

前言

P r e f a c e

健康是促进人的全面发展的必然要求，是经济社会发展的基础条件，是民族昌盛和国家富强的重要标志，是广大人民群众的共同追求。党的二十大报告中指出，要“推进健康中国建设”，“把保障人民健康放在优先发展的战略位置，完善人民健康促进政策”。为全面贯彻党的二十大精神 and 党的教育方针，坚持为党育人、为国育才，我们深刻领会并遵循中共中央办公厅、国务院办公厅《关于推动现代职业教育高质量发展的意见》（2021年10月12日）以及教育部相关文件精神，强调教学内容与教材建设需紧密对接生产实际和岗位需求；参照职业教育专业教学标准 2025 年修（制）订内容，将新技术、新工艺、新规范、典型生产案例纳入教学内容。中医美容学是一门在中医理论及中国特色人体美学理论指导下，研究损容性疾病防治和损容性生理缺陷掩饰或矫正，以达成防病健身、延年驻颜、维护与塑造人体形神之美目标的学科。本教材旨在系统传授中医美容技术与方法，注重理论与实践相结合，强调素质教育、创新能力与实践能力的培养，致力于促进学生知识、能力、素质协调发展。

本教材编写秉承“传承中医，守正创新”的理念：在传统中医理论指导下凝练核心内容，兼具实用性、传承性与创新性；兼顾专业性与普适性：针对医学美容技术专业特点，编写力求深入浅出、通俗易懂，减少晦涩难懂的文言文引用。本教材适用于高等职业教育医学美容技术及相关专业的教学。

本教材能够顺利完成，得益于各方力量的鼎力支持与无私付出。首先，衷心感谢全体编委的辛勤工作、严谨治学和精诚合作。其次，感谢相关行业专家、兄弟院校以及医疗美容机构同仁在编写过程中提供的宝贵建议和案例资料。同时，也感谢参与审校工作的专家们付出的智慧与汗水，他们为本教材的质量提供了坚实保障。最后，特别感谢所有为中医美容事业传承与发展作出贡献的前辈和同行。值此付梓之际，谨向所有关心、支持和帮助本教材编写出版的单位和个人致以最诚挚的谢意！教材中若有疏漏之处，恳请广大读者批评指正。

邓 燕

2025 年 8 月

配 套 资 源

欢迎登录“中科云教育”平台，**免费** 数字化课程等你来！

本系列教材配有数字化资源，持续更新，欢迎选用！

“中科云教育”平台数字化课程登录路径

电脑端

- 第一步：打开网址 <http://www.coursegate.cn/short/C0TCQ.action>
- 第二步：注册、登录
- 第三步：点击上方导航栏“课程”，在右侧搜索栏搜索对应课程，开始学习

手机端

- 第一步：打开微信“扫一扫”，扫描下方二维码



- 第二步：注册、登录
- 第三步：用微信扫描上方二维码，进入课程，开始学习

PPT 课件，请在数字化课程中各章节里下载！

目 录

Contents

第 1 章 绪论	/ 1	第 3 节 辨证论治在美容中的应用	/ 103
第 1 节 中医美容学概述	/ 1	第 10 章 七情学说与美容	/ 106
第 2 节 中医美容技术的分类和特点	/ 2	第 1 节 七情学说	/ 106
第 3 节 中医美容学发展简史	/ 4	第 2 节 七情致病与美容治疗	/ 107
第 2 章 整体观念与美容	/ 7	第 11 章 美容中药	/ 109
第 1 节 整体观念	/ 7	第 1 节 美容中药简述	/ 109
第 2 节 整体观念在中医美容中的应用	/ 10	第 2 节 美容中药外用剂型与方法	/ 117
第 3 章 阴阳五行学说与美容	/ 12	第 12 章 美容方剂与验方选介	/ 121
第 1 节 阴阳学说	/ 12	第 1 节 美容方剂	/ 121
第 2 节 五行学说	/ 15	第 2 节 美容验方	/ 124
第 4 章 脏象学说与美容	/ 20	第 13 章 美容针灸技术	/ 127
第 1 节 脏象学说	/ 20	第 1 节 针刺美容技术	/ 127
第 2 节 脏腑与美容	/ 32	第 2 节 灸治美容技术	/ 133
第 5 章 气血津液学说与美容	/ 35	第 3 节 耳针美容技术	/ 137
第 1 节 气血津液学说	/ 35	第 14 章 经络拔罐与美容	/ 141
第 2 节 气血津液与美容	/ 39	第 1 节 经络拔罐法	/ 141
第 6 章 经络学说与美容	/ 40	第 2 节 经络拔罐法在美容中的应用	/ 145
第 1 节 经络概述	/ 40	第 15 章 美容推拿技术	/ 147
第 2 节 十四经脉	/ 42	第 1 节 美容推拿概述	/ 147
第 3 节 经络学说与美容的关系	/ 51	第 2 节 美容推拿常用手法	/ 149
第 7 章 腧穴与美容	/ 52	第 3 节 推拿美容全套手法	/ 155
第 1 节 腧穴概述	/ 52	第 16 章 药食同源与美容	/ 162
第 2 节 美容常用腧穴	/ 55	第 1 节 药食同源常用中药及食疗方	/ 162
第 8 章 中医四诊	/ 71	第 2 节 药食同源常用药物在美容中的应用	/ 166
第 1 节 望诊	/ 71	第 17 章 面部常见损容性疾病防治	/ 169
第 2 节 闻诊	/ 79	第 1 节 痤疮	/ 169
第 3 节 问诊	/ 80	第 2 节 玫瑰痤疮	/ 171
第 4 节 切诊	/ 86	第 3 节 白癜风	/ 173
第 9 章 中医辨证论治	/ 89	第 4 节 雀斑	/ 175
第 1 节 辨证	/ 89	第 5 节 黄褐斑	/ 176
第 2 节 治则	/ 100		

第6节 脂溢性皮炎（面部）	/ 179	第1节 体癣	/ 203
第7节 化妆品皮炎	/ 181	第2节 股癣	/ 205
第8节 唇炎	/ 182	第3节 花斑癣	/ 206
第9节 疣	/ 184	第4节 手癣	/ 208
第10节 毛细血管扩张症	/ 186	第5节 甲癣	/ 210
第18章 毛发常见损容性疾病防治	/ 189	第6节 寻常疣	/ 211
第1节 斑秃	/ 189	第7节 体气	/ 213
第2节 脂溢性皮炎（脱发）	/ 191	第20章 中医抗衰与肥胖部分	/ 215
第3节 雄激素性脱发	/ 193	第1节 衰老与中医抗衰	/ 215
第4节 产后脱发	/ 195	第2节 肥胖与中医防治	/ 219
第5节 老年性脱发	/ 197	第21章 中医美容养生保健	/ 223
第6节 白发	/ 199	第1节 中医美容养生原则	/ 223
第7节 多毛症	/ 201	第2节 中医美容养生抗衰	/ 226
第19章 四肢、躯干部常见损容性疾病防治	/ 203	主要参考文献	/ 228



第1章 绪论

学习目标

1. **素质目标** 培养为人民健康服务的职业认同感,使其深刻认识中医药在“预防、治疗、康复、保健”大健康医疗模式中的重要地位,具备自主学习中医知识的能力,主动学习、适应行业技术更新。
2. **知识目标** 掌握中医美容学的概念、常用美容技术分类与特点,了解中医美容学的发展简史。
3. **能力目标** 侧重中医美容学基础理论知识与技能训练,强化学生的动手能力。

第1节 中医美容学概述

一、中医美容学的基本概念

中医美容学是在中医理论和有中国特色的人体美学理论指导下,研究损容性疾病的防治和损容性生理缺陷的掩饰或矫正,以达到防病健身、延年驻颜、维护和创塑人体神形之美为主要目的的一门综合性学科。本学科以健康为根基,强调整体美容观念,追求神形俱美、内外兼修的理想境界。

二、中医美容技术狭义与广义的范围

中医美容技术是在中医美容学理论指导下的具体方法与手段,可分为狭义与广义两类。

狭义的中医美容技术,是指运用中医保健和治疗方法,提高颜面五官生理机能,延缓皮肤衰老,增加面部色泽,治疗某些面部疾病,使人的容颜得到进一步美化的方法,古代将这种狭义的中医美容方法称为“驻颜”“美颜”“益容”“留颜”。

广义的中医美容技术,是指运用中药、针灸、推拿、食疗、养生保健等方法祛除邪气、补益脏腑、疏通经络气血,治疗损害美容的疾病,清洁和养护颜面、须发、五官和皮肤,提高它们的生理机能,延缓其衰老过程,保持人体的青春美、健康美。

在具体技术应用中,中药美容分为内服、外用两类:外用可采用川芎、当归等制成的中药面膜,内服可服用祛斑汤等方剂;针灸美容则可通过针刺、刺血拔罐、耳针等方式干预。针对黄褐斑、寻常痤疮等损容性疾病,中医美容技术通过辨证施治,能够取得显著的临床疗效,充分发挥中医美容的独特优势。

三、中医美容学的理论基础

中医美容学的基本理论涉及中医学基本理论和中国特色人体美学理论。中医学经过漫长的历史发展,形成了自己独特的理论和思维方法,如阴阳五行、脏腑、经络、气血津液、病因病机、诊法、治则、药性、组方原则等,强调整体观与辨证论治。人体美学理论是当代美容医学的灵魂之一,有中国特色的人体美学理论含有中国传统美学思想,强调人体的自然美、神韵美等,使中医美容学具有独特的审美观,追求神形俱美、外貌和品德俱佳的境界。

四、化妆与中医美容技术的区别

化妆与中医美容技术常常被混淆,其实两者有明显区别。化妆是通过各种化妆品如面脂、胭脂、口脂、黛、香粉等,对面部进行修饰,古人称为妆面、粉饰,此为修饰美,中医术语称为治标,即仅解决临时问题。而中医美容技术是采用全身调理和局部治疗相结合的办法,美化容貌,永葆青春,效果具有长效性与持久性。

第2节 中医美容技术的分类和特点

一、中医美容技术的分类

(一) 按美容性质分类

根据美容性质的不同,中医美容可分为美容治疗与美容保健两类:

1. 美容治疗 是指运用中医手段治疗损容性疾病,消除疾病所致的美容缺陷,以维护人体美的技术,属于医学美容的范畴。其核心在于针对已存在的病理状态进行干预,恢复或改善容貌与形体的正常状态。

2. 美容保健 是指在中医美容学理论指导下,采用医学或非医学手段预防损容性疾病、增进健康、延缓衰老,使人保持自然健美。其重点在于“未病先防”与“既病防变”,强调日常调养与整体健康。

(二) 按美容手段和方法分类

依据具体手段与方法,常用中医美容技术主要包括中药美容、针灸美容、推拿美容与食膳美容四大类。

1. 中药美容 是通过中药内服或外用治疗损容性疾病或养护机体的美容方法。中药美容作为中医美容中最主要、应用最广泛、经验最丰富的技术,早在《神农本草经》中就记载了麻黄、大黄、当归等可用于护肤和美容的中药。它利用中药配方调节脏腑功能、改善血液循环、补气养血、平衡阴阳,从而达到清洁颜面、祛斑、除痘的目的,以维护、修复皮肤,重塑美丽。

中药内服法是通过调理全身脏腑气血,从整体改善机体状态,以全身健康保障局部美观,兼具治本除根、健身延衰、驻颜美容之效,常用剂型有丸、散、膏、汤、饮、酒、露等。中药外用法是将药物直接施于体表局部,利用药物性能直达病所,奏效迅速。常见操作方法有熏洗、湿敷、扑撒、涂擦、浸浴、贴敷、喷雾、电离子导入及香薰等,需根据操作方式选择相应的药物剂型,如熏洗、浸浴、湿敷、喷雾法选用散剂或水剂,扑撒法选用散剂,涂擦法选用软膏剂或油剂等。

2. 针灸美容 是通过针具或艾绒等工具刺激经络与腧穴,调动机体内在抗病因素,调整脏腑组织功能,促进气血运行,从而达到治疗或保健美容目的的方法。主要包括针刺法、灸法与拔罐法。针刺法包括毫针刺法、三棱针刺法、火针法、皮肤针(梅花针)刺法、电针疗法、皮内针刺法等;灸法包括艾炷灸、艾条灸、温针灸和温灸器灸等;拔罐法包括留罐法、闪罐法、走罐法(推罐法、行罐法、滑罐法)、刺络拔罐法、留针拔罐法等。

3. 推拿美容 又称按摩美容,是采用各种推拿手法作用于人体体表的特定部位或穴位,一方面通过经络系统调动机体内在因素,另一方面通过体表局部的物理效应来调整脏腑紊乱的气机,使阴阳气血平衡,从而实现美容养颜、保健调理目的的一种方法。其主要形式为经穴按摩,即循着经络的走向或定位于具体腧穴,采用推、点、拿、掐等手法进行操作。这种以经络腧穴为基础的推拿美容为中医所特有,区别于一般的保健按摩。

4. 食膳美容 是在中医基础理论指导下,运用食物或食药两用的天然动植物,或以食物为主的药膳来开展美容的方法。常见食膳形式有菜肴、饮品、鲜汁、汤、羹、酒、粥、蜜膏等。与中药美容类似,食膳美容亦强调辨证施膳,需根据个体体质与证候特点选择适宜的食材配伍,方能取得良好的美容效果。

二、中医美容技术的特点

(一) 历史悠久,内容丰富

中医美容技术源远流长,早在春秋战国时期,已有使用中药进行妆饰美容的记载。历代医籍中,具有驻颜悦色功效的药物多达上百种,美容方剂数量更为可观,超过两千首,涵盖洁面、润肤、增白、祛皱、驻颜、洁齿、染发、香口、香身等多个方面,甚至包含发蜡、口脂、胭脂等化妆品的配方。这些实践经验经历代医家反复筛选、验证与应用,逐渐形成系统多样的技术体系。

(二) 理论坚实,文化深厚

中医美容技术以中医学理论为核心支撑,融合中国传统美学思想,具有坚实的理论基础与深厚的文化内涵。作为中医学的重要分支,其发展始终依托阴阳五行、脏腑经络、气血津液、病因病机等基本理论;其审美理念深受中华传统文化影响,强调自然美、神韵美,体现出“形神合一”“内外兼修”的独特美学追求。

(三) 整体观念,辨证论治

中医美容技术秉持人是有机整体以及人与自然相统一的整体观,将一切损容性问题与脏腑功能失调、气血阴阳失衡、外感六淫侵袭或情志过极等因素联系起来,强调从整体进行调节。在实践中,严格遵循辨证论治原则:例如黄褐斑可因肝郁脾虚、肝肾亏虚或瘀血阻络等不同病机所致,需相应采取疏肝健脾、滋补肝肾或活血化瘀等治法。这一原则不仅指导内服方药的遣药组方,也指导着外用制剂的配伍与应用,充分体现了“辨证求因、审因论治、依法统方”的中医诊疗逻辑。

(四) 方法多样,积淀丰厚

中医美容技术涵盖中药、针灸、推拿、食疗、养生等多种手段,每类方法下又包含众多具体操作形式,形成了多层次、立体化的技术体系。它不仅关注疾病治疗,更重视日常养护与生活调摄,将美容融入饮食起居之中。这种医学、美学与日常生活紧密结合的特色,使中医美容技术在世界美容史上独树一帜。

第3节 中医美容学发展简史

一、中医美容学的起源

中国古代较早的清洁行为可追溯至商周时期，甲骨文中的“浴”字，字形像一个人站在洗澡盆中清洁身体。春秋战国时期，面脂、唇脂、发蜡等化妆品已相继出现，《楚辞》中亦有以黛石画眉的记载，反映出当时人们对容貌修饰的重视。长沙马王堆汉墓出土的医书文献中，《五十二病方》是目前已知最早的中医方书，对黄褐斑、瘢痕、疣、漆疮、体气、白癫风、痤疮等多种损容性疾病的病因、诊断及防治方法有所论述。

秦汉时期，社会经济蓬勃发展，经典医药著作相继成书，中医学逐步形成较为系统的理论体系，为中医美容相关方法的形成与发展奠定了坚实基础。《黄帝内经》构建了中医学的基本理论框架，也为后世中医美容提供了理论依据。书中多处涉及与容貌、形体相关的内容，充分体现了整体观念：其一，人体自身是统一整体，以阴阳、五行、脏象、经络、气血津液等学说为基础，强调脏腑气血与外在容貌密切相关。书中提出皮肤光泽与体内气血运行有关，气血不足或瘀滞可能导致肤色暗沉；肺失宣降、脾不运化水湿等脏腑功能失调问题也会影响肌肤健康；同时还将面部的明堂（鼻部）、阙（两眉之间）等部位与脏腑对应，通过面部色泽变化可判断脏腑健康状态。其二，人与自然相应，自然气候、饮食、地域等因素可影响人体健康与容貌。其三，人与社会环境相关，社会与生活环境影响人的情志，进而影响健康与容貌。

现存最早的本草专著《神农本草经》共收载药物 365 种，根据药物的性味、功用及主治不同分为上、中、下三品，其中明确记载具有美容保健、治疗作用的药物有近百味。这些美容药物还可按功用分为润肤美色、益气肥健、护发益齿、香体除臭等类别，书中还专门论述了白瓜子、白僵蚕等润肤美白类美容药物。《黄帝明堂经》成书于西汉末至东汉初，是我国第一部腧穴学专著，原书已佚，现存内容主要依托《针灸甲乙经》及《黄帝内经明堂》得以保存，对汉以前散在医书中的针灸腧穴文献进行了全面总结。东汉末年张仲景所著《伤寒杂病论》以六经论伤寒，以脏腑论杂病，提出包括理、法、方、药在内的系统辨证论治原则，奠定了中医辨证论治的基础，也为中医美容学确立了辨证纲领。由此可见，伴随中医学理论的萌芽发展，中医美容学理论亦同步发轫。

二、中医美容学的形成

两晋南北朝至唐代，中医美容学在医籍整理与临床实践的双重推动下，逐步走向成熟。

西晋葛洪所著《肘后备急方》收录了多种治疗面部皮肤问题的内服与外用方剂。

南北朝时期，陶弘景所著《本草经集注》对《神农本草经》进行了整理与注释，补充了部分药物的功效记载；其所著《养性延命录》中，记载了导引、按摩等兼具养生与美容功效的方法。南齐的《刘涓子鬼遗方》作为现存较早的中医外科专著，记载了痈疽、疮疡等多种皮肤疾患的治疗方法。

隋代巢元方所著《诸病源候论》系统论述了各类疾病的病因病机，其中包含“面体诸候”“须发诸候”等与容貌相关的病候描述。

唐代孙思邈所著《备急千金要方》设有“面药”“妇人面药”专篇，收录了多种面部护理方剂；其所著《千金翼方》亦载有相关美容方剂。唐代王焘所著《外台秘要》收录了面脂、头膏、发鬓、口脂、澡豆等美容相关方剂，其中对口脂的不同颜色（如紫色、肉色、朱色等）有明确记载。《食

疗本草》记载了部分具有美容功效的食物。这一时期，医籍中关于美容方剂的记载逐渐增多，为后世中医美容技术的发展奠定了坚实基础。

三、传统中医美容技术的发展

宋代医籍整理与方书编纂取得重要进展。《太平圣惠方》第40卷收录面部疾病治疗方剂，第41卷为须发专方；《圣济总录》对多种损容性疾病的病因病机有详细论述。

金元时期医学理论蓬勃发展，刘完素、张元素、李杲、张从正、朱丹溪等医家的学术思想对后世医学产生了深远影响，丰富了中医美容学的理论和治疗方法。

明代《普济方》集前代方书之大成，辑录了多种美容相关方剂。明代陈实功所著《外科正宗》记载了多种损容性皮肤病疾患的治疗方法。王肯堂所著《证治准绳》收录了先天性缺唇及耳部畸形的治疗内容。杨继洲所著《针灸大成》卷八记载了头面、耳目、鼻口等部位疾病的针灸取穴。李时珍所著《本草纲目》在诸风、眼目、面、鼻、唇、口舌、声音、牙齿、须发、诸疮等篇中介绍了数百种美容相关药物。

清代外科专著如《外科大成》《洞天奥旨》《外科证治全生集》《疡医大全》等对多种损容性皮肤病证均有所论述。清代宫廷医案中，亦载有诸多内服延年益寿驻颜方及外用美肤美发方，推动了美容保健方在宫廷中的发展。

四、现代中医美容技术的全面发展

1. 理论方面 20世纪80年代以来，随着美容行业的兴起，中医美容相关著作陆续出版。1989年，中华中医药学会外科分会治疗美容专业委员会成立；1990年，中华医学会医学美学与美容学分会成立；1997年，中华中医药学会中医美容分会成立。

2. 成立专业学会 2002年，卫生部发布《医疗美容服务管理办法》，将美容中医科列为二级诊疗科目，确立了中医美容的学科地位。

3. 学科地位确立 全国多所医药院校开设了医学美容相关专业，中医美容技术作为重要组成部分得到长足发展。

4. 专业人才培养 中医美容技术以中医理论为指导，注重整体观念和辨证论治，在美容保健和损容性疾病治疗方面发挥着重要作用。中医美容技术作为中医学的重要组成部分，在继承传统的基础上不断发展，为人们的健康与美丽提供服务。

课程思政：国医大师禩国维“少小立志岐黄之学，自信自强毕生奋斗”

20世纪30年代，禩国维出生和成长于广州市龙津路，这里医馆林立，名医云集。耳濡目染下，他从小就对中医怀着特殊的感情，心中悄然埋下了一颗矢志岐黄的种子。1957年，禩国维从广雅中学毕业，以优异的成绩考上广州中医学院（现广州中医药大学），从此迈上求学中医的道路。1976年，禩国维返回广州，到广东省中医院工作。他始终坚定中医药文化自信，坚守“上医医国、先觉觉民”的创院精神和“开放包容、敢为人先”的改革创新精神，敏于行而讷于言，默默耕耘奉献，凭借提炼出的“平调阴阳，治病之宗”“解毒祛邪，以和为贵”的学术思想，成为岭南当代皮肤病学的先行者。

目 标 检 测

1. 什么是中医美容学?
2. 中医美容包括哪些常用技术?
3. 中医美容技术的分类有哪些?
4. 中医美容技术的特点是什么?
5. 确立中医美容学学科地位的重要文件是什么?

(邓 燕 刘喆雯)



第2章 整体观念与美容

学习目标

- 1. 知识目标 通过学习中医基础理论知识，准确掌握中医学整体观念，能够描述该观念在中医美容学中的应用，为后续课程及临床实践打下坚实基础。
- 2. 能力目标 培养运用中医思维理解人体自身、人与自然及社会关系的能力，提升从整体角度认识人体生理、病理及疾病的诊断、防治的能力，提升中医临床辨证思维能力、运用中医学术语进行语言表达的能力及批判性思维能力。
- 3. 素质目标 帮助学生建立对中医学整体观念的正确认识，树立顺应自然、尊重自然规律的理念，提升对中医的学习兴趣，增强专业自信心。

第1节 整体观念

整体观念是中医学的核心基本观念之一，也是中医美容学的核心指导原则，强调人体自身的完整性，以及人与自然、社会环境之间的统一性和联系性。该观念贯穿于中医学理论体系的各个层面，涵盖生理、病理、诊断、辨证、养生及疾病防治等各个领域。

一、人是一个有机整体

（一）生理上的整体性

1. 五脏一体观 人体是以五脏为中心的有机整体：心、肝、脾、肺、肾五大生理系统通过经络紧密联系，与六腑、形体、官窍等协同运作。该观点强调人体各部分在结构和功能上的密切关联，涵盖脏腑、感官、外表特征、情志等各个层面。五脏一体观认为，人体各生理系统相互促进、制约，通过精、气、血、津液的循行维持整体平衡（表 2-1-1）。

表 2-1-1 人体五脏生理系统简表

系统	五脏	六腑	五体	官窍	经脉
心系统	心	小肠	脉	舌	手少阴心经、手太阳小肠经
肝系统	肝	胆	筋	目	足厥阴肝经、足少阳胆经
脾系统	脾	胃	肉	口	足太阴脾经、足阳明胃经
肺系统	肺	大肠	皮	鼻	手太阴肺经、手阳明大肠经
肾系统	肾	膀胱	骨	耳及二阴	足少阴肾经、足太阳膀胱经

2. 形神一体观 形体与精神密不可分，相互依存。人体脏腑组织与情志活动密切相关。其中形体是精神的载体，为精神活动提供物质基础；精神是形体生命活动的外在体现，同时对身体功能

起着调控作用。正常生命活动中，形与神相互依附，不可分割。

3. 精气神一体观 精、气、血、津液是构成与维持生命活动的基本物质。神则是人体生命活动的整体外在表现。精气神一体观认为，精可化气，气可化精，二者相互转化。精气共同化生来滋养神志，而神又统驭精与气，三者共同构成有机整体，该观念强调了人体内部各要素之间的相互作用和平衡。

（二）病理上的整体性

中医学分析疾病病机时，注重整体层面的病理分析，强调局部与整体的统一。它既关注发生病变的特定脏腑经络，又考虑这些病变对其他系统的影响。例如，肝的疏泄功能失常不仅影响肝脏本身，还可能导致脾的运化功能紊乱，引发脘腹胀满、食欲不振等症状，甚至影响肺气的宣发肃降，导致喘咳发作。因此，分析单一脏器的病机时，需同时考虑其对他脏的影响，及他脏对本脏的反作用，这正是中医学独特整体思维的体现。

（三）疾病诊治的整体性

中医诊治强调人体局部与整体的辩证统一，认为各脏腑、经络、形体、官窍在生理与病理层面联系紧密。通过分析形体、官窍、色脉等外在征象，可推断内在脏腑的病变，从而做出准确诊断。四诊合参（望、闻、问、切）是落实这一整体观念的关键。例如，望诊观察面色、舌象可推断内脏功能；闻诊了解语声、气味可判断病性；问诊询问症状和病史可明晰病程；切诊分析脉象可洞察气血运行状况。四诊的综合运用，充分体现了中医学的整体诊病思想。

二、人与自然环境的统一性

人类是自然界的组成部分之一，生命活动深受环境变化的影响。“天人一体观”体现了对人与自然密切关联的整体认知。古代哲学认为，宇宙万物源于“道”“太极”或“气”。阴阳二气交感相错，化生天地万物。自然界的寒暑更迭、昼夜交替、地域差异等，都会对人体生理状态及疾病情况产生直接或间接的影响。

（一）自然环境对人体生理的影响

自然环境主要包含气候和地理两大要素，古人将其称为“天地”。人居于自然之中，天地阴阳二气的运动变化，必然引起人体生理活动的相应调整。气候源于阴阳二气的消长，呈现春温、夏热、秋凉、冬寒的规律。生物顺应这一规律形成春生、夏长、秋收、冬藏的循环，人体生理亦随季节变迁而调节适应。例如，脉象呈现春弦、夏洪、秋毛、冬石的规律性变化；天热时汗多尿少，天寒时则反之。

1. 昼夜时辰与人体生理 一日之内的昼夜晨昏变化，对人体生理产生不同影响。《素问·生气通天论》曰：“故阳气者，一日而主外，平旦人气生，日中而阳气隆，日西而阳气已虚，气门乃闭。”这一论述说明，白昼人体阳气多趋向体表，脏腑功能较为活跃；夜间阳气收敛内藏，人体需要休息和睡眠。这一变化反映了人体随昼夜阴阳二气盛衰消长而作出的相应调节。

2. 地域环境与人体生理 地域环境涵盖地势高低、气候特点、水土物产，以及人文地理、风俗习惯等诸多方面。不同地域的气候、环境和物产差异，造就了人们不同的生活方式和饮食习惯，从而在一定程度上影响着人体的生理功能和体质形成。譬如，北方气候偏燥寒，人体腠理较为致密，形体多壮实；南方多湿热，人体腠理较为疏松，形体偏清瘦。长期居住某地的人迁居他乡，往往会出现“水土不服”现象，但终会逐渐适应。这一现象表明地域环境可对人体生理产生一定影响，而人体亦具备适应自然环境的能力。

（二）自然环境对疾病的影响

人体虽然具有适应自然环境的能力,但这种适应能力并非无限。当环境变化剧烈超出机体承受范围,或机体调节功能失调,无法应对环境变化时,就可能引发疾病。当机体正气充沛时,适应、调节与抗病能力较强,通常能够抵御外邪侵袭;反之,若遇恶劣气候,而机体正气相对不足,则抵抗力下降,易于生病。环境因素对疾病的影响主要体现在季节气候、昼夜时辰和地域环境三个方面。

1. 季节气候与人体疾病 四时气候各具特点,除常见疾病外,往往还会出现季节性多发病或时令性流行病。在疾病发展过程中,或某些慢性病恢复期中,气候骤变或季节交替都可能导致病情加重、恶化或旧病复发。例如,关节疼痛类疾病常在寒冷或阴雨天气时加剧,这一现象反映了季节气候变化对人体健康的显著影响。

2. 昼夜时辰与人体疾病 昼夜更替对疾病发展亦有一定影响,疾病会呈现随昼夜晨昏变化而波动的特征。人体阳气有抗御病邪的作用,人体阴阳之气随自然界昼夜阴阳消长、盛衰更替,正邪之间也会出现此消彼长的变化。早晨阳气逐渐升腾,白天阳气相对偏盛,反映于人体则精气神比较旺盛,病邪相对较轻,因此病情多表现得轻浅、平稳;傍晚阳气渐渐衰退,阴气相对偏盛,病邪得阴气之助而转盛,因此病情较白天为重,病情则显得沉重。

3. 地域环境与人体疾病 不同的地域环境对疾病的发生发展也产生独特影响。某些地方性疾病的出现,常与当地特定的地理、气候、水土等环境因素密切相关。这种关联性既突显了地域环境在疾病形成中的重要作用,也为疾病预防和治疗提供了重要的参考依据。

（三）自然环境与疾病防治的关系

自然环境的变迁持续影响着人类的生命活动和疾病发生发展。因此,在疾病防治过程中,必须重视外在环境与人体的互动关系。养生防病应当顺应自然规律,治疗过程则需遵循因时因地制宜的原则。

1. 季节气候与疾病防治 面对剧烈或急骤的气候变化,应当“虚邪贼风,避之有时”,以防病邪侵犯人体。治疗时需充分了解气候变化规律,根据季节特点选择用药:春夏慎用温热药物,秋冬慎用寒凉药物,体现了“因时制宜”的思想。对于季节性多发病,可采用“冬病夏治”“夏病冬治”的方法。例如,冬季因阳虚阴盛引发的咳喘、骨关节痛等,可在夏季培补人体阳气;夏季由于阴虚阳盛而引发的心悸、癰病等病证,则可在冬季滋养阴气,这种治法往往能够收事半功倍的效果。

2. 昼夜时辰与疾病防治 基于人体气血随自然界阴阳二气盛衰变化,按时循行于经脉的理论,古代医家创立了“子午流注针法”。这种方法按日按时循经选取穴位进行针灸,能更有效地调理气血、协调阴阳,从而达到防治疾病的目的。这一方法充分利用了昼夜时辰变化对人体生理节律的影响,体现了中医学“天人合一”的整体观念。

3. 地域环境与疾病防治 人体的生理状态及疾病变化受地域环境影响颇深。因此,在养生防病的实践中,应根据不同地理环境采取适宜的防治原则和方法,即“因地制宜”。中国地理特征为西北地势高而东南低,西北气候偏寒凉干燥,东南则温热湿润。据此,西北地区应少用寒凉药物,东南地区则需慎用辛燥温热之品。

三、人与社会环境的统一性

人作为社会个体,生存和发展与社会环境紧密相连。人与社会环境既相互联系又相互统一,人不仅是生物学意义上的生命个体,更是具有丰富社会属性的社会成员。政治、经济、文化等社会因素会通过多种途径影响人体的生理、心理状态与疾病发生发展。同时,人也会在与社会环境的互动中,维持着生命活动的稳定与平衡。这种双向关系构成了人与社会环境统一性的基础。

（一）社会环境对人体生理的影响

不同的社会环境和背景,塑造了个体独特的心理特征和体质。积极健康的社会氛围与和谐的人际关系,能激发个体的积极情绪,促进身心健康;相反,动荡不安的环境与紧张的人际关系,容易导致个体精神压抑,影响身心功能。此外,社会地位和经济条件也是影响个体身心状态的重要因素。社会地位较高、经济条件优越,容易滋生骄纵怠惰心理;社会地位较低、经济条件较差,则容易引发自卑抑郁情绪。长期的精神压力和情绪波动都可能影响脏腑功能和气血运行。

（二）社会环境对人体病变的影响

社会环境的剧烈变化往往伴随着个体社会地位和经济条件的变动,这些变化会对人体的生理功能产生显著影响,进而损害个体的身心健康。社会地位和经济状况的巨大变动,容易引发个体精神状态失衡,导致某些心身疾病的发生。此外,亲人的离世、家庭纠纷、人际关系紧张等社会因素,也可能诱发或加重疾病,甚至导致死亡。

（三）社会环境与疾病防治的关系

社会环境主要通过影响个体的精神情志活动,进而作用于生理功能和疾病变化。因此,在预防和治疗疾病时,必须充分考虑社会因素对个体身心功能的影响。应努力营造有利于身心健康的社会环境,获取有力的社会支持,并通过精神调摄提高个体对社会环境的适应能力,以维护身心健康,预防疾病的发生,促进疾病的康复。

第2节 整体观念在中医美容中的应用

中医美容学作为中医学的重要分支,以中医基础理论为指导,专注于损容性疾病的预防、诊断和辨证施治。整体观念是中医美容理论体系的核心指导思想。本节将从三个方面详细阐述整体观念在中医美容学中的应用及其重要性。

一、整体观念在中医美容疾病预防中的应用

预防疾病即中医所说的“治未病”,主要包含未病先防和既病防变两个方面。

1. 未病先防 指在疾病发生前及时调养身体,预防疾病发生。人生存于自然环境中,异常气候和有害因素常会侵扰人体,引发正邪相争、阴阳失衡,进而导致脏腑、气血、经络功能紊乱。例如:饮食辛辣,可致火热上攻,可在面部引发痤疮等多种皮肤损伤。只有顺应四时变化,起居有常、饮食有度、精神内守,遵循自然规律,维持自身与自然界的和谐统一,才能有效抵御邪气侵袭。

2. 既病防变 指在疾病初期及时治疗,防止疾病传变和复发。自然界的一切事物都处于不断变化中,疾病一旦形成,也会持续演变。人体各部分在结构和功能联系紧密,为疾病的体内传变提供了可能。例如感冒初期,邪气主要侵犯肌表,若不及时进行治疗,邪气可能由表入里,导致病情加重。再如,在治疗肝病时,因为肝病容易传变影响到脾胃,通常会配合健脾和胃的治法;脾胃为后天之本,气血生化之源,肝病及脾病可导致气血不足,影响面部肤色,甚至引发面部色斑。

从“治未病”的理念可以看出,在预防损容性疾病时,必须综合考虑四季气候和地理环境对人体的影响,采取全面的预防策略,避免疾病进展产生严重后果。这一理念体现了中医“天人合一”的整体预防思想,强调人与自然环境的和谐共生,也突出了预防疾病时对整体因素的综合考量。