



普通高等教育“十一五”国家级规划教材

21世纪高等医学院校教材

供医疗美容技术、医学美容（本科、大专层次）各相关专业使用

# 中医美容技术

吴景东 刘宁 主编



科学出版社

[www.sciencep.com](http://www.sciencep.com)

普通高等教育“十一五”国家级规划教材

21 世纪高等医学院校教材

供医疗美容技术、医学美容(本科、大专层次)各相关专业使用

# 中医美容技术

吴景东 刘 宁 主编

科学出版社

北京

## 内 容 简 介

本书属普通高等教育“十一五”国家级规划教材,是医疗美容技术专业系列教材中的一本;本书是目前较为全面、系统、新颖的国内第一部供本、专科医疗美容技术专业使用的论述中医美容学的教材。全书共分9章,分别为中医美容学概述、中医保健美容、中医的美容养生等内容。特点是:内容全面、适用性强、图文并茂,具有科学性、系统性、创新性和实用性。

本书可供高等医学院校医疗美容技术、美容医学专业本科及高职高专学生使用,也可供临床和教学工作者参阅。

本书配套教学课件,可登录科学出版社网站 [www.sciencep.com](http://www.sciencep.com) 下载。

### 图书在版编目(CIP)数据

中医美容技术/吴景东,刘宁主编. —北京:科学出版社,2006

普通高等教育“十一五”国家级规划教材

21世纪高等医学院校教材

ISBN 7-03-017661-8

I. 中… II. ①吴… ②刘… III. 美容—中医学—医学院校—教材

IV. ①R275②TS974.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第079389号

责任编辑:郭海燕 李 君 / 责任校对:张怡君

责任印制:刘士平 / 封面设计:黄 超

版权所有,违者必究。未经本社许可,数字图书馆不得使用

科学出版社出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

涿州印刷有限责任公司印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

\*

2006年8月第一版 开本:787×1092 1/16

2006年8月第一次印刷 印张:24 3/4

印数:1—5 000 字数:601 000

定价:38.00元

(如有印装质量问题,我社负责调换〈环伟〉)

# 医疗美容技术专业教材建设专家委员会 委员名单

主任委员  
委员

彭庆星

(按姓氏笔画排序)

于江	王向义	亢晓冬	刘宁
刘玮	刘菡	刘典恩	刘林嶧
孙建国	米亚英	李俊	李祥
吴景东	何伦	张春娜	陈建新
易光华	郑荃	胡琼华	赵永耀
俞涛石	彭庆星	蒋钰	韩英红
裘名宜	赖维	潘华凌	

## 《中医美容技术》编委会

- 主 编** 吴景东 刘 宁  
**副主编** 徐晓东 成泽东 孙亦农 薄子波  
**编 委** (以姓氏笔画为序)
- 丁 慧 广州中医药大学  
王诗晗 辽宁中医药大学职业技术学院  
卢 源 辽宁中医药大学  
刘 宁 成都中医药大学  
刘艾明 广州医学院  
刘洁芳 广东省新兴中药学校  
衣运玲 大连医科大学  
闫润虎 大连医科大学  
成泽东 辽宁中医药大学  
朱爱松 辽宁中医药大学  
孙亦农 南京中医药大学  
孙嘉俊 江西赣州卫生学校  
吴景东 辽宁中医药大学  
张明德 湖南常德职业技术学院  
郑爱义 山西大同大学医学院  
周鸿波 辽宁中医药大学职业技术学院  
姜军作 大连大学  
顾 炜 辽宁中医药大学  
徐晓东 辽宁中医药大学  
徐晓明 陕西省汉中市卫生学校  
黄 萍 四川省卫生学校  
黄 瑾 辽宁中医药大学  
薄子波 山西大同大学医学院

# 序

2004年5月20日,中华人民共和国卫生部、中华人民共和国教育部联合发布的卫科教发[2004]167号文件《关于印发〈护理、药学和医学相关类高等教育改革和发展规划〉的通知》,对我国本科及高职高专的“医疗美容技术”教育有了明确的要求;2005年4月,教育部又将“医疗美容技术”教育正式列入了大学本科教育目录。从而开启了紧闭多年的一个特殊专业教育事业的大门,这是我国美容医学教育事业的一次飞跃,也是我国美容医学事业发展的一个新台阶。

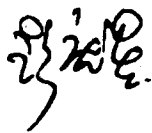
根据教育部有关部门的统一部署,科学出版社和中华医学会医学美学与美容学分会在有关高校的支持下,抓住机遇,适时地组织编写这套全国统编教材,可喜可贺!

本系列教材分为《医学概论》、《人体美学解剖学》、《美学与医学美学》、《美容药理学》、《美容化妆品学》、《美容医疗技术》、《美容外科与护理技术概论》、《美容皮肤治疗技术》、《美容牙科技术》、《中医美容技术》、《美容营养学》、《美容心理学》、《美容医学伦理学》、《美容医学艺术与形象设计》、《美容医学咨询与沟通》、《医用化学》、《美容医学微生物学与免疫学》及《美容医学英语》共18部。每部教材本身都力求其自身学科内涵之丰富、外延之完整,因此,各部之间难免有些内容的合理交叉。这既是各部教材的内在规律所决定,也是学科阶段性发展过程中的必然。

本系列教材各部的主编和部分副主编,大都选自于有多年办学经验的高校的专业教师,有些难以在有多年专业办学经验的高校中选定,也从其他高校的较高专业水平的教师中选定。他们都是在本课程的教学实践和科学研究方面取得突出成就的中青年学者,他们在这次教材编写过程中表现了较高的积极性、经受了锻炼、探索了经验、展示了才华,这是值得庆幸的!

任何事物都是一分为二的。由于种种原因,本系列教材不可能是完美无瑕的,作者们欢迎各用书院校和广大读者的批评帮助,他们一定会十分感激。

中华医学会医学美学与  
美容学分会主任委员



2006年元旦

# 前 言

进入 21 世纪,由于人们对美的需求日益强烈,医学美容因此得到迅速发展。在我国,医学美容除美容外科、美容牙科及部分美容皮肤科运用手术等方法外,绝大多数用于美容的内服及外用药基本都离不开以中医基础理论和中医方药为治疗的原则。特别是在养颜驻颜、损美性疾病的治疗上,中医美容占有重要的不可替代的位置。中医美容以其独特的手段、良好的功效备受爱美人士的青睐,它已成为医学美容中不可缺少的组成部分。

医学美容教育近年来得到迅速发展,中专、大专、本科层次的医学美容教育均在走向成熟。各种版本的相应教材不下十余种,其教材内容、结构、学科之间的协调性等正日益完善。本书是由科学出版社和中华医学会医学美学与美容学分会联合组织编写,供医疗美容技术专业本、专科及相关学科使用的系列教材之一。根据编写要求,考虑到本书使用对象及实用性,我们组织了 14 所院校 23 位从事医学美容教育的专家,在查阅大量有关材料的基础上,结合多年教学及临床经验,按照中华医学会医学美学与美容学分会对中医美容内容的界定及学术理念编写了本教材。

本书共分 9 章,分别是中医美容学概述、中医美容学的理论基础、中医美容医疗中常用的中药、中医美容常用美容方法、中医保健美容、中医的美容养生、常见损美性皮肤病的治疗、衰老基础知识与衰老性损美病症的治疗及肥胖症与消瘦症的治疗。本书在吸收以往教材经验的基础上做了进一步改进,详细讲述了衰老基础知识与衰老性损美病症的症状与治疗,对肥胖有了较详细的论述。考虑到有大量西医院校的学生使用本教材,所以,我们在中医基础理论方面写的内容较为详细。本教材属普通高等教育“十一五”国家级规划教材,是医疗美容技术专业学生必备的一门教科书,也是从事中医美容临床和教学工作者非常适用的参考书。

本书从编写到结稿历时七个多月,每位编者都付出了辛勤劳动;在后期整理校稿过程中,成泽东和徐晓东两位老师做了大量细致的工作,对保证本教材质量做出了贡献。

在编写此书过程中,我们参考了大量专著和教材内容,编委会全体成员在此表示衷心的感谢。尽管在编写过程中精心设计、认真撰写、反复修改,但难免有疏漏之处,诚恳希望使用本教材的广大师生、美容界同仁能够不吝赐教,提出宝贵意见,以便再版时及时修正。

吴景东

2006 年 5 月于沈阳

# 目 录

序

前言

- 第一章 中医美容学概述** ..... (1)
- 第一节 中医美容学的概念 ..... (1)
- 第二节 中医美容学的特点与研究方法 ..... (2)
- 第三节 中医美容学与相关美容学科的美学关系 ..... (5)
- 第四节 中医美容发展简史 ..... (8)
- 第二章 中医美容学的理论基础** ..... (11)
- 第一节 阴阳学说 ..... (11)
- 第二节 五行学说 ..... (17)
- 第三节 藏象学说 ..... (21)
- 第四节 气、血、精、津液 ..... (53)
- 第五节 经络学说 ..... (63)
- 第六节 中国传统美学在中医美容中的应用 ..... (114)
- 第七节 病因与病机 ..... (119)
- 第八节 养生与防治 ..... (124)
- 第三章 中医美容医疗中常用的中药** ..... (132)
- 第一节 补虚固涩药 ..... (138)
- 第二节 祛风解表药 ..... (145)
- 第三节 清热泻下药 ..... (149)
- 第四节 祛湿化痰药 ..... (154)
- 第五节 行气理血药 ..... (158)
- 第六节 开窍安神药 ..... (164)
- 第七节 温里药 ..... (165)
- 第八节 外用药 ..... (166)
- 第四章 中医美容常用美容方法** ..... (168)
- 第一节 中药美容法 ..... (168)
- 第二节 针灸美容法 ..... (174)
- 第三节 推拿美容法 ..... (182)
- 第四节 音乐美容法 ..... (187)
- 第五节 药膳美容法 ..... (188)
- 第五章 中医保健美容** ..... (191)
- 第一节 驻颜 ..... (191)
- 第二节 润面泽面 ..... (194)
- 第三节 润唇 ..... (197)
- 第四节 美发、润发 ..... (198)
- 第五节 美齿、香口 ..... (199)
- 第六节 美目 ..... (200)
- 第七节 聪耳 ..... (202)
- 第八节 健鼻 ..... (204)
- 第九节 美体香体 ..... (205)
- 第十节 美手 ..... (208)
- 第六章 中医的美容养生** ..... (210)
- 第一节 顺应四时 ..... (210)
- 第二节 调摄精神 ..... (211)
- 第三节 调和饮食 ..... (212)
- 第四节 起居调摄 ..... (216)
- 第五节 劳逸适度 ..... (217)
- 第六节 动静有衡 ..... (219)
- 第七章 常见损美性皮肤病的治疗** ..... (221)
- 第一节 黧黑斑 ..... (221)
- 第二节 雀斑 ..... (225)
- 第三节 黑变病 ..... (228)
- 第四节 白癜风 ..... (231)
- 第五节 黑痣 ..... (235)
- 第六节 睑疮 ..... (236)
- 第七节 粉刺 ..... (239)
- 第八节 酒齄鼻 ..... (244)
- 第九节 面游风 ..... (248)
- 第十节 口吻疮 ..... (251)
- 第十一节 须发早白 ..... (254)
- 第十二节 发蛀脱发 ..... (257)
- 第十三节 油风 ..... (259)
- 第十四节 异毛恶发 ..... (264)
- 第十五节 狐臭 ..... (267)
- 第十六节 热疮 ..... (269)
- 第十七节 蛇串疮 ..... (272)
- 第十八节 疣目 ..... (275)
- 第十九节 扁瘻 ..... (278)
- 第二十节 发际疮 ..... (281)



第二十一节	头癣	.....	(283)	第三十七节	面红	.....	(326)
第二十二节	灰指(趾)甲	.....	(286)	第三十八节	白疣	.....	(329)
第二十三节	冻疮	.....	(288)	<b>第八章</b>	<b>衰老基础知识与衰老性</b>		
第二十四节	日晒疮	.....	(292)		<b>损美病症的治疗</b>	.....	(335)
第二十五节	红花草疮	.....	(295)	第一节	皱纹	.....	(349)
第二十六节	皴裂疮	.....	(298)	第二节	眼袋	.....	(351)
第二十七节	鸡眼	.....	(300)	第三节	脱发	.....	(353)
第二十八节	胼胝	.....	(302)	第四节	老年斑	.....	(354)
第二十九节	顽癣	.....	(304)	第五节	老年皮肤瘙痒症	.....	(355)
第三十节	粉花疮	.....	(307)	<b>第九章</b>	<b>肥胖症与消瘦症</b>	.....	(360)
第三十一节	瘾疹	.....	(310)	第一节	肥胖症概述	.....	(360)
第三十二节	肉刺毛	.....	(314)	第二节	肥胖症的病因、分型		
第三十三节	唇风	.....	(316)		及诊断方法	.....	(361)
第三十四节	燕口疮	.....	(319)	第三节	肥胖症的治疗	.....	(365)
第三十五节	嗣面	.....	(323)	第四节	消瘦症	.....	(383)
第三十六节	肉龟疮	.....	(324)				



# 第一章

\*\*\*\*\*

## 中医美容学概述

### 第一节 中医美容学的概念

#### 一、中医美容学的定义

中医美容学是以中医基础理论为指导来研究中医的美学特征、审美理论和审美意识,并运用中医传统的美容技术和方药来维护、修复和塑造人体美和容貌美的一门综合性实用性学科。它是我国历代医学家和广大劳动人民群众在漫长的历史岁月中反复探索、验证、逐步认识和实践后形成的具有较强的科学性和系统性的理论体系,它是一门既古老又新兴的医学学科。

中医美容学是将美学与中医学相结合,来研究医学人体美和运用中医方法直接维护、修复、改善与塑造人的形神美的理论与技能及其规律的一门科学。这一定义的内涵包括:①表明了中医美容学是美学(医学美学、中医美容)与中医学相结合的产物,其学科性质既是医学美学的一个应用分支学科,又是中医学的一个新兴分支学科。②表明了中医美容学与其各姐妹学科一样,也是以医学人体审美的理论与实践为本学科研究的核心课题。③表明了中医美容是在人体审美的理论原则指导下,运用诸如辨证诊治、中药方剂、针灸、按摩、中药护肤品等中医药手段所进行的美容。④反应了中医美容四种服务方式,即维护(美容保健),修复(损美性疾病诊治),改善(修饰、掩饰容貌缺陷或瑕疵),塑造(美容整形术在中医古籍早有美容整形记载,当代中医做整形术者更是大有人在)。⑤中医形神美的定义用语反映了中医特色,“形”即指人的形体及其形象;“神”即指人的神机、神明、神志、神色,也就是西医说的人的生理、心理现象或谓生命活力,形神美即指形体、容貌和生命力之美。

美容,也称美容术,通俗地讲,就是能使人更漂亮或美丽的一种行为,或指达到此类目的所使用的物品和技术。美容有狭义和广义之分,狭义的美容仅指颜面、五官的美化和修饰;广义的美容范围扩展到整个人体美,它包括颜面、须发、躯体、四肢以及心灵等全身心的美化,是应用物理的、化学的、美学的、医学的原理在人的头面、躯体、四肢、爪甲、须发等部位经过科学的、艺术的手法以恢复皮肤的生理功能,减弱或遮盖面容及躯体上的缺陷,使人体增添美感的手段。狭义的中医美容,重在研究美化、养护容颜及损美性皮肤病的预防和治疗,同时以中医医术与方药为手段,消除个体容貌上的某种缺陷或改善容貌——饰容、固齿等以维护容貌美感,达到中医所言之“驻颜”、“美颜”、“留颜”、“益容”的目的。广义的中

医美容,研究的内容广博,其以整体观念、形神合一、天人相应、阴阳五行、藏象经络等中医学说为理论体系的核心,不单局限于颜面局部的美化,而更突出的是与防疾治病、养生健美、抗老防衰、延年益寿紧密结合,运用中药、针灸、按摩、气功、食物、养生等手段补益脏腑、通调气血、扶正祛邪、综合调理,从而改善人体机能、形态与容貌,达到形体美和容颜美的和谐统一,主张实现容悦形美、延缓衰老、健康长寿的目的。

随着社会的发展,人们对美的要求也在日渐提高,单纯的颜面、五官的美化和修饰已不能满足人们追求整体美、健康美、自然美的需要。因此,我们现在所提到的美容,一般是指广义的美容概念,它是在健康基础上的美容,是根据健康和审美双重标准对人的颜面、五官、须发爪甲、肌质肤色、体型姿态、精神面貌、气质风度等进行综合评价的结果,是一种由内而外的美的塑造。美容的内容浩繁复杂,涉及物理、化学、生物学、生理学、医学、美学、伦理学、心理学和行为科学等多门自然科学和社会科学的知识,是一门涉及多学科知识的立体交叉学科。

## 二、中医美容学的研究对象

中医美容学研究的对象,就是人的医学形神美及维护、修复、改善与塑造人的医学形神美的一切中医理论、技术、方药、操作技巧等,即中医美容基本理论与技能。这里的“美容”,应以动词释义,即美化人之形神的中医医疗活动,不单是美化人的容貌。

中医美容学是一门在中国传统美学及中医药学基本理论的指导下,研究损美性疾病的防治和损美性生理缺陷的掩饰或矫正,以达到防病健身、延衰驻颜,维护人体形神之美为主要目的的专门学科。所谓损美性疾病,是指对人体外表美有较大影响的疾病,如黄褐斑、痤疮、酒齄鼻、扁瘁、肥胖症等。

中医美容是在传统中医理论及中国传统审美观的指导下,运用中医特有的方法,如中药、针灸、推拿、气功、食疗等来防治疾病,增进健康,以维护人体形体容貌健美为最终目的的一门新兴综合性中医临床学科,并和中医皮肤科、中医妇科、中医外科等有着十分密切的联系。

## 第二节 中医美容学的特点与研究方法

### 一、中医美容学的特点

中医美容的基本特点,一是以整体观为指导原则,二是以辨证论治为施术方法,其作用安全长效,措施防治并举。

#### (一) 重视整体

整体观是中医学基本观念之一。其主要体现在两个方面,一是认为人与自然是整体关系,人以“天地之气生”、“四时之法成”,因此,对人的审美与美容施术都应遵循因人、因时、因地制宜的原则。二是认为人自身是一个整体。人体是以五脏为中心,通过经络的联系,将六腑、五体、五官、九窍、四肢百骸等全身组织器官有机地联系,构成一个表里相连、上

下沟通、协调共济、井然有序的统一体,并且通过精、气、血、津液等的作用来完成机体统一的机能活动。根据中医五行系统的理论,心主血脉,开窍于舌,其华在面;肺外合皮,开窍于鼻,其华在毛;脾主肌肉、四肢,开窍于口,其华在唇;肝主筋,开窍于目,其华在爪;肾主骨,开窍于耳及前后二阴,其华在发。由此可见,颜面、皮肤、五官、爪甲、头发、黏膜等均是整体中的一部分,这些部位的变化直接反映着身体的健康状况。皮肤白嫩、面色红润、体格健壮是健康美的标志,也是各脏腑经络功能正常,气血充盈的表现。反之,则是脏腑功能失调,气血阴阳紊乱的病理反映。以黄褐斑为例,黄褐斑的发病原因,现代医学认为是内分泌失调引起,中医学认为大多与肝、脾、肾三脏功能失调有关,而绝非仅是面部皮肤局部的病变引起。

## (二) 以辨证论治为基本施术方法

辨证论治这一方法就是根据四诊所得美容就医者损美性疾病的病因、病变部位、病变性质、发病机理以及正邪双方态势作出诊断,同时据证处方、用药、行针和施以中医其他方法和技术,进行有效地诊治,达到消除病证,修复或增进就医者的机体自然美之目的;中医美容运用辨证论治的思想,对损美性疾病进行审证求因、审因论治。即使是偏重于装饰的外用保健品,如面脂、口脂,也体现了辨证论治的特色。如面部色黑、粗糙等,中医认为原因之一是风邪外袭,因此在一些润面、增白的化妆品中,配有祛风类药物如防风、白芷等,体现了病因辨证的特点。辨证论治,使中医美容的针对性更强、效果更突出。

## (三) 天然药物,安全可靠

回归大自然,是目前世界各地普遍倡导的新观念。在美容方面,人们对美容与健康方面的关系已越来越重视,更容易接受无创伤性美容。当然,化学化妆品有其特点和长处,比如效果肯定、见效快、使用方便等等,但由于其本身的化学成分,有些皮肤敏感的人在使用后出现程度不同的过敏反应,有的甚至产生接触性皮炎,出现事与愿违的结果。与其相比,中医美容则完全选用纯天然的药物,具有使用安全、无明显毒副作用的特点。

目前,用于美容的中药大致可分为三类,即植物类、动物类和矿物类。植物类美容药包括植物的根、茎、皮、叶、花、果等。实践证明,这些完全来自自然界的药物,不仅可以治病,而且具有相当好的美容效果。如白芷,为古今公认的美容药,《本草经疏》中记载其“味辛气温无毒,其香气烈,亦芳草也……辛香散结而入血止痛,故长肌肤。芬芳而辛,故能润泽。”古代许多宫廷美容方中均以其为主药。山药、红枣、胡桃、杏仁等能养心肺,健脾胃,益颜色,润皮毛,其滋补美容作用妇孺皆知。其他如人参、桑椹子、枸杞子等,都是既可治病,又可美容强身之品,与人的日常生活密不可分。用于美容的动物类药物也较多,如猪蹄、羊肉、人乳、蛇蜕、白僵蚕等,不但美容效果好,而且有一部分就是人类的食物。至于矿物质类美容药,如云母、白石膏、紫白石英、朱砂,以及某些含重金属之炼制品,如轻粉、铅粉等,有些虽有剧毒性,但因在复方中应用适量,且使用频率不高,或仅限于外用,故也具有较高的安全性。目前,单就外用化妆品而言,其中使用的中草药已达500种以上,而其中很多中药又可通过内服而达到治病美容的效果。由于中药美容所具有的优点,已引起国际社会的重视和研究,德国、日本、法国等已将中药美容列为科研课题。我国是中药的故乡,在资源上得天独厚,更应引起高度重视。可以预言,随着科技的进步,以天然药物配方,内外并重,防治结合,无毒副作用的高效中药美容品,必将成为未来美容品发展的主流。

#### (四) 美容措施防治并举

中医对疾病的治疗法是一种自然疗法,其施术、用药都考虑到防治并举的效果,中医坚持“扶正祛邪”的治疗原则,“扶正”是指增强人体抗病能力,“祛邪”即消除衰老的特征,中医的“扶正祛邪”就是一种防治并举的原则。中医疗法多有延缓、减轻,甚至消除衰老的特征,恢复青春美貌,保持健康延年的作用。中医认为,人的容颜美不仅是人们审美的需要,而且与人的健康长寿密切相关。从医学美学或中医美学角度认同的人体美,必须是在健康机体基础上的人体美,而且生命是人体美的载体,没有生命活力、没有健康的体格便没有真正的人体美。华佗所说的“年且百岁而貌有壮容”以及《神农本草经》常常提到的“驻容”、“轻身耐老”等均是美容与长寿相联系的。此外,中医还认为,人体美是建立在人体脏腑经络功能正常、气血津液充足的基础之上的,因此中医美容的目的除了从根本上美化容貌外,还含有健康长寿之意,而且有健康和延缓、减轻衰老的中医自然疗法也大多具有美容的效果。

#### (五) 美容方法多样

中医美容的方法多种多样。这些方法包括外用美容品,内服美容药物、美容药膳,以及针灸、按摩、气功美容等,既重视外以滋养皮肤,白面防皱,又注意内以滋补,调理气血,扶正祛邪。如外用美容品有美容粉、液、糊、膏、面膜等多种,可洁净滋润皮肤,防皱增白,具有预防保健和治疗局部疾病的双重作用,且使用方法简单,取材方便,易于被人接受。中医学自古就推崇锻炼是天然的美容师。因为锻炼可增强心血管系统的功能,增加皮肤的血液循环,使皮肤能得到更多的营养而保持红润有光泽。针灸美容也是中医美容的一种既古老又崭新的方法。早在孙思邈《备急千金方》中就记载了针刺太冲、行间治疗面黑的方法,其机理在于针刺能增强面部皮肤和肌肉的弹性,加快新陈代谢,使面部气色红润光泽。现代研究认为,针刺能调整能量系统和内分泌功能,使皮脂腺分泌协调,让皮肤变得光滑细嫩,在美容的同时,又能增强体质和抗病能力。中医学认为,药膳也是常用的美容方法,通过合理调节饮食,也可达到美容目的。美丽的容貌离不开合理的饮食,无论是以食为补或以食为治,都体现出中医美容的特色。从现代医学研究的观点看,皮肤和肌肉的营养成分是以蛋白质为中心的,蛋白质如果缺乏,不仅影响身体的发育,而且会致身体消瘦症,皮肤松弛,面部易于出现皱纹而显得衰老,还会引起多种损容疾病。所以,中医有瘦肉能“丰肌体,泽皮毛”,鸡蛋能“去黑干皮疱,令人悦色”,黄豆可“容颜红白,永不憔悴”之说。另外,中医学还特别注重调理情志对美容的作用,提倡“恬淡虚无,精神内守,志闲而少欲,心安而不惧,……高下不相慕”,则能“度百岁而动作不衰”。在日常生活中,人们若能摒弃杂念,宁静淡泊,畅遂情志,性格开朗,不仅可维持脏腑的正常生理活动,而且可美其貌,壮其体。总之,中医美容学的方法还有很多,有些美容方法不仅简单、方便,而且经济实用。由于中医美容学以整体观念为指导,因此具有效果稳定、持久的优点,这是中医美容至今仍然具有强大生命力的重要原因。

## 二、中医美容学的研究方法

1. 临床研究,或称临床观察法 这一方法主要是将临床诊疗资料(包括损容病证产生的个体性别、年龄段、症状、体征和疗法与效果的记录等)进行统计分析,寻求病因、病机的

规律性和评价治疗效果,得出经验或教训,从中优选最佳诊疗技术或手法,淘汰无效的或负效应很大的诊疗技术与方法,为中医美容专业积累成功的经验和不断创造更新的技术方法。

**2. 实验研究或称实验方法** 例如检测的方法,对护肤品的质量进行检测,为优选护肤品提供科学依据;动物实验,对某些新的美容材料(诸如液体硅胶等填充材料,以及密佗僧为主药的各种中药祛斑软膜等),观察其有效性和负效性,以及其制剂的有效含量与用量,为优选安全有效的医学美容材料和避免人体受到美容材料的无故损害,提供科学依据。

**3. 测量方法** 测量方法主要用于评价人体各部位正常的长短度、围度、活动角度、各器官之间的间距及其量化比例,为评价各人的体格与器官是否符合正常人的标准量度和比例关系。此外还有“黄金分割率”、中医学的“骨度法”(腧穴定位、取穴方法)和中国绘画学中的“三停五眼”,都是广泛用于判定人的体表器官间比例关系的量化方法。

**4. 文献研究** 在浩瀚的中医文献中蕴含着丰富的美学知识和美容技术。本着“古为今用”、“去粗存精”、“推陈出新”的原则加以挖掘、整理、提高,充实当代中医美容学的理论与技术,这是我国美容医学所特有的优势。对此我们不可忽视。

### 三、中医美容学的研究范围

中医美容是一门以维护和重塑人体形神美为主要目的的学科,是在健康基础上的美,因此其研究范围涉及基础及临床的许多方面。大到可分为以下几类:

(1) 中医美容学发展史的研究:包括文献研究,从中医美容的发展脉络中了解、继承和发扬古人的传统美容思想、美容治疗的经验和方法,从而为指导临床服务。

(2) 各种损美性疾病和美容缺陷的基础及临床研究。

(3) 中医美容学方法的研究:包括中药、食膳、针灸、推拿、气功等美容手段的作用机理、适应范围和具体操作。

(4) 美容中医器具的研究:包括各种针具、治疗仪等的开发与应用。

(5) 中医传统美学思想的理论及应用研究。

(6) 中医传统医学审美心理的理论和应用研究。

## 第三节 中医美容学与相关美容学科的美学关系

### 一、中医美容学与相关学科的关系

**1. 与医学美学的关系** 它包含中医美学思想在内的医学美学是中医美容实施(如人体审美定性、定量、定型)的理论基础之一。中医美容的形象设计、技术操作和效果评价受制于医学形式美法则和人体审美基本美学标准。例如文眉必须保持眉的间距标准;隆鼻必须保持鼻尖的审美高度标准;隆乳术必须保持乳房直径和隆起幅度的乳房审美标准……可见美学、医学美学与中医美容学是指导和受指导的关系,中医美容不能不依美学为指导,中医美容学是医学美学的一个应用分支学科。

**2. 与中医学的关系** 中医美容学定义已经明确表述,中医美容学是美学与中医学相结

合的产物。各项中医美容技术、手法和方药,无不是从中医临床医学中分化出来的,并且保持了中医辨证论治,因人、因时、因地制宜的施术原则。可见,中医美容学与中医学的关系是子母学科的关系,中医美容不能不创造性地沿用中医学的各种临床技术。

**3. 与中医临床学科的关系** 中医美容学的许多医学理论与技术源于中医外科、中医皮肤科、针灸科、推拿按摩科等中医临床学科。它是经美学理论系统渗透而创建形成的一个以美容为目标的独特的中医诊疗分支学科,也是美学的一个应用分支学科。因此,两者在基本医学理论和基本技术方面多有雷同之处。但中医诸临床学科诊疗目标是消除疾病、恢复健康,而中医美容所追求目标则是在恢复健康的基础上或原本就健康的机体状态上维护、修复、改善或增进机体形态与神态美,即生命活力美。可见,两者在理论与技术上多有相同点,而在效果与目的方面后者则较前者更高一层。

**4. 与美容医学的关系** 美容医学是我国医学整体领域的一个新兴学科门类,它是由基础医学(解剖、生理、病理、药理、药物、生物化学等),美容医学基础学科(美容局部解剖学、美容应用药学、美容心理学、美容艺术学等),医学美容学(美容外科学、美容内科学、美容牙科学、美容皮肤科学等),中医美容学,医疗美容技术,美容护理学等所构成。可见,中医美容学是美容医学的组成部分或称分支学科,是医学美容学的姐妹学科。

**5. 与修饰美容学的关系** 修饰美容俗称“生活美容”,但“生活美容”是一个学科概念不准确的用语。我们所称的“医学美容”是以医学技术为手段,美容是目的。我们称“中医美容”是以中医技术为手段,美容是目的。“生活”是一个人文科学用词,不宜用作专业学科概念的定语表达。人们俗称的“生活美容”,实质上是通过修饰(包括化妆)来达到美容的目的,“修饰”是指“修整、装饰使整齐美观”(《现代汉语词典》)。可见,修饰是手段,美容是目的,故用“修饰美容”定名符合学科定义规律。

中医美容是以中医技术(中药、方剂、针灸、按摩等)为手段所进行的美容,是一种医学行为,科技含量极高;修饰美容是以修整装饰所进行的美容,是一种美化容颜的技巧,较医学美容的科技含量低,稍简单些。两者同为美化人身,但其手段和对人体的作用程度有质的区别。

## 二、中医美容学的分类

### (一) 按性质分类

按美容性质,中医美容学可分为治疗美容和保健美容两类。

(1) 治疗美容是指以中医的手段或方法治疗人体的损美性疾病,消除疾病所致的美容缺陷,从而达到维护人的形象美的目的。美容治疗完全属于医学美容的范畴。

(2) 保健美容是指在中医美容学理论的指导下,采用医学或非医学的手段、方法预防疾病,增进健康,延缓衰老,使人的面容、形体、皮肤、毛发等保持自然健美;或用妆饰的方法掩盖人的生理缺陷,给颜面五官、须发爪甲增添光彩,以达到外形美的目的。

### (二) 按手段和方法分类

按美容手段和方法,中医美容学可分为中药美容、药膳美容、气功美容、针灸美容、推拿美容、运动美容、音乐美容、情志美容八大类。

**1. 中药美容** 中药美容是通过内服及外用中药美容制剂来治疗损美性疾病或养护肌

体的一种中医美容法。这是中医美容手段中最主要、最常用、经验最丰富,已基本形成系列的一部分。据有关资料显示,迄今为止总结出来的美容中药共 266 种,美容药方 1 233 首。这是应用最广泛的一种中医美容方法。内服,通过对全身的调理,来达到局部治疗或补益身体的目的,是治本除根、健身抗衰的必要手段。内服药的剂型和一般内服中药的剂型相同,主要有汤、丸、散、膏、丹、酒等。外用,是运用药物直接作用于体表局部,以达到治疗美容或保健美容目的的方法。它利用药物的性能,直达病所,奏效迅速。在操作上,一般有熏洗、湿敷、扑撒、涂擦、浸浴、贴敷、喷雾、电离子导入、超声波导入等 9 种方法,根据不同的操作方法,采用不同的剂型,主要有膏霜、水剂、油剂、粉剂、糊剂、涂膜剂等。作为保健美容外用的中药方剂,有一部分实际就是当今的药物化妆品。

**2. 药膳美容** 其实这是一种内服中药美容。它是基于中医“医食同源”、“药食同源”的理论,选用某些作用相关的药物和食物配制成食品,以达到美容和保健的双重功效。近年来药膳美容作为热点,相继在各大城市及国外推广。

**3. 气功美容** 通过调形、调意、调息使人消除紧张状态,达到心静气和的目的。

**4. 针灸美容** 针灸美容是指通过针灸的方法刺激经络、腧穴而调动机体内在抗病因素,调治脏腑组织功能,促进气血运动来达到治疗或保健目的的一种美容方法。针灸美容分针刺法、灸法、拔罐法,每种方法又有诸多具体操作法的不同,如针刺法又分毫针刺法、三棱针刺血法、火针、水针、电针法等;灸法又分艾炷灸、艾条灸、温针灸等;拔罐法又分火罐法、闪罐法、走罐法、刺络拔罐法等。针灸美容法对酒糟鼻、面部皱纹、急性面瘫、斑秃等有较理想的治疗效果;又因其简便易行、安全可靠而引起国内外美容界的极大关注。

**5. 推拿美容** 推拿美容是指采用各种推拿手法刺激身体的某一穴或部位,一方面通过经络系统调动机体内在因素,一方面通过体表局部的物理效应来调整脏腑紊乱气机,使阴阳气血平衡,以达到美容治疗或保健目的的一种方法。中医推拿美容法主要有经穴按摩,它循着经络的走向或定位于具体腧穴,采用推、点、拿、掐等手法进行人体按摩。国外也有按摩术,广泛用于保健和美容,然而经穴按摩却是我国所独有的。

**6. 运动美容** 运动美容是指通过气功导引术或其他具有我国民族特色的传统运动方法——五禽戏、太极拳等锻炼的方式,达到美容治疗或保健目的的一种方法。我国古代的各种强身回春术都可以用于美容。由于其能全面调整人的身心,提高肢体的灵活性和柔韧性,锻炼骨骼和肌肉,故它能带给人较深层次的美,达到外形和气质俱佳的境界。

**7. 音乐美容** 它是指在中医基础理论和传统音乐理论的指导下,以音乐作为调养治疗手段,根据个体的不同体质、情绪变化,分别选用不同音调、节奏、旋律、强度的乐曲,激发情感、陶冶情操,调节脏腑功能,以达到防病治病,健美身心为目的的一种美容方法。

**8. 情志美容** 情志美容是指在中医基础理论和中医心理学说指导下,通过心理治疗或心理调养,调节情绪,改善心理状态,消除或减轻不良情绪对人体的影响,以达到防治疾病、健美神形的一种美容方法。

中医美容正是综合以上方法,融外用、内服、针灸、按摩、气功、药膳为一体,既注重外用药滋养皮肤,又注意从内部补益气血、调节脏腑功能,从而体现了中医整体调治的特点。而借助针灸、按摩、气功等手段使气血流动、经气畅通,令气血津液通达四肢百骸、五官七窍,体现了中医美容动中求美。



## 第四节 中医美容发展简史

追求美是人类的本能和天性,是人类进化的产物,也是生产力发展、社会文明的标志。

旧石器时代中晚期,文字形成之前,人类过着茹毛饮血的野生群居生活,但已经接近智人的生活,知道以树叶兽皮遮盖。

在我国新石器时代(距今约7千~5千年),人们在打制石器时便制作了许多精美的玉饰,如出土的玉冠饰、玉顶等都是古人的装饰品。

“美容”两字的词源均与化妆有关,人们为了维护和增进容貌美,治疗各种常见的损美性疾病,除了化妆之外,还必须依靠医学手段,于是产生了医学美容。中医美容学的发展与中医学的发展是同步的,经历了长期的实践过程。

人类在新石器时代,不仅发明了各种装饰品,而且还发明了酿酒。酒既可以作为饮料,又可以作为防病治病之品,同时,由于饮酒后可以红光满面,如抹胭脂,于是酒一直成为使人变美的媚药。

早在商周时期的甲骨文中就有“沐”、“浴”等字,《说文解字》云“沐,洗面也。”“浴”字,字形象人在盆中用水洗澡的样子。在此时期,我国还出现了最早的医学分科。《周礼·天官·家宰》将医学分为食医、疡医、疾医、兽医四科,其中除兽医外,疡医、疾医是以防病治病为主的,而居四科之首的食医则主要是研究如何保健、养生、防老、驻颜的医学专科。春秋战国时期,随着社会的发展,医学也不断地得到发展。

马王堆出土的我国现存最早的古医书《五十二病方》中就有了许多用药物、灸法等治疗损美性疾病的记载。

《黄帝内经》大约成书于秦汉时期,是我国现存最早的医学典籍。书中阐述的中医理论如藏象、经络、气血津液、病因病机、诊法治法、摄生等学说不仅奠定了中医学的理论基础,而且对中医美容也同样具有重要的指导作用。书中还阐述了许多有关美容的理论和具体内容。如记载了男女的生理特点、年龄与容貌变化的关系、有碍美容的疾病,以及功法、按摩、针灸等美容方法。该书虽未专门论述美容,但对人的生理、病理、养生保健、疾病治疗的论述对后世中医美容的发展、实践均有十分重要的指导作用。在生理方面,《黄帝内经》论述了人体毛发、胡须、颜面、皮肤以及形体与内在脏腑、经络、阴阳、气血、津液等之间的关系。如《素问·六节脏象论》云“心者,其华在面,其充在血脉”;“肺者,其华在毛,其充在皮”;“肾者,其华在发,其充在骨”;“肝者,其华在爪,其充在筋”;“脾胃,其华在唇,其充在肌”。说明人体内有脏腑气血,外有皮毛肌肉,上下内外是有机联系不可分割的整体。其次,《黄帝内经》还论述了五官、五色等与内脏的关系,如“肝开窍于目,肾开窍于耳,心开窍于舌,脾开窍于口,肺开窍于鼻”。青、赤、黄、白、黑分别由肝、心、脾、肺、肾五脏所主,并提出正常人皮肤颜面应以“青如翠羽,赤如鸡冠,黄如蟹腹,白如豚膏,黑如乌羽”为美。《灵枢·本脏》还强调了卫气在美容中的重要性,“卫气者,所以温分肉,充皮肤,肥腠理。司开阖者也……卫气和则分肉解利,皮肤调柔,腠理致密矣”。只有卫气调和,才能使皮肤柔润,肌丰肉坚,容貌美丽。总之,《黄帝内经》认为人体是一个有机的整体,五脏六腑、气血阴阳的变化,可以通过经络反映到人体外表上来,人体外表皮肉、器官的变化亦可以反映脏腑气血阴阳的变化。因此,外在的美并不是孤立存在的。