

目錄

前言	4
----------	---

中醫典句之現代醫學觀

一、百脈匯於巔頂	6
二、髮為血之餘	7

部分臨床醫案治療前後照片	8
--------------------	---

《黃帝內經》典句選錄	17
------------------	----

第一章 頭髮的生理

第一節 頭髮的發育	20
第二節 頭髮的生長周期	20
第三節 頭髮的功能	21

第二章 脫髮的病因

第一節 血分病	24
第二節 氣分病	25
第三節 五臟病損	26
第四節 先天稟賦	27
第五節 後天失養	28

第三章 脫髮的類型

第一節 油風	34
第二節 髮蛀脫髮	35
第三節 現代醫學的臨床分型	36

第四章 脫髮的診治原則

附錄 淺談五診十綱診治早禿	43
---------------------	----

第五章 脫髮之辨證論治對症下藥

第一節 血熱邪毒侵膚脫髮證治	46
第二節 血瘀毛竅脫髮證治	61
第三節 氣血兩虛脫髮證治	76
第四節 心脾兩虛脫髮證治	95
第五節 心腎虧虛脫髮白髮證治	106
第六節 肝腎虧虛脫髮證治	121
第七節 肺氣陰兩虛脫髮證治	130
第八節 五內虧虛脫髮證治	141
第九節 未老先衰早禿早白證治	157
第十節 陰陽失調脫髮證治	170

第六章 美髮養顏保健食療方

第一節 食療的意義	192
第二節 藥膳	193
第三節 藥飯粥麵食	211
第四節 藥點心小食	221
第五節 藥茶	230
第六節 藥酒	235

第一節 頭髮的發育

如所周知，身體髮膚，受諸父母。二千多年前，中醫經典巨著《黃帝內經》在論述人之始生等篇章時指出：「以母為基，以父為楨。」^①、「兩神相搏，合而成形，是謂精。」^②、「精成而腦髓生，骨為幹，脈為營，筋為剛，肉為牆，皮膚堅而毛髮長。」^③。

根據現代醫學，受精卵於母體發育成胎兒，22週的胎兒毛囊已全部長出，一般認為，成人期不能增添新的毛囊數。這就是說，一個人尚未出世來到這個世界之前，其父母親的遺傳基因等先天因素，已決定該人有多少根毛髮。現代醫學業已證明，正常人體細胞的23對基因，其中一半來自父親，另一半來自母親。有報道指出，成人男子的毛囊總數估計為500萬左右，其中100萬在頭部，約10萬在頭皮部，沒有性別和種族差異^④。然而，正常中國人全身毛囊的數目，至今尚未見有精確的報道。

第二節 頭髮的生長周期

現代醫學通常將頭髮露出皮膚部分稱為「髮幹」，而將皮膚以下，藏於毛囊內部分稱為「髮根」，頭髮位於皮下組織處的膨大終止部分稱為「毛球」，毛乳頭在毛髮的基端，突入於毛球之內。

正常人頭髮自生出到脫落一般為期3至7年，個別人頭髮生長周期長達10年以上。在病理情況下，頭髮生長周期縮短，當終毛變為毳毛時，毳毛的生長周期更短。最後，當幼小的毳毛脫落之後，毛囊消失，也就沒有新的毛髮再生。

現代醫學通常根據毛囊活動情況，將頭髮的生長周期分為生長期，退化期和衰老期這三個階段。

● (一) 生長期頭髮

正常頭髮的生長期大約在2年半至6年之間，但有個別人頭髮的生長期可長達10年以上，處於生長期的頭髮約佔全部頭髮的80%至85%。

生長期頭髮毛囊球部膨大，毛乳頭的血液供應非常豐富，毛囊的新陳代謝和細胞分裂活躍進行，頭髮每天增長達0.27毫米至0.41毫米，即每月增長約0.9厘米至1.3厘米。氣血壯旺的年輕人，頭髮生長速度較快，個別人士頭髮每月增長可能高達1.5厘米以上，而老年人及身患慢性消耗性疾病的人，氣血虧虛，頭髮生長速度一般較為緩慢。

● (二) 退化期頭髮

頭髮進入退化期，毛囊下端皺縮成細的上皮細胞柱（上皮索），頭髮變成棒狀髮，毛囊乳頭上移，細胞分裂停止，頭髮也不會再增長，退化期一般歷時2至4週。

● (三) 衰老期頭髮

退化期之後，頭髮進入衰老期，衰老期頭髮有如下變化：

- 衰老早期，棒狀毛髮位於立毛肌附着點水平處之角化上皮囊處；
- 衰老中期，新的毛囊乳頭開始於皮下組織形成；
- 衰老晚期，老毛髮即將脫落，新毛髮即將長出。

在正常情況下，頭髮的生長周期不同步，因此，正常人每天可能有20至100根衰老的頭髮脫落，同時也有相同數量的新生頭髮長出，從而使整體頭髮保持在正常的狀態。

第三節 頭髮的功能

頭髮具有保護頭皮的作用，一頭濃密烏亮的頭髮顯示端莊的儀容和充滿朝氣，是身體臟腑氣血功能健旺之象徵。清代著名醫家沈金鰲指出，毛髮也者，所以為一身之儀表，而可驗盛衰於沖任二脈者也，可謂一語道明頭髮的功能。誠然，尚若年輕人嚴重脫髮、白髮或髮色枯槁無華，除影響儀容，傷害自尊之外，也可能與身體健康狀況有關。

現代醫學已證明，很多疾病可引致脫髮，例如糖尿病可引致脫髮；甲狀腺功能亢進可引致脫髮；甲狀腺功能低下可引致脫髮；紅斑狼瘡可引致脫髮；肺結核可引致脫髮；梅毒病可引致脫髮；愛滋病可引致脫髮；貧血可引致脫髮，甚至僅缺鐵而尚未有貧血的人也可能出現脫髮現象。

第五章

脫髮之
辨證論治

第一節 血熱邪毒侵膚脫髮證治

一、病因和臨床見證

本病病因可為先天稟賦，素體血分有熱，日常又嗜食肥甘厚味，炙博煎炸辛熱食品，以致濕熱鬱積，熱毒外溢肌膚，侵犯毛囊髮根，新血不能養髮，致毛髮早白脫落；或春溫、風溫等外感熱毒之邪侵犯人體，血分熱毒熾盛泛發肌膚毛竅，新血不能養髮，髮失濡養，毛髮根空而脫落。

臨床見證頭髮除可呈現早白和慢性、進行性脫落外，也可呈現急性成片頭髮脫落，甚至全身毛髮包括頭髮、眉毛、睫毛、鬍鬚、腋毛、陰毛，以及體表毳毛全部脫落（普禿），常伴身熱煩躁，口渴喜冷飲，面紅、耳赤、唇乾、舌燥，可伴頭皮油脂分泌增多、頭癢、頭皮屑多和生頭瘡，面油脂分泌增多及生暗瘡；舌質紅，舌苔薄黃或厚膩黃苔，脈洪速或滑速。

二、治療原則

清熱解毒、涼血散瘀，除濕濁利肌膚以祛邪，養陰扶正，固本培元以養髮生髮。

三、治療方藥

主方：犀角地黃湯合二至丸^①

[方劑來源]

犀角地黃湯源自唐·《備急千金要方》

二至丸源自明·《普濟方》

[方劑組成]

犀角地黃湯由犀角8分，生地黄6錢，芍藥（本方以赤芍入藥）3錢，丹皮2錢組成。二至丸由女貞子、旱蓮草等量組成，女貞子為末，旱蓮草熬膏，和而為丸，每服3錢，臨臥溫開水送服，每日一次。

[藥理作用]

犀角^②

犀角為犀科動物犀牛的鼻角，主產非洲、印度、泰國、蘇門答臘和爪哇等地。可分為印度犀 *Rhinoceros unicornis* L.、爪哇犀 *R.soudaicus* Desmarest、蘇門犀

R.sumatrensis civier、黑犀 *R.Bicornis* L. 及白犀 *R.simus cottoni* 等。

根據中醫藥學，犀角性味苦、酸、鹹、寒；歸心、肝、胃諸經；功效清熱涼血，解毒定驚；《神農本草經》記載：「主百毒蟲蛀，邪鬼，瘴氣，殺鈎吻、鳩羽、蛇毒，除邪，不迷惑魔寢。」常用量3至8分，大劑量2至3錢；血虛、氣虛及虛寒者忌用，孕婦慎服。

根據現代藥理研究，犀角含角蛋白、其他蛋白、肽類、游離氨基酸、胍衍生物，甾醇類等物質，主要藥理作用有如下五方面：

- 1. 強心作用：**犀角煎劑、醇浸劑對於正常或受水合氯醛抑制之蟾蜍心或兔心均有強心作用，但劑量過大時，則出現中毒現象^③。
- 2. 對血壓的作用：**犀角製劑靜脈注射麻醉犬和家兔，其血壓大多數先略升高，再下降，然後持續升高，可維持20至30分鐘；對蟾蜍下肢血管灌注，顯示短暫收縮然後擴張^④。
- 3. 對血液系統作用：**犀角注射液按1ml/kg體重給健康家兔靜脈注射，1小時後白血球總數急劇下降，持續約3至5小時後，急劇升高，且維持時間較長，24小時後平均較給藥前上升1.5倍，以中性白血球增加最為顯著；同時凝血時間縮短，血小板數增加（同上註4第352頁）。
- 4. 鎮驚作用：**犀角製劑按3g/kg體重，給小鼠連續3天灌胃，對戊四氮和咖啡因的潛伏期和動物生存時間，動物反應率和死亡率也有下降；同時可延長戊巴比妥鈉組動物的睡眠時間，說明犀角有一定的鎮驚作用（同上註4第352頁）。
- 5. 其他作用：**犀角以生理鹽水浸煮後，對大腸桿菌發熱之家兔，靜脈注射可使體溫降至正常，對離體兔腸及子宮有興奮作用，對兔眼有輕度擴瞳作用（同上註4第352頁）。

生地黄

生地黄為玄參科植物地黃 *Rehmania glutinosa* Libosch 的乾燥塊根，又稱「乾地黃」。

根據中醫藥學，生地黄性味甘、苦、寒；歸心、肝、腎三經；功效清熱生津，涼血止血。《神農本草經》將乾地黃列為上品，記載：「主折跌絕筋傷中，逐血痹，填骨髓，長肌肉，作湯除寒熱，積聚，除痹，生者尤良。久服輕身不老。」常用量3至4錢，大劑量8錢；脾胃虛寒者忌服。



根據現代藥理研究，地黃含梓醇、二氫梓醇、單密力特甙、地黃甙、胡蘿蔔甙、水蘇糖、葡萄糖、果糖、半乳糖、氨基酸、肉桂酸、亞油酸、β-殼甾醇和微量元素銅、鋅、鐵、錳、鉻等物質。地黃的藥理作用，主要有如下五方面：

- 1. 補血作用：**動物實驗顯示，地黃有顯著提高失血動物紅血球和血紅蛋白的作用，對造血幹細胞也有一定的增殖、分化作用；一般認為，地黃的補血作用與造血幹細胞促進血細胞的產生有關⁵。
- 2. 對心血管系統的作用：**實驗顯示，地黃提取物具有強心，增加冠狀動脈血流量和減慢心率的作用⁶。
- 3. 保護肝臟的作用：**地黃具有防止肝糖原減少和保護肝臟的作用(同上註6第796頁)。
- 4. 抗放射作用：**實驗顯示，地黃具有抗放射作用(同上註5第535頁)。
- 5. 延緩衰老作用：**動物實驗顯示，地黃可增強實驗動物血中谷胱甘肽過氧化酶(GSHPX)活性，抑制脂質過氧化作用，並能增強細胞免疫功能，從而具有延緩衰老的作用(同上註5第533頁)。

註釋

- 1** 本醫早年以犀角地黃湯治療血熱暗瘡脫髮，惟長期臨床辨證所見，幾乎所有血熱脫髮患者均伴或輕或重之肝腎陰虛病症而加用二至丸治療，近年已擬定治療血熱脫髮以犀角地黃湯合二至丸為主方。
- 2** 犀角為受保護動物犀牛的鼻角，根據香港法例，用犀角入藥治病屬違法。為免抵觸法例，臨床可改用羚羊角、水牛角或其他具有清熱涼血，解毒定驚的中藥代替。
- 3** 詳見「全國中草藥匯編」編寫組編《全國中草藥匯編》下冊，人民衛生出版社出版，1983年3月第1版第2次印刷第612頁。
- 4** 詳見翁維良、房書亭主編《臨床中藥學》，河南科學技術出版社出版，2001年1月第1版第2次印刷第352頁。
- 5** 詳見陳可翼、李春生主編《新編抗衰老中藥學》，人民衛生出版社出版，1998年4月第1版第1次印刷第535頁。
- 6** 詳見黃泰康主編《常見中藥成分與藥理手冊》，中國醫藥科技出版社出版，1994年4月第1版第1次印刷第796頁。

芍藥

芍藥為毛茛科植物芍藥 *Paeonia Tactitlorepall* 的乾燥根，分為白芍和赤芍兩種，本方多以赤芍入藥。根據中醫藥學，赤芍性味苦、寒；歸肝經；功效清熱涼血，散瘀止痛；《神農本草經》記載：「主邪氣腹痛，除血痺，破堅積，寒熱、癥瘕，止痛，

利小便，益氣。」常用量2至3錢；脾胃虛寒泄瀉腹痛及血虛者忌用。

根據現代藥理研究，赤芍含芍藥甙、苯甲酸、鞣酸、樹脂、揮發油、β-殼甾醇，胡蘿蔔甾醇等物質，其藥理作用主要有如下五方面：

- 1. 抗血小板聚集和抗血栓形成的作用：**動物實驗顯示，赤芍精具有抗血小板聚集和抗高血脂、高膽固醇引起的促血栓形成的作用⁷。
- 2. 對心血管的作用：**動物實驗顯示，赤芍具有直接擴張實驗動物冠狀動脈，增加冠狀動脈血流量和保護心臟的作用(同上註7第1007至1008頁)。
- 3. 保護肝臟的作用：**動物實驗顯示，赤芍具有保護實驗動物對抗有害物質對肝臟的損害作用(同上註7第1008至1009頁)。
- 4. 鎮靜和提高對缺氧的耐力：**芍藥對中樞神經系統有鎮靜作用，動物實驗顯示，赤芍能提高實驗動物對缺氧的耐受力(同上註7第1014頁)。
- 5. 抗平滑肌痙攣的作用：**赤芍甙具有對抗乙酰膽鹼引起胃腸道平滑肌痙攣和對子宮平滑肌有抑制作用(同上註7第1015頁)。



丹皮

丹皮為毛茛科植物牡丹 *Paeonia sutfruticosa* Andr 的乾燥根皮，又稱「牡丹皮」。

根據中醫藥學，丹皮性味辛、苦、微寒；歸心、肝、腎三經；功效清熱涼血，活血祛瘀；《神農本草經》記載：「主寒熱，中風，痙瘕，驚癇邪氣，除癥堅瘀血，留舍腸胃，安五臟，療癰瘡。」常用量2錢至3錢；脾胃虛寒泄瀉者慎用。

根據現代藥理研究，丹皮含芍藥甙、氧化芍藥甙、苯甲酰芍藥甙、牡丹酚甙、牡丹酚原甙、牡丹酚、沒食子酰葡萄糖甙、揮發油、苯甲酸、植物甾醇，蔗糖、葡萄糖、阿拉伯糖和磷脂等成分。主要的藥理作用有如下八方面：

- 1. 對心血管系統的作用：**動物實驗顯示，丹皮能增加冠狀動脈血流量，減少心輸出量，降低左室作功，降低心肌耗氧量，對正常和鈣反常的心肌細胞均具有抗氧化作用和具有保護缺血心肌的作用；牡丹酚具有抗動脈粥樣硬化的作用；牡丹皮煎劑有降壓作用⁸。
- 2. 對中樞神經系統的作用：**動物實驗顯示，丹皮酚具有鎮靜、催眠、鎮痛和退熱作用(同上註8第1042至1043頁)。

醫案選錄

例一 林XX，女性，11歲，1993年5月20日初診。

主訴：成片頭髮脫落7天（病史由其母親代述）。

現病史：其母代訴患童於半個多月前開始發熱，2至3天後皮膚出疹，繼呈膿瘡並潰爛，發熱漸退後卻於7天前出現成片頭髮脫落現象。曾看中、西醫治療，脫髮情況未被控制，現全頭共有5處全脫髮區，大的面積約4×6厘米，小的面積約2×2厘米（詳見圖1治療前照片）。

既往史：無特殊。

家族史：無特殊。

檢查：全頭共有5處全脫髮區，大的面積約4×6厘米，小的面積約2×2厘米，輕度用力梳摸頭髮3次則見7根頭髮脫落，其中5根為粗黑頭髮，2根為幼小頭髮；脫落頭髮毛乳頭萎縮，頭、面、頸等處皮膚可見泛發性紅色皮疹，有些有膿性分泌物，有些已潰破及開始結痂，唇較乾紅，舌質紅，舌苔乾、淡黃，脈浮，略滑數。

臨床診斷：

- 熱毒侵膚脫髮；
- 熱性病致傷陰耗氣（氣陰兩虧）。

治療原則：清熱解毒、涼血散瘀以祛邪，養陰生津益氣以扶正，令邪去正安，髮得濡養，諸症自癒。

治療方藥及醫囑：

1. 每日上、下午於半空腹時以溫開水送服犀角地黃湯，二至丸合生脈散等配製而成的藥丸1錢4分，給予10天藥量；
2. 外擦由犀角地黃湯合玉屏風散，生脈散、黃連、當歸、川芎、側柏葉等配製而成的生髮精，給予10天藥量；
3. 提供如下食療方供參考：田雞粥；杞子海參瘦肉湯；桑椹子膏。

囑其遵醫囑服用藥物外，飲食宜清淡、富營養和容易消化，避免吃煎炸、肥膩和刺激性食品，如蝦、蟹、牛肉、羊肉也暫時需避忌。

圖1 熱毒侵膚脫髮女童治療前後照片



↑ 1993年5月20日
治療前



↑ 1995年3月1日
治療1年10個月後

治療效果：1993年6月1日二診，其母代訴經治療後脫髮已明顯減少，現每天洗頭、梳頭等脫髮共約50根，脫髮區沒有增多，也沒有擴大；已沒有發熱，皮疹色變淡，膿液乾涸，潰破膿瘡部分已結痂及開始脫落，精神好，食慾佳，二便均正常。

臨床檢查：全頭5處脫髮區沒有擴大，皮膚皮疹顏色變淡，潰破膿瘡部分已結痂及開始脫落，輕度用力梳摸頭髮3次見1根衰老頭髮脫落，脫落頭髮毛乳頭萎縮，面色紅潤，舌質淡紅，舌苔薄白，脈韌和有力，每分鐘90次。治療已明顯見效，治則同前，再給予上述內服外用藥各10天藥量，囑其繼續遵醫囑治療。

1993年6月10日三診，其母代訴患童5處脫髮區已全部開始長出頭髮，洗頭、梳頭等脫髮每天已減少至約30根，皮膚皮疹已全部消退，膿瘡絕大多數已結痂及脫落，體溫正常沒有發熱，身體健康無不適，飲食、睡眠、二便均正常。

臨床檢查：全頭5處脫髮區已全部開始長出幼髮，輕度用力梳摸頭髮3次未見頭髮脫落，頭部、面部皮疹已消退，膿瘡已結痂及絕大多數已脫落；面色紅潤，舌淡紅，舌苔薄白，脈一息4次，和緩有力。

臨床療效判斷：顯效。

附註：1995年3月1日林童經治療1年10個月後覆診，脫髮區頭髮已正常（詳見圖1治療1年10個月後照片）。

例二 郭XX，男性，25歲，1999年7月10日初診。

主訴：暗瘡10年，脫髮白髮3年，脫髮加重2個月。

現病史：自訴自青春發育期之後（約10年前），頭皮油脂、面部油脂和胸背部油脂均很多，經常頭生頭瘡、面生暗瘡和胸背生小瘡癩；口舌經常生瘡，精神緊張，情緒波動，夜睡不寧，經常頭痛和發作性心跳；大便秘結，小便黃赤，近3年來頭髮乾枯容易脫落及出現白髮，每天脫髮約100根，脫的多，生的少，頭髮日漸稀少；2個月前在一次劇烈頭痛之後脫髮加重，現頭頂大片頭髮脫落稀少呈半禿狀態來診（詳見圖2治療前照片）。