

临床中医 美容学

LINCHUANG
ZHONGYI
MEIRONGXUE

编 著 林俊华

中国医药科技出版社

临床中医美容学

林俊华 编著

中国医药科技出版社

内 容 提 要

本书共分上、中、下三篇,分别叙述了中医美容学基础、中医美容技术和方法、中医美容临床。全书在讲解中医美容理论基础上,一一介绍了损美性疾病的发生发展、辨证论治、综合内外治疗方法。其中阐述了古今有效方药及外治方法。全书内容丰富,实用性强,是中医美容临床良好的读物。

图书在版编目(CIP)数据

临床中医美容学/林俊华编著. —北京:中国医药科技出版社,
2004.11

ISBN 7—5067—2934—2

I. 临... II. 林... III. 美容—中医学 IV. ①R275
②TS947.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第038523号

美术编辑 陈君杞

责任校对 张学军

版式设计 郭小平

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲22号

邮编 100088

电话 010—62244206

网址 www.mpsky.com.cn

规格 787×1092mm $\frac{1}{16}$

印张 35 $\frac{1}{2}$

字数 769千字

印数 1—4000

版次 2004年7月第1版

印次 2004年7月第1次印刷

印刷 北京兴华印刷厂

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN7—5067—2934—2/R·2454

定价 58.00元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

前 言

随着时代的发展和变革，人们的物质文化和生活水平也不断提高，特别是在当今高科技迅猛发展和经济全球化的趋势下，人们不仅关注科技的发展，同时也非常重视追求生活质量的提高和身体的健康。中医美容正是顺应了这种需求而迅速发展起来的一门新兴学科。由于中医美容以天然药物和自然疗法为治疗和保健方法，毒副作用小，与当今世界倡导的“回归大自然”的主张相吻合，因而受到了广大人民的青睐。

80年代初期，中医美容业随着改革开放的春风，迅猛发展，遍及祖国大地。经过广大医疗、教学、科研工作者20多年来的不懈努力，中医美容学已从古籍中整理散在的一些中医美容理论和方法，发展成为一门具有坚实的理论基础、丰富的实践经验和方法的一门临床学科。

本书在总结前人经验的基础上，从临床角度叙述了中医美容发展的历史；系统阐述了中医基础理论、中医美学思想对临床的指导作用；详细论述了皮肤的结构、功能与损美性疾病的关系；比较全面的介绍了各种中医美容技术以及治疗、保健美容方法。力求先进性、实用性和科学性。希望给临床中医美容工作者和爱好美容的人士提供一本使用方便和行之有效的临床医学读物。

作 者

2004年3月于武汉

目 录

上篇 中医美容学基础

第一章 中医美容学概述	(3)
第二章 中医美容发展简史	(5)
第一节 中国修饰美容简史	(5)
第二节 中医美容简史	(7)
一、中医美容理论的产生与发展	(7)
二、中医美容的临床应用与发展	(12)
三、中医美容学科的建立	(18)
第三章 皮肤与美容的关系	(20)
第一节 皮肤的结构与理化成分分析	(20)
一、皮肤的构造	(20)
二、皮肤理化成分的分析	(25)
第二节 皮肤的生理功能	(26)
一、保护作用	(27)
二、调节体温	(27)
三、分泌、排泄作用	(27)
四、吸收作用	(28)
五、感觉作用	(29)
六、新陈代谢	(29)
七、免疫作用	(30)
八、美容作用	(30)
第四章 中医基本美学思想	(31)
第一节 中医美学概念与理论基础	(31)
一、中医美学概念	(31)
二、中医美学理论基础	(31)
第二节 中医基本美学思想的特征	(32)
一、“天人合一”——整体之美	(33)
二、阴阳消长——平衡之美	(35)
三、五行生克——协调之美	(36)
四、阳刚阴柔——和谐之美	(37)
五、温柔敦厚——中和之美	(38)
六、先质后文——自然之美	(38)

七、形神统一——神形俱美·····	(39)
八、四诊合参——辨证之美·····	(39)
九、组方法则——协同之美·····	(40)
第三节 中医美学范畴·····	(40)
一、精气·····	(41)
二、形神·····	(42)
三、意象·····	(43)
四、尽善·····	(43)
五、合和·····	(44)
第四节 中医人体审美·····	(45)
一、人体审美的内容·····	(45)
二、古代人体审美观·····	(48)
三、中医人体审美方法·····	(48)
第五章 阴阳五行学说·····	(51)
第一节 阴阳学说·····	(51)
一、阴阳学说的概念与基本内容·····	(51)
二、阴阳学说在中医美容学中的运用·····	(52)
第二节 五行学说·····	(53)
一、五行学说的概念与基本内容·····	(53)
二、五行学说在中医美容学中的运用·····	(55)
第六章 脏象学说·····	(57)
第一节 五脏·····	(57)
一、心·····	(57)
二、肺·····	(58)
三、脾·····	(59)
四、肝·····	(59)
五、肾·····	(60)
第二节 六腑·····	(61)
一、胆·····	(61)
二、胃·····	(61)
三、小肠·····	(62)
四、大肠·····	(62)
五、膀胱·····	(62)
六、三焦·····	(62)
第三节 奇恒之腑·····	(63)
一、脑·····	(63)
二、女子胞·····	(63)
第四节 脏象学说在中医美容学中的运用·····	(63)
一、面部色泽与脏腑·····	(63)
二、毛发、皮肤、爪甲、肢体与脏腑·····	(64)
三、五官与脏腑·····	(64)

第七章 气、血、津液	(66)
第一节 气	(66)
一、气的概念	(66)
二、气的生成	(66)
三、气的生理功能	(66)
第二节 血	(67)
一、血的概念	(67)
二、血的生成	(68)
三、血的生理功能	(68)
四、血的运行	(68)
第三节 津液	(69)
一、津液的概念	(69)
二、津液的生成、输布和排泄	(69)
三、津液的功能	(70)
第四节 气、血、津液之间的相互关系	(70)
一、气和血的关系	(70)
二、气和津液的关系	(71)
三、血和津液的关系	(71)
第五节 气血津液在中医美容学中的运用	(72)
一、气与美容	(72)
二、血与美容	(72)
三、津液与美容	(73)
第八章 经络	(74)
第一节 经络的概念、组成与功能	(74)
第二节 十二经脉	(74)
一、手太阴肺经	(75)
二、手厥阴心包经	(75)
三、手少阴心经	(75)
四、手阳明大肠经	(75)
五、手少阳三焦经	(75)
六、手太阳小肠经	(75)
七、足阳明胃经	(75)
八、足少阳胆经	(76)
九、足太阳膀胱经	(76)
十、足太阴脾经	(76)
十一、足厥阴肝经	(76)
十二、足少阴肾经	(76)
第三节 督脉任脉	(85)
一、督脉	(85)
二、任脉	(86)
第四节 经络循行和分布规律	(86)

一、走向和交接规律·····	(86)
二、分布规律·····	(86)
第五节 经络学说在中医美容学中的运用·····	(86)
一、阐明病理变化·····	(86)
二、指导辨证归经·····	(87)
三、指导临床治疗·····	(87)
第九章 腧穴·····	(88)
第一节 腧穴的概念、分类和作用·····	(88)
一、腧穴的概念·····	(88)
二、腧穴的分类·····	(88)
三、腧穴的作用及主治规律·····	(89)
第二节 腧穴定位的基本方法·····	(90)
一、骨度分寸取穴法·····	(90)
二、自然标志定位法·····	(91)
三、手指同身寸定位法·····	(92)
第三节 美容腧穴·····	(93)
一、手太阴肺经穴·····	(93)
二、手阳明大肠经穴·····	(94)
三、足阳明胃经穴·····	(95)
四、足太阴脾经穴·····	(97)
五、手少阴心经穴·····	(98)
六、手太阳小肠经穴·····	(99)
七、足太阳膀胱经穴·····	(99)
八、足少阴肾经穴·····	(100)
九、手厥阴心包经穴·····	(101)
十、手少阳三焦经穴·····	(102)
十一、足少阳胆经穴·····	(102)
十二、足厥阴肝经穴·····	(103)
十三、督脉经穴·····	(104)
十四、任脉经穴·····	(105)
十五、奇穴·····	(106)
第十章 中医病因学说·····	(108)
第一节 六淫·····	(108)
一、风·····	(109)
二、寒·····	(109)
三、暑·····	(109)
四、湿·····	(109)
五、燥·····	(110)
六、火·····	(110)
第二节 七情·····	(110)
一、喜·····	(110)

二、怒	(110)
三、忧	(110)
四、思	(111)
五、惊	(111)
六、悲	(111)
七、恐	(111)
第三节 虫毒	(111)
第四节 饮食劳逸	(111)
一、饮食不节	(111)
二、劳逸损伤	(112)
第五节 血瘀痰饮	(112)
第十一章 中医美容辨证	(113)
第一节 神气的美容辨证	(113)
第二节 头面、官窍的美容辨证	(113)
一、头面	(113)
二、眼睛	(115)
三、鼻	(115)
四、口唇、齿龈	(116)
五、耳	(117)
第三节 皮肤的美容辨证	(117)
一、皮肤性质的辨证	(117)
二、常见皮损的美容辨证	(118)
第四节 毛发爪甲的美容辨证	(123)
一、毛发	(123)
二、爪甲	(124)
第五节 气味的美容辨证	(126)
一、口臭	(126)
二、体臭	(126)
第六节 体质的美容辨证	(127)
一、正常质	(127)
二、阴虚质	(127)
三、阳虚质	(127)
四、痰湿质	(127)
五、湿热质	(128)
六、气虚质	(128)
七、瘀血质	(128)
第七节 体形的美容辨证	(128)
一、肥胖	(128)
二、消瘦	(129)
第八节 气质的美容辨证	(129)
一、太阳之人	(130)

二、少阳之人·····	(130)
三、太阴之人·····	(130)
四、少阴之人·····	(130)
五、阴阳平和之人·····	(130)

中 篇 中 医 美 容 技 术 与 方 法

第一章 中医美容针灸、拔罐技术·····	(133)
第一节 针刺美容法·····	(133)
一、毫针的构造、规格和保藏·····	(133)
二、针刺练习·····	(133)
三、针刺前的准备·····	(134)
四、毫针刺法·····	(134)
五、异常情况的处理及预防·····	(137)
六、针刺注意事项·····	(139)
七、针刺美容的常用方法·····	(140)
八、针刺治疗的美容作用·····	(142)
第二节 灸治美容法·····	(143)
一、常用灸法·····	(143)
二、灸法的作用·····	(144)
三、注意事项·····	(145)
第三节 耳穴美容法·····	(145)
一、耳穴美容法简介·····	(146)
二、耳廓的解剖结构·····	(146)
三、耳穴的全息分布和原理·····	(147)
四、耳穴美容法的穴位·····	(147)
五、耳穴的视诊与辨证·····	(153)
六、耳穴美容法的工具和手法·····	(154)
七、耳穴法的强度和力度·····	(155)
第四节 拔罐美容法·····	(156)
一、火罐种类·····	(156)
二、操作方法·····	(156)
三、拔罐美容常用穴位和经络·····	(157)
四、注意事项·····	(158)
第二章 面部刮痧美容技术·····	(159)
第一节 痧、刮痧及其原理·····	(159)
一、痧的含义·····	(159)
二、传统刮痧与现代刮痧的异同·····	(160)

三、刮痧的作用原理·····	(160)
第二节 刮痧美容常用器具·····	(161)
第三节 面部刮痧的手法、程序和经穴·····	(163)
第三章 推拿美容技术·····	(166)
第一节 推拿美容的作用·····	(166)
一、平衡阴阳,调整脏腑气血功能·····	(166)
二、疏通经络,活血化瘀·····	(166)
第二节 保健按摩美容法·····	(167)
一、中医按摩美容常用手法·····	(167)
二、中医按摩美容诸法·····	(168)
三、美容按摩注意事项·····	(176)
第四章 倒模面膜美容技术·····	(177)
第一节 作用原理·····	(177)
一、蒸气美容的作用原理·····	(177)
二、倒模面膜的作用原理·····	(178)
第二节 倒模面膜的种类·····	(178)
一、硬模·····	(178)
二、软膜·····	(179)
三、面膜·····	(179)
四、中草药面膜·····	(179)
五、其它类型面膜·····	(180)
第三节 倒模面膜美容术操作过程·····	(181)
一、硬模·····	(181)
二、软膜·····	(182)
三、面膜·····	(182)
第五章 中药美容·····	(185)
第一节 美容中药·····	(185)
一、中药的美容作用·····	(185)
二、中药美容的现代研究·····	(187)
三、美容中药·····	(190)
第二节 美容方剂·····	(295)
一、润肤增白类·····	(295)
二、悦容增颜类·····	(296)
三、驻颜抗皱类·····	(297)
四、生发乌发类·····	(299)
五、减肥瘦身类·····	(300)
六、香口除臭类·····	(301)
七、洁齿固齿类·····	(302)

八、消斑去黑类·····	(303)
九、疗疮除皴类·····	(305)
十、祛风除湿, 清热解毒类·····	(307)
十一、消癭除痣类·····	(309)
第三节 美容中药临床运用法·····	(310)
一、美容中药内治法·····	(310)
二、美容中药外治法·····	(312)
三、药物配伍和组方原则·····	(320)
四、美容常用剂型和用法·····	(321)
第六章 食膳美容·····	(325)
第一节 食膳美容的概念·····	(325)
第二节 食膳美容的原理·····	(326)
第三节 食膳美容的治疗法则·····	(327)
一、祛风法·····	(327)
二、清热法·····	(328)
三、祛湿法·····	(328)
四、化痰法·····	(328)
五、化瘀法·····	(328)
六、补益法·····	(328)
七、理气法·····	(329)
第四节 常用美容食物·····	(330)
一、果品类·····	(330)
二、蔬菜类·····	(334)
三、肉、蛋、乳类·····	(340)
四、造酿类·····	(343)
五、谷物类·····	(345)
第五节 常用美容食膳·····	(347)
一、润肤白面类·····	(347)
二、悦容增颜类·····	(347)
三、驻颜去皱类·····	(351)
四、祛除面斑类·····	(353)
五、治疗粉刺类·····	(355)
六、疗酒皴鼻类·····	(356)
七、去扁平疣类·····	(356)
八、消癭痕疙瘩、黑痣类·····	(356)
九、减肥轻身类·····	(357)
第七章 植物芳香美容疗法·····	(359)
第一节 芳香疗法的作用原理·····	(359)

第二节 芳香疗法的成分	(360)
一、香精质油	(360)
二、干燥香花	(363)
第三节 芳香疗法的运用	(364)
一、氤氲法	(364)
二、适用证	(364)
三、注意事项	(365)
第四节 芳香疗法的按摩技术	(365)
一、按摩环境	(365)
二、按摩手法	(366)
第八章 其它美容方法	(369)
第一节 练功健身美容	(369)
第二节 沐浴健身美容	(369)
第三节 娱乐健身美容	(370)
一、音乐健身美容	(370)
二、色彩健身美容	(371)
三、舞蹈健身美容	(371)
四、弈棋健身美容	(371)

下篇 中医美容临床

第一章 美容治疗	(375)
第一节 色素类损美性皮肤病	(375)
一、黄褐斑	(375)
二、颧颧部点状色素斑	(381)
三、黑变病	(383)
四、色素沉着症	(385)
五、雀斑	(388)
六、白癜风	(391)
第二节 皮肤附属器、血管类损美性疾病	(395)
一、痤疮	(395)
二、酒皰鼻	(400)
三、皮脂溢出症	(402)
四、脂溢性皮炎	(405)
五、脂溢性脱发	(407)
六、斑秃	(409)
七、妇女多毛症	(413)
八、青少年白发	(415)

九、臭汗症·····	(417)
十、毛细血管扩张·····	(420)
第三节 变态反应类损美性皮肤病·····	(422)
一、化妆品皮炎·····	(422)
二、月经疹·····	(424)
三、激素依赖性皮炎·····	(425)
四、面部接触性皮炎·····	(427)
第四节 物理、职业和代谢类损美性皮肤病·····	(430)
一、手足皲裂·····	(430)
二、冻疮·····	(432)
三、晒斑·····	(434)
四、植物—日光性皮炎·····	(436)
五、泥螺—日光性皮炎·····	(438)
第五节 病毒、细菌、真菌、虫积类损美性皮肤病·····	(439)
一、扁平疣·····	(439)
二、单纯性疱疹·····	(442)
三、面部疖、痈（颜面疔）·····	(444)
四、颜面丹毒·····	(447)
五、手癣·····	(448)
六、甲癣·····	(450)
七、白色糠疹·····	(451)
第六节 皮肤良性肿瘤类损美性疾病·····	(453)
一、汗管瘤·····	(453)
二、睑黄瘤·····	(454)
三、粟丘疹·····	(455)
四、疤痕疙瘩·····	(455)
五、色素痣·····	(457)
六、血管瘤·····	(458)
七、脂溢性角化病·····	(460)
第七节 口腔、黏膜类损美性疾病·····	(461)
一、剥脱性唇炎·····	(461)
二、口周皮炎·····	(464)
三、口臭·····	(465)
四、牙齿黄黑·····	(467)
第八节 眼科损美性疾病·····	(468)
一、黑眼圈·····	(468)
二、眼袋·····	(471)
三、单睑·····	(473)

四、上睑下垂·····	(474)
五、睑腺炎·····	(475)
第九节 内科损美性疾病·····	(479)
一、单纯性肥胖·····	(479)
二、消瘦·····	(485)
第十节 神经科损美性疾病·····	(487)
一、面神经麻痹·····	(487)
二、面肌痉挛·····	(490)
第二章 美容保健·····	(493)
第一节 皮肤美容·····	(493)
一、驻颜悦色·····	(493)
二、抗衰除皱·····	(498)
三、润肤白面·····	(504)
四、洁肤香身·····	(509)
第二节 口齿美容·····	(511)
一、润唇艳唇·····	(511)
二、美齿香口·····	(515)
第三节 眼部美容·····	(521)
美眼明目·····	(521)
第四节 头发美容·····	(526)
一、秀发乌发·····	(526)
二、生发固发·····	(530)
第五节 肢体美容·····	(534)
护手美指·····	(534)
第六节 形体美容·····	(538)
一、健胸丰乳·····	(538)
二、健身美体·····	(542)
参考文献·····	(548)

上 篇

中医美容学基础

