

新编中国美容

秘 方 全 书

主 编 徐三文 汪文杰 吴晓春

科学技术文献出版社

Scientific and Technical Documents Publishing House

北 京

图书在版编目(CIP)数据

新编中国美容秘方全书/徐三文等主编.-北京:科学技术文献出版社,2005.5(重印)

(中国秘方系列书)

ISBN 7-5023-4743-7

I.新... II.徐... III.美容-秘方-汇编 IV.R289.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第081393号

出 版 者 科学技术文献出版社
地 址 北京市复兴路15号(中央电视台西侧)/100038
图书编务部电话 (010)68514027,(010)68537104(传真)
图书发行部电话 (010)68514035(传真),(010)68514009
邮 购 部 电 话 (010)68515381,(010)58882952
网 址 <http://www.stdph.com>
E-mail:stdph@istic.ac.cn
策 划 编 辑 白殿生
责 任 编 辑 白殿生
责 任 校 对 赵文珍
责 任 出 版 王芳妮
发 行 者 科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销
印 刷 者 富华印刷包装有限公司
版(印)次 2005年5月第1版第2次印刷
开 本 850×1168 32开
字 数 687千
印 张 27.875
印 数 5001~8000册
定 价 45.00元

© 版权所有 违法必究

购买本社图书,凡字迹不清、缺页、倒页、脱页者,本社发行部负责调换。

(京)新登字 130 号

内 容 简 介

中国美容秘方全书汇集了中医美容方剂方法之精华,共搜集整理了古今名家和民间秘方、秘法 3 000 余首。系统地介绍了历代常用美容、与损美有关的常见疾病的古今临床效方、验方、单方、偏方。既有药物的内服外用,又有非药物的针灸治疗,是一部较为完善和实用的中医美容临床用书。可供从事医学美容专业的临床、教学、科研工作同仁参考和借鉴,亦可供广大中医爱好者学习使用。

科学技术文献出版社是国家科学技术部系统唯一一家中央级综合性科技出版机构,我们所有的努力都是为了
使您增长知识和才干。

此为试读,需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

中国秘方系列书

编 委 会

总 编 柯新桥 周祯祥 郝建新

副总编 余新华

编 委 (按姓氏笔画排列)

| | | |
|-----|-----|------|
| 韦 丹 | 邓晋琪 | 司徒凤怡 |
| 包高文 | 刘凤云 | 刘建忠 |
| 陈 刚 | 李一明 | 李卫青 |
| 金福兴 | 郑晓英 | 柯 源 |
| 聂 广 | 徐三文 | 黄保希 |
| 蒋玉洁 | 谭异伦 | 熊益群 |

新编中国美容秘方全书

编 委 会

主 编 徐三文 汪文杰 吴晓春

副主编 江卫军 梅 林

编 委 (以姓氏笔画为序)

江卫军 汪文杰 吴晓春

张新桂 陈前进 何瑞明

金福兴 柯 源 胡建新

徐三文 梅 林 蒋沁蓓

编写者说明

近五年来,《中国秘方系列书》在科学技术文献出版社和全体编著者的不懈努力下,先后出版了《中国内科秘方全书》、《中国外科秘方全书》、《中国妇产科秘方全书》、《中国儿科秘方全书》、《中国骨伤科秘方全书》等 15 部大型临床参考书,计近千万字,汇集了中国中医方剂的精华,广博医书,全面系统地包容了中医各科(包括内、外、妇、儿、肿瘤、传染、糖尿病、骨伤、脑病、肾病、肝胆病、血液病、皮肤病、老年病、男科等)常见病、多发病的临床效方、验方、单方、偏方。既收集口服、外用方药,亦收集针灸、推拿、水针等方法,凡有效者,皆当收之,面向临床,注重实用,古今秘方兼容,新老杂志兼容,秘方秘法兼容,是该系列书最大的特点。该书的出版,得到了中医药界广大同仁和广大患者普遍赞同和认可,受到广大读者的关心和支持。然而随着时间的推移,祖国医学又取得了许多新成果,全国各地各种期刊书籍又不断报道了许多行之有效的经验方。为了更好地继承、发掘祖国遗产,更

好地为医患者服务,因此我们决定在原有方书的基础上重新编写《新编中国秘方全书》,这套丛书将继续出版发行,以奉献给从事中医及中西医结合临床、教学和科研的同志们参考借鉴。

本系列书的编辑和出版,得到了全国各地名医的大力支持,始终得到了科学技术文献出版社的大力支持和帮助,得到了广大读者的热情关怀和支持,在此,仅向他们表示衷心的感谢。参加本系列方书编写的专家教授分别来自于深圳市罗湖医院、深圳市中医院、罗湖中医院、深圳市红十字会医院、湖北中医学院、广州中医药大学、湖北省中医院、襄樊市中医院、鄂州市中医院等单位。由于我们水平有限,加之时间仓促,不足乃至谬误之处在所难免,祈望广大同仁及读者不吝赐教。

愿本书的出版发行,为人类的医疗健康事业做出应有的贡献。

总编 柯新桥 郝建新 周祯祥

2004年9月1日

编著者的话

《中国秘方系列书》经全体同仁近三年的共同努力，终于陆续问世了。近几年来，我们广泛查阅了国内各地相关文献资料，收集了大量古今名医之名方名药。因此本系列书包含了原作者及编著者的智慧，凝聚了大量的汗水和艰辛，编著的初衷是为了发掘祖国医药学遗产，以奉献给从事中医及中西医结合临床、教学、科研工作的同仁们参考借鉴。

目前，我国有关中医秘方的著作很多，其中绝大多数方书或由于体例原因，或限于篇幅，不能详尽地包容中医各科疾病的秘方，难以系统、规范、全面地概括古今秘方秘法。而本系列书汇集了中国中医方剂的精华，广博医书，全面系统地介绍了中医各科（包括内、外、妇、儿、肿瘤、传染、糖尿病、肾病、骨伤、脑病、肝胆病、血液病、皮肤病、老年病、男科等）常见病、多发病的临床效方、验方、单方、偏方。既收集口服、外用方药，亦收集针灸、推拿、水针等方法，凡有效者，皆当收之。面向临床，注重实用，古

今秘方兼容,新老杂志兼收,秘方秘法兼顾,是本系列书的
最大特点。

本系列书的编辑和出版,始终得到了科学技术文献出版社的大力支持和帮助,借此深表谢意!参加本系列书编写的有关专家教授,分别来自深圳市罗湖医院、深圳市红十字会医院、深圳市中医院、湖北中医学院、广州中医药大学、湖北省中医院、襄樊市中医院、鄂州市中医院等单位。由于我们水平有限,加之时间仓促,不足乃至谬误之处在所难免,祈望广大同仁及读者不吝赐教。

愿本系列书的出版发行,为人类的医疗健康事业做出应有的贡献。

总编 柯新桥 周祯祥 郝建新

编写说明

21 世纪的今天 ,随着人们生活水平的不断提高 ,美化生活 ,追求健美已成为当今的一种时尚主流。在现代社会中 ,人们对美的要求以及审美观念的不断转变 ,更促使着美容业向高层次、高品味的方向蓬勃发展。但是 ,由于化学合成化妆品的大量涌入和盲目滥用 ,以及药源性疾病对人体的伤害 ,致使人们更渴望一种集中国传统医学几千年养生理论和美容方法于一身的天然美容方法。有鉴于此 ,我们特组织相关专家学者编写是书 ,系统总结中医药在美容方面千百年来所积累的丰富经验和方法 ,使之得到更广泛的推广和应用 ,以供从事医学美容专业的临床、教学、科研同道及广大患者参考、借鉴 ,以期进一步推动中医美容的发展。

本书所收载的方剂约 3 000 余首 ,多来源于国内公开发表的省级以上的专业杂志 ,但也收录了一定数量的古方、单方 ,还有部分公开发表的祖传秘方、民间验方。故

在内容的选择上具有如下特点：古今秘方兼容、新老杂志兼容、秘方秘法兼容。

总的编写原则是以病统方。通常于每病前简要介绍西医学和中医学对该病的认识，使读者知其梗概，然后重点介绍经验方法。所选方法都是通过长期临床验证确有较好疗效者。尽量突出所载内容的科学性、先进性和实用性。

本书分上、中、下三篇。上篇较为详尽地介绍了祖国传统医学宝库中有关美容方面的方药精华；中篇重点对50种与损美有关的常见疾病的治疗方药进行全面、系统地介绍；下篇从实用的角度，分10个部分讲解了常用美容药膳方法。

本书的编辑和出版，始终得到了科学技术文献出版社的大力支持和帮助，借此深表谢意！由于我们水平有限，加之时间仓促，不足乃至谬误之处在所难免，祈望广大同仁及读者不吝赐教。

主编 徐三文 汪文杰 吴晓春

目 录

上篇 历代常用美容秘验方

| | |
|---------------|-------|
| 一、润肤去皱方 | (9) |
| 二、悦色驻颜方 | (25) |
| 三、洁面增白方 | (46) |
| 四、生发黑发方 | (60) |
| 五、洁齿固齿方 | (87) |
| 六、聪耳明目方 | (105) |
| 七、香身美体方 | (115) |
| 八、延年益寿方 | (126) |

中篇 与损美有关的常见疾病方

| | |
|----------------|-------|
| 一、斑秃方 | (145) |
| 二、脂溢性脱发方 | (167) |
| 三、头癣方 | (174) |
| 四、雀斑方 | (184) |
| 五、酒皴鼻方 | (192) |

| | |
|-----------------|-------|
| 六、黄褐斑方 | (208) |
| 七、痤疮方 | 236 |
| 八、唇炎方 | 266 |
| 九、扁平苔藓方 | 279 |
| 十、色素痣方 | 293 |
| 十一、皮肤黑变病方 | 298 |
| 十二、白癜风方 | 308 |
| 十三、单纯疱疹方 | 332 |
| 十四、扁平疣方 | 338 |
| 十五、寻常疣方 | 354 |
| 十六、传染性软疣方 | 362 |
| 十七、带状疱疹方 | 369 |
| 十八、脓疱疮方 | 388 |
| 十九、毛囊炎方 | 399 |
| 二十、甲沟炎方 | 407 |
| 二十一、甲癣方 | 410 |
| 二十二、手足癣方 | 416 |
| 二十三、体癣方 | 426 |
| 二十四、花斑癣方 | (432) |
| 二十五、疥疮方 | (438) |
| 二十六、冻疮方 | (449) |
| 二十七、鸡眼方 | (461) |
| 二十八、痲子方 | (469) |
| 二十九、手足皲裂方 | (474) |
| 三十、荨麻疹方 | (481) |
| 三十一、湿疹方 | (497) |
| 三十二、红斑狼疮方 | (516) |
| 三十三、硬皮病方 | (531) |

| | |
|-------------------|-------|
| 三十四、神经性皮炎方 | (543) |
| 三十五、脂溢性皮炎方 | (557) |
| 三十六、皮肤瘙痒症方 | (565) |
| 三十七、多形红斑方 | (585) |
| 三十八、玫瑰糠疹方 | (593) |
| 三十九、银屑病方 | (600) |
| 四十、腋臭方 | (623) |
| 四十一、鱼鳞病方 | (630) |
| 四十二、瘢痕疙瘩方 | (634) |
| 四十三、单纯性肥胖病方 | (643) |
| 四十四、斜视方 | 671 |
| 四十五、眼睑下垂方 | 680 |
| 四十六、麦粒肿方 | 696 |
| 四十七、结膜炎方 | 711 |
| 四十八、突发性耳聋方 | 731 |
| 四十九、面肌痉挛方 | 745 |
| 五十、面神经炎方 | 753 |

下篇 常用美容药膳方

| | |
|-----------------|-----|
| 一、养颜润肤药膳方 | 769 |
| 二、祛斑增白药膳方 | 785 |
| 三、护肤美容药膳方 | 800 |
| 四、防皱消皱药膳方 | 816 |
| 五、养发生发药膳方 | 825 |
| 六、明目美容药膳方 | 837 |
| 七、香口润喉药膳方 | 849 |
| 八、丰乳健美药膳方 | 857 |

| | |
|-----------------|-----|
| 九、减肥健体药膳方 | 862 |
| 十、丰肌健美药膳方 | 873 |

上
篇

历代常用美容秘验方

一、润肤去皱方

中医学认为,皮肤干燥起皱纹,主要是由于肺气虚衰,宣发功能失常;脾胃虚弱,运化失健;饮食失宜,劳逸损伤;情志不畅,肝失疏泄等。影响了水谷精微化生气血,使面部肌肤失去气血之濡养而致。治疗多以益气养血,润肤去皱为大法。下述诸方,可供临床参考选用。

(一)内治方

1. 八珍汤

潞党参、焦白术、云白苓、粉甘草、当归身、杭白芍、抚川芎、熟地黄各 10 g。每日 1 剂,水煎取汁,分次服用,连服 3 月为 1 疗程。

本方出自《正体类要》,有补益润肤之功。

2. 猪肤汤

猪皮 60 g,米粉 15 g,白蜂蜜 30 g。将新鲜猪皮去净毛,放入沙锅内,文火煨成浓汁,再下白蜜、米粉熬成膏状即成。每服 10 g,每日 3~4 次,空腹食之。