

家庭药
系列

● 张 宏 王玉琢 编著

美容泽发药膏

◆干姜浸酒·生发方·黑芝麻羹
蜂蜜桑椹膏·首乌乌发饮·桑白皮护发方……



辽宁科学技术出版社
LIAONING SCIENCE AND TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

家庭·药膳·系列

美容



泽发药膏

◎ 张 宏 王玉琢 编著



辽宁科学技术出版社

· 沈阳 ·

丛书主编 周文泉 赵余庆
丛书副主编 许正杰 王玉琢 崔玉琴 顾悦萍
编委会 (按姓氏笔画排列)
王月敏 邓晓梅 向绍杰 刘伟 刘志贤
刘艳君 张宏 张冶 苏珣 吴连菊
杜佳林 李显华 贾冬 霍艳玲
摄影 关生 王琳
制作 艾美 安安

图书在版编目 (CIP) 数据

美容泽发药膏/张宏, 王玉琢编著. —沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2001. 1

(家庭药膳系列)

ISBN 7-5381-3321-6

I. 美... II. ①张... ②王... III. ③美容 - 外用药 - 膏剂 ④头发 - 护理 - 外用药 - 膏剂 IV. TS974

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 55465 号

出版者: 辽宁科学技术出版社

(沈阳市和平区十一纬路 25 号 邮政编码 110003)

印刷者: 辽宁美术印刷厂

发行者: 各地新华书店

开本: 787mm × 1092mm 1/32

字数: 33 千字

印张: 2.5

印数: 5 001 — 8 000 册

出版时间: 2001 年 1 月第 1 版

印刷时间: 2002 年 1 月第 2 次印刷

责任编辑: 寿业荷

封面设计: 庄庆芳

版式设计: 于浪

责任校对: 张丽萍

定价: 14.00 元

邮购咨询电话: 024-23284502

目 录

美 容



(一) 护肤

- 益母草液 / 4
- 山楂蜜膏 / 6
- 枸杞子膏 / 8
- 香蕉奶蜜 / 10
- 八神卫护膏 / 12
- 水果蜜膏 / 14
- 太和羹 / 16
- 独我红颜 / 18
- 大枣花生膏 / 20

(二) 增白

- 二白细辛膏 / 22
- 天冬膏 / 24
- 白雪膜 / 26
- 皂角南星膏 / 28

(三) 除皱

- 橘皮方 / 30
- 美奶滋 / 32
- 白及蛋清蜜 / 34
- 菊花蜜液 / 36
- 芦荟蛋清膏 / 38
- 蜂蜜番茄面膜 / 40

(四) 祛斑除痘

- 蜜醋羹 / 42
- 杏仁滑石膏 / 44
- 二黄膏 / 46
- 蛋清二白膏 / 48
- 退斑膏 / 50
- 三豆消斑羹 / 52

泽 发



(一) 生发

- 干姜浸酒 / 54
- 生发方 / 56
- 花椒猪油膏 / 58
- 酒浸尖辣椒 / 60

(二) 乌发

- 黑芝麻羹 / 62
- 黑豆杞子膏 / 64

- 蜂蜜桑椹膏 / 66
- 首乌乌发饮 / 68
- 芝麻菊花膏 / 70

(三) 秀发

- 擦鬓膏 / 72
- 合欢香波液 / 74
- 头发营养剂 / 76
- 桑白皮护发方 / 78

家 · 庭 · 药 · 膳 · 系 · 列

美容



泽发药膏

◎ 张 宏 王玉琢 编著



辽宁科学技术出版社

· 沈阳 ·

丛书主编 周文泉 赵余庆
丛书副主编 许正杰 王玉琢 崔玉琴 顾悦萍
编委会 (按姓氏笔画排列)
王月敏 邓晓梅 向绍杰 刘伟 刘志贤
刘艳君 张宏 张冶 苏珣 吴连菊
杜佳林 李显华 贾冬 霍艳玲
摄影 关生 王琳
制作 艾美 安安

图书在版编目 (CIP) 数据

美容泽发药膏/张宏, 王玉琢编著. —沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2001. 1

(家庭药膳系列)

ISBN 7-5381-3321-6

I. 美... II. ①张... ②王... III. ③美容 - 外用药 - 膏剂 ④头发 - 护理 - 外用药 - 膏剂 IV. TS974

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 55465 号

出版者: 辽宁科学技术出版社

(沈阳市和平区十一纬路 25 号 邮政编码 110003)

印刷者: 辽宁美术印刷厂

发行者: 各地新华书店

开本: 787mm × 1092mm 1/32

字数: 33 千字

印张: 2.5

印数: 5 001 — 8 000 册

出版时间: 2001 年 1 月第 1 版

印刷时间: 2002 年 1 月第 2 次印刷

责任编辑: 寿业荷

封面设计: 庄庆芳

版式设计: 于浪

责任校对: 张丽萍

定价: 14.00 元

邮购咨询电话: 024-23284502

目 录

美 容



(一) 护肤

- 益母草液 / 4
- 山楂蜜膏 / 6
- 枸杞子膏 / 8
- 香蕉奶蜜 / 10
- 八神卫护膏 / 12
- 水果蜜膏 / 14
- 太和羹 / 16
- 独我红颜 / 18
- 大枣花生膏 / 20

(二) 增白

- 二白细辛膏 / 22
- 天冬膏 / 24
- 白雪膜 / 26
- 皂角南星膏 / 28

(三) 除皱

- 橘皮方 / 30
- 美奶滋 / 32
- 白及蛋清蜜 / 34
- 菊花蜜液 / 36
- 芦荟蛋清膏 / 38
- 蜂蜜番茄面膜 / 40

(四) 祛斑除痘

- 蜜醋羹 / 42
- 杏仁滑石膏 / 44
- 二黄膏 / 46
- 蛋清二白膏 / 48
- 退斑膏 / 50
- 三豆消斑羹 / 52

泽 发



(一) 生发

- 干姜浸酒 / 54
- 生发方 / 56
- 花椒猪油膏 / 58
- 酒浸尖辣椒 / 60

(二) 乌发

- 黑芝麻羹 / 62
- 黑豆杞子膏 / 64

- 蜂蜜桑椹膏 / 66
- 首乌乌发饮 / 68
- 芝麻菊花膏 / 70

(三) 秀发

- 擦鬓膏 / 72
- 合欢香波液 / 74
- 头发营养剂 / 76
- 桑白皮护发方 / 78

(一) 护肤

皮肤的保养不仅与皮肤表面的护理有关，而且还与人体摄入的营养物质密切相关，也就是说必须吃好、喝好，才能保持皮肤好，维生素、微量元素、水是使皮肤光洁亮丽的重要物质基础。因此，日常生活中除正确护理皮肤表面外，应多喝水、多吃富含营养的食物，如大豆制品、乳制品、水产品，新鲜蔬菜、水果及各种干果类。除此之外，可应用中药对皮肤进行保养。

益母草液

益母草适量。

将益母草放入沙锅内加适量的水煮 20 分钟，取汁贮瓶备用。

早晚用益母草液各洗脸 1 次。

活血化瘀，光泽皮肤。益母草含益母草碱、水苏碱、益母草等多种生物碱及黄酮类物质等。有促进血液循环作用，能加快面部皮肤的

新陈代谢，对皮肤真菌生长有抑制作用。

益母草还是妇科活血调经的常用中药。

《普济方》。



益母草



煎煮 20 分钟



过滤



山楂蜜膏

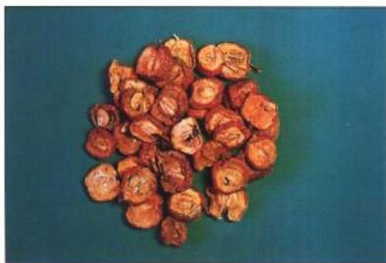
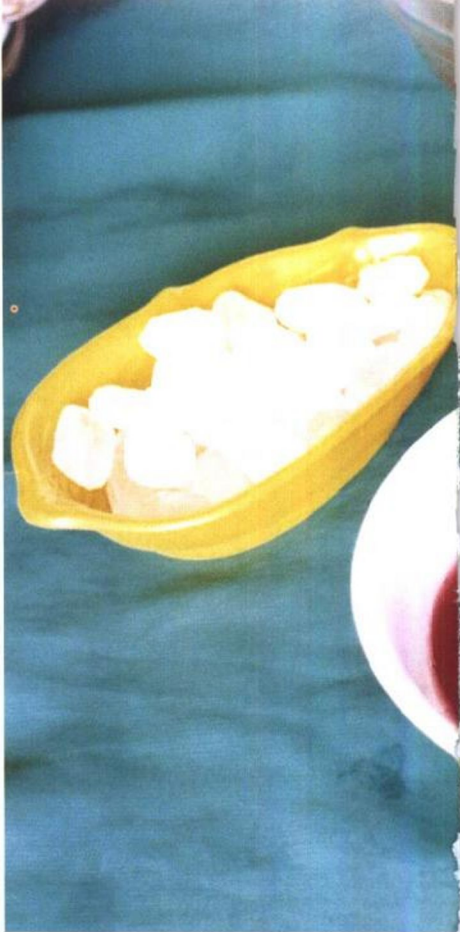
生山楂 500 克，蜂蜜 200 克。

将山楂去柄、核，煮熟，待汤将干时加入蜂蜜，文火熬至稠汁状。

将熬好的蜜膏放入冰箱，每日两次，每次两匙。

润泽面容，强健身体，山楂所含有机酸能提高蛋白酶的活性，促进消化，蜂蜜含多种维生素和矿物质，能刺激皮肤的血液循环，改善皮肤的营养状况，提高代谢水平，增强皮肤的弹性和韧性，使皮肤更加光泽。二者合用能促进人体的新陈代谢。

《百病自疗妙方》。



山楂片



蜂蜜



煎煮

枸杞子膏

枸杞子、冰糖适量。

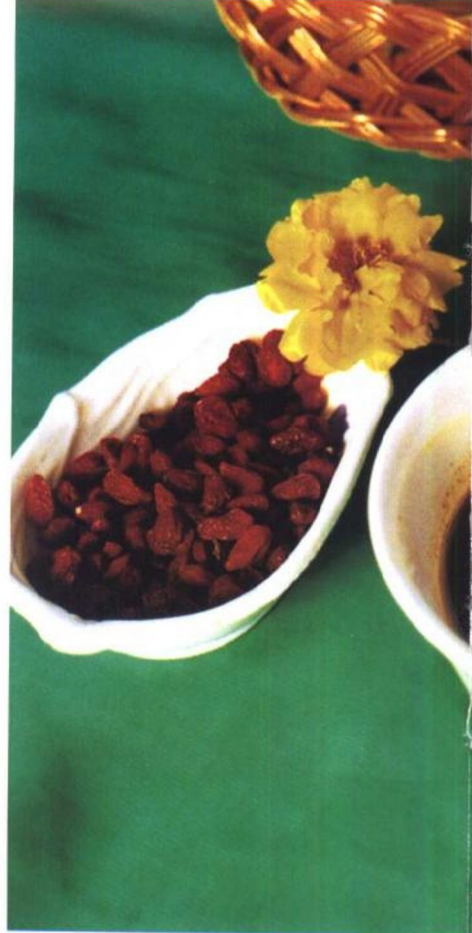
将枸杞子捣碎，加水适量，煎煮，加入冰糖，浓缩。

每日饮用少量。

补虚长肌肉，益颜色。枸杞子中含胡萝卜素、核黄素、烟酸及抗坏血酸等营养成分，具有抗衰老作用，可改善皮肤弹性，延缓皮肤出皱，使人面色红润、须发黑亮。

民间验方。

据报道，枸杞子性味甘平，含有多糖、硫胺素及钙、磷、铁、锌等元素，具有补肝肾、明目的作用，能增强细胞与体液的免疫功能。



冰糖 枸杞子



捣碎



煎煮



香蕉奶蜜

香蕉半只，鲜牛奶适量。

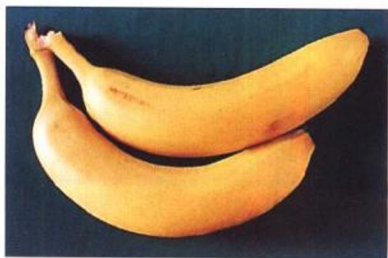
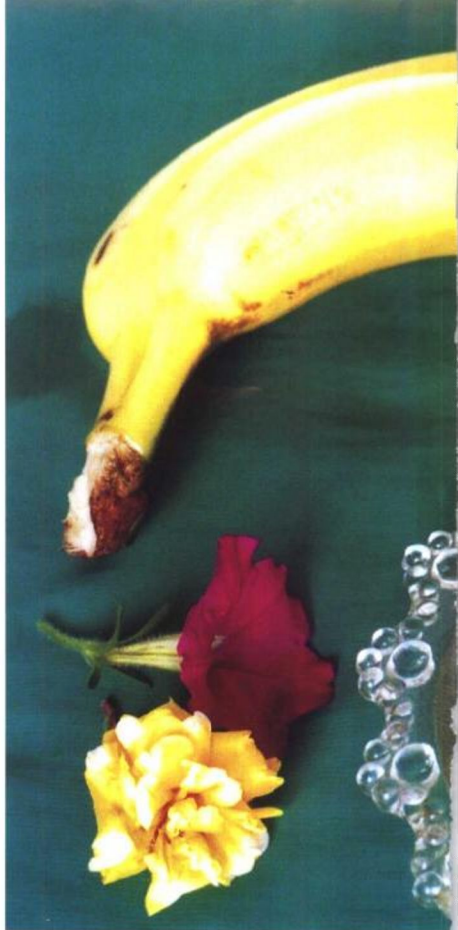
鲜牛奶煮沸后放凉，将香蕉去皮捣碎，把鲜奶倒入捣碎如泥的香蕉中搅匀。

以指蘸涂面，20分钟后，用少量鲜奶洗净，每周2~3次。

嫩肤美容，香蕉含有维生素C、维生素E、钙、钾、镁等，用来护理干性或过敏性皮肤，有效。

《偏方大全》。

香蕉可安神除烦，对神经衰弱、失眠、健忘也有较好的疗效。这是由于香蕉进入人体内可使神经末梢产生血清素，血清素可使人感到心情愉快。



香蕉



牛奶



香蕉捣碎

八神卫护膏

【材料】

白术 1000 克，苍术 500 克，酸枣仁 40 克。

【制法】

将上述三味药加水大火烧开后，小火煎煮 20 分钟，过滤，去渣，将药液浓缩。

【用法】

口服，每次服 15 克，用白开水冲服。

【功效】

悦泽颜色。该剂含有蛋白质、有机酸、维生素 A、维生素 C 等物质，并含有挥发油。

【来源】

《遵生八笺·饮撰服食笺》。

【附注】

白术具有强壮、利尿、降血糖、抗血凝作用。苍术小剂量具有镇静作用，并能祛风湿。



酸枣仁 白术 苍术



煎煮



过滤