

中国皇室秘方大全

王振国 刘更生

1993 年 06 月

皇宫中积累千年、秘而不宣的医方药典，包罗万象，实用灵验，是我国医药学的宝库，也是人类文明历史中罕有所见的异卉奇葩，今天，我们将这尘封的宝库打开，将这些千锤百炼、闪烁着先民智慧的方剂介绍于大众面前。

（本书从十数万宫廷秘方中精选了近千首精妙方剂，针对女性、男性、小儿、中老年人的不同特点，分别进行介绍，另外又择取古代宫廷中美容养颜、食疗及常见病防治直面的部分秘方，一并贡献于读者面前。

皇室秘方的巨大价值，必将逐渐为现代人重新认识，希望这本书为您带来福音！

序

上肇周秦,下迄明清,中国的历代帝王莫不十分重视医疗保健之事。他们不仅有专门的医疗保健机构,而且还时常征召天下名医、验方为其服务,因此历代宫廷均积累了众多的医方。这些宫廷医方,堪称中医学中的宝贵资料。因为它们无论是出自“国医”之手,还是由民间征集与进献,都是具有相当水平及疗效者。而且,有许多宫廷医方确实立意新奇、组方精当、疗效非凡,其价值犹珠似玉,非一般医方可比。但由于历史等诸方面的原因,宫廷医方一向为皇宫所有,始终流传未广,有的散见于历代医书、杂著,有的深藏于宫廷档案,世人至今未能尽识其面目,诚为当今中医学界继承发扬祖国医学遗产之不足。

王振国、刘更生等多年留心于斯,今将历代宫廷医方检索一过,并摘其要者辑为一帙,名曰《中国皇室秘方大全》。余披览之,认为二君之举殊堪嘉许。此书不仅弥补了宫廷医方研究之不足,且其所辑之方,均能一一明其功效,阐其奥义,通俗易懂,饶有趣味,读来轻松自如。相信此书无论对于医家还是病家,均能有所裨益,故乐而为序。

周凤梧

1992年12月于趵突泉畔

前 言

帝制(即君主专制制)在中国的存在,有悠悠两千年的历史。在这种社会制度下,帝王不仅是中国古代政治社会的核心,而且对社会的各行各业都有着广泛而深刻的影响,其中传统的中医药学自然也不能例外。

历代帝王除了处理政务之外,莫不注重对身体的保健和对长寿的追求。由于他们拥有至高无上的权力,因此经常广征天下名医为其进行医疗保健,如周朝的医师、秦汉时的侍医、南北朝的御医,唐代的侍御医、宋金时的太医、明清时的御医等均属此类。并且,在隋唐时期宫廷中还设立了太医署,专门从事帝王及皇室成员的医疗保健工作。后来,太医署虽改称太医局(宋代)或太医院(金元及明清),但其专门为皇族服务的性质却丝毫未曾改变。

在皇官服务的御医,无论是由太医院内拔擢,还是属于征聘之医(从民间征召或聘请的医生),都必须是品行端正、医道高超、学验俱丰的“国医”。在中国医学史上,许多著名医家均曾担任过太医或征聘之医,如唐朝的王冰、明朝的李时珍、龚廷贤、薛己,以及清朝的吴谦、刘裕锋、马培之等。可见,从某种意义上讲,太医的医疗水平,实际上就代表了中医学在当时的最高水平。历代御医在宫廷中的医疗实践,构成了宫廷医学,它是整个中医学的重要组成部分。而

就宫廷医学而言,最有价值的便是历代御医创造并积累的大量宫廷医方。

宫廷医方的来源主要有三条渠道,一是由历代御医所创,二是向民间征集,三是由地方官员或医者进献。由于这些方药是专供皇室使用的,因此必须具备疗效显著、方便实用、组方严谨等特点,由此也决定了宫廷医方的较高临床实用价值。

然而,由于宫禁森严,宫廷医方只被帝王据为己有,秘而不宣,这样以来,宫廷医方实际上成为宫廷秘方。近年来,有些专家学者虽对宫廷秘方进行了一定的挖掘与整理,但还不够全面,也不够深入。所以中医学宝库中的这枝奇葩始终未能散发出其应有的芳香,没有更好地发挥其作用,这是十分可惜的。有鉴于此,我们翻阅了大量资料,从中挖掘出具有较高临床价值的宫廷秘方一千余首,并详加评议,按女性篇、小儿篇、男子篇、中老年篇、美容篇、食疗篇、常见病篇等七部分,类编成册,名曰《中国皇室秘方大全》。目的在于通过对宫廷秘方的挖掘、整理和研究,使昔日专供皇室使用的秘方走向民间,造福人类!

诚然,依靠我们的微薄之力,要想把宫廷秘方的精华全部挖掘出来,这是很难的。但是通过本书的编纂,若能引起医学界对宫廷秘方的重视,或由此而将宫廷医方应用于临床、创制出新方,哪怕数量很少,那么,我们的努力、我们所花费的心血和精力就是值得的。

需要特别一提的是,在本书选题的确定、编写及出版的整个过程中,杜志南、林宏二位老师给予很大的支持和帮助,并提出许多宝贵意见,在此特表谢忱。此外,对周凤梧教授在百忙中审阅本书并作序,致以深切的谢意。

由于编著者水平所限,加之本书体例有一定尝试性,故书中谬误在所难免,敬请海内同仁及医方爱好者指正!

编写说明

一、本书收录历代宫廷具有一定临床价值的医方近年首,以供中医临床、教学、科研及医方爱好者参考。

二、本书所收方剂,根据其功效与主治划分为7篇,即女性篇、小儿篇、男子篇、中老年篇、美容篇、食疗篇、常见病篇。

三、每篇先为引言,介绍该篇所收方剂的特点;次将该篇方剂分为若干类,每类均冠以题目,并概述本类方剂的源流;再次列方。

四、每方设方名、组成、用法、功效、主治、评按等项,其中评按一项,主要介绍方剂来源、组方原理、使用注意事项、典型医案及有关的宫廷轶事、医学人物、医事制度等。

五、药物剂量按现行用量折算为克,以便读者直接引用。

目 录

一、晓镜但愁云鬓改

——美发方 (208)

1. 魏文帝用效秘方 (209)
2. 治发髭黄赤方 (210)
3. 桑皮柏叶汤 (210)
4. 摩顶黑发方 (210)
5. 金主绿云油 (211)
6. 长发滋荣散 (212)
7. 犀皮汤 (212)
8. 洗发菊花散 (212)
9. 柏枝油 (213)
10. 浸油益发神效方 (213)
11. 冷发易长方 (214)
12. 令发易长又方 (214)
13. 令发不落方 (214)
14. 老佛爷香发散。 (215)

二、淡招蛾眉朝至尊

——美眉方 (216)

1. 生眉毛方 (216)
2. 生眉毛方 (217)
3. 眉毛鬓发火烧疮瘢毛不生方 (217)
4. 青莲膏 (217)
5. 治眉毛脱落方 (218)
6. 治眉毛脱落方 (218)
7. 治眉毛痒落方 (218)
8. 治眉毛痒落方 (219)
9. 生眉毛方 (219)
10. 治眉发髭不生,兼令黑方 (219)
11. 松脂膏 (220)

三、浴兰汤兮沐芳华

——香身方 (221)

1. 香身丸 (221)
2. 七香丸 (222)
3. 五香丸 (222)
4. 香身衫 (223)
5. 浣衣香方 (223)

四、温泉水滑洗凝脂

——沐浴方 (224)

1. 永和公主澡豆方 (225)
2. 香药澡豆方 (226)
3. 澡洗药 (226)
4. 香肥皂 (226)
5. 孙仙少女膏 (227)
6. 慈禧太后沐浴方 (228)
7. 慈禧太后沐浴方 (228)
8. 加味香肥皂 (228)

五、口脂面药随恩泽

——养颜美容方 (230)

1. 隋炀帝后官面白散 (231)
2. 张贵妃面膏 (232)
3. 太平公主面药 (232)
4. 永和公主洗面药 (233)
5. 玉屑膏 (233)
6. 变白方 (234)
7. 冬瓜子散 (234)
8. 金国宫女八白散 (234)
9. 宫廷美容三联方 (235)
10. 朱砂红丸子 (236)

11. 神仙玉女粉	(237)
12. 玉容散	(238)
13. 冬瓜洗面粉	(238)
14. 皇后洗面药	(238)
15. 藿香散	(239)
16. 钟乳粉散	(240)
17. 七白膏	(240)
18. 展皱膏	(241)
19. 杨太真红玉膏	(241)
20. 祛风润面散	(242)
21. 玉容粉	(242)
22. 慈禧太后驻颜方	(243)

六、嫣然一笑粲瓠犀

——美齿固齿方	(244)
1. 揩齿方	(244)
2. 牢牙散	(245)
3. 贝齿散	(245)
4. 治齿黄黑揩齿方	(245)
5. 地骨皮散	(246)
6. 玉池散	(246)
7. 仙方地黄散	(247)
8. 沉香散	(248)
9. 珍珠散	(248)
10. 御前白牙散	(248)
11. 点牙药方	(249)
12. 擦牙根方	(249)
13. 清胃止痛漱齿方	(249)
14. 固齿刷牙散	(250)

美容篇

菩
薩
菩
薩

年
年
十
八

我国人民喜爱美容的历史，可以追溯到有文字记载的时期，商周时期的甲骨文字中就有“沐”、“浴”等字。《中华古今注》不仅记载“三代，以铅为粉”，而且指出在殷纣时，就用红兰花汁凝成胭脂，以之涂面作“桃花妆”。《周礼》中设“妇容”的专职管理人员；马王堆出土的《五十二病方》中，已有灭瘢除疣的美容方药；《山海经》中说“荀草”“草”“服之美人色”，“服之媚于人”。

秦汉时期，美容化妆品、美容药物等美容手段有所增加，美容理论基本建立，开始有了很多美容复方。秦朝“宫中悉红妆翠眉”，即是重视面容美的写照。此后，许多方书开始专门记载美容医方。如《肘后备急方》已将有关美容的内容归纳为“治面疮发秃身臭心昏鄙丑方”的专题，有很多方来自宫廷之中。如南朝陈后主宠妃张丽华“张贵妃面膏”秘方即在收录之列。许多美容特效药也被披露于世，如土瓜根治面黑面疮，有“百日光彩照人，夫妻不相识”之特效；鸡蛋清“能令面皮急而光滑”；白术、桃仁可“治面多黚黚或似雀卵色”等等。其剂型也多种多样，如美容粉、美容膏、美容液、面膜以及内服美容方等等。

中医美容的兴盛，当数盛唐时期。武则天极为重视养颜美容，年已57岁仍有年轻时的容貌。民间也学习官中的美容方法，美容养颜方常作为皇帝赏赐给臣下的珍品。名医孙思邈针对社会上将美容医方秘不外传的现象，指出，应将“面脂手膏、衣香澡豆”等公之于众，“欲使家家悉解，人人自知”，宫廷美容秘方不再为统治者所独占。《千金方》特辟“面药”专章，收唐以前美容方81首，《千金翼方》也有美容诸方80余首。

自唐及宋，美容养颜方成为方书中的一大门类。诸多宫廷美容方被公之于世。

元代许国桢编辑的《御药院方》，是我国现存比较完整的宫廷处方集。书中的“玉容散”、“七白膏”、“皇后洗面药”、“御前洗面药”、“霍香散”、“仙方地黄散”、“洗发菊花散”、“犀皮汤”等，都有较好的美容效果。明代的《鲁府禁方》中，也有许多为宫廷、王府专用的美容方药，“杨太真红玉膏”、“孙仙少女膏”、“玉池散”、“肥皂方”都是其中的代表方。

清代慈禧太后的美容方法是举世皆知的。她六七十岁，“发无一茎白者”，正是善用美容方的结果。近年来的清宫医学档案研究，为我们研究宫廷美容方，提供了极为丰富的资料。

一、晓镜但愁云鬓改 ——美发方

“晓镜但愁云鬓改”是李商隐诗《无题》中的一句。晓妆对镜，抚鬓自伤，青春不再，逝水常东，怎不令人悄然心惊？

古人将头发称“云鬓”、“青丝”、“香鬟”……。秀发之美在人的形貌上，占了很大比重。因此，美发，香发与护发成为宫廷生活中的重要内容，诸如此类的秘方也散见于各代方书之中。

1980年，位于河北省易县的崇陵（光绪皇旁与孝定皇后的陵墓）开放后，人们惊奇地发现，时隔70年，光绪皇帝的头发仍然又黑又长，与他的瘦弱之躯很不相称。其中奥秘何在？

当查阅了大量清代宫廷医学档案后，人们找到了答案。原来，光绪皇帝生前经常使用生发、护发、美发的药物。如生发方有二，一是用向东行走的枣树根3尺，放在器皿内蒸出汁来涂发；二是用桑叶和麻叶各30克，煮水洗头。而用于固发、护发的方子是：用榧子、核桃各3个，侧柏叶30克，捣烂后用雪水浸泡，每天用梳子蘸水梳头。

以上3方，简便实用。不仅光绪皇帝视为必备，而且皇后、皇妃乃至宫娥、侍女也竞相用之。慈禧太后在某年冬天不到一个月的时间内，御医们就给她进献了6剂固发药。《清朝野史大观·清宫遗闻》记载：“孝钦（即慈禧太后）年七十余，望之如四十许人，发无一茎白者”。可见，上述方子对养护头发确实有效。

纵观历代帝王生活，莫不十分重视对头发的护养，因为一缕青丝，不仅可以反映其健康状况，而且对他们的仪容影响甚大。这一点，从历代由皇家主持编纂的方书中可窥其一斑。如前述用麻叶、桑叶生发，即为宋代官修的《太平圣惠方》所收录。元代许国桢编辑的宫廷处方集《御药院方》则载有洗发菊花散、犀皮汤、长发滋荣散、乌云膏等生发、固发、美发方多首。明朝周定王朱柿主编的《普济方》中，收录的有关方剂更是不胜枚举了。

另外值得一提的是，在美发方面，清官中有个“天下乌须第一方”，是一个有效的中药染发剂。该方的组成是：天麻2克，当

归 15 克，细辛 2 克，没石子 2 克，白面 2 克，诃子 1 克。以上药物一同炒黑，加五倍子 70 克，青盐 12 克，白矾 9 克，铜绿 15 克，同研细末。用时取 10~15 克，以淡茶水调成稀糊状，装在瓷器中，封口，放入锅内煮二、三十沸，待头发洗净擦干后，将药涂于发上，用布将头包裹一夜，次日早用茶水将药洗去，连染 3 天。10~15 天后再染一次更妙。

此方出《清太医院配方》，据称使用本药可使头发变黑，“明润如漆，并不伤损须鬓”，甚至“如少年自生之妙”。不仅比现代染发剂应用时间早得多，而且没有副作用和不良刺激，作用也持久。

护发之药除外用者外，也可采取内服的方法。中医认为头发可反映肾气的盛衰与气血的旺盛与否。因为肾之华在发，发又为血之余气所生，故而宫中养发、护发之方，多用补肾养血之品。如《御药院方》中有青娥丸、乌银丸等，即属此类。

随着生活水平的提高，越来越多的人开始注重仪表美容。如何使头发易生不易落，易黑而不易白的方法，已受到医药、美容等各方面的重视。历代宫廷方中大量的美发、护发药方，颇有研究开发的价值。

1. 魏文帝用效秘方

- 〔组成〕 黄芪 当归 独活 芎藭 白芷 芍药 莽草
防风 辛夷仁 干地黄 藁本 蛇衔各 30 克 薤白 60 克 乌麻油 800 克 马鬃膏 300 克
- 〔用法〕 上列药物，除油切，以微火煎，三上三下，白芷黄耆成，去滓。用时先洗头发，然后涂以此膏。
- 〔功效〕 生发黑发。
- 〔主治〕 毛发脱落、枯黄或变白。

〔评按〕 方出《外台秘要》，是魏文帝使用的有效宫廷秘方。本方以补血为主，祛风力辅。中医理论认为，发为血之余，补血则能促进须发的生长，且不易脱落。方中干地黄、当归、芎藭、芍药即补血名方四物汤，乌麻油为黑芝麻油，《名医别录》称其擅长“生秃发”；马鬃膏即马颈项部的脂肪，也有养发生发作用；黄芪补气，独活、防风、白芷、藁本、辛夷皆可祛风。蛇衔又叫紫背草，有清热解毒作用。本方既可护发，又能洁肤。

2. 治发髭黄赤方

- 〔组成〕 生柏叶 300 克 猪膏 400 克
 〔用法〕 生柏叶切捣为末，以猪膏和为丸。用时用布裹 1 丸或数丸，入水中化开，以水洗沐，每日 1 次。
 〔功效〕 润发黑发。
 〔主治〕 发髭黄赤。

〔评按〕 方出《太平圣惠方》。柏叶即侧柏叶，随处可得。《日华子本草》称其可以“黑润鬓发”。猪膏即炼熟的猪油脂，有润燥护发之功效。此方调制简单，效果良好。

3. 桑皮柏叶汤

- 〔组成〕 桑根白皮 柏叶各 60 克
 〔用法〕 上二药切细，加水 2000 克，煮沸后，去掉渣滓，洗头发。
 〔功效〕 养阴润发。
 〔主治〕 阴血不足，发髭干枯不润。

〔评按〕 本方出《太平圣惠方》。桑根白皮或称桑白皮，《神农本草经》称其“主伤中，五劳六极羸瘦，崩中，脉绝，补虚益气。”故有较好的润泽毛发作用；柏叶即生侧柏叶，《日华子本草》称，以本药“烧取液涂头，黑润鬓发”，历代作为生发要药。二者合用，煎液常常洗头，可使枯发恢复润泽，增添光彩。葛洪《抱朴子》载，秦始皇宫中的一个宫女，在项羽攻入咸阳，火烧阿房宫时，逃入山中，饥饿之时，便以柏叶充饥。虽然十分苦涩，但饥不择食，渐渐习惯。时间一长，身体强健，面色红润，更奇怪的是头发乌黑而长，连身上的其他部位也毛发浓重，成了“毛人”，到了汉武帝时，人们终于抓住了这个宫女，此时，离她逃出秦宫已经二百余年了。自此，人们对柏叶的养阴生发作用和抗衰老作用益加重视，许多养生家用柏叶制作长寿食品或饮料。

4. 摩顶黑发方

- 〔组成〕 白芷 附子 连翘 防风 卷柏 零陵香 蔓荆子
 莲子草 踯躅花 川芒硝各 30 克 牛油 1000 克

〔用法〕 附子去皮脐生用，防风去芦头。上列药物细剉，用绵裹，浸牛油中3日，略煎，取药力，放冷。每用涂顶，揩令入肉。

〔功效〕 生发护发。

〔主治〕 毛发发黄。

〔评按〕 本方出《太平圣惠方》。方中药物大致分为几类，第一类是润泽乌发的，如莲子草（即旱莲草）、蔓荆子、卷柏、牛油；第二类是祛风除垢的，如白芷、防风、附子、踯躅花；芒硝可以柔发，零陵香可以香发。尤其莲子草，《本草纲目》认为其可以“乌髭发，益肾阴”，历代均将此药作为生发、生眉的要药。如《千金月令》的金陵煎，可以“益髭发，变白为黑”，主药金陵草即是旱莲。《摄生众妙方》中的乌须固齿方、《寿亲养老新书》中的旱莲散等，都用力乌须黑发的主药。难怪明代医家缪仲淳对本药十分推重，认为“古今变白之草，当以兹为胜”，也就是说，在所有草药中，能使白发变黑的，当数旱莲草为第一了。另外，使用本方还应注意，踯躅花又叫闹羊花，辛温有毒，不可入口。

5. 金主绿云油

〔组成〕 蔓荆子 南没石子 诃子肉 踯躅花 白芷 沉香
附子 防风 覆盆子 生地黄 零陵香 芒硝
莲子草 丁皮各等分

〔用法〕 上药各剉细，每用9克，入卷柏9克，以清香油250克浸药，厚纸封7日。用时先将头发梳洗过后，以手蘸油按摩头部，直到发热，使药力透入发根。

〔功效〕 生发黑发。

〔主治〕 脱发、秃发、毛发黄赤。

〔评按〕 方出《必用全书》。本方为金章宗完颜璟所创用的护发生发方。古代称美女的头发为“云鬓”“乌云”等等，故本方名为金主绿云油。金章宗是一个极会享受，又有点小聪明的帝王。明·周嘉胄《香乘》中记载：“金章宗文房精鉴，至用苏合香油点烟制墨，可谓穷幽极胜矣。兹复致力于粉泽香膏，使嫔妃辈云鬓益芳，莲踪增馥。想见当时人尽如花，花尽皆香，风华旖旎，陈主、隋炀后一人也。”方中蔓荆子祛风生发，历代生发方多用之。生地、莲子草补阴生发，都是生发、乌发、长发的良药。没石子、

诃子肉、覆盆子也能使头发乌黑；芒硝咸寒，有柔发之效；丁香皮即丁香树皮，和沉香、零陵香一样，均起香发作用。卷柏活血，白芷、防风、附子祛风，清香油即黑芝麻油，补肾益精，生发护发。故原书注谓，此方用“不十日，秃者生发，赤者亦黑。妇人用不秃，发黑如漆；已秃者，旬日生发。”注意，踯躅花有毒，不可入口。

6. 长发滋荣散

- 〔组成〕 生姜皮 人参各 30 克
 〔用法〕 上药共研为细末，用生姜蘸药末擦发落处。
 〔功效〕 养发长发。

〔评按〕 本方为元代宫廷秘方，载于《御药院方》。人参为大补元气、生津安神之品，有很强的补虚养荣作用，生姜辛温，民间验方常以之治脱发、秃头，颇有效验。二药合用，涂擦局部，可促使毛发生长，故名长发滋荣散。

7. 犀皮汤

- 〔组成〕 小麦麸 75 克 半夏 30 克 沉香 15 克 生姜 30 克
 〔用法〕 上药共研为粗末。用水两碗，加生姜 30 克，同煎 2~3 沸，以生绢滤去滓，取清汁，入麝香少许搅匀，洗发。
 〔功效〕 润发生发。
 〔主治〕 头发干涩。

〔评按〕 本方为元代宫廷秘方，载于《御药院方》。方中用小麦麸作主药，可以润发去垢；半夏可生发软发；沉香有祛屑止痒之功；龙脑、麝香则为香发妙品。本方不但可使干枯的头发润泽，且使其柔软易长。方中麝香、沉香因价昂难得，可用“煮汤以浴，令人至老须发黑”的广木香以及“蒸油取液，作面脂头泽，长发润燥香肌”（《本草纲目》）的茉莉花代替，效果亦佳。

8. 洗发菊花散

- 〔组成〕 甘菊花 60 克 蔓荆子 干柏叶 川芎 桑根白皮 白芷 细辛 旱莲草各 30 克

- 〔用法〕 上药共研为粗末。每次用药 60 克，水 3 碗，煎至 2 碗，去滓，洗发。
- 〔功效〕 生发。
- 〔主治〕 头发脱落。

〔评按〕 本方能去屑止痒，返白为黑，药物易得，配制方便。方出《御药院方》，为元代宫廷处方。甘菊花为本方主药，《名医别录》谓其“令头不白”，《本草拾遗》称之有“染髭发令黑”的独特功效。桑根白皮主治发鬓不得润泽，《肘后方》用之“治人须鬓脱落不生”。干枯叶即侧柏叶，不仅能“黑润鬓发”（《日华子本草》），而且在《梅师方》、《太平圣惠方》等书中，均以之治头发不生或头发黄赤；蔓荆子能长髭发，使之长而黑；旱莲草汁涂眉发，可使眉发生速而繁；其他如川芎、白芷、细辛等药，可以祛风活血，除屑止痒。本方制成粗末后，即可密贮备用。用时取适量，加水煎沸，去渣待温后，即可洗头，使用方便。

9. 柏枝油

- 〔组成〕 柏枝 秦椒 半夏各 90 克
- 〔用法〕 上药加水两碗，煎至半碗，入蜂蜜少许，再煎 1~2 沸，滤去药滓。每用时，取药汁加生姜汁少许调匀，擦无发处，每日 2 次。
- 〔功效〕 祛风生发。
- 〔主治〕 秃发。

〔评按〕 方出《普济方》。本方通过柏枝、蜂蜜对头皮及毛囊的营养作用，秦椒、半夏祛风除湿杀虫作用，促使毛发的生长。

10. 浸油益发神效方

- 〔组成〕 莲花须 30 克 零陵香 3 克 卷柏叶 白芷 川芎 防风各 15 克
- 〔用法〕 上药均研为细末，以绵裹，入生椒 70 粒，生麻油半斤，浸于新瓶中密封。埋地中 7 日，取去以油涂发。
- 〔功效〕 乌发生发。
- 〔主治〕 头发稀黄不长。

〔评按〕 方出《普济方》引《卫生家宝方》。方中莲花须又名莲花蕊。《本草纲目》载，本品“清心通肾，固精气，乌须发，悦颜色，益血，止血崩、吐血。”零陵香祛风辟秽；卷柏又名石莲花、回阳草（《滇南本草》）、长生不死草（《本草纲目》）等，生用破血，炒用止血；白芷、川芎、防风祛风活血。诸药合用以乌发生发。原方注谓本方“妇人涂发极佳，兼治头发落不生。”

11. 令发易长方

- 〔组成〕 东行枣根 3 尺
 〔用法〕 将枣根横卧蒸笼上蒸之，两头汁出，收取药汁，以汁涂发。
 〔功效〕 令发易长。

〔评按〕 本方为清宫秘方，载于《慈禧光绪医方选议》。枣根性平味甘无毒，有活血清热祛风之功。中医理论认为，发为血之余。故本品有生发长发之功。本方为慈禧太后和光绪皇帝的常用美发方。1980 年，崇陵开放，见光绪帝的头发虽时隔年久，仍黑而且长，与其多病、瘦小的身躯形成鲜明对照。这恐怕与光绪常用此方养发护发不无关系。

12. 令发易长又方

- 〔组成〕 桑叶 12 克 麻叶 12 克
 〔用法〕 将上药加水煎煮，滤去药滓，用以洗发。
 〔功效〕 令发易长。
 〔主治〕 头发生长迟缓。

〔评按〕 本方为清宫秘方，载于《慈禧光绪医方选议》，是慈禧太后和光绪皇帝都用过的生发养发方。桑叶苦甘寒，可祛风清热，凉血明目；麻叶有解毒作用。《备急千金要方》首载二药用于长发生发。宫中竟相用之，说明其应有较好效验。原方后注谓：本方“煮水洗发七次，可长数尺”，未免过誉，但也说明应用者对此方的效果十分自信。

13. 令发不落方

- 〔组成〕 榧子 3 个 核桃 2 个 侧柏叶 30 克

- 〔用法〕 上药捣烂，泡在雪水内，每日蘸药水梳头3~4次。
〔功效〕 养发护发，令发不落。
〔主治〕 发易脱落者。

〔评按〕 本方为清朝宫廷秘方，有令发不落之功。发易脱落，咎其原因，或因血热，或因体虚，或因头脂过多或过少。方中榧子甘平，可杀虫，润燥；核桃可以补益发肤；侧柏叶苦涩性寒，凉血散瘀，祛风尤胜。三者并用，有助于令发不落。今人有以鲜侧柏叶泡于百分之六十酒精数天后，以之涂擦斑秃处，有治疗也有预防作用。

14. 老佛爷香发散

- 〔组成〕 零陵草 30克 辛夷 15克 玫瑰花 15克 檀香 18克
川锦纹 12克 甘草 12克 粉丹皮 12克 山奈 9克
公丁香 9克 细辛 9克 苏合油 9克 白芷 9克
〔用法〕 上药研为细末，用苏合油拌匀，晾干，再研为细面。发有油腻，勿用水洗，将该药面掺发上，稍留一会儿，再用篦子梳去。
〔功效〕 去污香发，久用令发落重生，至老不白。

〔评按〕 本方为慈禧太后所用的香发护发秘方，载《慈禧光绪医方选议》。方中大多用性温气厚之品，尤以芳香之品为多，尤其零陵香、辛夷等，既可香发，又可生发。故原方谓其“久用落发重生，至老不白。”

二、淡扫蛾眉朝至尊 ——美眉方

“虢国夫人承主恩，平明骑马入宫门，却嫌脂粉污颜色，淡扫蛾眉朝至尊。”这首诗名《集灵台》，作者是唐代诗人张祜。杨贵妃得宠于唐玄宗，使杨氏一门皆受封爵。《旧唐书》记载，杨贵妃的大姐封为韩国夫人，三姐封虢国夫人，八姐封秦国夫人，“并承恩泽，出入宫掖，势倾天下。”

宫门禁地，平明时刻，虢国夫人却能骑马而入，这与众不同的“主恩”活现了玄宗和虢国夫人间的荒唐。脂粉本是妇女的爱物，然而虢国夫人何以“却嫌脂粉污颜色。”一查史书，据《太真外传》说：“虢国不施脂粉，自炫美艳，常素面朝天。”原来是太相信自己的天然美色胜过脂粉妆饰了，所以只是淡淡地描一下“蛾眉”便去朝见那“至尊天子”了。

抛开别的不说，从“淡扫蛾眉”一句，我们却可以看出宫内外女性对眉毛修饰与养护的重视，竟连“自炫美艳”的虢国夫人也要在朝见“天子”时刻意修饰一下眉毛。

早在《诗经·硕人》中，就有“螓首蛾眉”的句子。古代更有许多关于眉毛的典故。《西京杂记》谓：“卓文君眉色如望远山，时人效画远山眉。”又据《妆台记》所载，“五代宫人画眉，一曰开元御爱眉，二曰小山眉，三曰五岳眉，四曰三峰眉，五曰垂珠眉，六曰月棱眉，七曰分梢眉，八曰涵烟眉，九曰拂云眉，十曰倒晕眉”。可见，古代宫女在眉毛上做的文章真不少，比起现代眉毛的化妆法来也毫不逊色。

然而，描出来的再逼真。也比不上天然的美眉。因此，从宫廷到民间，都十分重视眉毛的养护、生长和美化。历朝各代的方书中，都记载了许多生眉、使眉毛变黑、治眉毛脱落的有效验方。尤其是宋代官修方出《太平圣惠方》中，记载颇多。

1. 生眉毛方 (1)

〔组成〕 墙上青衣 铁生衣各等分

- 〔用法〕 上两味研为细末，以水调和，涂于眉毛部位。
〔功效〕 生眉毛。

〔评按〕 本方原出《备急千金要方》，唐·王焘《外台秘要》改名“千金生眉毛方”，药名为“炉上青衣”和“铁生”。所谓铁生衣即铁粉。宋《太平圣惠方》亦名“生眉毛方”。

2. 生眉毛方 (2)

- 〔组成〕 七月乌麻花
〔用法〕 将七月采集的乌麻花阴干，研为粉末，以生乌麻油渍之，二日一涂。
〔功效〕 生眉毛。

〔评按〕 《备急千金要方》、《外台秘要》均载此方，《太平圣惠方》改“渍之”为“浸之”。

3. 眉毛鬓发火烧疮瘢毛不生方

- 〔组成〕 蒲灰 正月狗脑
〔用法〕 二味调和涂患处。
〔功效〕 生眉毛鬓发。
〔主治〕 眉毛以及鬓发由于火烧疮斑毛发不生。

〔评按〕 此方出《备急千金要方》

4. 青莲膏

- 〔组成〕 莲子草汁 500 毫升 生苜蓿油 牛乳各 200 毫升
甘草（细剉）30 克
〔用法〕 上述药物和匀，在砂锅内用慢火煎熬，煎到刚开始起泡时，便不停地搅动，直到沫尽为熟。澄清之后，滤尽渣滓，置瓶中备用。用时，候夜卧之前，低枕仰卧，每个鼻孔内点 3~5 滴，点 6~7 遍方止。过一段时间再起身，口中有唾或鼻中分泌物则吐出来，不要咽下去，然后喝少量热水。如此点半年。忌生蒜、萝卜、辛辣物。
〔功效〕 生眉发。

〔主治〕 血虚眉发不生。

〔评按〕 本方出《太平圣惠方》。原方后注称此方点半年后，白者变黑，落者重生，其药良验。

5. 治眉毛脱落方（1）

〔组成〕 莲子草

〔用法〕 莲子草捣取汁，磨生铁涂之，以手揩摩，令药气透内，一日可涂2~3次。

〔功效〕 护眉生发。

〔主治〕 眉毛脱落。

〔评按〕 本方出《太平圣惠方》。莲子草汁是古代治眉毛脱落或生眉毛的常用药物，许多生眉毛方以之为主药。莲子草又名墨旱莲、旱莲草、白旱莲、莲草、墨斗草等。有凉血止血，补血益阴作用。《唐本草》称本药“汁涂发眉，生速而繁”。《本草纲目》则谓其“乌须发，益肾阴”。

6. 治眉毛脱落方（2）

〔组成〕 白矾（烧令汁尽）15克

〔用法〕 上药研末，以蒸饼和丸，如梧桐子大。每日空腹用温水送服7丸，然后每日递加1丸，至40丸后，又每日递减1丸，周而复始。

〔功效〕 生眉毛。

〔评按〕 白矾为矿物明矾石经加工提炼而成的结晶。本品有消痰、燥湿、止泻、解毒、杀虫作用。有小毒。一般多外用，内服须注意用量，不能过服。本方出于《太平圣惠方》。

7. 治眉毛痒落方（1）

〔组成〕 雄黄（细研）30克

〔用法〕 上药以醋调和，每夜涂眉毛上。

〔功效〕 生眉止痒。

〔主治〕 眉毛痒落。

〔评按〕方出《太平圣惠方》，雄黄为含砷的结晶矿石，有解毒、杀虫的功效，对疮毒的解毒作用极强，并能止痒。对由于皮肤寄生虫或多种真菌所引起的眉毛发痒、脱落，具有杀虫止痒效果。

8. 治眉毛痒落方（2）

- 〔组成〕 垂柳叶
 〔用法〕 将垂柳叶阴干，捣罗为细末，用时以生姜汁在铁器中调和，夜间涂眉上，并且最好用手按摩至发热。
 〔功效〕 生眉毛，止痒痒。
 〔主治〕 眉毛痒落。

〔评按〕本方出《太平圣惠方》。垂柳叶即杨柳科植物垂柳的叶。垂柳又名杨柳、青丝柳、线柳、吊柳、水柳、清明柳。苦、寒，无毒，有清热、透疹、利尿、解毒作用。

9. 生眉毛方

- 〔组成〕 蔓荆子（微炒）120克
 〔用法〕 上药捣为末，以醋和，每夜涂之。
 〔功效〕 生眉毛。
 〔主治〕 眉毛稀少不生。

〔评按〕方出《太平圣惠方》。蔓荆子味苦微寒，有疏散风热、清利头目之功。《本草经集注》云其“主发秃落”。《药性论》指出本品“治贼风，能长置发”。故本方以之生眉毛，治眉发稀少或不生。

10. 治眉发髭不生，兼令黑方

- 〔组成〕 铁粉 附子（去皮脐，生甲） 蔓荆子各60克
 羊脂 零陵香各90克 莲叶 1000瓦 没药 5颗
 〔用法〕 以上药物，捣为散，筛过后，以生油5升，浸泡5~7天，慢火煎去一半，去渣滓，宜瓷盒内。于眉毛、头发处，每日涂抹。注意不可涂着口鼻。
 〔功效〕 生眉、生发、生髭，且使其乌黑有光泽。

〔主治〕 眉毛、发髭稀少、枯黄。

〔评按〕 本方出《太平圣惠方》，是一首集生眉、发药物之大成的方子。蔓荆子疏散风热，长秃发；旱莲草益肾阴、乌须发的作用已如前方所述。羊躑躅又名“闹羊花”。异名尚有惊羊花、黄杜鹃花、石棠花、石菊花、羊不食草等。有驱风、除湿、定痛作用，有小毒。零陵香即熏香、惠草，可以祛风寒，辟秽浊。附子温阳祛寒；铁粉为钢铁飞炼而成的粉末，或生铁打碎成粉，用水漂出的细粉。《开宝本草》称其“安心神，坚骨髓，润肌肤。”没石子也叫没食子，是没食子蜂的幼虫寄生于壳斗科植物没食子树幼枝上产生的虫瘿。有固气、涩精、止血等作用。因此，诸药合用，可治眉发髭不生，并能使其乌黑而有光泽。原方之下，甚至注明，此药切不可涂于口鼻等处，“恐有毛生”，由此可知其生眉生发之效。

11. 松脂膏

- 〔组成〕 松脂 附子（去皮脐，生用）各 60 克 蔓荆子 250 克
- 〔用法〕 上药捣罗为末，用乌鸡的油脂调和，盛瓷器中，密封，阴干。百日之后药成，细研，以马鬃膏和匀，薄涂于不生处，勿令近面。
- 〔功效〕 生眉、生发、生髭。
- 〔主治〕 眉毛、头发不生。

〔评按〕 本方出《太平圣惠方》，附子、蔓荆子功效已如前述。松脂即松香，或称黄香，有祛风、燥湿、排脓、拔毒、生肌止痛等作用。《神农本草经》言此药“主痈疽恶疮，头疡白秃，疥癣风气”；《滇南本草》用之“疗赤白癫风，疔风”。因此，本方对于各种瘙痒疮疥、头癣白秃、疔风等引起的眉毛、头发脱落、稀少、有较好的疗效。

三、浴兰汤兮沐芳华

——香身方

香身是指外用药物使身体可以散发出香味或防治狐臭一类的臭气，也属于健美的范围内。

1972年1月，长沙马王堆一号汉墓被发掘，人们惊奇地发现其中有许多保存完好的芳香药物，如茅香、桂、花椒、高良姜、杜衡、辛夷、薰本、佩兰、姜等。据本草文献记载，茅香可辟邪气，作浴汤可令人身香；杜衡服之令人身香；姜去臭气，通神明，御百邪；桂久服轻身不老，外用杀虫香身；辛夷通鼻窍，轻身明目，增年耐老；佩兰醒脾化湿，芳香除秽。这说明，早在春秋战国时期和秦汉之际，人们已经广泛应用芳香药物了。这些药物不仅使人身香，而且可以驱除秽气，预防疾病，使人身轻神爽，美容延寿。

古人香身方法很多。一是内服药物使身体自然产生香味；二是佩带香囊，通过香囊内药物之香味而使身香；三是睡香枕，即将芳香辟秽药物纳入枕头中，可以开窍、醒神、香发等。《圣济总录》、《饮膳正要》等书都记载汉武帝巡游泰山时见一百岁老人，问其长寿之由，老人献出“神枕方”。其方中主要药物即是白芷、薰本、桂皮、干姜、秦椒等30余种芳香药物制成的枕头。四是香浴，即用芳香性药物煎汤沐浴，洗身洗头。古籍中常有“香汤沐浴”的记载。李时珍曾说，乳香、檀香道家书中谓之浴香，即用作煎汤沐浴的香料。《本草纲目》还有诸香涂身的记载。

1. 香身丸

〔组成〕 白豆蔻 120克 木香 60克 檀香 甘松 各 30克 广
陵零香 45克 丁香 25克 白芷 当归 附子 檳
榔 三奈 甘草（炙）益智 桂心 各 15克 麝香
少许

〔用法〕 上药为极细末，炼蜜同酥油在石臼中捣为丸，如黄

豆大，每用1丸噙化。

〔功效〕 香身除秽。

〔主治〕 男女秽气，心腹疼痛，胸膈不利，痰症诸疾。

〔评按〕 此方出《鲁府禁方》，是明朝鲁王府配方。除香口香身作用外，饮酒时若投一丸于酒中，能使满座香，故又名“共殿香”、“一座香”。从其组成看，可以说是集诸芳香药物之大成。

2. 七香丸

〔组成〕 白豆蔻 丁香 藿香 零陵香 青木香 白芷 桂心 沉香各30克 香附子60克 甘松香 当归各15克 槟榔2枚

〔用法〕 上药捣罗为末，炼蜜和丸，如梧桐子大。常含1丸，有津则咽。

〔功效〕 香身。五日口香，十日体香。

〔主治〕 口臭、身臭。

〔评按〕 本方出《圣济总录》，乃宫廷及官宦常备的祛除口腔异味和身体异味之方。据载每日含化此药，五日口香，十日体香，十四日衣被皆香。方中诸药，药名中有“香”字者共七味，故名之曰“七香丸”，也是集诸香药之大成的方子。

3. 五香丸

〔组成〕 豆蔻 丁香 藿香 零陵香 青木香 白芷 桂心各30克 香附子60克 甘松香 当归各15克 槟榔2枚

〔用法〕 以上药物研为细末，炼蜜和丸，如大豆大小。每次含1丸，咽汁，白日3丸夜间1丸；亦可常含咽汁。

〔功效〕 除臭香身，止烦散气。

〔主治〕 口臭、身臭。

〔评按〕 方出《备急千金要方》。方中以丁香、藿香、零陵香、青木香、甘松香五药为主，故称为“五香丸”。其实除槟榔外，本方诸药无不具有浓郁的芳香，故适用于口腔不洁引起的口臭及体臭。据云本方常服，“五日口香，十日体香，二七日衣被

香，三七日下风人闻香，四七日洗手水落地香，五七日把他手亦香。”尤其丁香一物，是古人治口臭的要药。宋代科学家沈括考证，汉代郎官向皇帝奏事时，口中要含丁香，目的就是为了让皇帝说话时口气芳香。

4. 香身散

- 〔组成〕 冬瓜子 松根白皮 大枣各 30 克
〔用法〕 上 3 味捣为散，每次用酒服 1 克左右，每日 2 次。百日衣被皆香。
〔功效〕 香身辟秽。
〔主治〕 无病或有病之人，平时服用以香身，除臭气。

〔评按〕 本方出《千金翼方》，亦为口服香身药。松根白皮是油松的根皮，含挥发油，具有松香气味，是本方中直接产香、散发芳香气味的药物。

5. 浣衣香方

- 〔组成〕 沉香 苜宿香各 150 克 丁香 甘松香 藿香 青木香 艾纳香 鸡舌香 雀脑香各 30 克 麝香 10 克 白檀香 60 克 零陵香 200 克
〔用法〕 上 12 味，各捣为细末，混和。置于衣箱中，必须绵裹之，不得用纸。
〔功效〕 香衣、爽身。

〔评按〕 本方出《千金翼方》。诸香药放入衣箱中，不仅使衣物芳香，还能防止虫蛀。

四、温泉水滑洗凝脂 ——沐浴方

唐代大诗人白居易的名篇《长恨歌》，是以流传的唐玄宗与杨贵妃爱情悲剧为题材的叙事诗。诗中写道：“春寒赐浴华清池，温泉水滑洗凝脂，侍儿扶起娇无力，始是新承恩泽时”。且看初承宠爱的杨玉环，被玄宗特别恩准到位于陕西临潼县骊山之上的华清池温泉洗浴，充分说明官廷对洗浴的重视。

官廷沐浴的种类，包括温泉浴、海水浴、“香汤沐浴”等等。温泉或海水由于含有不同矿物质和各种微量元素，而有不同的健身、美肤和治病功效。特别是对某些皮肤病，有极为明显的治疗效果。

康熙五十六年十二月初七的一份奏折中谈到，“万岁（指康熙皇帝）拟二十日赴汤山坐汤，因连日太后欠安，未曾起驾。”所谓“坐汤”，当是指温泉浴。又，康熙四十九年十一月初三，江宁织造曹寅在奏折中提及，他本人身患疥疮，卧病两月余，康熙亲自朱批，令其以海水浴治疗。

其实，历代官廷中的嫔妃，很难有杨贵妃“春寒赐浴华清池”的幸运，更不用说海水浴了。因而，中药配制的沐浴方便大行其道，其中既有因病而配的沐浴方，也有通用的美肤香身沐浴方，尤其“香汤沐浴”，可以说是历史悠久，源远流长的。战国时期，人们习惯于用中药泽兰煎汤沐浴。因为泽兰具有芳香行气，舒肝散郁，祛瘀通经之效。用以煎汤沐浴不仅可除皮肤污垢，祛风止痒，而且确有香身之效。屈原在《云中君》中说：“浴兰汤兮沐芳华”，即是指泽兰沐浴。到了汉代，香汤沐浴有了发展，官廷中开始用西域进贡的茵陈香煮汤而沐，也有以纱布袋装百杂香渍于浴水中。据史料记载，宋代波斯香水传入我国后，王室贵族便直接将香水勾兑到浴水之中。

然而，应用最多的仍然是具有芳香气味的中药，如白芷、丁香、佩兰、泽兰、藿香、紫苏、冰片等。这些药物多含有挥发油，能经皮肤、粘膜进入人体。尤其在沐浴过程中，其有效成分更易

被肌体吸收。现代医学证实，中药沐浴不仅能够提神醒脑，提高神经系统的兴奋性，而且可以改善皮肤的血液循环，抑制或杀灭皮肤上的致病微生物，从而防治皮肤感染以及各种皮肤瘙痒，提高皮肤的屏障功能。对某些慢性疾病，如神经衰弱、关节炎、慢性荨麻疹等均有一定疗效。南北朝时期梁简文帝萧纲所著的《沐浴经》、唐代大医孙思邈的《备急千金要方》对沐浴方法、防治疾病均记载甚详。宋代宫廷常用的香药澡豆方，元代《御药院方》的澡洗药，明代《鲁府禁方》中的香肥皂，清代慈禧太后的沐浴方、加味香肥皂，都是宫廷沐浴方中的代表。

沐浴方一般有以下几种用法。一是先将中药煎成浓汁备用。沐浴时取适量兑入浴水中；二是将中药用纱布袋包好，先以少量水煮一会儿，然后再加入适量温水浸泡，洗时可将纱布袋取出；三是制成粉剂或香肥皂，沐浴时直接涂擦到身上。

1. 永和公主澡豆方

〔组成〕 白芷 60 克 白薇 90 克 白芨 90 克 白附子 90 克
白茯苓 90 克 白术 90 克 桃仁 30 克 杏仁 30 克
沉香 30 克 鹿角胶 90 克 麝香 10 克 大豆面 500 克
糯米 250 克 皂荚 5 个

〔用法〕 桃仁、杏仁热水浸泡去皮，麝香细研。然后取浆水（浆水的制法是，用粟米煮成饭、乘热投入冷水中，浸泡 5—6 天后，生出白色泡沫，然后滤清备用）3 碗，先煎。数沸之后，缓缓溶入鹿角胶，再取淘洗干净的糯米，用此胶浆煮成粥。将粥摊成极薄的饼，晒干。然后将粥饼与白芷、白薇等药一起捣为细末，过筛，加入大豆面和匀，另用白酒、白蜜，加热后倒入上药中，拌匀，晒干。然后加入麝香，密贮备用。用时取适量，溶于浴液中，或擦洗身体。

〔功效〕 洁肤、养颜。

〔主治〕 面、肤黑黄不泽。

〔评按〕 方出《太平圣惠方》。永和公主是唐德宗的女儿。此方是她用来保养皮肤的澡豆方。澡豆，是古人洗澡、洗脸用的粉剂，能够使皮肤光滑、润泽、细腻。因其制作中常加入豆类粉末，故名澡豆。这个澡豆方与一般澡豆方有所不同，尤其调制用

浆水，别具一格。方中白芷、白芨、桃仁、杏仁、鹿角胶、白蜜、糯米粉、大豆面都有润泽肌肤的作用；白敛、白术、白附、白茯苓、皂荚、浆水都有消退黑斑、粉刺作用；麝香，沉香皆为芳香之品，有香身、醒神等作用。诸药合用，既可预防皮肤疾病，又使肌肤得到滋养，使之白嫩细腻、柔润而有弹性，同时使皮肤芳香宜人，不愧是沐浴方之佳作。

2. 香药澡豆方

〔组成〕 零陵香 甘松 白芷 栝蒌仁 冬瓜仁 豌豆 大豆各等份

〔用法〕 诸药洗净，除去杂质，混合研细过筛即成。用此药粉洗手、洗脸、洗澡均可。

〔功效〕 香身润肤洁面。

〔主治〕 反肤干燥、雀斑、粉刺等。

〔评按〕 本方出《普济方》，也是一首“澡豆”配方。因加入了零陵香、甘松等香药，故名香药澡豆方。大豆即黑豆，有活血、解毒、祛风之效。鲜品捣泥外敷，有消痈肿、解热毒作用。在本方中与冬瓜仁、栝蒌仁配伍，以之沐浴或洗手、洗面，能滋润和柔软皮肤，并预防面部皮肤的雀斑、粉刺、是润面香肤之方。

3. 澡洗药

〔组成〕 干荷叶 500 克 威灵仙 藿香叶 零陵香 茅香各 250 克 甘松 白芷各 120 克

〔用法〕 将上药捣为粗末，每次取药约 100 克，装入绢袋里，放入两桶水中煎煮，3 沸之后，待温度适宜进行沐浴。如凉，可再添加开水。

〔功效〕 香身护肤。

〔主治〕 皮肤粗糙不柔等。

〔评按〕 本方出《御药院方》，为元代宫廷沐浴用方。方中药物，多为芳香之品，以之沐浴，不仅可以“光赋皮肤”，而且沐浴后馨气扑鼻，久住不散。

4. 香肥皂

〔组成〕 藿香 甘松 冰片 细辛 大枣 猪胰 白芷各 30

- 克 大皂荚（去子及了）250克
- 〔用法〕 大枣水煮至熟，麝香、甘松、细辛、白芷捣为细末，诸药混合捣为膏，如大手掌加黄枣水调成稀糊状，盛在器中，密封保存。每日以之洗面、洗头，作香皂使用。
- 〔功效〕 润肤、除皱、祛垢 查方
- 〔治〕 用于美容美肤。

〔评按〕 方出《鲁府禁方》，是明代鲁王朱三畏府中的配方。香肥皂是宫廷传统美肤用品。本方皂荚用量较大。大皂荚即肉质比较肥厚的皂角，有去油除垢、杀虫祛风作用。以之洗澡，既可法除皮肤的油腻污垢，又可抑制或杀灭皮肤寄生虫；猪胰可润肤除皱防裂；麝香、甘松、冰片既可通络，又能使皮肤芳香；细辛、白芷等可祛除皮肤黑褐斑，使皮肤洁白。诸药共用，可达美肤香身法斑之效。

5. 孙仙少女膏

- 〔组成〕 黄柏皮10克 土瓜根10克 大枣7个
- 〔用法〕 黄柏去掉外层粗皮，大枣去核，三药共研极细后自然成膏。早晨起床后用开水化开适量洗面，或用于沐浴。
- 〔功效〕 清热解毒，活血化瘀、润肤美容。
- 〔主治〕 面部或其他部位皮肤皱纹、疖疮、粉刺等。

〔评按〕 方出《鲁府禁方》。孙仙即“孙仙姑”。孙仙姑名不二，自号清静散人，金代山东宁海（今山东牟平）人，是道教全真道清静派的创始人，是全真道祖师王重阳七大弟子中唯一的女弟子。此“少女膏”，传说出自她的秘传，用药与众不同。据说，每日晨起以此方洗面，10余日后，“容如少女”，故方名孙仙少女膏。黄柏皮苦寒，为清热解毒祛湿的常用药，现代研究证明，本药有很广的抗菌范围，对痢疾杆菌、葡萄球菌等多种菌类及致病性皮肤真菌有抑制作用。也有认为所用黄柏皮为黄柏根的皮。土瓜根是葫芦科植物王瓜的根，味苦性寒，泻热消瘀，《本草纲目》用之“治面黑面疮”。《时后方》甚至说土瓜根美容方使用“百日光彩射人，夫妻不相识”，未免夸张，但其美容功效是经过李时珍验证的。大枣和阴阳，调营卫，补气血，滋润肌肤。三者配合，

清热解毒，消瘀行血，滋润皮肤，延缓衰老。对面部疔疮、痤疮、酒渣鼻患者比较适宜。原书中谓此方不但洗面有良效，“以之洗手，尤为神妙”。

6. 慈禧太后沐浴方 (1)

- 〔组成〕 谷精草 茵陈 石决明 桑枝 白菊花各 36 克
木瓜 桑叶 青皮各 45 克
〔用法〕 煎汤沐浴。
〔功效〕 清风热、利头目。
〔主治〕 皮肤瘙痒，头目昏花。

〔评按〕 方出《慈禧光绪医方选议》。此方为慈禧太后用的沐浴药方。全方组成以清风热，清头目，利湿热为主。现代药理研究证明，谷精草对绿脓杆菌有抗菌作用，对皮肤真菌也有抑制作用。因此，应用此方沐浴，可以预防和治疗皮肤病，保护和健美皮肤。

7. 慈禧太后沐浴方 (2)

- 〔组成〕 宣木瓜 薏米 桑枝 桑叶各 30 克 茵陈 18 克
甘菊花 30 克 青皮 30 克 净蝉衣 30 克 黄连 12 克
〔用法〕 以上药物共为粗渣，盛布袋内，熬水沐浴之。
〔功效〕 清热，燥湿，解毒，舒筋，活血。
〔主治〕 皮肤瘙痒，筋骨疼痛。

〔评按〕 方出《慈禧光绪医方选议》。本方与沐浴一方有同有异。方中新加蝉衣以散风热，透斑疹，黄连、莫连清热燥湿解毒。本方组成诸药，也大多有抗菌或抑菌作用，因此，对于预防和治疗皮肤病，有一定作用。

8. 加味香肥皂

- 〔组成〕 檀香 木香 丁香 花瓣 排草 广零 皂角 甘
松 白莲蕊 山奈 白僵蚕 麝香 冰片
〔用法〕 以上共研极细粉末，用红糖水合，每锭重 6 克。
〔功效〕 祛垢洁肤，活血行气，通络解毒，香身。

〔主治〕 日常洗浴用之。亦可用于某些皮肤疾患。

〔评按〕 方出《清宫医案研究》。本品为清宫使用的中药香皂。除光绪、慈禧使用外，加味香肥皂还被用作赏赐之品。如光绪年间清宫的《流水出入药帐》记载：“光绪三十年（1904）月十一日，谦和传收加味香肥皂一料，二钱一锭，一千六百二十六锭”。当日，即“赏总管李莲英加味香肥皂一百锭”。三月十三日，“上用加味香肥皂四锭，沐浴用”。

本方由各种香药与花瓣莲蕊等组成。其中排草即排香草，广零即零陵香，与檀香、丁香等均有浓郁的香气，用之洗沐，除能涤除污垢外，还可留下清雅持久的芳香。另外，所配药物尚有行气、通络、祛风、解毒等作用，故本品还可用于某些皮肤疾患，如皮肤瘙痒，起疙瘩、生痤疮及慢性皮炎等。现代药理研究也证明，本方所用诸药，有抑制细菌或真菌生长，改善血液循环，消炎镇痛等作用。因此，用加味香肥皂可以改善皮肤营养，延缓皮肤衰老，润肤护肤，嫩面玉容。

五、口脂面药随恩泽 ——养颜美容方

唐代大诗人杜甫《腊日》诗云：“腊日常年暖尚遥，今年腊日冻全消。侵凌云色还莹草，涌出春光有柳条。纵酒欲谋良夜饮，还家初散紫宸朝。口脂面药随恩泽，翠管银罍下九霄。”在物阜民丰的大唐盛世，人们十分注重化妆品的制作和应用，养颜美容方成为人们相互馈赠的礼品及皇帝对臣下、妃嫔的赏赐品。“口脂面药随恩泽”，正是当时习俗的写照。唐代大医孙思邈在《千金翼方》中说：“面脂、手膏、牙香泽止，什人贵胜，皆是所要。然今之医门，极为秘惜，不许弟子泄露一法，至于父子之间，亦不传示。”正是由于这一原因，能够得到养颜美容秘方是很不容易的，得到皇帝赏赐宫廷中配制的养颜美容药物，更被人们视为很大的荣耀。《刘梦得集》就有“赐臣……腊日面脂、口脂、红雪、紫雪”的记载，诗人王建的《宫词》中也有“浴罢门外抄名入，公主家人谢面脂”的诗句，足见人们对“皇恩浩荡”赏赐涂唇的“口脂”、美容的“面药”、“面脂”等美容化妆品和养颜方的重视程度。

据史书记载，武则天57岁时，仍然面色红润、肌肤细腻，一如三四十岁的样子，世人认为这与她用香汤沐浴、药粉洗面，油脂、香粉等宫廷秘方涂面分不开。《外台秘要》载录的“则天大圣皇后炼益母草留颜方”，制作复杂精细，对面部黑褐斑及老人面部皮肤的皱纹有很好的治疗和祛除作用，据原方记载，用之十余日，会使面容色泽大异于前，月余之后，面生血色，红鲜而光泽。如果经年用之，朝暮不绝，效果更好，“年四五十妇人，如十五女子”，虽未免夸大其辞，但从官修的正史《新唐书》记载武则天“虽春秋高，善自涂泽，虽左右不悟其衰”不难推知，此方确实具有养颜美容抗衰的功效。

此方由益母草一味药组成。益母草又名茺蔚，是天生的美容良药。唐·陈藏器《本草拾遗》说它“入面药，令人光泽，治粉刺”。武则天去世后，这一秘方始流传民间，先被当时国家组织编

写的药典《新修本草》收录，此后，《近效方》等书也相继收载，流传越来越广。《外台秘要》则从《近效方》转录，调制方法与《新修本草》微有不同。宋代官修大型方书《太平圣惠方》和明代《普济方》均收载此方，名“留颜方”。《太平圣惠方》言本方“取如用澡豆洗手面，令白如玉，咽项上黑者，但用此药揩洗，并如玉色。”《普济方》更说此方“洗手面晶莹如玉。老者还童，神妙不可具述。”元代宫廷秘方集《御药院方》又有“神仙玉女粉”之称，认为它有“治黥黯，退皴皱，令人皮肤光泽”的效果，应用十分广泛。

从唐代开始，在《千金方》、《外台秘要》等综合性医学巨著中已建立了专门篇章来论述美容学，美容药品也开始从少数宫廷贵人使用而逐渐大众化。历代医学著作中收录的养颜美容方丰富多彩，面面俱到。

清朝的慈禧太后也是善用养颜美容方的人。她的美容方法是系列化、规范化的，配方严格，选药选料都十分讲究。如她用粉，新米之中一定加进颜色微微发紫的陈米，质地便会特别细软，若加少量铅粉既防止米粉结片，又避免了铅中毒的危险。又如胭脂，用的是纯粹的玫瑰花原汁，而且所有花瓣要经过精心挑选，必须颜色完全一致。肥皂则用玫瑰花或茉莉花的原汁，加上上等油脂制成。她每天用过晚膳之后，先用鸡蛋清涂抹脸上的皱纹，到上床前才洗掉；再涂上忍冬花的蒸馏液。据说这种花液能使鸡蛋清绷紧的皮肤重新宽松，而皱纹又不会伸长或扩大。晨起先涂擦一种桦和花露的油脂，稍息片刻之后抹掉，再进行敷粉、涂胭脂等一系列化妆。慈禧还十分重视珍珠的美容作用，每隔10天就得服一次珍珠粉。慈禧太后的侍从女官德龄在其回忆录《御香飘渺录》中记载，慈禧曾亲口对她讲：“珠粉这东西的分量是很重的。如果稍稍服食几许，那是很能帮助留住青春的。它的功效纯粹在皮肤上透露，可以使人皮肤永远十分柔滑有光，年老的人可以和年轻的人一般无二。只是服食的分量要少一些，而且每两次之间一定要间隔相当的日子。如果服食的分量太多了，或是没有规定的时间，那末非但对于人体无益，简直还是大大的有害咧！”可以说对养颜美容方颇有研究了。清代宫廷医学档案的发掘研究，慈禧太后大量美容医方的发现，也充分说明了这一点。

1. 隋炀帝后宫面白散

〔组成〕 橘皮 30 克 冬瓜仁 50 克 桃花 40 克

〔用法〕 将以上诸药捣细为末，过筛即成。每日三餐饭后，以酒服1克。

〔功效〕 燥湿化痰，活血益颜。

〔评按〕 方出《医心方》。传为隋炀帝后宫中美容所用。本方为内服美容方。橘皮以选用温州蜜橘果皮为佳，以其富含维生素C，有利于面部营养和消除黑褐斑。冬瓜仁、桃花均为古代美容佳品。《日华子本草》言冬瓜仁“去皮肤风剥黑黥，润肌肤”；《本草述》用之治“鼻面酒渣如麻豆”。桃花“令人好颜色”在《神农本草经》中就提到过，宫廷美容方中多处用之。本方药物易得，配制容易，原书中谓应用30天即可见效，读者不妨试用之。

2. 张贵妃面膏

〔组成〕 鸡子一枚 丹砂60克

〔用法〕 鸡子穿去其黄，丹砂研为细末后纳入鸡子中，然后封固蛋壳破口，安放于白鸡腹下与正常受精卵一起孵化，待鸡雏孵出后，即可取出此鸡子备用。用时洗净面部，取之敷面。

〔功效〕 用五次左右，即可使面白如玉，光润照人，并去除面上黑斑。

〔评按〕 方出《时后方》。张贵妃即南朝陈后主的妃子张丽华（？～589）。其生性聪慧，美艳超群，极受宠遇。陈后主怠于政事，百官上奏均由宦官进请，他与张贵妃一起决断。张贵妃所使用的面膏秘方，来自神仙西王母《枕中方》。鸡蛋以新生者为佳。在蛋上开一小孔，去黄留清，装入丹砂（即朱砂）细末，用蜡封固小孔，然后让母鸡孵化。方中朱砂为古代美容方中常用之品，《名医别录》称其“益精神，悦泽人面。”鸡蛋清是营养美容药物，有除皱祛斑之功。《本草纲目》认为鸡蛋清能“去黥黯皴疱，令人悦色。”两者配合，相得益彰。

3. 太平公主面药

〔组成〕 三月三日取桃花 七月七日取乌骨鸡血

〔用法〕 桃花为末，与乌骨鸡血调和。用时涂面及身。

〔功效〕 令面脱白如雪，身光白如素。

〔评按〕 方出《琐碎录》。本方为唐代女皇武则天最先传给女儿太平公主用来美容的面药配方。《新唐书》中说，太平公主生得“广额方颐”，相貌堂堂，按唐代的标准是一个悍美人。早在《神农本草经》中，就谈到桃花“令人好颜色”；《千金方》中用它阴干研末或浸酒服用，能“令人面洁白悦泽，颜色红润”。乌骨鸡是补益珍品，其血有滋养皮肤的作用，对白癜风也有治疗作用。二药合之，自然使面肤洁白。

4. 永和公主洗面药

- 〔组成〕 鸡骨香 90 克 白芷 150 克 川芎 150 克 栝楼仁 150 克 皂荚 300 克 大豆 250 克 赤小豆 250 克
- 〔用法〕 以上药物均研为细末，筛去豆壳。用药粉洗脸，早晚各 1 次。
- 〔功效〕 祛风活血，悦泽面容。

〔评按〕 方出《太平圣惠方》。永和公主为唐德宗之女，相传此方为其洗面用方。鸡骨香又名土沉香、木沉香、滚地龙，为芳香之品，味苦性温，有理气、除湿、祛风、洁络之功。白芷、川芎祛风活血，有利于面部营养；皂荚可祛腻除垢，洁净皮肤。配大豆、赤小豆，可营养皮肤，利水消肿。全方药味不多，但照顾全面。

5. 玉屑膏

- 〔组成〕 玉屑 蜜陀僧 白附子 珊瑚各 60 克
- 〔用法〕 上药均研为细末。每晚临睡时，以真牛酥调药末 6 克涂面，次日早晨用温水洗去。
- 〔功效〕 灭瘢痕。
- 〔主治〕 面上瘢痕。

〔评按〕 古方书中消除面部瘢痕的美容方甚多。此为“太平圣惠方”、《普济方》所载者，对祛除面部瘢痕有较好效果。玉屑又名白玉屑，为矿物软玉的碎屑，古人认为，玉石有润心肺、清胃热之功，尤其外用，可益颜美容，祛除斑痕，名列上品，《本草汇言》谓“凡入药取生玉纯白无瑕者佳”。本方以之为主药，故名玉屑膏。

6. 变白方

- 〔组成〕 云母粉 30 克 杏仁 30 克
 〔用法〕 杏仁用热水烫后去皮尖，然后将上二味药细研，入银器中，以黄牛乳拌，略蒸汁。夜卧时以之涂面，晨起以水洗去。
 〔功效〕 祛斑洁面。
 〔主治〕 面部斑点，兼治各种瘢痕。

〔评按〕 方出《太平圣惠方》。方中所用的云母粉，是古代养生服食驻颜的要药，《名医别录》谓其“坚肌续绝”、“悦泽不老。”杏仁也是古代养生家喜欢服食的药物之一除有治咳嗽上气之效外，《本草纲目》认为它还有“去头面诸风气皴疱”作用，并可润泽肌肤。因此，二药相配，兼以用牛乳拌蒸，其效益佳。尤其对斑点、瘢痕的消除，作用更为明显。

7. 冬瓜子散

- 〔组成〕 冬瓜子仁 30 克 柏子仁 30 克 茯苓 30 克 葵子 30 克 梔子仁 60 克 枳实 30 克
 〔用法〕 上药均研为细末。每日 3 服，每服 6 克，食后温粥调下。
 〔主治〕 鼻面酒皶如麻豆，疼痛，搔之黄水出。

〔评按〕 方出《太平圣惠方》。冬瓜子又名白瓜子，历代为美容要药。《日华子本草》谓本品“去皮肤风剥黑黥，润肌肤。”既可外用，也可内服。配柏子仁养阴润肤，茯苓益气利水，葵子（冬葵子）利水行滞，梔子仁清热泻火，杀虫解毒，枳实理气导滞。全而用之，使气血通畅，肌肤润泽，而达美容之效，是一首较好的内服美容方，对酒渣鼻患者尤宜。

8. 全国宫女八白散

- 〔组成〕 白丁香 白僵蚕 白牵牛 白蒺藜 白芨各 90 克 白芷 60 克 白附子 白茯苓各 15 克 皂角 3 个 绿豆少许
 〔用法〕 皂角去皮弦，与他药共为细末，和匀备用。用时取

适量洗面。

- 〔功效〕 润泽肌肤，祛斑除垢。
〔主治〕 面有斑点，或生痤疮粉刺等。

〔评按〕 方出《必用全书》，传为金章宗宫中宫女的洗面配方。因方中八种主药名称第一字均为“白”字，故称“八白散”。方中白芨擅长治疗面部各种黑褐斑，并能使皮肤润滑光泽；白芷气味芬芳，《神农本草经》说它“长肌肤，润泽颜色，可作面脂”。白僵蚕有祛风化痰之功，《神农本草经》认为它可“灭黑黥，令人面色好。”白附子亦属祛风化痰之品，《名医别录》以之治疗“面上百病”。白茯苓都有除黥灭斑作用，为治面上斑痕、雀斑、白癜风等病证的常用药，尤其白茯苓是历代养生家常服的养颜抗老药。白牵牛又叫“白丑”，能疏畅气血流通，排泄积浊。白丁香又名雀苏，是麻雀的粪，具有化积消翳作用，《日用本草》认为本品能“去面上雀子斑、酒刺”；方中还配有皂角以除垢去腻、绿豆清热润泽，故有美肤去斑之功效。

9. 宫廷美容三联方

(1) 楮实散

- 〔组成〕 楮实 土瓜根 商陆各等份
〔功效〕 润肤洁面，去皱美容。
〔用法〕 以上三味药物共研为极细末，存防潮容器内备用。每日早晨取药末少量，如同用肥皂一样洗脸。洗脸之后，在面部涂敷三联方之二——桃仁膏。

(2) 桃仁膏

- 〔组成〕 桃仁不拘多少，白蜜适量。
〔功效〕 活血化瘀，去皱润肤。
〔用法〕 桃仁用开水浸泡后，去掉皮尖，细研成泥状，用白蜜少许，调成稀膏状。用时取膏适量用温水化开，涂敷于面部。十几分钟之后，贴用三联方之三——玉屑膏。

(3) 玉屑膏：

- 〔组成〕 轻粉 9 克 定粉 9 克 蜜陀僧 6 克 皂角 适量
 〔功效〕 嫩肤祛皱，杀虫益颜。
 〔用法〕 皂角用水煮后，剥去硬皮，取其里面白嫩的皂角肉质用温浆水泡烂，捣成膏状。然后用这种膏调和轻粉、定粉、蜜陀僧粉成稀糊状，贮于瓶中避光保存备用。

〔评按〕 本系列方出《御药院方》，因三方连续使用，姑名之曰“宫廷美容三联方”。美容粉是由一种或多种药物经过炮制加工之后，研磨成极细粉末混合均匀，可用于洗面或扑面。因此，制备过程中应除去杂质和泥土，防潮存放。三联方中的第一方即属此类。美容软膏则是将具有润肤、祛皱、杀虫、除斑等作用的药物，加入到适宜的基质中去，制成易于涂布于面部皮肤的外用方。本三联方中的后两种即属此类。楮实散中，土瓜根、商陆都有杀虫、解毒作用。楮实以色红、子老、无杂质者最佳，具有甘润滋养肌肤的作用。在三联方中首用此方，主要是为了清洁皮肤，保证其后美容方法的进一步进行。

第二方药仅两味。桃仁具有化瘀活血作用，能够促进面部的血液循环。若以之按摩面部，使血液循环加速，促进局部新陈代谢，并更好地吸收药物。另外，桃仁中也含有丰富的油脂，可以起到润燥护肤作用，蜂蜜当中含有多对皮肤有益的营养成份，两者配合使用，可以达到活血化瘀，润肤祛皱，养颜抗衰作用。

第三方中所用药物比较复杂，用时应当谨慎。其中轻粉、定粉（铅粉）等药都是有毒之品，轻粉为水银、明矾、食盐等用升华法制成的汞化合物，有攻毒杀虫作用；铅粉又名宫粉、胡粉，有敛疮止痒，防腐杀虫的功用，是一种铅的化合物；蜜陀僧的主要成分为氧化铅，也有解毒、杀虫、防腐作用。从全方用药比例看，有毒药物所占比例较大。虽然古代实践证明定粉等等确实能使皮肤变得细腻，从而消除细小的面部皱纹，达到美容目的。但是，从用药安全的角度出发，用瓷瓶或有色玻璃瓶盛装，避免日光照射，并避免长期使用，是十分重要的，也是比较明智的。

10. 朱砂红丸子

- 〔组成〕 朱砂 15 克 白术 15 克 白薇 15 克 白附子 15 克

白芷 15 克 白僵蚕 15 克 木香 15 克 白芨 8 克
白茯苓 8 克 蜜陀僧 8 克 钟乳粉 60 克 阿胶
15 克

〔用法〕 上药研为细末，用阿胶 15 克熬成膏，入上药末为丸，如梧桐子大，贮瓶备用。每晚临卧时以温水加蜜少许磨丸，调涂面上，次晨用温水洗去。

〔功效未〕 清热解毒，祛风消肿，活血减皱。

〔主治〕 面部黑斑。

〔评按〕 本方出自元代《御药院方》，是宫廷美容秘方中较为有效的一首。方中的白芨、白芷富含粘质，再以富含胶质的阿胶和药，不但可以使药物紧贴皮肤，更好地发挥药效，而且可以绷紧皮肤，展平皱纹。本方中药物研细后，几乎为纯白粉末，杂以朱砂，白里透红，又有化妆美容的功效。如不用黑色的阿胶，则白昼亦可使用，而不必拘于夜间临卧时。

11. 神仙玉女粉

〔组成〕 益母草不拘多少

〔用法〕 先将益母草烧作灰，糯米粥和为鸡蛋样大的灰团，晾干。用枫炭火把灰团煨红，候冷研细。再如前法和为灰团，煨之。如此反复，至所研灰团末色白细腻为止。用该粉洗脸，早晚各 1 次。

〔功效〕 活血祛瘀，益颜减皱。

〔主治〕 粉刺、面部黑斑及白癫风。

〔评按〕 据传，武则天在宫中使用的美容品，就是玉女粉，故有“仙人秘之，千金不传”之说。益母草又名坤草，为妇科要药，有活血祛瘀，治疗粉刺、面部黑斑等作用。中医有谚语说：“坤草一把，胜过四物一车。”四物即四物汤，为补血之品，益母草之功和四物汤并及，可见用途广泛。用于美容，取其活血养颜之功，也就不足为奇了。历代以益母草为主的美容方很多，如《外台秘要》之“近效则天大圣皇后炼益母草留颜方”，即以益母草一味配成。据载，用之十余日，会使面部色泽大异于前；月余之后，面部红鲜而光泽；经年用之，效果更好，使“年四五十妇人，如十五女子。”宋代官修方书《太平圣惠方》和明代《普济方》中，均收此方，名“留颜方”，但制作方法均极繁琐，唯元代

《御药院方》之神仙玉女方，药虽未变，而制法简单，切合实用。

12. 玉容散

〔组成〕 牵牛 120 克 香白芷 15 克 甘松 15 克 广零陵香 30 克 栝楼根 22 克 川芎 15 克 细辛 8 克 阿胶 8 克 皂角 60 克 藿香 15 克 楮桃儿 60 克 藁本 15 克

〔用法〕 以上药物均研为细末。每天早晚各用 3 克洗面。

〔功效〕 消除面部斑点

〔主治〕 面部粉刺，褐斑。

〔评按〕 古方之中，以玉容散名方者甚多。如《备急千金要方》、《御药院方》等均有。他如玉容粉、玉容丸等，都是指药物可使“容颜如玉”故以为名。本方出《御药院方》，为元代宫廷秘方。本方具有消除面部黑褐斑、粉刺的作用，是一个配方简便实用的处方。

13. 冬瓜洗面药

〔组成〕 冬瓜 1 个

〔用法〕 先将冬瓜去皮切片，用酒一斤半、水一斤同煮烂，以纱布滤去滓。再加蜂蜜一斤同熬，令稀稠得当，收于瓷瓶内。用时取栗子大，以津液调涂面上，用手轻轻按摩片刻。

〔功效〕 洁面增白。

〔主治〕 颜面不洁，苍黑无色。

〔评按〕 本方出《御药院方》。冬瓜为日用菜蔬，也是一味良药。本方用冬瓜的肉、瓤、子为主。《圣济总录》谓冬瓜肉有“面黑令白”功效，瓤据《本草纲目》，可“洗面澡身，去黧黯，令人悦泽白皙”；瓜子更是美容常用药，能“去皮肤风及黑黧，润肌肤。”三者共用，配以白蜜，滋养皮肤、预防衰老的美容功效更著。

14. 皇后洗面药

〔组成〕 川芎 细辛 附子 藁本 藿香 冬瓜子 沉香

30克 白檀 60克 栳桃 250克 白术 15克 丝瓜 4个 甘草 60克 生栗子第二皮 15克 杜苓苓 60克 广苓苓 30克 白芨 60克 白藜 45克 土瓜根 30克 阿胶 吴白芷各 60克 白茯苓 60克 脑子 6克 皂角末 30克 糯米粉 750克

〔用法〕 以上药物共研为极细末。每日早晚蘸药粉洗面。

〔功效〕 嫩肤增白。

〔评按〕 方出《御药院方》，为元代皇家洗面用的宫廷秘方。这个方中选用的药物大致可分为以下几个方面：一是滋润肌肤药，如糯米粉、阿胶、栳桃、白芨，尤其阿胶滋阴补血，为妇女要药；二是皮肤保健药，如白芷、白藜、白术、白茯苓、藁本、川芎、细辛等；三是芳香药物，如藿香、沉香、广苓苓、杜苓苓、白檀、脑子（龙脑冰片）等；四是润滑除垢药物，如皂角、土瓜根等。糯米粉补中益气，清代名医徐灵胎曾以之治疗婴儿无皮；栳桃儿又叫栳实，《日华子本草》谓其可以“益颜色”；白芨能“令人肌滑”；白芷白藜等可祛除黑斑；细辛、川芎入气分或血分，导药效出入；藿香等可以醒神香身。其中杜苓苓、广苓苓是产地不同的两种零陵香，历代面膏、香药之中常用。生栗子第二皮即栗子壳内薄皮，是美容退皱良药；冬瓜子是古代美容要药，既可内服，又可外用。《荆楚岁时记》云：“七月采瓜犀，以为面脂，即瓜瓣也，亦堪作澡豆”，即是指的冬瓜子。

15. 藿香散

〔组成〕 广明胶 20克 藿香叶 30克 糯米 200克 白丁香 20克 零陵香 30克 皂角 30克 丁香 20克 香白芷 60克 檀香 30克 龙脑（冰片）8克 沉香 30克

〔用法〕 广明胶碎炒如珠，皂角去皮、子炙，龙脑另研。共为细末，和匀备用。每日取适量，洗手、面或显须。

〔功效〕 去斑润面，使须发光悦润泽。

〔评按〕 方出《御药院方》，为元代宫廷秘方。既可以用来洗面，又可以用来洗须发，能使脸面白净，髭须乌黑。方中汇集七种香药为主，可以通行经脉，祛除垢浊。除可化湿，辟秽、理

气、开窍之外，又各具美容功用。如藿香能润髭须、除黧黯；零陵香能香身泽面；檀香可治面生黑子；龙脑（冰片）可治风疮黧黯；沉香可去皮肤斑片；丁香可以增白去斑；白芷亦能去斑而泽肤；白丁香即雄麻仁类，最善于治雀斑、粉刺。再配以皂角涤痰浊，糯米、广明胶（为牛皮熬成的胶）滋润营养肌肤。因此，本方对油腻性皮肤的人，具有良好的美容效果。

16. 钟乳粉散

〔组成〕 益母草 8 克 白附子 6 克 白芨 8 克 白蔹 6 克
轻粉 1.5 克 钟乳粉 6 克 蜜陀僧 4.5 克 细辛
末 1.5 克

〔用法〕 以上药物同研为细末。每晚临睡时用乳汁或温水调涂患处，次日用温水洗去。

〔功效〕 消除面部疵点。

〔主治〕 雀斑、黄褐斑。

〔评按〕 方出元代《御药院方》。益母草为“留颜”美容妙药，自武则天时已成为宫廷美容方中的常用药。白附子、白芨、白蔹、细辛均可祛风洁面；轻粉又称银粉或汞粉，是一种含汞化合物，有杀虫祛腐生新之功，但须注意其毒性；蜜陀僧则是一种含铅化合物，有杀虫祛腐之效，但也应注意其毒性，作为化妆美容品应用宜慎重。钟乳粉即石钟乳或称鹅管石，主要成分为碳酸钙，也是传统美容用药。以上药物作为外用药物，确可消除面部斑点，治疗面部雀斑、黄褐斑等，但必须注意，第一，有毒药物的用量不能过大；第二，药物不可入口。

17. 七白膏

〔组成〕 香白芷 白蔹 白术各 30 克 白茯苓 9 克 白芨
15 克 白附子 9 克 细辛 9 克

〔用法〕 以上药物均研为细末，用鸡蛋清调丸，丸如弹子大，阴干。每晚临睡前，先以温水洗面，然后将该药丸以温水化开涂面。

〔功效〕 润肤防皱，祛除黑斑。

〔主治〕 一切黑斑。

〔评按〕 本方出《御药院方》。本方共七味药组成，其中有六

味药以“白字”命名。另外鸡黄汤又称鸡子白，故名七白膏。白芷能“润泽颜色”（《神农本草经》），“去面黥疵癰”（《日华子本草》）；白敛：“治面上疱疮”（《日华子本草》）；白附子治“面上百病”（《名医别录》），“面黥疵癰”（《日华子本草》）；细辛“去皮风湿痒”（《药性论》）；白术“主面光悦，驻颜去黥”（《药性论》）；白茯苓益脾利水；鸡蛋清“去黥黯皴疱，令人悦色”（《本草纲目》）。以上药物合用，可以润肤防皱，祛除面部黑斑，美容效果好，为元代宫廷美容常用之方。

18. 展皱膏

- 〔组成〕 栗子薄皮不拘多少
 〔用法〕 上药研末，白蜜和匀，贮瓶备用。临睡前先以温水洗脸，再涂上此膏，第二天早晨用温水洗去。
 〔功效〕 活血，润肤，去皱。

〔评按〕 本方为专治面上皱纹的验方，《医部全录》说：“令皮肉急皱可展，又治老人面皱。”栗子薄皮，为栗子内果皮，又名栗茶，能活血行血，配以润肤的白蜜，使血行通畅，荣润皮肤，则皱纹可消失。方出明代周王朱柿主持编集的大型方书《普济方》，为消皱美容的效方之一。

19. 杨太真红玉膏

- 〔组成〕 杏仁（去皮） 滑石 轻粉各等分
 〔用法〕 上药为细末，蒸过，入龙脑、麝香各少许，以鸡子清调匀。每晨起洗面之后敷之。
 〔功效〕 令面红润悦泽。

〔评按〕 方出《鲁府禁方》。杨太真即唐明皇所宠爱的贵妃杨玉环。据《旧唐书》说，她“姿色冠代”，以致“回眸一笑百媚生，六宫粉黛无颜色。”为了博取明皇宠爱，她更“治其容，敏其词，婉变万态，以中上意”（《长恨歌传》）。据传本方即其常用的“增色”秘方。方中杏仁含有丰富的油脂和维生素，可以营养润泽皮肤；轻粉是一种汞化合物，以其色白如雪、轻盈可爱面得名。对皮肤疮癣，有极强的治疗作用。因其有毒，用量不宜过大。滑石可以疏利毛窍，使杏仁、轻粉的作用可以得到充分发挥。后加

入的龙脑（即冰片）“王风奄野鬻”（《海药本草》），麝香可“去面黧”（《名医别录》），既是治皮肤黄褐斑的药物，又有芳香之气，美容香身，一举两得。鸡蛋清调敷，既作为粘附剂，又有养颜润肤作用。配方巧妙实用，效果良好，想当年杨贵妃雪肤玉肌，倍受宠幸，此方功不可没。

20. 祛风润面散

- 〔组成〕 绿豆白粉60克 山奈40克 白附子40克 白僵蚕40克 冰片20克 麝香10克
- 〔用法〕 上药共研为极细末，兑肥皂角200克。捣匀，密贮瓶中备用。用时以此药粉擦洗面部，每日早晚各1次。
- 〔功效〕 祛风润面。
- 〔主治〕 面部黑斑、粉刺、酒渣鼻。

〔评按〕 本方出《慈禧光绪医方选议》，为清朝宫廷美容方。由三组药组成：绿豆白粉能滋润皮肤，国外研究证明其对面疮、面斑有良效；白附子、僵蚕祛风，可治疗粉刺、酒渣鼻；山奈、冰片、麝香均为芳香之品，既能散郁，促进面部血液循环，又借其芳香以香身面；肥皂角可除垢，常用洗脸可起到对面部及其疾病的保健治疗作用。

21. 玉容粉

- 〔组成〕 绿豆粉60克 滑石60克 元胡粉30克 白丁香30克 白附子30克 白芷30克 僵蚕30克 朱砂4.5克 铅粉9克 定粉24克 冰片1.5克
- 〔用法〕 上药均捣研为细末。每日早晚将面洗净，用粉1—2克，以人乳调敷面上，如无乳，用鸡蛋清兑水少许也可。
- 〔功效〕 嫩肤洁面，悦泽容颜。
- 〔主治〕 面部风痒干燥，粗黑不润。
- 〔宜忌〕 忌食椒、姜、羊肉、烟、酒、辛热等物。

〔评按〕 本方出《清太医院配方》，为清宫嫔妃常用的美容佳品。久久敷之，可使面色莹润，容颜光滑，有似美玉，故云玉

容粉。

22. 慈禧太后驻颜方

- 〔组成〕 珍珠（晶莹圆润者）
〔用法〕 将珍珠研为细粉，每次一小茶匙（5～7克），温茶送服，每隔10日服1次。
〔功效〕 美容护肤，抗衰老。

〔评按〕 方出《御香缥缈录》，为清朝慈禧太后的美容方法之一。珍珠是十分贵重的药物，《抱朴子》中说：“真珍径寸以上，服食令人长生。”《开宝本草》载，珍珠粉“涂面，令人润泽好颜色；涂手足，去皮肤逆肤。”“逆肤”即皮肤粗糙起倒刺。可见珍珠无论内服外用，均可使皮肤细腻白嫩。珍珠粉的研制，有一定规矩。一般取珍珠洗净之后，用布包，加豆腐与水共煮2小时，取出洗净捣碎，加少量水，缓缓研磨，等到指拈若无，干燥即成。

六、嫣然一笑粲瓠犀

——美齿固齿方

《诗经·卫风·硕人》形容齐庄公的女儿庄姜之美，是“手如柔荑，肤如凝脂，领如蝤蛴，齿如瓠犀，螓首蛾眉。巧笑倩兮，美目盼兮。”其中“齿如瓠犀”，是讲牙齿的美。“瓠犀”即瓠瓜的子，颜色洁白，大小相同，整齐而紧密地排列着，形容美齿，十分形象而生动。《汉书·东方朔传》：“目如悬珠，齿若编贝”；司马相如《美人赋》“玄发香艳，蛾眉皓齿”，同样把美齿作为一个人形容美的一部分。

美齿或洁齿，指牙齿洁白，无牙垢，无牙结石，齿缝无食物残渣，口腔清洁；固齿则是使牙齿坚固完好，排列整齐。古代人们十分讲究漱口刷牙，保护和美化牙齿。《金丹全书》中说：“凡一日饮食之毒，积于齿缝，当于每晚刷洗，则垢污尽去，齿自不坏。”在我国出土文物中，发现辽代附马卫国王墓出土的一把植毛牙刷，比西方国家出现此类用品早了600多年。宋代，我国就有了用药物配制的牙膏问世，用牙粉刷牙漱口成为普遍的现象。历代医方中有许多美齿固齿医方，尤其宫廷之中，对此更为讲究，细分之，有白牙、洁齿、擦牙、漱涤、固齿、生牙等多种方法。所用药物主要为祛风清热、洁齿涤垢之品，如防风、川芎、白芷、细辛、藁本、石膏、生地、冰片、麝香、沉香、石决明、皂荚、白矾、青盐、白藜、海蛤等等，其中很多经验可供今天牙膏等日用品的生产所借鉴。日前市场出现多种中药配方的牙膏制剂，对牙病治疗和预防起了很好的作用。

1. 揩齿方

〔组成〕 盐120克 杏仁30克

〔用法〕 盐烧过，杏仁热水浸泡去皮尖。二药共研成膏。每用揩齿。

〔功效〕 洁齿。

〔主治〕 齿黄黑。

〔评按〕 方出《太平圣惠方》。本方是一个刷牙配方，每次取少量刷牙，不但使牙齿白净，而且还有防龋功效。《医林纂要》云，盐可以“坚骨固齿”，兼能清热凉血；杏仁善于“杀虫祛风”，有良好的防龋功效。《可居杂识》记载，清末文学家李慈铭满口牙齿黄黑，多方疗治无效，十分苦恼。一次，在翻检《四库全书》时，无意中发现此处方，他依方配制，使用数日，黑黄渐渐退去，半年之后，牙齿洁白。

2. 牢牙散

〔组成〕 麝盐 白矾各 15 克

〔用法〕 上药炒令干，研为细末。每以柳枝点药，敷齿上，有涎即吐之。

〔主治〕 牙齿脱落

〔评按〕 白矾又名明矾，有止血收敛，杀虫止痒作用。可以抑菌、消炎、收敛、防腐。以之点药敷齿，可防牙龈炎症和细菌的孳生，故名“牢牙散”。方出《太平圣惠方》。

3. 贝齿散

〔组成〕 贝齿 文蛤 海蛤 石决明各 30 克 光明砂 15 克
龙脑 0.3 克

〔用法〕 上药捣为散，研入龙脑（冰片）令匀，每天早晨及夜卧，常用揩齿。

〔功效〕 去口臭，洁牙齿。

〔评按〕 方出《太平圣惠方》。方中贝齿、文蛤、海蛤、石决明等均为贝壳类药物，富含钙质，并善于清洁齿面垢质；光明砂即朱砂之优质者，有解毒、定惊作用，《本草从新》谓其“定颠狂，止牙痛”。龙脑即冰片，善消肿止痛，为治疗口疮的常用药物。配方合理，既可祛除口腔异味，又能使牙齿光洁。

4. 治齿黄黑揩齿方

〔组成〕 桑根白皮不拘多少

- 〔用法〕 将上药用醋浸3日，揩齿。
 〔功效〕 白牙洁齿
 〔主治〕 牙齿黄黑。

〔评按〕 在古代早已有刷牙美齿的习惯，宫中尤其盛行。所用之品，不仅可除垢去污，且有杀虫洁口作用。本方出《太平圣惠方》。

5. 地骨皮散

- 〔组成〕 地骨皮 郁李仁 生干地黄 杏仁各30克 川升麻45克 藁本 露蜂房各15克
 〔用法〕 上药捣细罗为散。每用3克，以绵裹，常含口中，有津则咽。
 〔功效〕 白牙洁齿。
 〔主治〕 齿黄黑枯燥无光泽

〔评按〕 《太平圣惠方》、《普济方》均载此方，是洁齿杀菌的良方。方中地骨皮善于清热凉血，《日用本草》用之“煎汤漱口，止齿血，治骨槽风。”郁李仁有破血润燥之功；生地黄滋阴养血兼以凉血清热；杏仁杀虫祛风；升麻、藁本散郁火，露蜂房祛风攻毒杀虫。诸药共成一清热除臭、杀虫洁齿的良方。

6. 玉池散

- 〔组成〕 升麻 藁本 甘松 兰草 香白芷 川芎 地骨皮各30克 细辛 生干地黄 青盐各60克 皂角90克 麝香3克
 〔用法〕 诸药研匀，每日早晚揩牙。
 〔功效〕 洁口白齿。
 〔主治〕 牙齿垢腻不洁净。

〔评按〕 方出《御药院方》，为元代宫廷用方。“玉池”是道家对口的一种称呼。《黄庭内景经》云：“口为玉池太和宫。”因本方善治牙齿垢腻不净，并能清洁口腔，故名“玉池散”。方中皂角为治疗风虫牙疼及擦牙使白的要药；升麻善治胃热牙痛、牙根浮

烂恶臭；细辛能散郁火治龋齿疼痛；生地黄补肾益精，为固齿要品。白芷散风热、除口臭；青盐“坚骨固齿”；地骨皮止齿血，治骨槽风，藁本祛风止痛，以助细辛；川芎活血和营，以辅生地；甘松善治肾虚齿痛；兰草即佩兰，清香绵绵，善除浊臭之气；房香亦可止痛并有芳香之气。口臭得除，齿痛可止，不愧养齿护齿良方。

7. 仙方地黄散

〔组成〕 猪牙皂角 干生姜 升麻 槐角子 生干地黄 木律
华细辛 旱莲香 白芷 干荷叶各60克 青盐30克

〔用法〕 以上药物剉碎，置锅子内烧，有青烟、存性为度。用纱罗子重罗，另研青盐末和匀，同入药内。每用少许刷牙。蘸药刷牙，合口少时，有涎即吐，然后用温水漱口。早晨起床后或晚上临卧时用。

〔功效〕 涤除腐气，牢牙白齿。

〔主治〕 牙齿黄色不白。常用此药，可使牙齿莹白、坚牢，龈槽固密，并黑显鬓。

〔评按〕 方出《御药院方》，据传此方为五代时“仙人”陈抟的刷牙配方。陈抟字图南，号扶摇子，宋太宗赐号“希夷先生”。他生于唐代末年。参加进士考试未中，即隐居于华山之中，学道修炼。这一秘方原刻于华山莲花峰上，形式是一首诗：“猪牙皂角及生姜，西国升麻熟地黄，木律旱莲槐角子，细辛荷叶要相当。青盐等份同烧般，研细将来使最良。搯齿牢牙髭鬓黑，谁知世上有仙方。”方中木律又名胡桐律或胡桐泪，是杨柳科植物胡杨树的树脂，在土中留存多年而成。《海药本草》认为本药“主风疳、目齿牙疼痛，骨槽风劳”，《日华子本草》以之治风肿牙齿痛，是治牙痛、牙宣、牙疳、龋齿等症的要药。生干地黄即生地，善滋阴养血，补肾填精，为清火固齿常用药物；旱莲草补肾益阴，固齿止痛；升麻散浮火，细辛散郁火，干姜止虚火，共奏清火热止疼痛三功；青盐“坚齿固齿”，白芷洁齿香口。诸药配合，效果卓著。”《三因方》载道士景碧虚常用本方刷牙，八十高龄仍面如童子，髭鬓乌黑，齿落重生。

8. 沉香散

- 〔组成〕 沉香 麝香各3克 细辛15克 升麻 藁本 藿香
叶 甘松各8克 石膏120克 寒水石60克
- 〔用法〕 上为细末，揩齿。
- 〔功效〕 洁齿除臭。
- 〔主治〕 牙齿不洁，口腔异味。

〔评按〕 方出元代《御药院方》。方中升麻善治胃热牙痛、牙根浮烂恶臭；细辛可散郁火，止龋齿肿痛；藁本散风寒，《医学启源》认为它善治“头痛、胸痛、齿痛”。沉香、麝香、藿香、甘松既可止痛，又可除臭；石膏、寒水石清泄胃火，釜底抽薪。共成清胃泄火，爽口洁齿之功。

9. 珍珠散

- 〔组成〕 珍珠5克 白檀9克 石膏60克 乌鱼骨 白石英
浮石各15克 朱砂 香白芷 川芎 升麻各12克。
- 〔用法〕 共为细末，每用少许以指蘸药擦牙，吐津，用温水漱口。
- 〔功效〕 洁齿固齿。
- 〔主治〕 牙宣、牙黄黑不白。

〔评按〕 方出元代《御药院方》。方中用珍珠粉清热解毒生肌；乌鱼骨又名海螵蛸，咸温无毒，善于止血敛疮；浮石即海浮石，咸寒，可清热化痰软坚；其余诸药，如白檀香、石膏、白芷、升麻等药，前方均已述及。诸药合用，以清热止血，洁齿固齿。

10. 御前白牙散

- 〔组成〕 石膏120克 大香附30克 白芷20克 甘松 三
柰 藿香 沉香 川芎 零陵香各10克 细辛
防风各15克
- 〔用法〕 石膏另研，余药同研，共为细末，和匀备用。先以温水漱口，然后以本药擦牙。
- 〔功效〕 白牙洁齿。

〔评按〕 方出《景岳全书》，为明代皇帝洁齿用的宫廷秘方。方中石膏“揩齿益齿”（《日华子本草》），作为摩擦剂使用，可去垢洁齿；其余诸药，多属芳香之品。香附、甘松、三奈、沉香、零陵香芳香行气；细辛、白芷、防风祛风止痛；川穹活血化瘀，藿香芳化湿浊。诸药平常易得，配制简便，对口齿疾患有很好的防治作用。

11. 点牙药方

- 〔组成〕 草乌 藜蘆各4.5克 川椒 细辛各9克
〔用法〕 上药共研为极细末。用少许点患牙内外。
〔功效〕 止痛。
〔主治〕 牙龈肿胀，至牙作痛。

〔评按〕 此方为慈禧太后治牙龈肿胀及龋齿疼痛的处方。既可研末外用，也可以泡酒外用。方中诸药，皆为芳香定痛药，因而有极好的止痛效果。方出《慈禧光绪医方选议》。

12. 擦牙根方

- 〔组成〕 骨碎补30克 黑桑格子15克 食盐15克 核桃仁24克
〔用法〕 上药共研为极细面；搽敷牙根。
〔功效〕 益肾固齿，凉血去火。
〔主治〕 牙龈肿痛，牙龈出血。

〔评按〕 本方为清宫太医为慈禧太后拟定的擦牙方，有益肾固齿、凉血祛火之效。对牙龈炎等病有效。因光绪廿八年，慈禧年龄已高，肾虚显而易见，肾主骨，齿为骨之余，所以，本方重用补肾药物配为擦牙方，适合其病机。方出《慈禧光绪医方选议》。

13. 清胃止痛漱齿方

- 〔组成〕 薄荷4.5克 生石膏9克 旱莲草6克 骨皮6克
葛根6克 生甘草1克
〔用法〕 将药加水浓煎，去滓，每日漱口3~5次。

〔功效〕 清胃止痛。

〔主治〕 胃火齿痛。

〔评按〕 光绪皇帝素体虚弱，常患牙痛龈肿。本方作用，以生石膏甘寒清胃火，薄荷清热祛风，旱莲草凉血止血。各药合用，煎汤漱口，诚如方名所说，确可清胃火，止牙痛。无分男女，用此方皆有美齿之功。方出《慈禧光绪医方选议》。

14. 固齿刷牙散

〔组成〕 青盐 川椒 旱莲草各 60 克 枯白矾 30 克 白盐 120 克

〔用法〕 先将旱莲草，川椒水煎去滓，得汁 1 茶盅，拌盐、矾内，炒干，共研为极细面，用于擦牙漱口，永无齿疾。

〔功效〕 洁牙防病。

〔评按〕 本方为固齿刷牙用。旱莲草可滋补肝肾，收敛止血，白矾燥湿解毒收敛，川椒杀虫止痛。由清宫太医李德立、庄守和所拟，出《慈禧光绪医方选议》。

积善之家必有余庆