



面相与医疗美容

赵华萍 主编



沈阳出版社

样 本 库

面相与医疗美容

赵华萍 主编



沈阳出版社

1991·沈阳

1206535

(辽) 新登字12号

面相与医疗美容

Mianxiang Yu Yiliqiao Meirong

赵华萍 主编

责任编辑：未 凡

封面设计：广 士

责任校对：张 燕

版式设计：张 辉

沈 阳 出 版 社 出 版 辽 宁 省 新 华 书 店 发 行
(沈阳市和平区13纬路19号) 沈 阳 新 华 印 刷 厂 印 刷

开本：787×1092毫米 1/32 1991年11月第 1 版

印张：7.375

1991年11月第1次印刷

字数：150千字

印数：1—10000

ISBN 7-80556-723-9/R·36 定价：3.80元

2-J96/52

内容简介

《面相与医疗美容》一书，以简便实用、通俗易懂为宗旨，搜集和整理了中国历代名医、名著中关于观面测病的理论与实践经验；同时亦搜集和整理了几千年来名医、名著中的美容方法及方药。全书共分两篇。上篇以祖国医学人是统一整体的基本理论为指导，以医学面相学说为核心，论述人面部与脏腑气血、经络的关系；面部与精神情志的关系；面部与饮食五味的关系。读完本篇的内容，能使您增加医学面相学的常识，望一望面部的形状，皮肤的颜色，肌肤的荣枯，腠理的疏密，皱斑的分布等情况，即可测知脏腑功能的盛衰，情志的苦乐，饮食五味的功与过。并提示您，追求美不能只顾涂饰其表，更要注重全身心的修养，打好美容的基础。

下篇搜集和整理了具有民族特色的美容方法及方药。其中有按摩、气功、针刺等美容法。这些方法不但能美化体表，同时还有延年益寿、祛病健身的作用。本篇还搜集了美容护肤和治疗面部皮肤常见病的方药三百余种，其中包括部分宫廷秘方，如慈禧太后美容护肤方等。

自古以来，爱美之心人皆有之。尤其在人们物质生活越来越美好，精神生活越来越丰富，谁不愿自己的青春长驻，颐养天年呢？本书将是自我美容和家庭美容的指南。

编委会名单

主编 赵华萍

编委 杨明香 侯雁南

朱春派 李淑华

李东辉 周世权

王爱萍 韩国华

李富政

前 言

医学面相术和中医美容术，是几千年来，人类与衰老和疾病作斗争的经验总结，是古老的中华民族勤劳和智慧结晶，是中国医药学的重要组成部分。

面相术和美容术二者之间既有联系，又有区别。面相术是由颜观人的诊断技术，美容术是留颜之美，去颜之瑕疵的健身护肤术。两者都以人的面容为焦点，以善于洞察和分析容貌的微妙变化为前提，以面部的组织和器官的生理功能和病理变化为基础，以达到调整面部的组织器官的功能，使之健美为目的，这些共同之处使美容术自诞生之日起就与面相术结下了不解之缘。

爱美是人的天性，要想使自己更美就必须善于观察和发现自己面容上的不美之处，并分析其产生的原因，从根本上去掉不美的因素，才能获得永久的属于自己的美。这观察和分析的过程就是医学面相术的应用过程，是面相术的理论和实践相结合的过程。由此可以看到，医学面相术是中医美容术的理论基础。

《面相与医疗美容》一书，是一本融医学、美容、生活常识为一体的普及性读物。作者编写这本书的目的是，在丰富广大读者生活及美容常识的基础上，使古老的具有民族特色的面相术与美容术得以发扬光大。但是，由于水平所限，书

中难免有不足之处,望广大读者、面相及美容术爱好者指正。

另外,在编著过程中得到了沈阳市图书馆科技咨询部、辽宁中医学院图书馆的全体工作人员的支持和协助,在此一并表示感谢。

作 者

1990年12月

目 录

上篇 医学面相术

第一章 医学面相术简介

第一节 面相术是中医望诊的重要内容之一.....	2
第二节 历代名医重视面相术.....	4
一、仲景望诊侍中.....	4
二、华佗指戒严昕.....	5
第三节 观察面相的要点.....	6

第二章 面相能反映脏腑、经络、气血的功能状态

第一节 面部形状与脏腑经络的关系.....	7
一、肝经气血旺盛之人的面相—木型.....	7
二、心经气血旺盛之人面相—火型.....	9
三、脾经气血旺盛之人面相—土型.....	9
四、肺经气血旺盛之人面相—金型.....	12
五、肾经气血旺盛之人面相—水型.....	13
第二节 头面部脏腑分属法.....	15
一、面部明堂分属法.....	15

二、面部五脏分属法·····	16
三、面部五脏六腑分属法·····	16
第三节 面相能预测五脏功能·····	20
一、察面可知心功能的好恶·····	21
二、望面可知肝脏功能的盛衰·····	21
三、观面测知脾脏功能的强弱·····	22
四、看面部可预测肺脏功能状态·····	23
五、面相可反映肾精的盈亏·····	25
第四节 由目相可知脏腑功能·····	26
一、目之五轮与五脏·····	26
二、望目相应重视眼神·····	28
三、眼睛形态变化提供的信息·····	30
四、眼睛为什么会出现赤、黑、黄、白、青 等不同颜色的变化·····	31
第五节 鼻相观脏腑功能·····	32
一、鼻的脏腑分属·····	33
二、鼻的形态能反映人的健康状况·····	33
三、鼻之色变能测中疾病·····	35
第六节 望唇候病·····	37
一、唇通脏腑·····	37
二、唇之形态为什么会发生变化·····	38
三、唇相色诊·····	39
第七节 耳通全身·····	43
一、耳与全身所有组织器官相联系·····	43
二、望耳部形态测病·····	44
三、注意耳之色泽变化·····	48

第八节 面部五色变化与脏腑相关	49
一、什么样的面色才算正常	49
二、异常面色辨病情轻重	51
三、望面色预测疾病	53
第九节 面部瑕点给人的启示	56
一、有气无气面相观	57
二、黑子在面部位置不同,提示不同的病变	59
三、雀斑是怎样形成的	59
四、人为什么会生黄褐斑	60
五、粉刺、痤疮是怎么回事	61
六、鼻头红赤怎么办	62
七、疣目能影响面容的美丽	63
八、人的眉毛为什么有好有恶	64
九、为什么有人面部会多毛	65
十、男人胡须鬓发为什么有多有少	67
十一、纹眉纹身是怎么回事	69

第三章 面相能测中七情

第一节 面相是人们情志活动的显示器	71
第二节 七情通过脏腑影响面容	72
一、喜伤心:心志为喜	73
二、怒能伤肝:肝在情志方面主怒	74
三、思则伤脾:忧思为脾之志	74
四、忧能伤肺:肺在志为忧,故忧愁过多则伤肺	75
五、惊恐则伤肾:肾之志为恐,故恐则伤肾	75

第三节 面相上的“表情坑”与“表情纹”	77
一、“表情坑”与“表情纹”	79
二、望面知心理状态	79
第四节 精神修养“十二少”	82

第四章 面相与饮食有关

第一节 望面可知饮食的好坏	86
第二节 食物的四气五味	89
一、食物的四气	90
二、食物的五味	93
第三节 面相与五味的关系	96
一、五味入口各有所走、各有所归	96
二、面相可测知饮食五味之功与过	98
三、观面色可知五味相宜与禁忌	101

下篇 中医美容法

第一章 中医美容史简介

第二章 食物美容

第一节 全面而合理的饮食是美容的基础	110
一、食膳内容要丰富	110
二、过饥与过饱都有损于面容	112

三、素食、荤食哪个好	113
第二节 美容食品	114
一、谷类美容食物	114
二、乳肉类美容食物	115
三、籽实类美容食物	115
四、美容花类	117
五、美容水	118
第三节 美容粥	118
一、仙人粥《遵生八笺》	118
二、胡萝卜粥《本草纲目》	119
三、雌鸡馄饨《养生食鉴》	119
四、燕窝粥《补养篇》	119
五、胡桃粥《养生保健集》	120
六、红枣酒《万病回春》	120
七、菊花粥《长寿药粥食谱》	121
八、黑木耳红枣汤《补养篇》	121
九、猪脊肉粥《药粥疗法》	121
十、地黄粳米粥《本草纲目》	122
十一、杞园膏《摄生秘旨》	122
十二、乌须酒《寿世保元》	123

第三章 常用的美容护肤法

第一节 按摩美容护肤法	124
一、按摩对面部皮肤的作用	124
二、头面部经络循行概况及主要穴位简介	127

〈一〉头面部经络循行概况	127
〈二〉头面部主要穴位简介	130
〈三〉面部按摩的一般知识	136
〈四〉按摩方法	137
第二节 针刺美容法	141
一、针刺对人体的作用	141
二、针刺美容的注意事项	142
三、面部常见病针刺方法	143
第三节 气功美容法	147
一、气功对面部及全身的作用	147
二、导引功法《寿世传真》	149
三、呼吸功法《胎息秘要歌诀》	155
四、神水滋养功法《备急千金要方·养性序》	159

第四章 美容护肤药与方剂

第一节 驻颜美容药与方剂	163
一、驻颜美容药	163
〈一〉外用药	163
〈二〉内服药	164
二、驻颜美容方剂	164
〈一〉外用方剂	164
〈二〉内服方剂	166
第二节 泽肤美容药与方剂	169
一、泽肤美容药	169
〈一〉外用药	169
〈二〉内服药	169

二、泽肤美容方剂	169
〈一〉外用方剂	169
〈二〉内服方剂	172
第三节 增白美容护肤药与方剂	173
一、增白美容药	173
〈一〉外用药	173
〈二〉内服药	173
二、增白美容方剂	174
〈一〉外用方剂	174
〈二〉内服方剂	177
第四节 去皱美容护肤药与方剂	178
一、去皱美容药	178
〈一〉外用药	178
〈二〉内服药	178
二、去皱美容护肤方剂	179
〈一〉外用方剂	179
〈二〉内服方剂	180

第五章 治疗面部皮肤常见病的药物与方剂

第一节 治疗雀斑、黄褐斑药物与方剂	182
一、祛斑药	182
〈一〉外用药	182
〈二〉内服药	183
二、祛斑方剂	183
〈一〉外用方剂	183
〈二〉内服方剂	187

第二节 治疗粉刺、痤疮的药物与方剂	189
一、治粉刺、痤疮的药物	189
〈一〉外用药	189
〈二〉内服药	190
二、治粉刺、痤疮方剂	191
〈一〉外用方剂	191
〈二〉内服方剂	193
第三节 治疗酒渣鼻药物与方剂	194
一、治酒渣鼻药物	194
〈一〉外用药	194
〈二〉内服药	195
二、治酒渣鼻方剂	195
〈一〉外用方剂	195
〈二〉内服方剂	196
第四节 治疗疣目的药物与方剂	198
一、治疗疣目的药物	198
〈一〉外用药	198
〈二〉内服药	199
二、治疗疣目的方剂	199
〈一〉外用方剂	199
〈二〉内服方剂	201
第五节 治疗瘢痕药物与方剂	202
一、治疗瘢痕药物（外用药）	202
二、治疗瘢痕方剂（外用方剂）	203
第六节 治疗白癜风方剂	206
一、治疗白癜风外用方剂	206

二、治疗白癜风内服方剂	207
第七节 美眉药物与方剂	207
一、生眉外用药	207
二、美眉方剂（外用方剂）	208
第八节 美齿的药物与方剂	210
一、美齿药物（外用药）	210
二、美齿方剂	210
〈一〉外用方剂	210
〈二〉内服方剂	212
第九节 美髯发药物与方剂	212
一、美髯发药物	212
〈一〉外用药	212
〈二〉内服药	212
二、美发美髯之方剂	213
〈一〉外用方剂	213
〈二〉内服方剂	215
第十节 治疗狐臭香体药物与方剂	219
一、治狐臭香体药物（外用药）	219
二、治狐臭香体方剂	220
〈一〉外用方剂	220
〈二〉内服方剂	221

上篇 医学面相术

本篇以中医人是统一整体的基本理论为基础，以面貌特征为核心，重点阐述了人面部的皮肤、肌肉、眼、鼻、耳、唇与脏腑、经络、气血与精神情志，以及与饮食五味等生理上的联系，病理上的相互影响。从某种意义上说，人的面相犹如一台显示器，那么透过显示器的屏幕可以清晰地看到深居体内五脏六腑功能的好坏，气血的盈亏，饮食五味的功与过，心灵深处的情志变化。从而帮助人们透过面相上的一切生理及病理变化的现象，看到产生变化的本质，增加人们在生活、医学、美容等方面的常识，懂得要想获得一个良好的面貌特征，必须从调整全身心功能状态，慎和饮食四气五味入手的道理。否则，将正如《圣济总录》中所说：“徒区区于膏面染髭之术，去道远矣。”