

# 東方

● 中医皮肤美容学

# 美容集萃



HR400

- 不同年令皮肤化妆品的选择、应用
- 化妆品的组成及自我配制方法
- 饮食美容法 ● 中药美容法
- 穴位按摩美容法 ● 中医药美容法
- 美容学基础理论

● 哈尔滨出版社

样 本 库

# 中医皮肤美容学

著 者

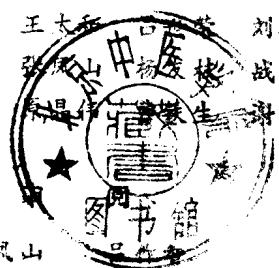
〔日〕佐藤好司

主 译

于 淞 原晶伟 桑树荣

译者 (按姓氏笔划为序)

于 淞	于廷谦	王 大 华	刘树芬
谷正尧	匡海学	张凤山	战 宏 彦
姜福恩	桑树荣	桑 树 荣	桑 树 荣



张凤山

绘 图

于亚丁 尚志强

哈尔滨出版社

1200731

2008/09

责任编辑：凌欣  
封面设计：刘福臣  
插图绘制：于亚丁  
曲志强

中医皮肤美容学

〔日〕佐藤好司著

于 淞 原晶伟 桑树荣 主译

---

哈尔滨出版社出版

新华书店总店北京发行所发行

黑龙江省地矿局测绘大队印刷厂印刷

32开本 印张16.9 365千字

1990年11月第1版 1996年11月第1次印刷

印数1—5000册

---

ISBN 7-80557-235-6/R·6 定价：7.40元

# 目 录

## 序 言

<b>第 1 章</b>	<b>21 世纪将蓬勃发展的中医美容和健康的科学</b> .....	<b>( 1 )</b>
<b>第 2 章</b>	<b>中医皮肤美容</b> .....	<b>( 7 )</b>
2—1	调和表里与皮肤健美.....	( 7 )
2—2	经络五行美容(疾病)体系.....	( 8 )
2—3	中医学与西医学之差别.....	( 12 )
2—4	阴阳调和理论.....	( 16 )
2—5	体质与皮肤性质的关系.....	( 19 )
2—6	经络的阴阳划分方法.....	( 21 )
2—7	体质与经络的关系.....	( 22 )
2—8	美容缺欠与体质的关系.....	( 22 )
2—9	美容缺欠与经络的关系.....	( 24 )
2—10	美容缺欠与疾病因何处异常而发生?.....	( 31 )
2—11	关于美容缺欠和疾病的疗法.....	( 35 )
<b>第 3 章</b>	<b>美容和健康(疾病)的经络疗法</b> .....	<b>( 37 )</b>
3—1	美容缺欠和疾病发生的原因.....	( 37 )
3—2	不同病因引起的美容缺欠和疾病的症状.....	( 41 )
3—3	疾病及美容缺欠的发展过程.....	( 52 )
3—4	美容缺欠和疾病的治疗理论.....	( 55 )
3—5	经络及其生理作用.....	( 61 )

1—6	经络循行图及其主要疾病的症状·····	(68)
1—7	美容缺欠与经络的关系·····	(90)
1—8	经络诊断·····	(104)
1—9	经络、经穴治疗法·····	(110)
<b>第4章</b>	<b>开创中医学化妆品科学·····</b>	<b>(118)</b>
1—1	什么是适合于皮肤的化妆品·····	(118)
1—2	开创皮肤健美的化妆品科学·····	(134)
1—3	皮肤的生理学·····	(146)
1—4	皮肤的内部美容·····	(154)
1—5	从中医学角度看皮肤生理学·····	(171)
1—6	皮肤的中西医结合·····	(175)
1—7	皮肤性质(体质)与化妆品成分的 相互关系·····	(182)
1—8	体质(皮肤性质)类型与化妆品使用 程序·····	(205)
1—9	向五行化妆品发展·····	(207)
1—10	基础化妆品与美饰化妆品之间的相互 关系·····	(208)
<b>第5章</b>	<b>中医五行体系的营养学·····</b>	<b>(216)</b>
5—1	正确的膳食·····	(216)
5—2	五行(经络)与食品的关系·····	(220)
5—3	食品的美容效果和疾病的治疗·····	(224)
5—4	酸性体质与碱性食品的关系·····	(236)
5—5	适宜食品(健康食品)在美容与健康 上的应用·····	(237)
5—6	五行表与食品的关系·····	(246)
5—7	经络五行健康食品平衡图·····	(248)

5-8	开展中药治疗系统的膳食疗法·····	(251)
5-9	提高五行(内脏)功能的中药药膳·····	(255)
5-10	由经络五行系统看减肥 的膳食疗法·····	(260)
<b>第6章</b>	<b>顽固性美容缺欠和疾病的中医药疗法·····</b>	<b>(265)</b>
6-1	中医理论的应用·····	(265)
6-2	辨证·····	(266)
6-3	应用中药的诊断程序·····	(266)
6-4	十二经络的诊断·····	(268)
6-5	美容缺欠和疾病的中医药疗法·····	(274)
<b>第7章</b>	<b>美容缺欠的原因及其疗法·····</b>	<b>(311)</b>
7-1	油性皮肤·····	(311)
7-2	干性皮肤·····	(314)
7-3	肝斑·····	(317)
7-4	小皱纹、皮肤松弛(皮肤老化)·····	(319)
7-5	皮炎(接触性皮炎)·····	(320)
7-6	素质与过敏反应的关系·····	(323)
<b>第8章</b>	<b>经络五行美容体系的综合疗法·····</b>	<b>(324)</b>
	经络五行美容体系综合疗法一览表·····	(326)
	译者后记	

## 第1章 21世纪将蓬勃发展的 中医美容和健康科学

吾人所处的社会环境年年都有严峻的事情。尽管二次大战后有诸多的社会变动，可是，化妆品业的增长率每年持续在10%。但是，自1973年石油危机以来则有走向下降的趋势，1982年以后增长率停留于3~5%以内，或往往呈现停滞状况。

战后，大量引进先进国家的新美容技术，日本女性的面貌也变得不亚于先进国家的女性。然而，其反面则是经常发生皮肤过敏和复杂的美容问题，为爱美的人带来了苦恼。因此，日本政府以重视人命为由，进一步强化了对药品事业的管理。医药品自不待言，并日益强化了对非医药品、化妆品的生产许可的规章制度。规定了健美所用之化妆品原料以不引起皮炎和瘙痒为准。

近年见到，为适应消费者的安全和需要，作为商品，在化妆品中配伍中药等，而见卓有成效的趋势。如斯利用中药的商品化，反映了由7~8年前开始的中医热，顺应了消费者的志向，而一直走向了业绩向上的倾向。然而，遗憾的是无视了中药所具有的药性（对皮肤具有温热和寒凉的性质），只注重于中药所含化学成分而应用之事颇为常见。在中医学上，忽视药性（体质）的用法是完全脱离了使用目的的基础，非但不能期望药效，反而经常会引起有害的结果。这点

并不仅限于中药，化妆品自不待言，食物亦然。关于体质的分类及适合体质的中药、化妆品、食物等分类将于后述。如此应用中药的倾向亦促进了制订药事管理制度。美容化妆品新产品的开发也年年碰到了困难。

然而，消费者则不介意此事，本能地抱以“永保青春和美丽”之愿望，梦想求得和使用能使自己美丽的开创性美容法或化妆品，专心致志于整饰皮肤。

战后至今，约40年期间反反复复从先进国家引进了种种美容方法，满足了女性的部分梦想。

从近几年的销售趋势看，基础化妆品（乳剂类）下降或平稳，而美饰化妆产品则上升。但亦有相反助长了皮肤干燥的报告。然而，美饰化妆品系装饰女性美的强力武装。毫不夸张地说，没有这种武器，就谈不上女性美。那么，既然要美饰化妆，就必须设计出使皮肤干燥的美容方法。

试问，现今化妆品界和制药界何以处于低潮？其真正的问题在于不了解消费者的梦想，而且不知道怎样做才会产生使之满意的美容法。

如所周知，兵法中有“知己知彼，百战不殆”的谚语，的确是普遍的真理。了解皮肤性质和体质乃是美容和健康的基础。无论西医学抑或中医学，从临床上看，在皮肤所发生的病变的治疗方法上最优异者当推中医学。运用中医学皮肤生理及体质、经络理论进行治疗，可收到治疗率最高的治疗效果。此外，在中医学上，根据皮肤性质和体质，观察消费者的皮肤，便一目了然，并可了解今后将发生的美容缺欠和疾病的症状。

著者从事化妆品业始于25年前，从基础化妆品到美饰化



该品所做的广泛的研究，已达15年。朝夕致力于新产品的开发，但从未想过女性皮肤的状态如何的问题。只是注意对于自己所制作的化妆品涂于皮肤上，其延展性是否良好，油腻性如何，完成化妆情况如何，是否美观，翌晨感觉如何的程度，而不顾及女性皮肤状态如何，体质如何，是否容易引起美容烦恼，忽视活生生的皮肤，而固定地看眼前的皮肤状态，并一直进行了商品使用试验。对于忘记在活的皮肤上使用化妆品而单纯追求商品开发的自己，不禁感到愕然。这也是现今同行中研究开发者的姿态。在这种情况下，如何能解决女性真正的苦恼呢？不了解时刻变化着的皮肤状态，如何能治好皮肤缺欠呢？反思一下如何呢？

现今，消费者对我们的要求是皮肤干裂的治疗、皮炎、痤疮的治疗、色素斑的治疗等等。倘能治愈这些，则美饰化妆才能是出色的，才能给女性的面部更添光彩。对于这种情况，我自1976年进入中医界以来，在治疗各种疾病过程中方得以领悟。认识到中医治疗首先必须知道各种疾病、皮肤病、美容缺欠与体质和表现病位的经络，而力求此二者的调整才是可能的。

谚云“皮肤为内脏之镜”，现已证明，美容缺欠在临床上通过五脏六腑进行调整，是可能的。所以，痛感今后为了制造真正的美，在自己的实践中运用中医理论的必要性。确着，在美容上，今后在不久的将来不得不运用“由导入中医理论而产生的美容体系”的时代必将来临。那么，何以见得？这是因为，已往的美容法只注重于“力求外观美”，往往忽略了美容的本质，过分地精心于只治疗现象的缘故。

甚至令人感到，只追求外观美的化妆法已经达到了顶

点。因而，今后不管怎样改变手段，改变化妆品，也难以变得出色。另一方面，本人将要叙述的“经络五行美容体系”系以“如何形成健美的皮肤”为重点，以“皮肤为内脏之镜”的理论为基础，正确诊断出美容缺欠的本质乃内脏功能失调，采取适当的方法，力求使之恢复，加之从皮肤表面上下功夫使用适当的化妆品，发挥皮肤表面的效用，并可内服适当中药和饮食。与已往美容法相比较，则有完全同感于此之处，可以认为，今后将展开的新方向已有了鲜明的轮廓。

从著者的临床病例看，美容缺欠多系以后可能发生的疾病的前兆和警告，从预防医学角度看，也具有重要意义。总之，直到现今，认为疾病和美容缺欠之间毫无关系而进行了处理，但在“经络五行美容（疾病）体系”上，则将二者置于相互关系的位置上进行考虑。这种新的美容法对读者可能是新颖之事，看来似乎追逐流行之尖端，而实非如此。此系数千年前，吾人之祖先汲取众多渗透着血的临床经验而产生的，著者只不过用现代方法加以整理而已。因之，需细心品味和理解其意义。倘您从现在起进行阅读时，会遇到难以逾越的中医理论非科学的高壁。跨越过墙壁后，则会置身于至今尚未见过的美丽花园中，就会清楚地理解各种美容缺欠和疾病的治疗方法。

学习著者所提倡的“由中医学产生的美容皮肤科学”，在迎接21世纪的今日，在美容界是否真能开出一大朵新花？敬告耽心的读者，日本各界名流在考虑“21世纪”最繁荣的产业为何时，未来学者坂本二郎、关西大学教授广田君美等先生所发起的“21世纪探讨会”所开始的工作总结，兹介绍如下，以期有所理解。

## 21世纪将繁荣的产业列举10种，

1. 运输产业（海底真空运输等）
2. 粮食产业（粮食危机对策产业）
3. 潮流产业（住宅、汽车内部）
4. 教育产业（满足业余的快乐心情和憧憬未来的特殊教育）
5. 能源产业（代替能源开发）
6. 电子设备（电的运用产业）
7. 健康产业（人人都是象样的人，解脱药物之害等而产生美容和健康的产业）
8. 绿化产业（为解脱紧张而绿化空间）
9. 精神产业（出卖精神安定和梦想的产业）
10. 幸福产业（快乐产业 = 幻想国）

从以上10种产业来看，并非各自独立，而是借助于其他产业之力开始兴起。例如运输产业，无论运用海底抑或真空输送等，没有能源、电子设备的协同，是不能实现的。精神产业的产生，欲造成必要的气氛，必定需要装饰产业、电子设备。如此，不借助其他产业之力，便不能发展是21世纪的特点。作为产生美容健康的手段，著者提倡的“经络五行美容体系”与上述10种产业中②④⑦⑨项有多方面的关系。

为在21世纪使大花开放，但愿能理解现在学习和掌握“经络五行美容体系”是何等重要。老龄化社会很明显的已迫近，虽年青但诉以种种疾病症状的人亦颇多。由咨询看，每天精力充沛的劳动者中，半健康的人（半病人）很多。此外，90%的妇女因月经不调而苦恼于美容缺欠和原因不明的不快感。如此，在我们周围的人们中都会有种种的苦恼事。

能向这些人伸出友爱之手乃在于掌握本书所叙述的情报。保持信心，奋力学习吧。

## 第2章 中医皮肤美容

### 2-1 调和表里与皮肤健美

#### I. 女性美的追求

战后40余年来，化妆品界为满足女性所追求的美，长期做了大量的研究工作。引进欧美先进国家的丰富技术以来，至今已有数千家制造厂开发了新产品。根据长期的经验，尽管不断更换化妆品的原料，皮肤的缺欠仍未彻底解决。鉴于难以实现所要求的美，有些人引用针灸理论而开展了美学行业，认为这才是解决女性烦恼的福音。这项工作已持续了终10余年。

运用中医学理论，于皮肤表面的穴位和经络试行指压或按摩，并用低频电等办法，使五脏六腑的功能得到恢复，从而促进皮肤活性的美容法已成为划时代的福音，受到美容工作者们的赞赏。尽管如此，仍不能完全满足女性们无止境的追求美的愿望。因之，反思以往的缺点，转变由动辙只顾集中注意于皮肤的美容法。重新认识了“皮肤为内脏之镜”的谚语的真实性的，而力图改善内脏功能，同时注意调和皮肤（表）与五脏六腑（十二经络=里）的关系，运用积极的调整不平衡状态的治疗方法。

#### I. 调和表里

在说明中医美容法时，为加深理解，以一纸为例，便可说明表和里的存在。有表，必有里，这是绝对不能分割的。

回顾以往的美容法研究只以表之所见为对象而无视里的存在。首先，美容缺欠几乎都根源于里。试嘱女青年进食巧克力或花生米，次日皮肤必起疙瘩。这一事实就是一明显的论据。为何不想看看这种现实呢？如是在美容术上认识到里的存在，同时使用适合于表（皮肤）的化妆品（乳剂类）是重要的。那么，在表和里的调和上究竟怎样为好呢？

表之调整在于使用适宜于皮肤性质（五行）的化妆品和（经络）穴位的指压、按摩以及电疗。

在里之调整上，则服用中药，并根据体质和五行决定饮食食物是必要的。这种表里调和不仅能治疗美容缺欠，也能治疗疾病。这样方能培育出健康和美。健美的皮肤产生自内脏（里）的健康，而健康的内脏又受健壮的肌肤（表）的保护。此即中医美容的基本原理。表里调和意味着以下所论述的五行的调和，也意味着十二经络的调和。

## 2-2 经络五行美容（疾病）体系

### 1. 何谓经络美容体系

健美的皮肤产生自五脏六腑之间的功能平衡及其与皮肤的调和。因而有美容缺欠和疾病症状的人，皮肤与五脏六腑<sup>•1</sup>之间存在着不平衡。这种不平衡的原因存在于脏腑之何处，抑或仅存在于皮肤，对此做出明确诊断，以身体的表里（内外）关系为依据进行正确的治疗。将此方法予以系统化，此即为经络五行美容（疾病）体系。更应考虑到，作为

•1 原著者称六脏六腑，脏：肺、心、心包、脾、肾、肝，腑：膀胱、胆、三焦、小肠、胃、大肠，因心包为心之包络，故习惯称五脏——译校者注。

皮肤和五脏六腑的联系者有体质，有表示身体疾病位置的经络。现以图2—1说明表里关系如下。体外刺激通过皮肤使体质发生变化，进一步恶化则引发脏腑疾病。另一方面，皮肤上存在约400个穴位。刺激从最变弱的经穴传导，在导致体质变化的同时脏腑亦发生变化。另外，由精神烦恼、过食和不当饮食造成体质和经络的变化而诱发内脏异常，并可导致皮肤美容缺欠。

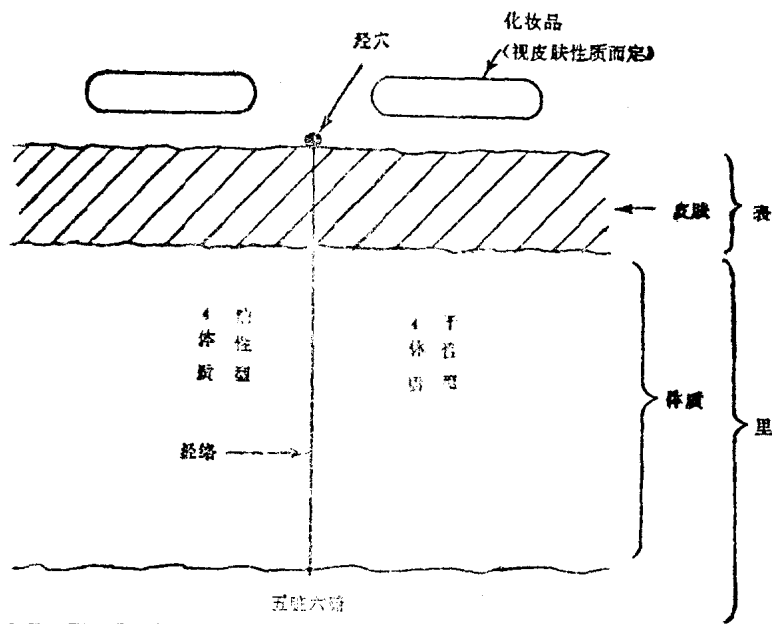


图2—1 表和里的关系

自古以来，皆谓人各有不同，此系来源于人约有8种不同的体质。由于此种体质不同，各样性质有所差异。皮肤的性质也不像一向所说的单纯分为油脂性和干燥性两类，也与

体质同样，分为相应的8种性质。但是，须知皮肤的性质不仅限于与皮肤的生理有关，也与关系密切的经络、体质以及五脏六腑有关。不了解此种道理，就不会有美容缺欠的治疗。在此，再将经络五行美容体系概述如图2—1所示，可见表之调整在于根据皮肤性质使用化妆品，并刺激相应的穴位以调整经络。里之调整为服用调整体质和经络的中药及适当的饮食。如此从根本上调整身体的整体功能从而达到治疗目的，这就是美容的体系。同时，采用本体系也可能到达治疗疾病的目的。由此方能获取真正的皮肤美。

### **I. 经络五行美容体系的重要性**

著者已从事化妆品业约20年，中医工作10年的经验，看到患肩凝、疲乏、头痛、腰痛、痛经、皮肤刺痛、失眠、手足疲倦等等，转而又看到美容界，因患肝斑、小皱纹、雀斑、痤疮、皮肤起疙瘩、肥胖和消瘦等病的苦恼者之多颇为惊人。此外，又从报纸、电视、期刊上看到，公害病、医源病、药物的副作用等等，已成为社会性问题。药物，自不待言，现今对食品添加剂的不信任感已日益严重。经络五行美容体系能从此等情况解脱，不单纯依靠药物就能获取健康皮肤美的好方法。生物本来就存在着自然治愈力。由于自然现象（风、湿、寒、燥、暑）和饮食生活的不平衡（暴食或偏食等）以及精神的过度紧张等原因，这种自然治愈力被减弱，便发生疾病。经络五行美容体系则是使自然治愈力得以恢复，消除美容缺欠，产生健康美的独特美容法。

### **II. 与以往美容法的主要差异**

#### **A. 以往的美容法**

##### **(1) 力求外观美，**



- (2) 只集中于颜面，
- (3) 只注重于如何使之外观美，而不去运用自然治愈力，

(4) 历史短，

#### B. 经络五行美容法

- (1) 如何培养皮肤健美，
- (2) 不单纯偏重于颜面，手、足、体亦做为美容对象，
- (3) 作用于手、足等经络、经穴，恢复植物神经功能的失调，运用自然治愈力，
- (4) 有效地运用中医学三千年历史所积累的经验 和 理论。

#### IV. 经络五行美容体系

为便于理解，用图表说明，如表2—1。

表2—1 经络五行美容体系

