

A decorative border of golden-yellow flowers and leaves surrounds the central text. The flowers are stylized, resembling cherry blossoms or similar five-petaled flowers, and are arranged in a repeating pattern along the top, bottom, and sides of the page. The leaves are simple, elongated shapes with small veins.

刘大有
贡济宇
主编

实用美容中药

人民卫生出版社

实用美容中药

主 编 刘大有 贡济宇

副主编 刘联声 刘大同
张大方 张凤瑞

编 委 (按姓氏笔画为序)

王学敏	刘大有	刘联声
刘德贵	刘 力	刘永宏
刘丰秋	刘艺峰	李超英
李 莉	李红科	李艳玲
纪淑芳	贡济宇	张大方
张凤瑞	张景龙	张 哲

~~美 容 中 药~~

主 审 ~~刘大有~~

人民卫生出版社

图书在版编目(CIP)数据

实用美容中药/刘大有, 贡济宇主编. —北京: 人民卫生出版社, 1998

ISBN 7-117-02874-2

I. 实… II. ①刘… ②贡… III. 美容-中草药 IV. R286

中国版本图书馆 CIP 数据核字(97)第 29077 号

实用美容中药

刘大有 贡济宇 主编

人民卫生出版社出版发行

(100078 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼)

三河市宏达印刷厂印刷

新华书店经销

850×1168 32 开本 12 $\frac{1}{4}$ 印张 330 千字

1998 年 3 月第 1 版 1998 年 3 月第 1 版第 1 次印刷
印数: 00 001—5000

ISBN 7-117-02874-2/R·2875 定价: 19.00 元

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)

爱美之心，人皆有之。随着人们生活水平的不断提高，对美的要求越来越高，而中药美容在众多的美容手段中独树一帜，以其作用安全可靠、自然而倍受人们青睐。

本书在参阅大量中医文献和现代药理研究的基础上，收载具有美容作用的中药 200 余种，方剂千余首，并从来源、性味归经、功效应用、化学成分、药理及临床研究等几方面进行论述，力求将科学性与实用性有机的联系起来，既重视科学性，又突出实用性，使读者对中药美容有一个完整的认识。书末附有美容食物表、药名及方名索引，以便读者查阅。

本书广泛适用于从事美容专业，及外科、皮肤、五官等工作的中医药工作者，对中药美容化妆品的开发和研制以及广大美容爱好者亦有裨益。

前 言

爱美之心，人皆有之，对美的追求可谓由来已久。在我国五千余年的文明史中，有着悠久的美容中药的记载。虽然美容在祖国医药学中始终未形成一门独立的学科，但人们在防病治病的过程中积累了丰富的中药美容的方法和经验，为建立美容中药学奠定了基础。然而许多宝贵的美容中药应用方法、经验往往散在于中医学、本草学、方剂学等古今书籍中。在我国第一部药学著作《神农本草经》中，记载了“面脂”、“浴汤”美容方法，并载有白芷、白僵蚕、桃仁等几十种药物和食物的美容作用。唐代的孙思邈在《千金要方》、《千金翼方》中，有“面药”、“生发黑发”等专门章节论述中药美容，共记载美容方剂百余首。宋代的《太平圣惠方》和《圣济总录》对美容中药方剂记载的更加丰富，并有许多美容新方。明代朱棣等编撰的《普济方》被认为是中医药美容方的大汇总，不但汇集了以前的大量美容验效方，还创制了“白面”、治酒皴鼻等头门、面门方剂340首。李时珍的《本草纲目》中也收录了大量中药美容的内容。因此，发掘、整理、开发与弘扬传统的中医药美容理论与方法，并结合现代科学技术加以验证研究和发展，是摆在我们中医药工作者面前的一项重要任务。目前，一些以天然药物为主研制的化妆品已引起国内外学者的重视，“重返自然”已

成为世界化妆品发展的新趋势。但因缺乏对美容中药和方剂文献的系统整理、研究和了解，近代的本草研究对美容方面的作用往往忽视，使得许多具有美容作用的中药和方剂难以发挥优势。因此，我们处处留心、发掘隐微，整理古代文献，研究现代资料，经反复斟酌，编撰此书。

本书参阅了大量的古代文献以及现代有关中药的美容作用方面的药理、化学、临床等研究内容。其涉及的内容包括了具有润肤去皱、悦色驻颜、固齿白牙、乌须黑发、香口香身等功能的中药以及治疗雀斑、粉刺、脱发、瘢痕、手足皲裂、狐臭口臭、须发早白、黑痣、龋齿等有碍美容的疾病防治方面的中药。

全书共收载美容中药 200 种、方剂千余首，同时在附论中还收录了药食同源美容食物 150 余种。全书从总体上、理论上，应用方法上对美容中药加以探讨。阅读总论部分可使读者对美容中药的历史和发展有一个整体的认识，查阅各论部分可启发读者应用单味药或几种药重新组方，开拓研制美容新药。本书对从事美容专业，及外科、皮肤、五官等方面临床工作的医药工作者、对中药美容化妆品开发研制的科技工作者以及广大美容爱好者会大有裨益。

由于编著者学识水平有限，错漏之处，恐所难免，诚望广大读者批评指正。

编著者

1997 年 5 月 16 日于长春中医学院

凡

例

1.《实用美容中药》一书，由总论、各论和附论三部分组成。全书重点在于阐述和介绍古今有文献记载的或有研究苗头的美容及有美容治疗作用的中药及其选方，以供读者借鉴、应用、研究和开发的美容药物。

2. 本书的总论部分，主要论述美容中药的概念和历史发展过程、美容中药的分类、性能、常用制剂及历代研究概况，阐述了中药美容的优势和应用特点，使读者对美容中药的研究和应用有一个大体了解。

3. 本书的各论部分，是本书的主要部分，按照中药的自然科学分类，对每一味药物从【来源】、【性味】、【归经】、【功效】、【应用】、【主要化学成分】、【药理与临床研究】、【选方】、【用量】、【禁忌】、【按语】、11个方面论述，其中【功效】、【应用】主要指与美容方面有关的内容，其他作用因在有关《中药学》等书籍中有详细记载，故本书不再赘述。

4. 本书的附论部分简要介绍了美容食物的作用与应用。以便读者参考。

5. 全书收集资料截止于1996年12月。今后如有新的美容中药研究成果，留待再版时增补。

6. 书末附有药名笔画索引和方名笔画索引，以利读者查阅。

目

录

总 论

一、美容中药的概念·····	1
二、美容中药的历史发展过程·····	1
(一) 美容中药的萌芽时期·····	2
(二) 美容中药的形成时期·····	4
(三) 美容中药的丰富充实时期·····	7
(四) 美容中药的发展时期·····	12
三、常用美容中药的分类·····	14
四、常用美容中药的性能·····	14
(一) 性味·····	14
(二) 归经·····	16
(三) 升降浮沉·····	16
五、美容中药的常用制剂·····	17
(一) 丸剂·····	17
(二) 散剂·····	17
(三) 膏剂·····	18
(四) 丹剂·····	18
(五) 汤剂·····	18
(六) 酒剂和酊剂·····	19
(七) 洗剂·····	19
(八) 露剂·····	19
(九) 膜剂·····	19

(十) 乳剂·····	20
六、美容中药的研究趋向与优势 ·····	20
(一) 美容中药的研究概况·····	20
(二) 美容中药的研究趋向与优势·····	31

各 论

植物药类 ·····	33
多孔菌科 ·····	33
茯苓(33) 灵芝(35)	
灰包科 ·····	37
马勃(37)	
水龙骨科 ·····	39
骨碎补(39)	
松科 ·····	40
松叶(40) 附：松子(41) 松脂(42)	
柏科 ·····	44
侧柏叶(44) 柏子仁(46)	
杨柳科 ·····	48
白杨皮(48)	
胡椒科 ·····	49
荜茇(49)	
商陆科 ·····	50
商陆(50)	
胡桃科 ·····	51
胡桃仁(51)	
桑科 ·····	53
桑白皮(53) 桑叶(55) 桑枝(56) 桑椹(58)	
火麻仁(59) 楮实(60)	
檀香科 ·····	62
檀香(62)	
桑寄生科 ·····	64

桑寄生(64)	
马兜铃科	65
细辛(65) 杜衡(67)	
蓼科	68
大黄(68) 何首乌(70)	
苋科	72
牛膝(72) 青葙子(74)	
马齿苋科	76
马齿苋(76)	
睡莲科	78
莲子(78) 荷叶(79) 芡实(81)	
毛茛科	82
牡丹皮(82) 附子(84) 赤芍(87) 升麻(89)	
黄连(90)	
木兰科	92
厚朴(92) 辛夷(93) 木兰皮(95)	
樟科	97
桂枝(97) 桂心(98)	
景天科	99
红景天(99)	
杜仲科	100
杜仲(100)	
蔷薇科	102
木瓜(102) 枇杷叶(103) 乌梅(105) 月季	
花(106) 覆盆子(107) 桃花(109) 桃仁(110)	
苦杏仁(112) 山楂(113)	
豆科	115
皂角(115) 黄芪(117) 葛根(120) 甘草(121)	
苏木(122) 苦参(123) 绿豆(125) 赤小豆(126)	
降真香(127) 黑大豆(128) 槐角(130)	
蒺藜科	132

白蒺藜(132) 刺蒺藜(133)	
芸香科	135
黄柏(135) 白鲜皮(137) 蜀椒(138)	
苦木科	139
鸦胆子(139)	
远志科	141
远志(141)	
鼠李科	142
大枣(142)	
大枫子科	143
大枫子(143)	
大戟科	145
巴豆(145)	
无患子科	147
龙眼肉(147)	
葡萄科	149
白藜(149)	
锦葵科	151
冬葵子(151)	
瑞香科	152
沉香(152)	
桃金娘科	154
丁香(154)	
五加科	157
五加(157) 人参(159)	
伞形科	161
白芷(161) 当归(163) 独活(166) 川芎(167)	
阿魏(170) 藁本(171) 羌活(172) 前胡(173)	
防风(174) 蛇床子(177)	
山茱萸科	178
山茱萸(178)	

山茶科	179
茶叶(179)	
杜鹃花科	181
南烛叶(181) 南烛子(183)	
报春花科	183
零陵香(183)	
木犀科	185
连翘(185) 女贞子(187) 秦皮(189)	
旋花科	191
菟丝子(191) 土瓜(194) 牵牛子(195)	
紫草科	196
紫草(196)	
马鞭草科	198
蔓荆子(198)	
唇形科	200
藿香(200) 益母草(201) 泽兰(203) 薄荷(204)	
香薷(205) 丹参(206) 黄芩(209)	
茄科	211
枸杞子(211) 地骨皮(213)	
玄参科	215
生地黄(215) 熟地黄(219) 附：鲜生地(221)	
干地黄(222) 桐叶(223)	
紫葳科	224
凌霄花(224)	
胡麻科	225
胡麻叶(225) 黑芝麻(225)	
列当科	228
肉苁蓉(228)	
爵床科	229
青黛(229)	
茜草科	231

梔子(231) 巴戟天(233)	
败酱科	234
甘松香(234)	
葫芦科	235
瓜蒌(235) 天花粉(236) 冬瓜子(238)	
桔梗科	240
桔梗(240)	
菊科	242
苍耳叶(242) 青蒿(243) 女菀(244) 苍术(245)	
白术(247) 木香(250) 红花(251) 菊花(253)	
旱莲草(256) 佩兰(257) 豨莶草(258)	
蒲公英(259)	
泽泻科	261
泽泻(261)	
禾本科	262
薏苡仁(262)	
莎草科	264
香附(264)	
天南星科	266
石菖蒲(266) 半夏(267) 白附子(268)	
浮萍科	269
浮萍(269)	
百合科	271
知母(271) 麦门冬(272) 天门冬(273) 百合	
(275) 黄精(276) 玉竹(278) 芦荟(280)	
石蒜科	281
仙茅(281)	
薯蓣科	283
山药(283)	
姜科	285
白豆蔻(285) 草豆蔻(286) 生姜(287)	

山柰(290)	
兰科	291
白及(291) 天麻(293)	
动物药类	294
乌贼科	294
乌贼骨(294)	
珍珠贝科	295
珍珠(295)	
衣鱼科	297
衣鱼(297)	
蚕蛾科	297
白僵蚕(297)	
蜜蜂科	299
蜂蜜(299) 附：蜜蜂子(301)	
蝉科	301
蝉蜕(301)	
游蛇科	303
乌蛇(303)	
蝰科	304
白花蛇(304)	
雉科	306
鸡子白(306) 鸡屎白(308)	
文鸟科	308
白丁香(308)	
马科	309
阿胶(309)	
猪科	310
猪胰(310)	
鹿科	311
鹿茸(311) 鹿角(313) 麝香(314)	
牛科	316

牛乳(316) 牛脂(317) 羊髓(318)

矿物药类..... 319

朱砂(319) 轻粉(321) 铅丹(323) 密陀僧(324)

明矾(325) 雌黄(327) 滑石(328) 石膏(329)

硃砂(330) 钟乳石(331) 石灰(332) 芒硝(333)

紫石英(335) 云母(336) 赤石脂(337) 硫黄

(337) 大青盐(339)

其他药类..... 341

五倍子(341) 冰片(342)

附 论

美容食物及其应用简介(表)..... 345

主要参考书目和文献..... 357

药物笔画索引..... 359

方名笔画索引..... 363

总 论

一、美容中药的概念

凡具有养颜悦色、祛斑洁面、增香润肤、乌须生发、固齿健身、延年抗衰等作用的中药叫做美容中药。研究美容中药的基础理论及各种美容中药的来源、性能、功效、化学成分、作用机理、临床应用等知识的中药学分科，我们称之为美容中药学。目前，这门学科还在进一步完善中。研究美容中药学的目的在于应用，故本书重点阐述美容中药的应用。俗语道：“爱美之心，人皆有之。”美，是人人所追求与向往的，故曰：“实用”。它将使年轻人更加貌美，富有魅力；中年人青春常驻，朝气永存；老年人身轻体健，荣光焕发，益寿延年。

二、美容中药的历史发展过程

爱美，是人类的天性。中华民族又有着传统的爱美民俗，并以此来展示人们的生机与道德风貌。我们的祖先，在长期生活与生产实践中，创造和积累了许多美容健身方药与方法，为后人留下了宝贵财富。根据文献记载，早在商周时期的甲骨文中就有“沐”、“浴”等字，“沐”字形象洗面，故《说文解字》释曰：“沐，洗面也。”“浴”字形象人在盆里用水洗澡，据此说明，我国人民在很早以前就建立了良好的卫生、美容、健身习惯。随着时代的发展，文化、科学、技术的进步，人们对美容健身的追求及对美容化妆品的研究和使用的标准亦不断提高，下面依据有关史料，将其分为几个历史阶段加以介绍。

（一）美容中药的萌芽时期

从商周到西晋，这段漫长的历史时期，我国从奴隶制社会逐步转入到封建制社会。生产力得到初步发展，人民生活曾几度安定，西汉张骞出使西域，东汉马援南征交趾，人为地促进了中外药材和香料的交流，美容治疗和化妆的要求开始在生活水平高的宫廷贵族和诸侯内部萌生，但记载零星散在，尚未见到有关专论。

现存甲骨文中的“沐”字，很象人在散发洗面，有人认为这是关于美容的最早记载。

在河南安阳发掘的殷王墓中，也发现了全套的盥洗工具，如壶、盂、勺、盘等，据说在殷纣王时期已经会制造“燕脂”。马缵的《中华古今注》载：“盖起自纣，以红蓝花汁凝作燕脂，以燕地所生，故曰燕脂，涂之作桃花妆。”此外，《诗经·卫风伯兮》亦载：“自伯之东，首如飞蓬，色无膏沐，谁适为容。”“膏沐”即当时妇女用来润泽头发的一种化妆品。战国后期，在著名政治家韩非子的《韩非子集·显学》中也有这方面的记载：“故善毛嫱，西施之美，无益吾面，用脂泽粉黛，则倍其初，脂以染唇，泽以润发，粉以敷面，黛以画眉。”可见春秋战国时期我国确实有了一些简单的以天然动物、植物、矿物为原料的美容化妆品。

医食同源，医药同源。以中草药为原料的化妆品和以中医药理论为指导的治疗性美容方法亦随着生活的需求悄然而生。

秦汉之际成文的马王堆三号墓出土帛书《五十二病方》中对“头脂”、“靡(磨)脂”等美容制剂已有明确记述。还记载了“般(癩)”和“乾骚(瘙)”等与美容相关的疾病的治法，列方八首，药物以水银、雄黄、乌豕(喙)、犁(藜)卢、芫华(花)、阑根、白附、猪膏等为最常用。在马王堆一号墓——西汉初长沙国丞相轅侯利苍的妻子辛追随葬品中，引人注目的是香囊、香料和中草药花椒、香茅、佩兰、桂皮、杜衡等的出土，表明当时已开始应用中药及其制剂进行美容、美发、香身。

《史记》载，西汉惠帝时，郎侍中皆傅脂粉。景帝朝以降，对沐浴较为重视。如太子舍人汲郑“每五日洗沐”，褚先生言：“浴不必江海，要之去垢”。当时美容香身药物有：惠(零陵香)、杜衡、