



谢远明 姜晓 编著

# 脱发的中医防治

TUOFADEZHONGYIFANGZH

陕西科学技术出版社

49  
30

# 脱发的中医防治

谢远明 姜 晓 编著



0035010

陕西科学技术出版社

1176429

2158/20



**脱发的中医防治**

谢远明 姜 晓 编著

陕西科学技术出版社出版发行

(西安北大街131号)

新华书店经销 淳化县印刷厂印刷

787×1092毫米 32开本 6.125印张 9.4万

1988年9月第1版 1988年9月第1次印刷

印数：1—8,000

ISBN 7-5389-0218-2/R·61

定价：2.00元

## 前 言

头发，随着人类的生物进化和自然选择过程，已和人体结下了不解之缘。它对人体不但有着某种生理作用，而且起着一种美观作用，这就使越来越多的人对它关心起来。尤其是青年男女，他们都希望自己具有一副美丽的青丝乌发，既说明他们的健康体魄，又为他们的青春年华和幸福生活添加光彩。即或是年纪较大的人，他们也不希望自己过早地头发脱落和两鬓斑白。然而生活却又像似故意和一些人作对，在头发问题上给人们抛下了种种疑团。譬如，有的人一生下来就头发稀疏，以后也总是长不起健康的头发来；有的人虽然有着满头青丝乌发，却又因疾病的殃及而纷纷脱落；有的人本来头发长得很正常，可是却莫名其妙地在很短时间内，甚至一夜之间，成片脱去或满头光秃；还有的人正当风华正茂的时候，却又过早地出现了老年人秃顶的现象。这些都是为什么？有没有好

的治疗方法？对头发又怎样来进行保养和防护？不仅脱发患者以及他们的亲友很想了解这些问题，需要掌握有关这方面的知识，就是许多医务工作者亦在探讨、研究这方面的问题。有鉴于此，笔者着力搜集了古今中外有关论述脱发的资料，并根据这些资料，结合自己的一些心得体会，编写成本书，以供读者参考。

本书主要从中医角度，向读者系统而全面地介绍毛发的生长和脱发的防治等有关知识，内容包括毛发的生理基础，脱发的病因、病机、辨证施治、针刺疗法、外治疗法，以及头发的保养和防护方法等。书后还附录了“西医对脱发病症的诊治”和“须发早白”两项。

“辨证施治”一章中的每一证型下，均设“病案举例”项，所举病案大部分选自书刊杂志，其体例、格式、内容繁简、文字叙述不尽相同，但本书为尊重原文起见，对其未作大的改动，仅将个别字句略作删削与润色。

为使本书既对广大医务工作者有所启发和补益，又便于众多脱发患者也能阅读和看懂，本书在叙述上力求深入浅出，文字上力求通俗明了，学术上则注意保持较强的专业性。当然，这只是我们的主观愿望，实际上，因学识和水平有限，错误之处在所难

免，切望诸贤达不吝赐教，以便今后修订提高。

编 著 者

一九八八年三月

# 目 录

<b>第一章 概 述</b> .....	( 1 )
<b>一、脱发的一般概念</b> .....	( 1 )
(一) 什么是脱发.....	( 1 )
(二) 脱发都有哪些中医病名 .....	( 8 )
<b>二、毛发的生理基础</b> .....	( 5 )
(一) 毛发都有哪些不同名称.....	( 5 )
(二) 毛发和皮肤的关系.....	( 7 )
(三) 毛发和经络的关系.....	( 9 )
(四) 毛发和气、血、精的关系.....	( 11 )
(五) 毛发和脏腑的关系.....	( 13 )
(六) 毛发和其他方面的关系.....	( 18 )
<b>三、脱发的病因病机</b> .....	( 20 )
<b>第二章 辨证施治</b> .....	( 23 )
<b>一、气虚脱发</b> .....	( 24 )
<b>二、血虚脱发</b> .....	( 30 )
<b>三、血热脱发</b> .....	( 40 )
<b>四、血瘀脱发</b> .....	( 44 )
<b>五、水气脱发</b> .....	( 54 )
<b>六、湿热脱发</b> .....	( 59 )

七、肺热脱发	( 70 )
八、心虚脱发	( 75 )
九、脾虚脱发	( 80 )
十、肝郁脱发	( 81 )
十一、肾虚脱发	( 88 )
<b>第三章 针刺疗法</b>	( 99 )
一、皮肤针	( 99 )
二、体针	( 106 )
<b>第四章 外治疗法</b>	( 113 )
一、原生药物	( 113 )
二、酊剂	( 117 )
三、洗剂	( 126 )
四、散剂	( 134 )
五、醋剂	( 135 )
六、油剂	( 137 )
七、膏剂	( 139 )
<b>第五章 单方验方</b>	( 142 )
<b>第六章 保养和防护</b>	( 149 )
一、精神调摄	( 149 )
二、饮食调养	( 152 )
三、合理洗沐	( 156 )
四、正确梳理	( 160 )



五、生活起居·····	( 161 )
六、保健按摩·····	( 163 )
<b>附录一 西医对脱发病症的诊治·····</b>	<b>( 164 )</b>
一、斑秃 (含全秃、普秃) ·····	( 164 )
二、假斑秃·····	( 167 )
三、脂溢性脱发·····	( 168 )
四、早秃 (早脱) ·····	( 172 )
五、先天性脱发·····	( 176 )
六、拔毛癖·····	( 176 )
七、继发性脱发·····	( 177 )
八、药源性脱发·····	( 181 )
九、外伤性脱发·····	( 182 )
十、其他脱发·····	( 182 )
<b>附录二 须发早白·····</b>	<b>( 183 )</b>

# 第一章 概 述

## 一、脱发的一般概念

### (一) 什么是脱发?

正常情况下，一个人每天都有数根乃至数十根头发脱落，如果因为疲劳过度或遇上初春季节，脱发的数量还会稍微多一些，这些都是正常现象，医学上称为生理性脱发，不属于病态，人们可以不必为此担忧。因为人的每一根头发都有它生长衰老的过程和自然脱落的现象，其寿命少则数月，多则2~4年。在衰老的头发脱落的同时，又有许多新的头发在生长，从而维持着头发新陈代谢的平衡，使整个头部的毛发保持一定的基本外形。

那么，什么情况下算是病态脱发呢？一般来说，无论早晨起来在枕边，或是用手和梳子梳理，或是洗头时，都发现有大量的头发在脱落，其数量每天超过百根以上，这就是病态脱发了，此时要引起足够的重视。

如果用手随便一抓就是满把脱落的头发，洗头时又见满盆漂浮的尽是头发，同时还伴有一些自觉症状，诸如头皮瘙痒、皮脂溢出等，那就是明显的病态脱发了。如果整个头部毛发外形因脱发而改变，或呈稀疏状，或呈斑秃状，那就毫无疑问地是病态脱发了。这种病态脱发医学上称为病理性脱发，它是本书所讨论的主要内容。

脱发，既是症状名，又是病证名。所谓脱发现状，就是仅仅指人体外表出现的脱发现象，它并不包括脱发以外的其他任何自觉或他觉症状。所谓脱发病证，就是指以脱发为主要症状，并包括其他自觉或他觉症状，以及医生所检查的舌苔、脉象等一组症候群，这组症候群的名称总称为脱发。在临床实践中，还须要根据脱发的形状、特点、年龄，以及病因病机，分别定出更加接近疾病本质的确切证名。诸如血虚脱发、血热脱发、血瘀脱发、湿热脱发、肾虚脱发等。

从脱发部位上来说，脱发就是脱头发，不包括身体其他部位的毛发脱落，像对全身毛发脱落的疾患就应称为“全身脱毛症”。然而，在实践活动中，人们总是习惯于说“脱发”，而不习惯于说“脱毛”；加之患者也总是以脱发为主诉而就诊的，至于身体其他

部位的毛发脱落只是作为一个附带症状讲出。所以，事实上脱发的含义已经有了狭义和广义之分。狭义脱发即指单纯的头发脱落；广义脱发除过头发脱落之外，还包括身体其他部位的毛发，如眉毛、胡须、腋毛、阴毛等的脱落。

再则，脱发和秃发也稍有区别。脱发主要是指头发正在脱落的病理过程，秃发则是指已经形成和相对静止了的脱发状态，如斑秃、全秃等。

## （二）脱发都有哪些中医病名？

在古代医籍中，有关脱发的记载最早见于《黄帝内经》，该书称脱发为“发堕”、“发落”、“毛折”。之后，晋代葛洪著的《肘后备急方》中出现了“发秃”的名称。到隋代，巢元方等在《诸病源候论》中提出了“须发秃落候”、“鬼舐头候”、“头发不生候”、“火烧处发不生候”的证候名称，其中“鬼舐头候”的症状描述完全同于现代医学的“斑秃”，而“头发不生候”的症状描述既包括了小儿先天性毛发稀少症，又包括了小儿因患头疮（相当于现代的头癣）致毛发脱落不生的现象。唐代医家孙思邈在《千金方》中除沿用了《内经》“发堕”、“发落”的名称之外，还记载了“头风白屑”、“秃项”、“白秃”、“赤秃”、“发薄不生”的病证名称，其

中“头风白屑”即白屑风，相当于现代的“干性脂溢性脱发”；“白秃”相当于现代的“白癣”；“赤秃”相当于现代的“黄癣”；“秃项”则具体确切地记载了项部局部毛发脱落的现象。金代张子和又在前人认识的基础上，体会认识到了不同于其他脱发病证的早秃现象，在其著作《儒门事亲》中提出了“发早落”的病名。到了明代及明代以后，人们对脱发病又有了深一步的认识，提出了更接近于疾病性质的脱发病名，如明代著名医家陈实功在《外科正宗》中创立了“油风”，清代五峰氏著《外科真诠》则改称为“油风毒”。至于“脱发”这一名称，是在清代王清任《医林改错》中才提出的。

“油风”病名始于明代，清代祁坤著《外科大成》和官修《医宗金鉴》外科心法要诀均沿用了这一名称。明代陈实功在《外科正宗》中描述“油风”证状为：“油风乃血虚不能随气荣养肌肤，故毛发根空，脱落成片，皮肤光亮，痒如虫行，此皆风热乘虚攻注而然。”从这段文字来看，其主要症状类似于现代病名斑秃的临床表现，况且，《医宗金鉴》已经注明此即“鬼剃头”，所以，“油风”相当于现代医学的斑秃。但是，这段文字还包括有现代的脂溢性脱发的症状在内，尤其“油风”二字，油则脂溢，风则瘙

痒，似乎更符合脂溢性脱发的特点，所以，明、清时医籍中的“油风”，可能既指斑秃，又指脂溢性脱发。而“油风毒”更符合油性脂溢性脱发的特点，故油风毒即相当于油性脂溢性脱发。

## 二、毛发的生理基础

毛发生长在人体外表，除了手掌、足底、指(趾)末节、唇红、乳头、龟头、龟皮内侧和阴蒂等处外，全身各处皮肤上均有分布。这些生长的毛发，在西医学只认为和皮肤有关系，可是中医学认为，毛发不但与皮肤有关系，而且还和网络人体的经络、藏于体内的内脏、构成人体的基本物质的气、血、精，以及年龄、体质、季节等均有关系。它们在生理上相互联系，在病理上又相互影响。以下，我们就毛发的名称及其与皮肤、经络、气血精、脏腑等的关系分别加以叙述。

(一) 毛发都有哪些不同名称 分布在人体外表的毛发，由于生长部位的不同，而有各种不同的名称，它们是：

髮(fà)：今简化为“发”。即头发，凡前额至顶、两鬓之后、脑后项上部位所生长的毛发统称为发。

鬓(bìn)：靠近耳边的头发，又称鬓脚、耳际之发。

眉(méi)：眉毛，即生长在眼眶上缘的毛，分左右两条，横列眼眶之上。

睫(jié)：眼睫毛，即生长在上下眼睑边缘的细毛。

髭(zī)：生长在口唇上面的毛称髭。现今通称为胡须，俗称胡子。

髯(xū)：本字为“须”，今简化亦作“须”。即生长在口唇下面下巴上的毛。现今通称为胡须。

鬚(hú)：本字为“胡”，今简化亦作“胡”。胡所生长的部位同须，只不过须是雅称，胡为俗称。现今通称为胡须。

髯(rán)：面颊两侧，上接鬓发，下至下颌部的毛发统称为髯。《灵枢经》又名“通髯”。现今通称胡须，俗称串脸胡。

以上髭、须、胡、髯四名称，现今统称为胡须，通常已不再分别称谓。

下毛：肚脐以下小腹、阴部之毛称之为下毛。现今通称为阴毛。

胫(jīng)毛：生长在小腿部的毛称胫毛。现今通称为腿毛。

毳(cuì)毛：凡生长在人身上下体表任何部位的纤细、柔软之短毛均可称之毳毛，俗称汗毛。在头发中的细柔短毛亦称毳毛。

此外，还有生长在鼻腔内的鼻毛、外耳道上的耳毛、两腋下的腋毛等。至于个别人和某些种族的人，在胸部、背部、胳膊、大腿等处长着长而粗的毛，可分别称之为胸毛、背毛、臂毛和腿毛。

以上各部位的毛发，按照毛发的长短、粗细、软硬来分类，可以分为毳毛、硬毛、长毛和短毛四类。即细柔而短者为毳毛，粗硬者为硬毛，长者为长毛，短者为短毛。有的毛发既属长毛又属硬毛，如头发、胡须、腋毛、阴毛；有的毛发既属短毛又属硬毛，如眉毛、睫毛。硬毛和毳毛相对，长毛和短毛相对。

(二) 毛发和皮肤的关系 中国有句古话，说是“皮之不存，毛将焉附？”（语出《左传》）意思是说，皮肤都不存在了，毛发又附着在哪里呢？《灵枢经》经脉篇里又有这样一句话：“人始生，……皮肤坚而毛发长。”意思是说，人是先长好皮肤，而后才能生长毛发。也可以说，只有皮肤健康，毛发才能正常生长。这些都说明了毛发和皮肤的直接依存关系。

毛发直接依存于皮肤，那么，皮肤与毛发的结构



如何呢？现代医学之人体组织学告诉我们：皮肤由表皮、真皮和皮下组织三部分构成，最外层是表皮，表皮下是真皮，真皮下是皮下组织。表皮层为密集的表皮细胞，真皮和皮下组织层有神经、血管、淋巴管、汗腺、皮脂腺、结缔组织、脂肪以及毛发。毛发是斜插在皮肤中的弹性丝状物，纵分毛干、毛根、毛球三部分，毛干在皮肤表面之上，毛根在皮内，毛球在毛根的底端，为球形膨大物，深埋在真皮网状层和皮下组织里。与毛根直接接触的是毛囊和毛球，毛囊包绕着毛根和毛球，毛球底部凹入部分称毛乳头，有真皮结缔组织及血管神经进入，维持着毛发的营养和生长。

中医学根据人体皮肤的内外层次，横竖结构和生理功能，将皮肤分称为肤、革、分肉、腠理和玄府。肤（狭义之肤），指皮之偏外的薄层；革，指皮之偏内的厚层；分肉，指革之下，肌肉之外的白肉，即皮下脂肪等。腠理，指皮肤（还指肌肉）间之纹理，相当于皮肤组织之间的间隙，卫气畅行于其间。玄府，指汗毛孔，又名“气门”和“鬼门”，起排泄汗液和辅助肺脏进行呼吸的作用。在皮肤之中，又有输送供养皮肤和毛发营养的微细之络脉分布和“温分肉、充皮肤、肥腠理、司开合”的卫气在流动。从而共同形