

《千家效验良方》系列丛书

QIANJIAOXIAOYANLIANGFANGXILIECONGSHU

头面美容良方

● 总主编 谭同来 周德生
● 编著 张咏梅 谭同来

千万易得，一效难求。古今多少名医，
毕其一生精力，在探求疾病的治疗中，
反复尝试，反复验证，
创造了一个个效验良方。

在编写过程中，《精穷良蕴》，
以实用为首务。方出名家，而疗效不佳，
寡见鲜闻者不选，从医三十载，
屡用屡验，疗效确凿者必辑，
方出医学新人，

其方60例以上临床验证，
疗效经统计学处理有效者必辑。

《千家效验良方》系列丛书

QIANJIAOXIAOYANLIANGFANGXILIECONGSHU

张咏梅 谭同来 编著

头面美容良方

图书在版编目(CIP)数据

头面美容良方/张咏梅,谭同来编著. —太原:
山西科学技术出版社, 2003. 10
(千家效验良方系列丛书)
ISBN 7-5377-2132-7

I. 头... II. ①张... ②谭... III. 美容—验方
IV. R289.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 024398 号

头面美容良方

作 者:张咏梅 谭同来编著
出版发行:山西科学技术出版社
社 址:太原市建设南路 15 号
编辑部电话:0351-4922073
发行部电话:0351-4922121
电子信箱:cbszcc 2643@ sina.com
印 刷:太原兴晋科技印刷厂
开 本:850×1168
字 数:230 千字
印 张:9.5
版 次:2003 年 10 月第一版
印 次:2003 年 10 月第一次印刷
印 数:3000 册
书 号:ISBN 7-5377-2132-7/R·796
定 价:16.00 元

如发现印、装质量问题,影响阅读,请与发行部联系调换。

《千家数验良方》系列丛书编委会

主任委员 张国浩

副主任委员 旷惠姚 何清湖

策 划 赵志春 徐伟辉

总 主 编 谭同来 周德生

副 总 编 谭元生 夏晓凯 陈新宇 李 玄

编 委 (以姓氏笔画为序)

邓小琴 兰红勒 曲晓璐 刘庆林 刘建和 吴红玲

吴泽君 肖志杰 旷惠桃 陈新宇 何清湖 李 玄

李美珍 张 迅 张国浩 张咏梅 杜风兰 周德生

姚欣艳 晏建立 夏晓凯 郭世明 彭学著 喻 斌

谭元生 谭同来 谭 超 黎志福 戴飞跃

作 者 (以姓氏笔画为序)

文 健 王 亮 王建明 邓小琴 邓圣明 兰红勒

石 刚 孙智山 农康康 曲晓璐 刘小春 刘庆林

刘建和 刘越美 刘朝胜 陈新宇 吴红玲 吴泽君

肖志杰 旷惠桃 何清湖 李 玄 李美珍 张凤娥

张 迅 张国浩 张咏梅 杜风兰 邹志红 杨 桢

金朝晖 林 华 周文华 周 珂 周德生 罗文辉

范伏元 姚欣艳 胡国恒 娄必丹 晏建立 徐伟辉

夏晓凯 高晓峰 袁梦石 唐阿方 唐 莹 唐晨光

郭世明 隆 献 彭学著 彭桂阳 彭银建 蒋本尤

谢海波 舒 华 喻 斌 谭元生 谭同来 谭胜真

谭 超 瞿晓翔 潘向军 廖红敏 黎志福 戴飞跃

秘 书 刘文琴 魏建润



序

我一直提倡中医专科建设。一个好的临床医师,不但要博更要专。博是相对的,指知识面要宽;专是绝对的,指在某一领域有较高的学术造诣或精湛的治疗技术。譬如:看好一种病,写好一本书,主持一个有前景的研究课题,开发一种有确凿疗效的经验方药,这绝非一日之功。没有深厚的医学底蕴是难成气候的;没有专一的执著追求、不断领悟和求证,也是难达彼岸的。从某种意义上说:专是博的积累,博是专的整合。集丝成绵,我们的事业才会欣欣向荣;滴水穿石,中医才会有纵深发展、持续进步。

专病专方的整理研究,是中医专科建设的主要内容之一。大凡古之方书,病症林立,门类齐全,以博为贵,博而不精;以多为能,杂而不一;论虽繁而不能尽其用,方虽足而不能决其要,高深莫测,叹为观止。今之方药,虽是某病用某方,切中病机,药到病除,屡试屡效,然而多散见于诸多医学杂志之中或临床经验之集。鲜见以一病为的,众方为矢,砌缀成篇的专著。

近日,我的案头堆集了谭同来和周德生领衔的一批专家学者编写的《千家效验良方》丛书清样,专病专方,共



计 12 册。仔细研读,拍案叫好。收中既有古代医学垂远之名方,又有现代医学自创之良方,且选方严谨,收罗宏博,按语简要,体例新颖,一病多方,同病异治,如掌观螺,如眉列岫,一洗古人之积弊。是一部高质量的专科参考书,我乐意把它推荐给广大的临床医师和患者家属以及中医药爱好者。

但愿《千家效验良方》,良方效验千家。

蔡光先



前 言

千方易得，一效难求。古今多少名医，毕其一生精力，在探求疾病的治疗中，反复尝试，反复验证，创造了一个个效验良方。检方疗疾，用之中的，惠及千家。为人类的健康事业留下了弥足珍贵的财富，亦给中医的发展创新注入了勃勃生机。

《庄子·列御寇》云：“夫千金之珠，必在九重之渊。”古今医方浩如烟海，医者选方艰难，病者无所适从。我们博采广搜，辑古方名方，选时方验方，削繁存要，择普而从，专病专方专书，编写了《千家效验良方》丛书，分为高血压高血脂良方、脑卒中良方、冠心病良方、风湿病良方、糖尿病良方、癌症良方、慢性支气管炎哮喘良方、慢性胃炎胃溃疡良方、慢性肾炎肾衰良方、前列腺炎良方、性功能低下良方、头面美容良方等 12 部共 200 余万字，计 5000 余方，力求给现代中医临床者、患者及家庭人员、中医爱好者提供治病的新经验、新成果、新进展。在编写过程中，“精穷良蕴，以实用为首务”。方出名家，而疗效不佳，寡见鲜闻不选；从医三十载，屡用屡验，疗效确凿者必辑，方出医学新人，其方 30 例以下临床验证，疗效经统计学处理有效者必辑。每病先释治疗概况，简介该病症的中西医治疗现状，再分为医家名方、显效时方、食疗良方、针灸配



方、民间验方、中成药方、预防保健良方一一俱陈。每方均按[药物组成][功能主治][使用方法][加减注意][按语][来源]体例编写。

为了使“读吾书者，取是方而圆用之”(《医方集解·序》)，本丛书突出之处在于[按语]，凡精(精粹之处)、新(新颖的理论见解、药理研究成果)、特(独特的制法、用量、用法)、异(看似怪异的组方)之处均加按语，旨在使用方者掌握立方之因与用方之法，何病是主治，何病可兼治，何病当增减，何病不可用等等。

本丛书由湖南省株洲市药检所负责组织，得到了湖南中医学院、湖南省中医学校、湖南省中西医结合学会等单位的大力支持。编写丛书的作者，均为多年从事中医临床、教学、科研的专家教授，在相应的领域内有一定的成就和造诣，在中医药学界有一定的影响力。虽然我们竭力而为之，倾囊而曝，但囿于文献资料、个人见解、学识水平有限，书中缺点和错误在所难免，谨请广大读者提出宝贵意见，以待再版时完善改正。

本丛书在编写过程中参阅了大量的文献资料，在此谨向有关文献作者及出版社表示诚挚的谢意！向每一个处方的原创者表示崇高的敬意！

山西科学技术出版社赵志春副总编为该丛书的策划出版作了精心的指导并倾注了大量的心血。湖南中医学院博士生导师蔡光先教授在百忙之中为本丛书作序。在此谨致以由衷的感谢！

谭同来 周德生



目 录

第一章 治疗概况

一、西医治疗	(2)
(一)头面美容的合理用药	(2)
(二)头面美容皮肤治疗外用药	(3)
二、中医治疗	(4)
1. 中药美容	(4)
2. 膳食美容	(5)
3. 针灸美容	(5)
4. 推拿美容	(5)
5. 气功美容	(6)
6. 心理美容	(6)
三、辨病论治	(6)
(一)雀斑	(6)
(二)黄褐斑	(7)
(三)眶周色素沉着症	(8)
(四)痤疮	(9)
(五)酒渣鼻	(11)
(六)粉花疮	(13)
(七)唇炎	(14)
(八)多形日光疹	(15)
(九)扁平疣	(16)
(十)面瘫	(17)



(十一)单纯疱疹	(18)
(十二)色素痣	(19)
(十三)太田痣	(20)
(十四)瘢痕疙瘩	(21)
(十五)黄发	(21)
(十六)脂溢性脱发	(22)
(十七)斑秃	(23)
四、中药美容的研究现状	(25)

第二章 医家名方

一、治风类

消风散	(29)
防风通圣散	(30)
连翘散	(30)
肺风丸	(31)
荆芥连翘汤	(32)
清热止痒面药方	(32)
犀角升麻丸	(33)
羚羊角汤	(33)
神应养真丹	(34)
麻黄汤	(34)

二、清热类

五味消毒饮	(35)
普济消毒饮	(36)
仙方活命饮	(37)
黄连解毒汤	(37)
清胃散	(38)
枇杷清肺饮	(39)



凉血四物汤	(39)
升麻泻热散	(40)
颠倒散	(40)
草还丹加减方	(41)

三、祛湿类

芩连平胃散	(42)
甘露消毒丹	(42)
龙胆泻肝汤	(43)
胃苓汤	(44)
茵陈蒿汤	(44)
祛湿健发汤	(45)
草薢渗湿汤	(45)
滋阴除湿汤	(46)
透骨草方	(46)
三黄洗剂	(47)
除湿汤	(47)
健脾除湿汤	(48)
芳香化湿汤	(48)
利湿清热方	(49)

四、理气类

越鞠丸	(50)
柴胡疏肝散	(50)
逍遥散	(51)
开郁行血汤	(51)
祛斑逍遥散	(52)

五、理血类

当归饮子	(53)
活血解毒汤	(54)



通窍活血汤	(54)
治疣汤	(55)
谢氏消疣汤	(55)
活血祛风汤	(56)
通经逐瘀汤	(56)
解毒化斑汤	(57)
血府逐瘀汤	(57)
皮炎汤	(58)
凉血消疮饮	(58)
紫蓝方	(59)
止痒合剂	(59)

六、补益类

人参固本丸	(60)
参苓白术散	(60)
六味地黄丸	(61)
八珍汤	(62)
益肾化瘀汤	(62)
大补阴丸	(63)
补中益气汤	(63)
一贯煎	(64)
玉屏风散	(64)
归脾汤	(65)
七宝美髯丹	(65)
肾气丸	(66)

七、保健类

鹿角膏	(66)
七白膏	(67)
永和公主药藻豆	(67)



杨太真红玉膏	(68)
文仲面脂方	(68)
千金面脂	(69)
连子胡同方	(69)
润脾膏	(70)
令发润泽方	(70)
是斋染方	(71)
五香丸	(71)

第三章 显效时方

一、治雀斑方

雀消蝶飞饮	(72)
养血美容汤	(73)
柴胡桂枝汤加减方	(73)
消斑汤	(73)
化痰散结净面膏	(74)
白僵蚕散	(74)
艳容膏	(75)
凉血活血祛风方	(75)

二、治黄褐斑方

益肾化斑汤	(75)
疏肝活血汤	(76)
益精灵	(77)
加减五仁丸	(77)
祛斑逍遥散	(78)
清肝丸	(78)
益阴丸	(79)
实脾丸	(79)



加减二妙散	(79)
五花汤	(80)
七草汤	(81)
得生丹加减方	(81)
自拟活血汤	(82)

三、治皮肤黑变病方

醒脾逐霾汤	(82)
血竭白扁豆汤	(82)
四君丹参汤	(83)
补肾美容方(1)	(83)
补肾美容方(2)	(84)
黑变病方	(84)
复方苳蓉汤	(85)
菊花山萸方	(85)
加味补肝丸	(86)
化瘀汤	(86)

四、治痤疮方

公英三黄消痤方	(87)
痤疮汤	(87)
消痤除疹汤	(88)
清肺消毒饮	(88)
完带汤加减方	(89)
苦参枯矾汤	(89)
消瘰丸加味	(90)
消痤饮	(90)
痤疮方	(91)
痤疮升麻汤	(91)

五、治酒渣鼻方



清血活血汤	(92)
祛风汤	(93)
清肺暖肝散	(93)
加味桃红四物汤	(93)
三黄栀子汤	(94)
七叶饮	(94)
茵陈二花汤	(95)
泻白散增损方	(95)
酒渣饮	(95)
轻疏冰红膏	(96)
四仁膏	(96)
六味粉末搽剂	(97)
灭螨方	(97)
肤满特膏	(97)
酒渣鼻膏	(98)
六、治粉花疮方	
清热除湿汤	(98)
化斑汤	(99)
四妙散加减方	(99)
七、治疗唇炎方	
凉膈散	(99)
通脾泻胃汤	(100)
清热凉血膏	(100)
八、治多形日光疹方	
板蓝根汤	(101)
疏肝活血汤	(101)
石白六味饮	(101)
白虎汤加减方	(102)



龙胆泻肝汤加减方	(102)
凉血消风汤	(103)
清热渗湿汤加减方	(103)
越婢加术汤	(104)
白虎五花汤	(104)
疏风清热饮	(104)

九、治扁平疣方

蓝青去疣汤	(105)
去疣方	(105)
除疣汤	(106)
铲疣软坚汤	(106)
清疣汤	(106)
祛疣汤	(107)
扁平疣方	(107)
解毒活血汤	(108)
消疣汤	(108)
剔疣汤	(109)
黄芪化湿汤	(109)
利湿活血汤	(109)
疣贼方	(110)
扁平疣根治方	(110)
灵代二石方	(111)
大青薏苡汤	(111)
去疣二号方	(112)
去疣三号方	(112)
当归紫草汤	(112)
解毒去疣汤	(113)

十、治面瘫方



牵正散	(113)
大秦芫汤	(114)
桃红四物汤	(114)
十一、治单纯疱疹方	
黄芩石膏汤	(115)
解毒清热汤	(115)
疏风清热饮	(115)
辛夷清肺饮	(116)
桑菊饮	(116)
十二、治色素痣方	
改良水晶膏	(117)
硝矾点痣方	(117)
取痣饼药	(117)
点痣方	(118)
十三、治瘢痕疙瘩方	
消瘢汤	(118)
水蛭活血汤	(119)
化瘢方	(119)
消炎活血丸	(120)
软皮丸	(120)
疤痕止痒软化膏	(120)
消瘢散	(121)
灭瘢膏	(121)
十四、治太田痣方	
疏肺散斑汤	(122)
六味地黄汤加减方	(122)
通窍活血汤加减方	(123)
十五、生发黑发方	