



· 于璟玲 · 编著
针灸美容与美形

针灸美容 与美形

人民卫生出版社



针灸美容 与 美形

· 于璟玲 · 编著
针灸美容与美形

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

针灸美容与美形/于璟玲编著. —北京: 人民卫生出版社, 2006. 5

ISBN 7-117-07527-9

I. 针… II. 于… III. 美容—针灸疗法
IV. R246. 7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第028566 号

针灸美容与美形

编 著: 于璟玲

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 67616688)

地 址: (100078) 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

网 址: <http://www.pmph.com>

E - mail: pmph@pmph.com

邮购电话: 010-67605754

印 刷: 北京新丰印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 787 × 1092 1/16 印张: 42. 5

字 数: 1008 千字

版 次: 2006 年 5 月第 1 版 2006 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 7-117-07527-9/R · 7528

定 价: 78.00 元

著作权所有, 请勿擅自用本书制作各类出版物, 违者必究

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)

前 言

美是人类永恒的追求,爱美之心人皆有之,从古至今都是如此。随着社会的发展,人们对自身的认识不断加深,对人体美的理解也与以前有很大不同,从追求勾画装扮而实现美丽,到追求自然美、本色美、健康美,在对仪容、仪表关注的同时,渴望一种集美化和保健为一体的美容方法。

针灸的各种治疗方法,通过刺激相应的腧穴,激发经络对人体的良性调节作用,既能调整人体内在的功能状态,同时又能改善局部血液循环,祛邪固本,因此被越来越广泛地用于美容美形,并且取得了其他治疗方法所不能比拟的效果。目前在世界范围内,兴起了针灸美容美形热。

由于上述原因,不仅针灸专业的医生,其他专业的医生也都非常渴望掌握针灸美容美形及治疗损容损形性疾病的有效方法。但目前可供参考的资料太少,仅有的资料多以文献简单积累、罗列的形式出现。如:基础理论方面与普通《针灸学》教材几乎无异;治疗方面,一个病证之下罗列文献若干年报道的各种方法,各种方法之下排队列出各种配方,各种配方的辨证分型各异,操作方法不详,又无适应证。这样的资料读者无法学习使用,甚至有些内容前后矛盾,使读者无所适从。

笔者长期从事针灸临床与教学工作,从20世纪80年代中后期开始侧重用针灸的各种方法治疗一些损容损形性疾病。深深感受到随着社会的不断进步,人们对美的追求越来越强烈;又由于针灸疗法的独特优势,医学界对针灸美容美形和治疗损容损形性疾病的日益重视及民众对针灸美容美形的情有独钟,使针灸美容美形的需求日益增加。临床上要求美容美形及治疗损容损形性疾病的患者越来越多,在国内外讲学、授课时,最受欢迎的是美容美形及治疗损容损形性疾病的内容。

鉴于上述情况,也由于国内外随我学习或听课的医生、学生对我系统整理针灸美容美形及治疗损容损形性疾病的资料、临床经验的热切盼望,使我产生了整理出一部贴近临床,使读者能够读以致用的针灸美容美形及治疗损容损形性疾病的专著的想法。另外,近年来针灸美容美形的兴起,人们对针灸美容美形的青睐,使针灸美容美形的理论和技术得到空前的发展,但同时也出现了一些问题,我愿意将自己多年的体会和教训献给所有热爱这一事业的人,大家共同努力,用古老的针灸医学为人类带来美和健康。

本书分为上篇、中篇、下篇三部分。上篇理论篇为针灸美容与美形的理论基础。包括针灸美容与美形相关的理论,其中重点介绍与治疗损容损形性疾病有关的辨证方法,经络、腧穴在针灸美容美形及诊治损容损形性疾病方面的主要作用。中篇方法篇为针灸美容美形的各种方法。包括各种配穴方法、常用操作方法、辅助方法、注意事项,以及提高疗效的关键所在。下篇应用篇为全书的主要内容,包括针灸美容美形保健及治疗损

容损形性疾病、损容损形相关疾病的具体方法。以病证为纲，每一病种之下概括介绍其发病情况、临床特点、中医的认识、病因病机、辨证分型，详细介绍各种有效的针灸治疗方法，然后介绍除针灸以外的辅助治疗方法及有关生活指导，并介绍治疗该病证的要点及针灸各法在该病证治疗中的地位。其中各种针灸治疗方法以临床有效为主，未必每一病证下各种方法勉强齐备，除取穴外，尤详细介绍操作方法，并于每种方法之后指明适用范围。

从事针灸美容美形，是从美容美形的角度看待疾病，和普通临床医学对疾病的分类多依据人体组织结构和功能有很大不同，而是更注重部位，如将头面五官的疾病称为损容性疾病，其中包括普通临床医学的皮肤科、五官科、神经科等疾病；将肥胖、消瘦、瘫痪、肌肉萎缩、痉挛、泛发性皮肤病、血管病、躯干四肢运动功能不协调等疾病统称为损形性疾病，其中包括普通临床医学的皮肤科、内科、外科、骨科等疾病；将凡能够间接导致损容损形性疾病或对人体美有损害的疾病统称为损容损形相关疾病，其中包括普通临床医学的内科、外科、妇科、男科等疾病；由于针灸美容美形除了要求治疗以上疾病外，还包括了保健养生、延缓衰老的内容，因此有一些普通临床医学不涉及的内容在针灸美容美形临床也要进行，如：聪耳、明目、祛皱、丰胸、戒烟、戒酒等，因此本书又囊括了这些相关内容。

看书不是难事，但用于临床还要有一个过程，我在临床和教学中的体会如下。

2 1. 开展针灸美容美形，首先要精通中医针灸理论，明确这些理论在指导美容美形方面的特点，而这些并不是任何人都可以做到的。因此，应该潜心学习有关基本理论，将此作为铺垫，再学习具体操作方法，才能将各种方法灵活运用。不能用简便易学来概括针灸美容美形的特点，没有深厚的理论功底，就不会有显著的疗效。

2. 自古至今，博大精深的针灸学中包括了许许多多的治疗方法，在这些治疗方法中，有很多可以用于美容美形，而各种方法都有其自身的适用范围，尽量多地掌握治疗方法，并且明确各种方法的适用范围，是提高疗效的关键。

3. 现代社会各学科之间的相互渗透，使科学技术有了突飞猛进的发展，针灸美容美形也必须在与其它学科相互借鉴的过程中得到发展。因此，从事针灸美容美形必须掌握多方面的知识，如西医解剖知识、中西医临床各科损容损形性疾病的诊断治疗、美容院皮肤护理知识等。这样才能使针灸美容安全有效，区别于普通针灸治疗和生活美容，体现出针灸美容美形的特色。

4. 美是一个相对的概念，时代、地域、民族不同，对美的理解都不完全一致。无论用什么方法美容美形，都要了解当时和本地的美的流行趋势，从事针灸美容美形还要了解其他美容美形方法的利弊，吸收借鉴其长处，同时有助于分析损容损形性疾病的病情。

5. 针灸学的科学性已经举世公认，针灸美容美形的科学性也毋庸置疑，从事针灸美容美形更应该有科学的态度，不要夸大功效。损容损形性疾病及相关疾病大都是难治的病证，针灸治疗的效果也是有限的。另外，治疗效果还与患者体质、病程长短、患者对针灸治疗的敏感性及技术者的水平等多种因素有关，因此不能对疗效抱有不切实际的希望。

本书将笔者多年的临床体会原原本本地反映出来，或许能给同道一点启发，也就达到了目的。

对美的共同追求使我们有缘走到一起，但愿这本书的问世，能够使大家了解针灸美容美形，喜爱针灸美容美形，运用针灸美容美形的方法获得健康和美丽。

于璟玲

2006 年 3 月

电子邮箱：meirongmeixing@163.com

于北京中医药大学

目 录

上篇 理 论 篇

第1章 概论	3
第1节 针灸美容美形的起源与发展	3
第2节 针灸美容美形的原理	5
第3节 针灸美容美形的特点	11
第4节 针灸美容美形的内容	13
第2章 美容美形的人体基础知识	19
第1节 中医对皮肤的认识	19
第2节 中医对毛发的认识	23
第3节 中医对甲的认识	26
第4节 中医对眼的认识	26
第5节 中医对耳的认识	27
第6节 中医对鼻的认识	28
第7节 中医对口唇的认识	29
第8节 中医对牙齿的认识	29
第9节 中医对形体的认识	30
第3章 针灸美容美形的中医诊断学基础	31
第1节 望诊	31
第2节 闻诊	38
第3节 问诊	39
第4节 切诊	41
第4章 损容损形性疾病的辨证方法	43
第1节 经络辨证	43
第2节 病因辨证	48
第3节 辨皮肤毛发症状	51
第5章 针灸美容美形的经络腧穴学基础	55
第1节 针灸美容美形的经络学基础	55
第2节 针灸美容美形的腧穴学基础	59
第6章 针灸美容美形的治疗原则	104

第1节 治疗总则·····	104
第2节 针灸施治原则·····	108

中篇 方 法 篇

第7章 针灸美容美形的配穴方法·····	113
第1节 取穴原则·····	113
第2节 按经脉配穴法·····	114
第3节 按部位配穴法·····	115
第4节 按病因配穴法·····	116
第8章 针灸美容美形的常用操作方法特点·····	118
第1节 毫针的操作方法特点·····	118
第2节 艾灸的操作方法特点·····	123
第3节 拔罐的操作方法特点·····	128
第4节 耳穴的操作方法特点·····	131
第5节 火针的操作方法特点·····	142
第6节 埋线的操作方法特点·····	145
第7节 皮肤针的操作方法特点·····	149
第8节 放血的操作方法特点·····	151
第9章 美容美形的辅助方法·····	154
第1节 中药法·····	154
第2节 按摩法·····	157
第3节 药膳法·····	159
第4节 药茶法·····	163
第10章 提高针灸美容美形疗效的有关问题 ·····	166
第1节 坚实的基础知识和丰富的经验·····	166
第2节 针灸美容美形中影响疗效的环节 ·····	169
第3节 辅助方法的应用·····	174

下篇 应 用 篇

第11章 针灸美容美形保健 ·····	179
第1节 养颜驻颜·····	179
第2节 养护毛发·····	182
第3节 明目·····	185
第4节 健鼻·····	189
第5节 聪耳·····	191
第6节 美齿润唇·····	194
第7节 健美形体·····	196
第8节 丰乳隆胸·····	203

第 9 节 面部皮肤老化·····	206
第 10 节 面部皮肤皱纹·····	210
第 11 节 面部肤色不佳·····	215
第 12 节 面部肤质不良·····	218
第 13 节 眶周色素沉着·····	220
第 14 节 眼袋·····	223
第 15 节 戒烟·····	225
第 16 节 戒酒·····	228
第 12 章 针灸治疗损容性疾病·····	232
第 1 节 斑秃·····	232
第 2 节 白发·····	238
第 3 节 男性型秃发·····	242
第 4 节 假性斑秃·····	247
第 5 节 发际疮·····	249
第 6 节 头癣·····	252
第 7 节 染发皮炎·····	255
第 8 节 过敏性眼睑皮炎·····	258
第 9 节 重睑术后眼睑肿胀·····	260
第 10 节 眼睑闭合不全·····	261
第 11 节 眼睑外翻·····	263
第 12 节 眼睑下垂·····	266
第 13 节 内分泌性眼球突出·····	270
第 14 节 睑缘炎·····	273
第 15 节 睑腺炎·····	275
第 16 节 睑板腺囊肿·····	279
第 17 节 泪囊炎·····	281
第 18 节 结膜炎·····	285
第 19 节 斜视·····	289
第 20 节 耳郭假囊肿·····	292
第 21 节 耳郭化脓性软骨膜炎·····	295
第 22 节 耵聍栓塞·····	297
第 23 节 弥漫性外耳道炎·····	299
第 24 节 化脓性中耳炎·····	301
第 25 节 唇炎·····	305
第 26 节 口周皮炎·····	307
第 27 节 须疮·····	309
第 28 节 牙周组织病·····	312
第 29 节 黄褐斑·····	315
第 30 节 雀斑·····	320

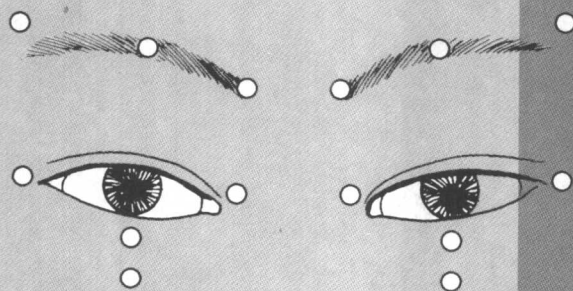
第 31 节	瑞尔黑变病	325
第 32 节	白塞病	328
第 33 节	面部毛细血管扩张症	333
第 34 节	扁平疣	335
第 35 节	寻常疣	340
第 36 节	痤疮	347
第 37 节	酒渣鼻	353
第 38 节	皮脂溢出	357
第 39 节	脂溢性皮炎	360
第 40 节	多形性红斑	363
第 41 节	盘状红斑狼疮	366
第 42 节	局限性硬皮病	369
第 43 节	烟酸缺乏病	372
第 44 节	黄色瘤	375
第 45 节	单纯疱疹	378
第 46 节	接触性皮炎	382
第 47 节	日光性皮炎	385
第 48 节	多型日光疹	388
第 49 节	单纯糠疹	390
第 50 节	化妆品皮炎	393
第 51 节	面疔	397
第 52 节	毛囊炎	400
第 53 节	脓疱疮	403
第 54 节	颌面部蜂窝织炎	405
第 55 节	面肌抽搐	409
第 56 节	面神经炎	412
第 13 章	针灸治疗损形性疾病	417
第 1 节	身材矮小	417
第 2 节	落枕	422
第 3 节	肌性斜颈	423
第 4 节	痉挛性斜颈	425
第 5 节	颈淋巴结结核	428
第 6 节	强直性脊柱炎	432
第 7 节	脑血管病后遗症	435
第 8 节	小儿麻痹后遗症	439
第 9 节	肢体肌肉萎缩	442
第 10 节	乳房形态不良	445
第 11 节	男子乳房发育症	449
第 12 节	妇女多毛症	453

第 13 节	传染性软疣	456
第 14 节	白癜风	461
第 15 节	扁平苔藓	467
第 16 节	带状疱疹	471
第 17 节	荨麻疹	478
第 18 节	湿疹	483
第 19 节	神经性皮炎	488
第 20 节	银屑病	493
第 21 节	玫瑰糠疹	499
第 22 节	紫癜	502
第 23 节	黏液性水肿	504
第 24 节	皮肤瘙痒症	506
第 25 节	体癣	510
第 26 节	皮肤血管瘤	512
第 27 节	粉瘤	517
第 28 节	色素痣	519
第 29 节	瘢痕疙瘩	521
第 30 节	冻疮	524
第 31 节	丹毒	528
第 32 节	下肢静脉曲张	532
第 33 节	腱鞘囊肿	535
第 34 节	手癣	538
第 35 节	足癣	541
第 36 节	手足皲裂	543
第 37 节	甲变色	545
第 38 节	甲沟炎	548
第 39 节	甲下血肿	550
第 40 节	甲癣	552
第 41 节	甲营养不良	554
第 14 章	针灸减肥与增胖	558
第 1 节	整体肥胖	558
第 2 节	局部肥胖	570
第 3 节	整体消瘦	584
第 4 节	局部消瘦	590
第 15 章	针灸治疗损容损形相关疾病	597
第 1 节	近视	597
第 2 节	远视	600
第 3 节	耳聋	603

第4节	急、慢性鼻炎	607
第5节	过敏性鼻炎	610
第6节	口臭	614
第7节	复发性口腔溃疡	617
第8节	颞下颌关节功能紊乱综合征	621
第9节	三叉神经痛	625
第10节	慢性咽炎	628
第11节	慢性喉炎	632
第12节	膈肌痉挛	635
第13节	多汗症	638
第14节	臭汗症	641
第15节	慢性疲劳综合征	643
第16节	神经衰弱	647
第17节	月经不调	652
第18节	闭经	656
第19节	更年期综合征	660
第20节	便秘	664

上

篇



理 论 篇

第1章

概 论

第1节 针灸美容美形的起源与发展

爱美是人类的天性，美伴随着人类生存的历史源远流长。针灸是中国历代劳动人民及医学家在长期与疾病做斗争中创造和发展起来的一种医学。针灸用于美容美形，是社会文明进步、生产力发展、针灸医学发达的标志。几千年来，针灸医学不仅为人类健康做出了巨大贡献，而且为美化人体作出了很大贡献。

远在石器时代古人已开始用针灸治病，包括用砭石治疗痈肿疮疡一类损容损形性疾病。两千多年前的中医学著作中已涉及到黥黑痣、疣目、漆疮、体气、白癜风、痤疮、各种疮疡、目偏视等损容损形性疾病的病因病机 and 治疗方法。如黥黑痣一病，《阴阳十一脉灸经》认为是由于足厥阴、足少阴、足阳明三条经脉的经气失调而发病，并提出治此病应调此三经；疣目一病，《五十二病方》列举灸法治疗的具体方法，即取旧蒲席或草席上的蒲草搓成绳状，点燃其一端，用以灸烧疣的表面，疣被灸热后，即可用工具将疣拔掉。这是针灸美容美形的最早记载。

《黄帝内经》是西汉前中医学成就的总结，其中记载了丰富的针灸理论与实践知识，不但奠定了针灸学的发展基础，而且也为针灸美容美形提供了理论依据。《黄帝内经》认为人体外在的形象与内在的脏腑、经络、气血密切相关。详细论述了人体须、发、皮、肉、面、五官、形体特征等与内在脏腑、经络、阴阳、气血、津液之间的关系。同时论述了痤疮、酒渣鼻、面瘫、半身不遂及痈肿疮毒、各种皮肤损害等损容损形性疾病的病因病机，指出了治疗原则和方法，其中大部分明确指出用针灸的方法治疗。

晋代杰出的针灸学家皇甫谧著有《针灸甲乙经》，是继《黄帝内经》之后，对针灸医学的又一次总结。书中全面论述了脏腑经络学说，发展和确定了 349 个腧穴的位置、主治及操作，介绍了针灸方法、宜忌和常见病的治疗。所记载的主治病证达 200 多个，其中包括“羸瘦”、“面黑”、“疣”、“目眇动”、“口喎”等 17 个损容损形性病证，还记载了针刺下廉穴治疗面色不华，针刺曲池穴治疗颜面干燥等，成为后世针灸美容美形的滥觞。

隋、唐时期，随着经济文化的繁荣，人们的生活水平不断提高，对美的追求日益强

烈,同时针灸学也有了很大发展,因此促进了针灸美容美形的应用和发展。

唐代医学家孙思邈精于医药、导引、针灸之术,主要著作有《备急千金要方》和《千金翼方》。两书共收方 6000 多首,集唐以前医方学之大成。两书在总结前人成就的基础上,充实了新的内容,广泛收集民间和西域传来的医方和药物,并对基础理论和临床各科的治疗作了全面、系统的论述,是中医学在唐代文化发展高潮时期的代表作。在孙氏之前,美容方法多秘而不传,为满足民众的需要,使美容方能“家家悉解,人人自知”,孙氏专辟了“面药”和“妇人面药”两篇,集中刊载、公布美容秘方共计 130 首。在其他篇章中,还夹杂有各种保健及治疗损容损形性疾病的内服、外用方 200 余首。这些美容秘方内容非常丰富,有治“唇焦枯无润”的“润脾膏”;有治“面黑不净”的“澡豆洗手面方”;有“令面光悦,却老去皱”的“面膏方”;有“令人面白净”的“悦泽方”;此外还有治疗面部黑斑、黑痣、粉刺、皮肤粗糙、手皲裂、口臭、腋臭等损容损形性疾病的方剂和以美化面容、皮肤、毛发、肢体为目的的方剂。这些方剂制作精良,剂型多样,用法各异。此外,孙氏还介绍了针灸美容法、食膳美容法、气功和养生美容法以及其他一些美容方法,如冷冻、玉石磨等。此外,在《千金翼方》卷 1 中,还专辟有“悦人面”、“坚齿”、“明目”等美容药品专条。孙氏提倡养生长寿,除在著作中有所论述外,还自己精研、实践养生之道。他因养生得法而享年百余岁。据史书记载,孙氏“时年九十余,而视听不衰”。孙思邈所著《备急千金要方》60 卷,有一部分是专论针法和灸法的。他还绘制了 3 幅彩色针灸挂图,把人体正、侧、背面的十二经脉、奇经八脉分别用不同颜色标出,令人一目了然。另外书中记载了一些针灸美容处方,如“面苍黑,取行间;面尘黑,取太冲”等。

宋代,经济有了较大的发展,加上印刷术的发明和造纸业的发达,有力地促进了文化的进步和科学技术的传播,也为医学的进一步发展创造了有利的条件。当时出版了很多针灸方面的著作,如王执中的《针灸资生经》,系统地整理了古代针灸学说,且集录了不少宝贵的验案。又如《扁鹊心书》、《备急灸法》、《灸膏肓腧穴》等,记载了很多延缓衰老,治疗损容损形性疾病的针灸方法。

金元时期,滑寿的《十四经发挥》,书中系统阐述了经络循行路线和有关腧穴,扩大了经络辨证的范畴,从经络、气血方面强调了人体经络畅达,气血调和与外形美之间的重要联系,为针灸美容美形进一步发展提供了理论基础。

明代,医学各科在进一步发展,涌现出很多著名的医学家及其著作,促进了针灸美容美形的发展。明代陈会撰《神应经》,高武著《针灸聚英》和《针灸节要》,汪机著《针灸问对》等,都是针灸学名著。这些针灸专著,不仅从各方面探讨了针灸理论和临床的诸多内容,还记载了许多损容损形性疾病的针灸治疗方法。明代针灸著作中最值得一提的是杨继州的《针灸大成》。该书汇集历代针灸文献,并结合杨氏自己的心得经验而成,有理论,有临床,内容丰富。该书卷 8 的诸风门、头面门、耳目门、鼻口门中列有部分损容损形性疾病的取穴法,如“足无膏泽:上廉”,“毛发焦脱:下廉”,“眼睑眈动:头维、攒竹”等。该书还介绍了各种灸法,有保健性的,也有治疗性的,如“蒸脐治病法”,以五灵脂等 8 味药为细末,置脐上以艾灸之,每岁一壮,可“诸邪不侵,百病不入,长生耐老,脾胃强壮”。杨氏亦精于内丹术,认为人们为求延年益寿,进行了多方面的尝试,但都不可能达到目的,因为他们都不理解调理经脉的重要性,提出要明

了经络以养生保健。总之,《针灸大成》是中国针灸学方面的一本重要医书,对于针灸美容美形有极重要的参考价值。另外,明代外科方面的专著比既往任何历史时期都更为丰富多彩,而且有一个突出的变化是从痈疽疮疡向皮肤病方面发展。代表性的医书有陈实功的《外科正宗》。本书记载了许多损容性皮肤病的诊治方法,如黥黑痣、粉刺、酒渣鼻、雀斑、油风、白屑风、漆疮、痤疮、顽癣、鹅掌风、黑子、狐气、唇风、臭田螺等。每个病证都首论病理,次述症状,再论治法、药物组成及制作方法。该书对中医皮肤美容的发展有很大的贡献。又如王肯堂在《疡医证治准绳》中,转录了当时医家矫正先天性缺唇及耳部畸形的治疗经验,如“若唇若耳,先用药涂之,却以剪刀去其外皮,即以丝线缝合,缺耳作两截缝合,缺唇作三截缝合……至八日剪去线”。他的《证治准绳·七窍门上》为眼科专论,首论眼的解剖生理,并列述眼部病证170余种,大大超出了自唐以来流行的72种眼病的范围。傅仁宇的《审视瑶函》既引有前人的成就,又有自己的经验,共归纳有108种眼病,对每种眼病的症状、诊断和治疗都有论述,其中包括一些损容性眼病如针眼、眼睑肿胀、眼皮跳动等。在论述这些损容损形性疾病的治疗中,有些用的就是针灸方法。

清代对美容美形贡献较大的医学著作主要是由吴谦等编著,刊行于1742年的《医宗金鉴》,是一部汇集临床各科的综合性医书,内容系统扼要,200多年来一直是医生必备的重要参考书。该书第67~76卷为“外科心法要诀”,记载了不少损容损形性疾病,如面部黥黑痣、雀斑、黑痣、面游风、油风、肺风粉刺、酒渣鼻、针眼、唇风、牙宣、鹅掌风等,对这些病证均论述了诊断、病因病机、治法、方药,以及一些针灸治疗方法。

近几十年来,中国针灸学进入了前所未有的大发展阶段,针灸作为国粹已经走向世界,为人类的健康做出了极大的贡献。针灸美容美形也正在崛起,针灸美容美形的方法和效果举世瞩目,古老的针灸医学将继续为人类的健康和美丽贡献力量,并不断发展和完善。

第2节 针灸美容美形的原理

一、人体生理与美容美形

中医认为,人体是由若干脏器和组织、器官所组成的,人体以五脏为中心,通过经络系统,把六腑、五体、五官、九窍、四肢百骸等全身组织器官联系成有机的整体,并通过精、气、血、津液的作用,来完成机体统一的功能活动。这种五脏一体观反映出人体各器官组织是相互关联而不是孤立的一个统一的整体,它们在生理上相互联系,病理上相互影响。因此,任何能影响和破坏人体正常生理功能的因素,不仅可以致病,也可以影响人的外在美。

(一) 脏腑与美容美形

脏腑是人体内脏的总称,主要包括五脏(心、肝、脾、肺、肾)和六腑(胆、胃、小肠、大肠、膀胱、三焦)。五脏有贮藏和化生精微(营养)物质的功能,六腑有受纳和腐熟水谷(饮食物)、传化和排泄糟粕的作用。中医学认为脏腑与肢体、五官之间有