

# 常见皮肤病 中药外治方

CHANGJIAN PIFUBING ZHONGYAO WAIZHIFANG

主编 孙丰雷 张志霞



人民军医出版社  
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

# 常见皮肤病 中药外治方

主编

孙丰雷 张志霞

副主编 耿立芳 周良军

李光荣 杨斌



人民军医出版社  
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京

---

**图书在版编目(CIP)数据**

常见皮肤病中药外治方/孙丰雷,张志霞主编. —北京:人民军医出版社,2011.9

ISBN 978-7-5091-5046-7

I. ①常… II. ①孙…②张… III. ①常见病:皮肤病-外治方 IV. ①R289.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 170072 号

---

策划编辑:于 岚 文字编辑:李 昆 张保生 责任审读:吴 然

出版人:石 虹

出版发行:人民军医出版社

经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱

邮编:100036

质量反馈电话:(010)51927290;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51927300-8119

网址:[www. pmmp. com. cn](http://www.pmmp.com.cn)

---

印刷:三河市世纪兴源印刷有限公司 装订:京兰装订有限公司

开本:710mm×1010mm 1/16

印张:10 字数:126千字

版、印次:2011年9月第1版第1次印刷

印数:0001—4500

定价:25.00元

---

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

## 内 容 提 要

---

本书介绍了临床常见的 33 种皮肤病的中药外治验方。每种疾病均简要介绍了病因、发病机制,中西医治疗的主要方法,预防和护理常识,重点介绍了治疗该病的外治方药,包括方药的组成、制法和使用方法,以及方药的作用机制。书中还介绍了应用外治方法成功治疗的验案,书后附有主要参考文献,以备有兴趣的读者查找原文。本书行文流畅,简明扼要,实用有效,适合广大群众和中医临床工作者阅读。

# 前 言

---

中医外治是应用中草药在体外适当的部位敷、贴、搽、洗等以治疗疾病的一种方法。“良工不废外治”，中医学在理论与实践不断发展的同时，积累了许多成熟的外治方法，如熏洗、敷贴、烫熨、发疱、烟熏、药疹、膏药等。在现存春秋时期的医书《五十二病方》和汉代张仲景的《伤寒论》《金匱要略》中均记载了大量的外治方法和方药，并在后世不断被发扬光大。清代外治大师吴尚先著有《理瀹骈文》一书，对中医外治法进行了系统的整理和理论探讨，提出“外治之理即内治之理”，认为外治法可以“统治百病”，临床善用膏药，被后世称之为“外治之宗”。

皮肤疾病严重影响患者的生活质量，外治法对于皮肤疾病尤其适合。本书介绍了临床常见的 33 种皮肤病的外治方药，所选方药均来源于公开出版的专业期刊和书籍。选取方药时本着简便廉验和注重安全的基本原则，书中药物在中药店中均可买到，主要是水煎剂和酊剂，制备方法较为简单。需要注意的是，中医在选取外治方药时也是本着辨证论治的基本原则，同一种疾病，不同的患者、疾病的不同阶段、不同的环境、不同的季节，在选方用药上均有所不同。因此，最好能在专业医师的指导下选用书中介绍的方剂。

希望本书有助于治愈您的皮肤疾患,提高您的生活质量。  
然编者水平所限,疏漏乃至错误之处欢迎读者批评指正。

孙丰雷

2011年4月于泉城济南

# 目 录

---

一、带状疱疹 .....	(1)
二、扁平疣 .....	(5)
三、丹毒 .....	(10)
四、毛囊炎 .....	(14)
五、体癣和股癣 .....	(19)
六、手癣和足癣 .....	(24)
七、灰指(趾)甲 .....	(29)
八、口腔念珠菌病 .....	(33)
九、癣子 .....	(38)
十、冻疮 .....	(42)
十一、日光性皮炎 .....	(47)
十二、多形性日光疹 .....	(51)
十三、鸡眼 .....	(56)
十四、胼胝 .....	(60)
十五、湿疹 .....	(64)
十六、异位性皮炎 .....	(69)
十七、接触性皮炎 .....	(73)
十八、荨麻疹 .....	(78)

十九、银屑病	(82)
二十、玫瑰糠疹	(87)
二十一、扁平苔藓	(91)
二十二、痤疮	(95)
二十三、酒渣鼻	(100)
二十四、脂溢性皮炎	(104)
二十五、脱发	(109)
二十六、斑秃	(113)
二十七、腋臭	(117)
二十八、黄褐斑	(122)
二十九、白癜风	(126)
三十、神经性皮炎	(131)
三十一、皮肤瘙痒症	(135)
三十二、结节性痒疹	(140)
三十三、小腿静脉曲张性溃疡	(144)
参考文献	(149)



## 一、带状疱疹

带状疱疹，就是俗称的“缠腰蛇”“缠腰火丹”“蛇串疮”“蜘蛛疮”等，是一种由病毒感染引起的急性疱疹性皮肤病。本病好发于春秋季节，可发生在任何部位，多见于胸胁部及腰部，亦可见颜面、耳及上下肢等部位，常沿单侧神经分布，初起为数个簇集的红斑、水疱或丘疱疹，几天内逐渐增多并排列成带状，多伴有神经痛，自觉局部刺痛，或痛如火燎，多数患者愈后极少复发，极少数可多次发病，部分患者可在皮损消失后遗留神经痛。

带状疱疹好发于成年人，老年人患此病病情尤重。带状疱疹病程一般在2周左右，老年人约3~4周，部分中老年患者可遗留顽固性神经痛，常持续数月，甚至更长时间。

带状疱疹是因感染水痘一带状疱疹病毒(VZV)引起的，该病毒进入皮肤的感觉神经末梢，沿着脊髓后根或三叉神经节的神经纤维向中心移动，并长期潜伏在脊神经、脑神经的感觉神经节的神经元中。当机体过度疲劳、受到创伤或其他疾病等原因导致抵抗力下降时，潜伏病毒被激活，沿感觉神经轴索下行到达该神经所支配区域的皮肤内复制产生水疱，受累神经随即发生炎症、坏死，产生神经痛。同时，再活动的病毒可从数个邻近的神经节沿相应的感觉神经纤维传播到皮肤，引起感染，产生带状疱疹所特有的节段性水疱。西医治疗带状疱疹多采用对症治疗和抗病毒相结合，以减少疼痛，预防继发感染，缩短病程。治疗一般以抗病毒、营养神经和镇痛药物为主，辅以局部治疗以减轻疼痛。

中医学认为，带状疱疹多因情志不舒，肝气郁结，久郁化火，或饮食失节，脾失健运，内生水湿，湿热蕴结，或外感毒邪，火毒蕴积肌肤而发病；后期则多因肝肾阴虚，气血不通导致疾病迁延不愈。此外，老年人或体质素弱者，常因热毒耗伤阴血，血虚肝旺，湿热壅盛，气滞血瘀，以致疼痛剧烈，病程迁延。后遗神经痛则多由于肝经热盛、脾湿内蕴、外受毒邪，热、湿、毒三邪

夹杂所致。中医治疗带状疱疹多以清热利湿、行气止痛为主要治则，后期多以活血通络止痛为主，体虚者则以扶正祛邪与通络止痛并用。辨证治疗一般分三型：肝经郁热证、脾虚湿蕴证、气滞血瘀证，治疗分别以清泄肝火、健脾利湿、理气活血配合解毒止痛为原则，常用龙胆泻肝汤、胃苓汤、桃红四物汤、柴胡疏肝散等方辨证加减。

### 外治方一：三黄青黛膏

青黛 50g，大黄 20g，黄芩 20g，黄柏 20g，冰片 5g。以上诸药，共为细末，过 130 目筛，加凡士林配成 30% 的软膏。先用碘伏初步消毒患处，后根据患处大小，选取大小适合的消毒纱布，将药膏平摊于消毒纱布上，厚约 0.2cm 并贴敷于患处，隔日换药 1 次，一般用药 3~5 次可明显见效。

方中以苦咸、性寒之青黛为君药，具有清热解毒、凉血消斑、利湿消肿的作用。《本草纲目》有关于青黛“去烦热……斑疮，阴疮，杀恶虫”的记载。青黛入肝、肺、胃经，外敷有消肿痛、解疮毒、拔毒外出的功效；以苦寒之大黄、黄芩为臣，泻心、肝两经之热邪，加强君药清热解毒的功效；佐以黄柏以助君臣清热、解毒、凉血之力，辅以辛、苦之冰片，一则辛透肌里，二则清热解毒，可增强青黛拔毒外出之力；凡士林具有调和诸药，保持湿润，加快药物吸收，保护皮肤免受刺激的作用。诸药合用，可起到清热解毒、燥湿敛疮止痛之功效。

现代中药药理研究表明，青黛能降低毛细血管通透性，其化学成分靛玉红具有抗病毒和抗菌功效；大黄、黄柏、黄芩对多种细菌及病毒有抑制和杀灭作用，而冰片能抑制金黄色葡萄球菌、大肠埃希菌的生长，还能促进皮肤毛孔对药物的吸收，用药后可产生凉爽舒适感，缓解局部疼痛。诸药合用，止痛、止疮、结痂作用明显，可有效地抑制炎症渗出和肉芽组织增生。

### 外治方二：复方虎杖酊

虎杖 100g，贯众、板蓝根、紫草、藤黄、白芷、没药、枯矾各 50g，将以上药物浸泡于 75% 乙醇约 3 000ml 中，乙醇略高于药面，隔日翻动或摇动 1 次，

10 日后过滤，滤液中加入 2% 冰片，摇匀备用。

方中虎杖味苦性寒，入肝、脾、肺经，具有清热解毒、祛风利湿、散瘀定痛之功效；贯众，性味苦寒，可清热解毒、凉血止血、杀虫止痒；板蓝根为苦寒之品，入心、胃两经，可清热、解毒、凉血；紫草性味甘寒，入心、肝经，具有凉血活血、解毒透疹的作用。现代药理研究表明，虎杖、贯众、板蓝根、紫草具有抗菌、抗病毒、抗炎症作用。藤黄为皮肤病常用外用药，多研末调敷使用，具有消肿、化毒、止血、杀虫的功效，《纲目拾遗》记载有：“治痈疽，止血化毒，敛金疮，亦能杀虫”；白芷为辛温之品，具有祛风湿、活血排脓、生肌止痛之力；没药具有散血去瘀、消肿定痛的功效；枯矾，又名煨白矾，具有燥湿、解毒、杀虫之功效。现代药理研究证明，藤黄、白芷、没药、枯矾对神经痛具有明显的镇痛效果。诸药合用，可以起到良好的清热解毒、通经止痛之功效。

### 外治方三：马齿苋外敷法

1. 鲜马齿苋适量，去根、用水洗净泥土后，掰成段或用刀切碎后放入蒜臼内，捣烂成糊状，涂敷患处，并用纱布包好，每日 2~3 次，可迅速止痛并减少渗出，连续使用 3~7 日即可结痂痊愈。

2. 取干马齿苋 60g，以水 2 000ml 煎煮，大火煮沸 30min 后，小火熬取药液约 500~800ml，去渣取药液，根据患处大小取合适消毒纱布，将消毒纱布置于药液中浸透，敷于患处，每次 20~30min，每日 2~3 次。

马齿苋，俗称长命菜、长寿菜、五行草、马蜂草、马蜂菜等，性寒，味酸，入肝、大肠经，具有清热解毒、凉血止痢、散血消肿的功效，是外科常用的中药，外用一般须捣敷、烧灰研末调敷或煎水洗。现代药理研究证明，马齿苋具有较强的抗病毒、消炎杀菌以及抗肿瘤作用，还可以增强人体免疫力，可用于多种炎症的辅助治疗。

### 外治方四：蚯蚓液外涂法

取韭菜地活蚯蚓适量，放在清水中游动 2 小时，使蚯蚓排空腹内泥土，

洗净后放入清洁碗内,加入白糖适量,直至蚯蚓全部溶化,取液备用。将疱疹部位用碘伏消毒,然后用消毒棉签将制备好的蚯蚓液涂在疱疹表面,外面覆盖一层塑料薄膜,用消毒纱布包扎,每日更换1次。

蚯蚓,中药名为“地龙”,俗名还有曲蟾、抽串等,性寒,味咸,归脾、肾、膀胱经,具有清热息风、通络、平喘、利尿的功效。现代药理研究证明,地龙具有消炎镇痛、解毒通络等作用,还可以调节免疫力,提高机体的抵抗能力。

### 外治方五:六一冰珠散

取冰片60g,朱砂10g,共研极细末,加入麻油100ml,调成糊状备用。先用消毒棉签蘸取3%双氧水100ml反复擦洗带状疱疹区皮肤,将水疱挑破,使疱液流尽,然后将药液涂于患部皮肤,1日2~3次,一般3~7天可获愈。

方中以味甘、性寒之朱砂为君药,具有清热解毒、疗疮止痒之功效,外用可以防腐生肌、抑制或杀灭皮肤细菌,臣以冰片散郁火、宣毒热、消肿止痛,以增强朱砂清热止痛、消炎之功,现代医学研究证实,两药配伍对皮肤黏膜确有收敛、保护和杀菌抑菌作用。

## 典型病例

患者,男,45岁,因工作、应酬劳累过度,左腋下至左肋部出现红色带状且高出皮肤的如粟粒状、大小密集丘疹,灼热,自觉刺痛难忍,夜间疼痛重甚,难以入睡,衣服稍摩擦即感疼痛难忍,舌质红,苔黄厚腻,脉弦数有力,外用三黄青黛膏治疗,次日疼痛减轻,红肿消失,至第5日,局部异常痛痒感觉消失,10日后皮疹完全消退,皮肤干燥,可见干燥痂皮,痊愈。

## 预防与护理常识

1. 带状疱疹一定要早发现,早治疗,如果在出疹前能及时确诊并及早用药,可以减轻疼痛,缩短病程。

2. 发病期间一定要保持心情舒畅,忌着急上火,以免肝郁气滞化火而加重病情。

3. 注意保持患处局部皮肤干燥、清洁,宜穿清洁、柔软的棉制内衣,以减少对创面的摩擦;忌用手抓,以防溃破造成继发性感染;忌用热水烫洗患处。

4. 生活有规律,治疗期间最好卧床休息,注意劳逸结合,工作时间不宜过长,避免过度疲劳造成机体免疫力低下。

5. 饮食宜清淡,以清淡、营养丰富、易消化食物为宜,多吃水果蔬菜,保证营养,治疗期间,忌辛辣刺激及肥甘厚味之品,以免影响治疗效果。

6. 平时加强体育锻炼,增强身体素质,提高自身免疫力。老年人可根据自身爱好选择合适的运动方式,如散步、太极拳等。

## 二、扁 平 疣

扁平疣,又名“千日疮”,中医称之为“扁瘕”,是一种发生于皮肤浅表的良性赘生物。由于本病好发于青年男女,临床多称之为“青年扁平疣”。扁平疣常常影响美观,给患者带来沉重的心理负担。不仅如此,部分扁平疣还有可能发生癌变,尤其是疣体长期不消退或不断增大者,癌变概率更高。所以得了扁平疣,一定要高度重视,积极采取治疗措施以防恶变。

一般而言,扁平疣病程较长,多数患者可自行消退,但也有消退后再次复发者。随着年龄的增长和机体免疫力的增强,扁平疣大多可自行痊愈,但也有一小部分患者疣体会长期存在,甚至不断增大。

扁平疣多发于颜面、手背、前臂及肩胛等部位,患者一般无自觉症状或偶有微痒,也有极少数患者在皮疹急性播散时发生剧烈瘙痒,呈皮炎症状。典型皮损为针尖、米粒至黄豆粒大小的扁平隆起丘疹,境界清楚,一般呈圆形、椭圆形或多角形,外观为淡红色、褐色或正常皮肤颜色,表面光滑、质硬,数目较多,可散在分布或簇集成群,有的可相互融合。由于患者常忍不住用

手搔抓,容易将病毒播散在邻近皮肤,故常见沿表皮剥蚀处形成抓痕分布的、新的线状皮肤损害。扁平疣在人群中互相传播的可能性比较小,日常接触一般不会传染。但如果皮肤有破损,同时又有扁平疣患者皮损接触史,则有可能发生传染。

扁平疣是由人类乳头状瘤病毒感染引起的病毒性皮肤病,且具有一定的传染性。其发病与机体免疫力降低、皮肤擦伤或搔抓等多种因素有关,常在机体免疫力降低的情况下骤然发病。在各种致病因素刺激下,皮肤表皮过度角化,导致粒层肥厚,粒层与棘层之间出现多数空泡细胞,即表现为扁平疣。西医治疗扁平疣尚缺乏特效治疗药物,一般以抗病毒、增强免疫功能药物为主,口服乌罗托品、病毒灵或注射免疫调节药;配合使用物理、化学方法直接破坏由病毒感染引起的细胞增殖。

中医对本病的病因病机认识比较早,春秋时期的《五十二病方》中即有“疣”的记载,《灵枢·经脉》中已有“虚则生疣”的记载。中医学认为,扁平疣的病因病机为气血不和,腠理不密,风热毒邪乘虚而入,内热之邪搏结肌肤;或怒火伤肝,肝胆火旺,伤及阴血,肌肤失荣;或血虚失养,气血凝滞,阻滞经络,郁于肌肤而致。其中,正气不足是内因,感受湿热毒邪是外因。中医内治扁平疣多分两大证型,即风热蕴结型和热瘀互结型,治疗多以清热解毒散结为基本原则,风热蕴结者宜疏风清热,热瘀互结者宜活血化瘀,其中正气不足者要重视益气固表、调和气血。常选用马齿苋合剂、桑菊消疣汤、桃红四物汤等方辨证加减。

### 外治方一：木香醋剂

食醋 200ml,木贼、香附各 50g。先将食醋加热浓缩至 100ml,再将木贼、香附加水 250ml 浸泡 30 分钟,然后加热煮沸 1 小时,倾出滤液,药渣再加水 250ml,以同样方法煎煮、过滤,合并两次药液,浓缩至 100ml,即成木香醋剂,备用。使用时,每日外搽扁平疣患处 3 次,7 日为 1 个疗程。如扁平疣在颜面手背等处,治疗期间应用温开水清洗,并停用一切化妆品。

方中木贼，民间常称节节草、接骨草、无心草、笔杆草等，其味甘、苦，性平，入肺经、肝经，具有疏散风热、明目退翳的功效，其最善散火邪，消积块。《本草正义》言：“木贼，治疗肝胆木邪横逆诸病，能消目翳，破积滞，皆消磨有余之用也。”香附，又名香头草、雷公头、三棱草根等，其味辛、微苦、甘，性平，入肝经、脾经、三焦经，具有疏肝理气、调经止痛的功效。食醋为家庭烹饪常用的调味品，其味酸、甘，性平，入肝经、胃经，具有消食开胃、活血散瘀、杀虫解毒的功效。木香醋剂先将醋加热浓缩，再以浓缩醋浸泡，最后加水煎煮，有利于药物有效成分的析出，能起到增强药效的作用。三药合用，则可清热解毒、疏肝去疣。

现代中药药理研究表明，木贼所含的硅酸盐和鞣质具有收敛、消炎、止血的作用，而其含有的咖啡酸在体外有广泛的抑菌作用，并有较强的抗病毒活性作用；香附中含有的挥发油在体外试验中对金黄色葡萄球菌有明显的抑制作用；醋可以提纯药物，减少杂质，并能与药物中所含有的生物碱、氧化物、无机成分起化学反应，生成各种盐，从而起到增强药效的作用。

## 外治方二：疣涤净洗剂

板蓝根 30g，贯众 30g，苍术 9g，白芷 12g，细辛 6g，陈皮 12g。将以上诸药加水 500ml 浸泡半小时，水煎趁热外洗患处，每天 3 次，每次 15~20 分钟。每天用药 1 剂，10 天为 1 个疗程。

方中板蓝根、贯众味苦，性寒，均可清热解毒，现代药理研究表明两者配伍应用抗病毒作用可明显加强；苍术，味辛、苦，性温，具有祛风散寒、燥湿健脾的功效；白芷、细辛均为辛温解表药，其辛散温通，芳香透达，可祛风、止痒、止痛；陈皮，苦温而燥，功可理气健脾、燥湿化痰。诸药合用，共奏清热燥湿、除湿散结、解毒消疣之效。

## 外治方三：内金搽剂

1. 取鸡内金 100g，白米醋 300ml，浸泡 30 小时后，蘸取药液，涂搽患处，

1日3次,7日为1个疗程。亦可将鸡内金研为细粉,以温开水调涂患处,每日数次。

2. 取鸡胗皮1只,用温开水泡软,再将泡软的鸡胗皮撕成小块,摩擦患处,擦至皮肤微红有刺痛感为度,每日早晚各1次。通常连续治疗2~3周可见效。

鸡内金俗称“鸡胗皮”“鸡肫皮”等,其味甘,性平,入脾经、胃经、小肠经、膀胱经,具有消食健胃、涩精止遗的功效,常用于饮食积滞、肾虚遗精、沙石淋证等。《本草经疏》记载此药“今世又以之治诸疳疮多效”,临床治疗扁平疣效果良好。现代药理研究也表明本品含有多种维生素及微量元素,能消积滞,有抑制肿瘤细胞生长的作用。

#### 外治方四:鸦胆子贴剂

取鸦胆子5粒,剥去外壳,取整仁,捣烂。先将扁平疣患处以热水浸洗,用消毒刀刮去疣体表面的角质层,再将鸦胆子泥敷在创面上,用纱布和胶带固定,3日换药1次。

鸦胆子又名老鸦胆、鸭蛋子,其味苦,性寒,有小毒,入大肠经、肝经,具有清热解毒、截疟止痢、腐蚀赘疣的功能,常用于热毒血痢、冷积久痢以及各种疟疾等。《医学衷中参西录》言:“鸦胆子去皮,取白仁之成实者,杵为末,以烧酒和涂少许,小作疮即愈。”

注:鸦胆子有小毒,容易损害正常皮肤,运用本法治疗扁平疣时须用胶布贴敷周围正常皮肤,并要严格控制剂量。最好不要用于面部。

#### 外治方五:去疣汤洗剂

白鲜皮30g,明矾30g,马齿苋30g,板蓝根30g,红花15g。将上药上方加水2000ml,煮沸15分钟后,先熏后洗患部,每日2次,每次30分钟,7日为1个疗程。一般用药2剂后皮损变白、变软,6剂后皮损基本消退。

方中白鲜皮,味苦,性寒,具有清热燥湿、祛风止痒的功效;明矾,味酸、涩,性寒,功可解毒杀虫、燥湿止痒、清热化痰,具有较强的收敛杀菌作用;马



齿苋清热解毒之力较强,《本草拾遗》言“诸肿癩疣目,捣搯之;破壬痢,止消渴”;板蓝根为清热解毒之要药,能明显抑制病毒复制;红花,味辛、性温,入心经、肝经,善入血分而具有极强的活血、祛瘀、镇痛功效。诸药合用,共奏清热解毒、燥湿止痒之效,适合于扁平疣伴局部瘙痒者。

## 典型病例

李某,女,29岁。患者半年前左前臂起淡红色扁平丘疹,偶有痒感,未予重视,后逐渐增多,在当地医院诊断为“扁平疣”,曾多次用抗病毒药物及外搽剂治疗,效果不佳。诊查:患者左前臂散在分布多个淡红色扁平丘疹,表面光滑、质硬,具有光泽,境界清楚,遂予木香醋剂外用,每日外搽患处3次,用药期间嘱避免搔抓患处,多吃富含维生素、蛋白质的食物。用药1周后,皮疹变淡,无任何痒感,继用两个疗程后,皮疹开始脱落,再用半个月,患处皮肤基本恢复正常。随访半年未复发。

## 预防与护理常识

1. 发病期间避免搔抓,以防病毒自身接种而致皮疹扩散。
2. 平时注意卫生,不要使用别人的卫生洁具,如毛巾、搓澡巾等,以免交叉感染。
3. 远离紫外线、电离辐射以及激素类药物等容易加重扁平疣病情的因素。
4. 易于复发者应加强食疗,多吃富含维生素、蛋白质的食物有助于康复,如新鲜蔬菜、水果、牛奶、鸡蛋等。食疗可以选择薏苡仁粥(选自《本草纲目》):薏苡仁60g,加入适量白糖,煮粥服用,每天1次,连服2~4周。