制而成,从中可窥见唐代的保健妆饰品的制作已有相当水平。除此之外,《外台秘要》还在其他篇卷中提到了大量美容治疗方,并且还收录有唐代初期张文仲、许仁则等名医的美容方法和方剂,为美容中医学的形成积累了丰富的经验。

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》。

美容外科在这一时期也达到了一定水平,晋代已能做兔唇修补术,唐代假眼植入水平已很高,并已出现齿科美容。所有这些都说明美容中医的发展日趋完善,美容中医学体系基本形成。

(四) 宋元明清时期

到了宋代,随着印刷业的革新和造纸业的发展,医书得以大量刊行,从而促进了美容中医学的发展和传播。王怀隐等编著的《太平圣惠方》卷四十以美容方为主,集中了“治面上生疮诸方”、“治粉刺诸方”、“治黑痣诸方”、“治疣目诸方”、“治狐臭诸方”、“另面光泽洁白诸方”、“澡豆诸方”等,总共列方 187 首。卷四十一为须发专方,有“治头风白屑诸方”、“治发黄令黑诸方”、“治须发秃落诸方”等,共列美须发方 120 首。全书总共有美容方剂 980 余首。该书不仅载方丰富,还在每门篇首有病因病机概述,较之唐代以前方书的有方无论,又是一大进步。

其后的《圣济总录》亦载有大量美容方剂。该书设有专门论述美容内容的“面体门”、“髭发门”及包含有补虚驻颜、补虚乌髭发的“补益门”,共载美容方约 100 首。还专门列有“食

治”一门,记载了许多药膳美容方。该书还指出“驻颜色,当以益血气为先,倘不如此,徒区区乎膏面染髭之术,去道远矣。”此外,该书对一些损容性疾病病因病机的论述比《太平圣惠方》更加细致深入,并且处处强调美容内调内治的重要性,体现了美容中医的整体观。

金元时期也有不少记载美容中医学的著作,如元代徐国祯的《御药院方》是我国现存最早而且内容比较完整的宫廷处方集,书中记载的“乌鬓供春散”可黑发,还有“玉容散”、“皇后洗面药”等都具有较好的美容效果。引人注目的是书中有1个三联方,即按照顺序先后用3种方药涂于面部,以达“去皴皱,悦皮肤”的目的。其方法是先用“枳实散”洗擦面部,再用桃仁膏涂摩患处,然后再用“玉屑膏”涂贴面部。此三联法与现代面部美容护理的程序基本一致。元代面部护理水平之高,于此可见一斑。此外,元代的《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、粉、汤、面、粥、饼、馒头等,多为延年益寿之品。该书的“妊娠食忌”篇还介绍有胎教治法,提到妊娠时不能食雀肉、豆酱。该书极大地丰富了食膳美容的内容。

明代周定王朱橚等编撰的《普济方》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”、“治酒渣鼻方”等美容新方,保存了珍贵的美容中医学资料。其中有一首治疗头面廕子的方叫美容膏,这是“美容”第一次作为专有名词出现在医书中。

而著名医家陈实功所著的《外科正宗》对许多损害容貌的皮肤病防治均有系统的记载,如用“灰精”治疗黑斑,内服玉容散、外敷玉肌散治疗雀斑等,迄今仍有临床实用价值。明代在美容外科方面也有很大发展,王肯堂的《证治准绳》收录了先天性缺唇及耳部畸形的手术治疗。随着局麻药的出现,对浅表手术的开展起到了促进作用。明代眼科有了相当成就,也推动了中医眼科美容的发展。

到了明清时代,美容中医事业迅速发展。特别是明代伟大的医药学家李时珍编撰的《本草纲目》中记载了用珍珠粉抹面使肌肤滋润的方法,并收录有中医药美容药物270余种,有增白驻颜的,有生发乌发的,有祛皱抗衰的,等等。《本草纲目》对美容中医学的发展起到了较大的推动作用。清代徐灵胎的《洵溪老人二十六秘方》载录众多美容妙方。《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,用时珍正容散治疗雀斑等。除此之外,清代还涌现出不少著名医学家,如张璐(著有《张氏医通》、《千金方衍义》),徐大椿(著有《兰台轨范》),沈金鳌(著有《沈氏尊生书》)等,他们就美容中医的有关理论、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,为美容中医学的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趋势

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,中医药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,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,美容中医学也重新崛起,并悄悄走进家庭。之后各

种有关美容中医学和中医美学的著作相继出版,各类杂志有关美容中医的论文也日渐增多。1989年,中国中医药学会外科分会美容专业委员会成立,1990年中华医学会医学美学与美容学会成立,美容中医学者也积极参与其学术活动。1997年成立中国中医药学会美容中医分会,于2002年在该分会成立了传统医学美学组。以上中西医学学术组织的成立及活动,有力地推动了美容中医学的提高。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3月分别在中国北京、日本东京以及马来西亚召开了第一至第五届“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”。在所有传统医学中,中医学是保存最完善的,目前流行的针灸减肥、针灸除皱、火针及穴位埋线治疗痤疮等疗效显著,在国际上有较大影响。美容中医学是世界求美者的财富,它必将走向国际。

总之,美容中医学与祖国的传统中医学一脉相承,源远流长,内容浩博,5000年的文明史为后人积淀下丰富而珍贵的美容经验与方法。在当今世界美容化妆业中,美容中医一枝独秀,正越来越被人们广泛认知。

第三节 美容中医学的特点与学习方法

一、美容中医学的特点

美容中医学因其深厚的中医理论基础,整体观的指导原则,辨证论治的施术方法,作用安全长效的天然药物,防治并举的美容措施等特点,使美容中医技术在一片崇拜自然的声浪中散发着自然美。

(一) 理论基础深厚

美容中医学的理论基础包括中医药理论基础和中国传统美学理论基础。

由于美容中医学是中医学的一个分支,故其随着中医学的发展而发展,因此它与中医学一样具有坚实的医学理论基础。《黄帝内经》是中医学的源泉,它也为美容中医学的形成和发展奠定了理论基础。《黄帝内经》之后的几千年里,中医内、外、妇、儿各科逐渐分科发展,从理论到实践日臻完善。新中国成立60年来,中医更是长足发展,各基础学科和临床学科的发展,都为美容中医技术打下了坚实的基础,使之在较高的起点上发展。

中国传统美学是具有中国文化特点的一个相对独立的美学体系,是美容中医技术理论的重要组成部分。在不同美学理论指导下对人体实施治疗或保健,是美容中医技术与现代美容技术的主要区别。

(二) 重视整体,辨证论治

整体是指完整性和统一性而言。中医学非常重视人体的统一性、完整性及其与自然界的相互关系。它认为人体是一个有机的整体,人体与外界环境也是一个有机的整体。

这种内外环境的统一,机体自身整体性的思想,称之为整体观。首先,人与自然是一个整体关系,人以“天地之气生”,“四时之法成”,因此,对人的审美与美容施术都应遵循因人、因时、因地制宜的原则。其次,人自身是一个整体。人体是以五脏为中心,通过经络的联系,将六腑、五体、五官、九窍、四肢百骸等全身组织器官有机地组合起来,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功能活动。将这一理论运用于美容中医技术中,便可以清晰认识到,在生理上,人体局部、体表的外在健康与俊美是以其内在的和谐与通畅为前提的。在病理上,内在脏腑、经络、组织、器官、气、血、津液等的功能失调必然反映于外而影响着人们的外表美。而各种损美性疾病均伴有不同程度的内在脏腑、经络、组织、器官、气、血、津液等的功能失调。正如《素问》中所说:“有诸内者,必形诸外。”根据中医五行系统的理论,颜面、皮肤、五官、爪甲、头发、黏膜等均是整体中的一部分,这些部位的变化直接反映着身体的健康状况。同时,我们通过调整这些内在功能的失调可以达到治病求美的目的。例如:皮肤白嫩、面色红润、体格健壮是健康美的标志,也是各脏腑经络功能正常,气血充盈的表现。反之,则是脏腑功能失调,气血阴阳紊乱的病理反映。以黄褐斑为例,黄褐斑的发病原因,现代医学认为是内分泌失调,中医学认为大多与肝、脾、肾3脏功能失调有关,而绝非仅是面部皮肤局部的病变引起。

辨证论治是中医诊断和治疗疾病的主要手段之一,是中医认识疾病和治疗疾病的基本原则,也是中医诊疗理论体系的一大特点,同样也是美容中医学的另一特点。其用于美容治疗方面就是根据四诊所得美容就医者损美性疾病的病因、病变部位、病变性质、发病机制以及正邪双方态势做出诊断,同时据证处方、用药、行针和施以中医其他方法和技术,进行有效的诊治,达到消除病证,修复或增进就医者的机体自然美之目的。美容中医就是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。即使是偏重于装饰的外用保健品,如面脂、口脂,也体现了辨证论治的特色。如面部皮肤色黑、粗糙等,中医认为原因之一是风邪外袭,因此在一些润面、增白的化妆品中,配有祛风类药如防风、白芷等,体现了病因辨证的特点。根据各就医者的实际病证及其变化规律来论断病症和确定治疗方案,并按中医的治则来治疗用药,是美容中医的又一特色。辨证论治,使美容中医的针对性更强、效果更突出。

(三) 天然药物,安全可靠

回归自然,是目前人类普遍倡导的新观念。在美容方面,人们对美容与健康方面的关系已越来越重视,更容易接受无创伤性美容。当然,化学化妆品亦有其特点和长处,例如效果明显、见效快、使用方便等,但由于其本身的化学成分,有些皮肤敏感的人在使用后出现不同程度的过敏反应甚至产生接触性皮炎,有的则会对内脏造成损害,出现事与愿违的结果。与其相比,美容中医则完全选用纯天然的药物,具有使用安全可靠、无明显毒副作用的特点。

目前,用于美容的中药大致可分为3类,即植物类、动物类和矿物类。植物类美容药包括植物的根、茎、皮、叶、花、果等。实践证明,这些完全来自自然界的药物,不仅可以治病,而且具有相当好的美容效果。如白芷,为古今公认的美容药,《本草经疏》中记载其“味辛气温无毒,其香气烈,亦芳草也……辛香散结而入血止痛,故长肌肤。芬芳而辛,故