

麦饭石美容与保健

● 相宝荣 潘希奎 编著

● 轻工业出版社



麦饭石美容与保健

相宝荣 潘希奎 编著

轻工业出版社

内 容 简 介

麦饭石是一种美容与保健的药石，其研究和应用范围很广。本书深入浅出地介绍了国内外关于麦饭石在美容和保健方面的应用状况，并详细介绍了麦饭石美容品的性质、特点及其配制方法和许多发现麦饭石的典型见闻等。

麦饭石美容与保健

相宝荣 潘希奎 编著

*

轻工业出版社出版

(北京广安门南滨河路25号)

北京龙华印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

各地新华书店经售

*

787×1092毫米 1/32 印张: $\frac{16}{2}$ 字数: 49千字

1989年12月 第一版第一次印刷

印数: 1—3,000 定价: 1.95 元

ISBN7-5019-0542-8 / TS·0370

前 言

麦饭石很早已被当作皮肤药物记载于祖国的中药书典。自明代《本草纲目》记载以后，由于历史条件所限，几乎鲜为人知。随着现代科学的发展，除了古医书中记载疗效之外，人们又发现了麦饭石在美容与保健方面的许多用途，且效果显著。

明代李时珍在万历十八年（公元1590年）著成《本草纲目》一书。作者湖北人，出身世医，岁历三十亲自上山采药，向药农请教。共收集1,892种药物，全书为16纲，62目，约有200万字，插图1,000多张，图文并茂，不仅对医学、药学，而且对人的美容与保健起了很重要的作用。该书在1606年传入日本，以后被译成了拉丁、法、德、英、俄文等，俄传于世界。根祖《本草纲目·石部·第十卷》有关麦饭石的记载：“麦饭石，气味甘温无毒，主治一切痈疽发背。”并于麦饭石后有“宋图经”三乎，说明根德李时珍的记载，麦饭石首载于宋代《图经本草》。

《面经本草》又名《本草图经》。据《古今图书联合目录》记载，确有此书，但长时以采兵荒马乱，早已失传，无法查阅。祖祖《宋史·列传九十九·苏颂传》、《苏美公集·苏魏公传》、《丹波县志·十九卷》以及《据确通志》、《同安县志》等记载，特别是清嘉庆九年（公元一六二五年）《丹徒县志·十九卷》记载，《面经本草》的作者苏颂（公元1017~1101年）字子容，泉州南安人（今福建）。苏颂在《图经本草》中载集了麦饭石，也绝非偶然。尽管此书失传，

但其中大部分内容，被收集在《重修政和经史证类备用本草》一书中。

《重修政和经史证类备用本草》原为北宋唐慎微所著，原书名为《经史证类备急本草》，简称《证类本草》。即是北宋以前各医药家的经史传记。据《重修政和经史证类备用本草·卷五·至石部下品》引证《图经本草》曰：“麦饭石亦治发背疮。麦饭石者，粗黄白，类麦饭。中岳山人吕子华方云：取此石碎如基子，炭火烧赤，投米醋中，浸之良久……米有肿胀，即当内消”。本书记载麦饭石的醋淬法疗效最佳。

《苏沈良方》一书中收载了有关麦饭石膏历史传说一节，为把我们麦饭石膏的历史传记追溯到唐代，起了很大的作用。

在南宋最定四年（公元1263年），医家陈自明著有《外科精要》一书；书仅5万余言，然提及麦饭石者，却有7处之多，并在卷下专有“论痈疽用麦饭石膏治效”一论。《三三医书》保存了《集验背疽方》有关麦饭石的部分内容，并指出：“麦饭石膏治背疽之疾，神妙莫比。”列举了作者亲手加工麦饭石膏、治愈危重病例，十分生动。南宋咸淳二年（公元1266年），医学家朱佐著有《朱氏集验方》载有麦饭石膏，以“治发背，诸般痈疽，神效。”

明代方书巨著《普济方》，载有麦饭石膏，一名鹿角膏，又名三神膏。王绍隆著《医灯续焰》记载了麦饭石的炮制方法。于乾隆二十五年（公元1760年），顾世澄著《疡医大全》，对麦饭石的产地、形态、大小、颜色都有论述，并强调了应以醋泡制为好。公元1921年，谢观编著的《中国医学大辞典》中收录了麦饭石、麦饭石膏的有关条目。麦饭石在今天被重新发现，已在美容与保健方面重放光彩。

《麦饭石美容与保健》初稿写成后，承蒙天津南开大学

等单位组成的晶晶麦饭石系列化妆品校厂协作组刘富田写了题词。此外,作者还参考和引用了其它一些有关刊物和资料,限于篇幅,不一一列出。作者在此表示深切的谢意。

但是,由于作者水平有限,书中错误在所难免,恳望读者批评指正。

作者

目 录

一、国内外麦饭石在美容与健康方面的应用·····	(1)
麦饭石在日本的应用及发展·····	(1)
用麦饭石美容水洗浴·····	(6)
麦饭石的妙用·····	(8)
麦饭石与中草药复合的美容剂·····	(12)
与美容剂配合使用的火成岩·····	(15)
麦饭石微粒的保健纤维制品·····	(16)
二、麦饭石化妆品与皮肤·····	(20)
化妆品是人体皮肤的屏障·····	(20)
富有营养的麦饭石香霜和乳液·····	(21)
麦饭石化妆水·····	(22)
麦饭石皮肤净化剂·····	(24)
皮肤的结构与作用·····	(25)
麦饭石将成为美容之宝·····	(26)
嫩肤妙品的麦饭石矿化水·····	(27)
不适用化妆品的人可用麦饭石水洗脸·····	(28)
三、麦饭石化妆品的配制·····	(30)
清洗用的化妆用品·····	(31)
麦饭石洗面膏·····	(31)
麦饭石争面膏·····	(33)
3种麦饭石化妆水·····	(35)
柔软营养化妆水配方·····	(36)
增粘型柔软化妆水配方·····	(36)

预防皮肤皲裂化妆水配方·····	(37)
柔软性化妆水配方·····	(37)
麦饭石收敛性化妆水·····	(37)
麦饭石清洗用化妆水·····	(38)
麦饭石多层型化妆水·····	(39)
麦饭石雪花膏·····	(40)
麦饭石乳液·····	(44)
麦饭石胶状美容剂·····	(46)
麦饭石膏状美容剂·····	(46)
麦饭石粉状美容剂·····	(47)
麦饭石香粉·····	(48)
四、麦饭石见闻精选 ·····	(50)
麦饭石传奇·····	(50)
我国发现大型优质麦饭石矿山·····	(53)
河北易县境内发现丰富的麦饭石矿藏·····	(54)
泰山新近发现麦饭石·····	(55)
平泉发现麦饭石矿·····	(55)
神奇的阜新麦饭石·····	(55)
五、麦饭石的现状与未来 ·····	(57)
怎样选购麦饭石·····	(57)
使用麦饭石应注意什么·····	(57)
麦饭石研究取得成果·····	(58)
解开麦饭石之谜为期不远·····	(58)
X射线分析法可揭开麦饭石奥秘·····	(59)
麦饭石是一种有保健作用的天然矿物药品·····	(60)
利于美容与保健的麦饭石·····	(61)
麦饭石的实验和考察·····	(62)

麦饭石的使用方法.....	(66)
麦饭石与长寿.....	(69)
结束语.....	(70)

一、国内外麦饭石在美容与健康方面的应用

麦饭石在日本的应用及发展

曾经在日本有过一次由日本的麦饭石专家、学者和家庭主妇参加的麦饭石实例座谈会，参加座谈的有：

日本地学研究会馆馆长，益富寿之助。岐阜药科大学教授、药学博士，大野武男。水产短期大学教授、国际医农学会会长、医学博士，高仓熙景。自然药研究会全国协议会副会长、医学博士，小幡俊郎。家庭主妇，增田俊子等。

座谈会上，专家、学者们谈到了麦饭石教发现和应用的简单经过。

话说距今已有30多年以前（1955年）的事情。日本的地质矿物学家长岛乙吉发展煎熬伟晶岩或直接浸泡于水中，使矿物成分充分情解，无论是内服或是外用，对各种疾病均有疗效，这是经过多次实验获得的结论。后来，根据长岛乙吉的主张和意见，由于叶的高等园艺学校的沼知丰三郎教授伟了植物的水耕培育法实验，对稻米的生长也有非常良好的效果。可是伟晶岩和麦饭石又有什么关系呢？

长岛乙吉的朋友，岐阜县白川村人，丹羽喜义患有心脏瓣膜症，当他服用过伟晶岩以后，心脏的疾患逐渐根除。有一天，丹羽在自己家附近发现了同伟县岩根相似的石头，马

上就把益富领到现场，长时观察以后，又经过了丹羽的长期试用，才肯定了麦饭石的疗效胜过任何药物。

然后，丹羽就写了一份试用实例的报告交给了岐阜县政厅的药务科，请求正式颁布麦饭石为“救人疾患的药石”。

为了进一步证实麦饭石的疗效，又委托岐阜药科大学的先天代校长和宫道先生作了更深入的研究。在1955年时宫道先生又请大野教授进行了药品分析。从1956年开始就把益富所作的试验资料作为主要依据，此后又作了数年研究，将实验结果在日本药学会的例会上发表了。从此，高仓博士创办了麦饭石专科医院，而根据人的病例进行了深入的临床观察，认为麦饭石中的矿物营养素对人体的健美、健康、长寿是不可缺少的。麦饭石对皮肤病和美容的疗效，从大家使用后的反映来看也是得到了证实的，例如在日本。

进千贺子（妇女）说：

我是一个演员，由于经常使用化妆油彩，引起了皮肤的粗糙和皴裂，为此我使用了麦饭石粉进行保健化妆以后，不仅皮肤粗裂的现象消失了，就连泡疹都治好了。现在麦饭石已成了我不可缺少的东西了。我把使用麦饭石的情况讲给我的同行她们听了以后非常高兴。

我后来又把麦饭石放进了澡盆里，洗浴以后是感到特别解乏。

櫻六子（演员）说：

我从事曲艺工作40年，没有得过什么大病，只是因为演出频繁，经常感到身体特别劳累。最近听到有了麦饭石这种东西，取到以后，我就用它的水洗澡，真是感到就象洗温泉一样，冷天可使身体变暖，浴后不会着凉。对于全身关节疼的患者，经洗浴以后的第二天就可感到轻松解乏。同时把我

老奶奶的神经疼也给治好了。特别使我高兴的是把我的皮肤变得柔滑、细腻，就象再生的一样，我要向家庭主妇们推荐使用。

西村（妇女）说：

我知道麦饭石已经是三年半以前的事情了，那时我得到的是麦饭石的小碎块，放入澡盆里，洗浴以后皮肤增加了光泽，而且褐斑变浅。当然，是要多次使用才能见效，但要注意用量不可过浓，我的妹妹结婚时带去了麦饭石，迄今一直使用。

松原正美（美容师）说：

由于我的职业关系接触女性较多，她们都有各自的美容方法。但我认为麦饭石具有速效性，特别是对油性皮肤更有疗效。我作为一个美容师，认为麦饭石用于化妆品是有很广泛的开发价值的。

都原和子说：

我从小生有满脸雀斑，很明显，到了成年时候怎么化妆也掩盖不住，苦恼极了。后来，我听说用麦饭石美容化妆极有效，我就把麦饭石粉调成牙膏状使用，仅十天的时间雀斑大有减退，再化妆起来显得特别漂亮，很多人看了都称羡不已，最后终于从雀斑的烦恼中被解放出来。

森田育子说：

听说麦饭石对粉刺和化妆引起的斑疹是有疗效，就托人要来了一些麦饭石，于是在早晚洗脸时，把它溶在温水中使用。而在背部也有类似的粉刺出现，又把麦饭石粉末溶在水中以后，擦在患处，经过三天的对间患处皮肤出现干燥，不久开始脱皮，渐渐完全恢复了原来的健康皮肤。

中村琴子（妇女）说：

我在二年前不知为什么脸上长了许多湿疹，已去医院皮肤专科看过，但不见好转。后来听说麦饭石对湿疹有效，我就试用了一下。

方法是將麦饭石少许放在手掌上，用水调成膏状，把整个脸部涂满，开始会有粉末掉落，但不管它、继续涂擦，经过一段时间粉末完全脱落以后，就恢复了光泽、滋润的漂亮皮肤。这是我过去去专科医院治不好的湿疹，现在用麦饭石已彻底治愈，我真没有想到。此外，我家是住在海边，容易受到日晒和海风吹身，所以一到夏季就会出现郁闷不适的感觉，我把麦饭石涂擦在腕、肩、胸等部位，有很好的防治效果，我真把麦饭石当成了宝贝。

胜见伊峰（舞蹈教师）说：

不知在什么时候开始，在左侧的外眼角下面出现了小褐斑，而后逐渐扩大，引起了我的注意。当对，我擦了二、三种药物化妆品，几乎不见效果。听说有了麦饭石这种东西之后，我想，要么就试一下看看，就用麦饭石粉调水成膏状，连续涂擦了一个星期，结果褐斑全部消失了。据说麦饭石吸附力很强，对雀斑、褐斑也有这般疗效，这是我没有想到的事情。不过在局部连续使用，感到皮肤有些发干，我觉得有必要在擦用麦饭石之后，最好再补擦一点营养住的雪花膏。

前些日子我的手被虫叮咬，我就在叮咬的部位敷上麦饭石粉，然后用纱布包扎，十分钟以后就不疼、不痒了。

内野雅子（医院工作）说：

我是一身易长粉刺的皮肤，特别是在月经期间更加严重，面部长了许多粉刺，使我烦恼至般。听说麦饭石对粉刺有般，我就在早晚洗脸时使用，西每3天涂擦患处一次，这样最过一个月之后，我的脸部就恢复了擦美，象换了皮肤一样。

北村哲也（学生）说：

我是高中二年级的学生，最近面部的粉刺长得很凶。在去年夏天我去婶母家玩的时候，我的叔叔突然向我的脸上涂了一些白色粉末状的末西，也不知是什么。我问这是什么粉末，叔叔他一声不吭地看着电视，大约过了10分钟以后，叔叔对我说：“用肥皂洗一下脸，今晚就睡吧”。在第二天的早上洗完脸一照镜子，这个谜终于解开了，我那一脸的粉刺，几乎全都看不见了。

我的婶母告诉我，这种东面叫麦饭石，它可以去掉粉刺。我又连镜用了四天，使面部完全恢复了原状，我真得好好谢谢麦饭石。

长岛静子（妇女）说：

我的皮肤是油性的，过去化完妆不到半小时，鼻部、面头、下腭都得冒油，还得需要重新化妆。我使用了麦饭石以石，控制了冒油现象，解决了化妆面难问题。虽然面部有些发热、发红，但不影响皮肤，连续使用后恢复了原来的洁白肤色。

小熊（饭馆工作）说：

由于我在饭馆工作，经常离不开水，而我的爱人和弟弟也一块儿帮助我工作，使们的手经常出现皴裂，特别是我的爱人她最过敏性皮肤，经常接触水损害皮肤的现象要比别人更加严重。我弟弟的皮肤抵抗力也是很弱，经常用水他的指甲根部红肿化脓，一直找不到好的治疗方洗。后来有人介绍用麦饭石洗澡的方法。经过一个月的使用，弟弟的指部疾患全部痊愈，爱人手臂的皴裂也已变得光滑。

近几十年来，工业污染的加剧，致使许多人苦心寻我有清除污染和强身强体效用的药剂。对中药效力很信服的日本

人民，又从中药宝库中发现了麦饭石，于是对其进行了深入的研究。用常规化学分析和现代测试手段分析表明，麦饭石所含全部成分对人体有益、无害：“做内服药，所含成分完全符合医药卫生标准”。日本还设立了全国性的麦饭石研究机构——麦饭石研究普及会，地方上也设有民间的麦饭石研究中心。

现在，麦饭石已被日本人民广泛地利用，有的用其制作与天然矿泉水近似的人工矿泉水，供饮用或体浴；有的用其沏茶、泡酒，或用麦饭石水煮饭，以达到排除体内不断积蓄的有毒物质的目的。还有的用其净化饮用水、被污染的水……然而应用最多的是用麦饭石制取人工矿泉水。

对于麦饭石的研究，可以说日本是居于领先地位。江户时代，《本草纲目》传入日本以后，麦饭石的名称就在日本出现。1773至1801年间，日本有一个人名叫术内石亭的人，是怪石收藏家，他写了一本叫《云根志》的书，其中收录了有关麦饭石的资料。可见很早以前日本人对麦饭石已引起重视。江户时代著名的本草学家小野兰山，在其著作《本草纲目启藏》中也介绍了麦饭石。20世纪50年代末，日本岐阜县发现麦饭石之后引起日本科学家的注意。从此，日本的麦饭石研究有了很大的发展。

日本经过长年的研究，基本上已经弄清了麦饭石的特性，麦饭石进入千家万户与人们的日常生活产生密切联系。

用麦饭石美容水洗浴

用麦饭石水洗浴美容，既可洁身，又可防治皮肤病，效果非常理想。在日本，很多公共浴室采用麦饭石。不少浴者

认为，麦饭石洗浴在恢复疲劳，治疗神经痛、风湿病、腰疼、肩部肌肉僵硬、冻裂伤等方面，都十分有效。他们把麦饭石置入水循环装置中，使公共浴池的浴水循环通过，产生活性水。在麦饭石浴池中洗浴，洗后不觉得发冷，肌肉光滑，全身爽快；神经痛、脚气、皮肤粗糙等均得到好转；消除了公众浴池特有的臭气；浴水保温好，节省燃料；浴池及流水的地方污物少，没有传染病菌。

在日本的家庭中，人们喜爱“不老汤”。这是一种家庭温泉。它是用麦饭石作为沐浴剂，用洗浴设备喷射温热的水，来达到最佳的健身效果。用“不老汤”洗浴时，由于喷射，水中可同时产生无数直径 $0.2\sim 0.5\text{ cm}$ 的气泡，在喷射的水流中，这些气泡不断破灭、新的气泡不断喷出。如此反复，在冲击、振动中产生的超声波能迅速地洗去污垢；加上麦饭石水的作用，令人具有返老还童之感。

在一般家庭使用的浴盆中，放入200升水，再加入麦饭石粉末（约500克左右），搅拌后入浴，同样是会得到十分满意的效果，且能治疗风湿病，关节疼痛，消除疲劳。

麦饭石用来美容，由来已久。古代宫廷中宫女们如何用以养颜，方洗早已失传。从现代科学观点来看，麦饭石能够美容，是因为它可以促进新陈代谢，营养皮肤粘膜和毛发，增进血液循环，加快毛细血管扩张。

麦饭石的使用方快有：

- ①用麦饭石水洗脸、洗浴；
- ②可用麦饭石水制成各种面膜；
- ③将麦饭石粉末用水或牛奶、蛋黄、蜂蜜、水貂油等调成糊状，涂在面部，十几分钟以后用水洗净；
- ④可将麦饭石水制成美容水（化妆水）之类。

用以上方法，可使皮肤表面的角质细胞的多余脂肪吸附掉，而促进皮肤细胞再生。并对痤疮（粉刺）、雀斑、痱子、狐臭、白癣等皮肤病是有一定的疗效。常用麦饭石美容，可以保持皮肤细嫩面有弹性。

国外对麦饭石与美容的研究范围越来越广，日本已积累了丰富的经验，达到相当高的水平，法国开始进口麦饭石进行研究，东南亚地区的一些国家已出现了浓厚的兴趣，而在美国，对麦饭石的研究更具有独创性的特点，在加利福尼亚州已能生产麦饭石水浓缩液（麦饭石精）——莎甫劳。

麦饭石的妙用

①麦饭石达种矿物质，对人体的健康长寿与健美是不可缺少的。例如自来水用麦饭石处理以后，变得甜美可口，喝茶、喝咖啡放些麦饭石，味道美极了，威士忌能中加入麦饭石水，多喝也不醉，适合妇女喝的健美酒也能配制。

②麦饭石可使水质变好，是由于麦饭石的吸附作用可将自来水中的漂白粉之类不纯物质全部吸收。由于其矿物成分溶解在水中以后，可使水就象通过岩石缝里流出的水那样清爽可口。

天然水的水质，是决定于pH值、岩酸气等，碳酸气含量越大说明水质越好。有人作过这样的实验：把酿酒用的井水用麦饭石处理后，有机物质大幅度减少，而钙、镁成分却有所增加。水的硬度略有提高，这可能也是水质变好的原因之一。这对酒的成分究竟有多大影响呢？实验表明，经处理后酒中含有的杂醇油是有明显的减少，同对在酒中的曲杂味可被麦饭石吸收，变得非常可口。在20年以前，日本有人在