

doi:10.3969/j.issn.1674-4616.2021.04.017

周安方教授辨治脱发经验*

关玉龙 邓帆 周安方[△]

湖北中医药大学中医临床学院, 武汉 430061

关键词 脱发; 辨证论治; 周安方; 名家经验**中图分类号** R275.9 **文献标志码** A

脱发是一种以毛发逐渐脱落为主要临床表现的皮肤疾病,常伴有发丝变细、发色变白、发质脆弱易断、毛发稀疏或伴有头皮毛发油腻垢浊等症状^[1]。周安方教授系湖北中医药大学博士生导师、主任医师,湖北省中医师协会会长,第四批和第五批全国老中医药专家学术经验继承工作指导老师,全国名老中医药专家周安方传承工作室指导老师,从事中医临床、科研及教学工作 50 余年,临证坚持辨证求本,擅治疑难杂病^[2]。笔者有幸侍诊数载,聆听教诲,受益匪浅。现谨以管窥所得,将周教授辨证论治脱发的经验简介如下,以飨同道。

1 病因病机

1.1 气血不足

血之余者,发也。发之固者,气也。气血同源,互根互生,血为气之母,气为血之帅。《灵枢·决气》言:“中焦受气取汁,变化而赤,是谓血。”《血证论》言:“守气者即是血”。人之所有者,血与气耳。气血充盛,则毛发得养,色泽荣润。若因先天不足,后天失养,气血生化乏源;或因情志不遂,劳欲久病而使气血暗耗,均可致气血不足,无以充养毛发,从而使毛发枯萎脱落。正如《诸病源候论·毛发病诸候》^[3]所言:“若血盛则荣于须发,故须发美;若血气衰弱,经脉虚竭,不能荣润,故须发秃落。”

1.2 精血亏虚

周教授认为精血亏虚为脱发的重要原因之一。“肾者,主蛰,封藏之本,精之处也,其华在发”。肾为先天之本,主藏精生髓,髓海充盈、精血旺盛则发得濡养而乌黑润泽,茂密坚固。肝藏血,发为血之余,肝血充盈,疏泄得当,则发得濡养。清代张璐《张氏医

通》^[4]言:“气不耗,归精于肾而为精,精不泄,归精于肝而化为清血”,可见肝血为肾精所化,肾精足则肝血充气畅,疏泄条达。“肾者主水,受五脏六腑之精而藏之。”说明五脏六腑气血充盛则溢之于肾,封而藏之。清代张志聪《侣山堂类辨》言:“肾为水脏,主藏精而化血”,精血二者同源一体,相互滋生,一损俱损,共同影响着人体毛发的生长和润泽。若因先天不足、后天失养、情志内伤、劳欲久病等因素往往导致精血亏虚而使毛发失养,发枯而落。

1.3 瘀浊内阻

周教授把瘀浊内阻作为脱发的又一重要原因。周教授认为其根本病机为脾虚,或先天禀赋不足生而羸弱,或后天饮食不节损伤脾胃,或情志内伤克犯脾土,或劳欲久病暗耗中气等使得脾虚运化无力,水饮内停,饮停日久则郁而化浊;中焦不足升降失常,湿浊内阻,气血运行不畅;最终使得湿、浊、瘀三邪阻滞,毛窍闭塞而不通,气血精微不能输布于毛发,使其失于濡养而脱落。《素问·五脏生成篇》曰:“多食甘,则骨痛而发落”。清代王清任《医林改错》^[5]言:“头发脱落,各医书皆言伤血,不知皮里肉外血瘀,阻塞血络,新血不能养发,故发脱落。”此类患者多伴有肥胖、毛发油腻、面色晦暗等症状。

1.4 血热生风

发为血之余,血液的变化影响毛发的荣枯,若外感邪热、饮食不节、嗜食辛辣、七情内伤气郁化火或素体阳盛等原因,致使邪热内炽,日久失于调适则热入营血。叶天士《温热论》言:“入血就恐耗血动血”。营血热盛,不仅耗伤阴津,煎熬血液,而且生风动血,形成阴亏、血瘀、出血、动风之势,致使火热燔灼,发失濡养,安有不枯萎凋落之理?

2 治法方药

2.1 补气养血

针对气血不足证,治以补气养血。常用方剂有四

* 第三届湖北中医大师名师(No. 鄂卫生生通报[2018]15号)

[△] 通信作者, Corresponding author, E-mail: 1290691654@qq.com

物汤、四君子汤、八珍汤、十全大补汤、人参养荣汤、归脾汤、当归补血汤、炙甘草汤等。常用药物有党参、生晒参、太子参、黄芪、红芪、炒白术、红景天、山药、当归、熟地、炒白芍、制何首乌、阿胶、龙眼肉、侧柏叶、透骨草等。兼有失眠多梦者酌加酸枣仁、夜交藤、合欢皮、茯神等；兼有便溏、纳呆者酌加炒白术、沉香曲、炒二芽、鸡内金、石榴皮、炒诃子、肉豆蔻等；兼有头皮或全身瘙痒者酌加荆芥、防风、地肤子、乌梢蛇、定风丹等；兼有畏寒肢冷者酌加肉桂、干姜、制附片等。

2.2 填精补血

针对精血亏虚证，治以填精补血。常用方剂有七宝美髯丹、左归丸、二至丸、四物汤、五子衍宗丸、龟鹿二仙胶、桑麻丸、灵乌二仁膏等。常用药物有制何首乌、菟丝子、怀牛膝、补骨脂、枸杞、当归、熟地、山药、山茱萸、鹿角胶、龟甲胶、鳖甲胶、女贞子、旱莲草、人参、党参、黄芪、黄精、桑椹、阿胶、侧柏叶、透骨草等。兼有失眠、多梦者酌加灵芝、刺五加、酸枣仁、夜交藤、合欢皮等；兼有腰膝酸软者酌加杜仲、续断、桑寄生、徐长卿等；兼有情致不畅、易怒者酌加刺蒺藜、川芎、香附等；兼有便溏、腹胀、纳呆者酌加陈皮、砂仁、炒白术、木香、肉豆蔻、赤石脂、石榴皮、炒诃子等；兼有小便清长、夜尿频数者酌加益智仁、乌药、山药、小茴香等；兼有男子早泄者酌加金樱子、芡实、覆盆子、桑螵蛸、山茱萸、刺猬皮等；兼有阳痿、精子活力低下者酌加九香虫、雄蚕蛾、巴戟天、淫羊藿、红芪、红参；精少不育者酌加鱼鳔胶、五味子、盐沙苑子等；兼有耳鸣、耳聋者酌加磁石、生龙骨、生牡蛎等；兼有两眼昏花、目暗不明者酌加枸杞、菊花等。

2.3 化浊祛瘀

针对瘀浊内阻证，治以化浊祛瘀。常用方剂有参苓白术散、四君子汤、桃红四物汤、血府逐瘀汤、二陈汤、桂枝茯苓丸等。常用药物有党参、生晒参、炙黄芪、炒白术、苍术、薏苡仁、茯苓、土茯苓、陈皮、白鲜皮、地肤子、制首乌、鸡血藤、丹参、侧柏叶、透骨草等。兼有面色萎黄、气短乏力者酌加阿胶、当归、黄精、红芪、人参等；兼有头发油腻者嘱其用生侧柏叶煎水洗头；兼有舌质紫黯、瘀斑瘀点者酌加川芎、红景天等；兼有头皮瘙痒者酌加地肤子、白鲜皮、荆芥、防风、徐长卿等。

2.4 凉血息风

针对血热生风证，治以凉血息风。常用方剂有犀角地黄汤、清营汤、消风凉血汤、当归饮子、羚角钩藤汤等。常用药物有生地黄、水牛角、赤芍、牡丹皮、蝉蜕、钩藤、僵蚕、荆芥、防风、玄参、大血藤、丹参、紫草、

刺蒺藜、桑叶、透骨草、侧柏叶等。兼有吐衄、发斑者酌加大青叶、棕榈炭、川牛膝；兼有口干口苦者酌加麦冬、黄精、玉竹、天花粉、黄连等；兼有神疲乏力、少气懒言者酌加太子参、西洋参、生黄芪等；兼有头发油腻、瘙痒者酌加地肤子、白鲜皮、苍术、土茯苓、薏苡仁、黄柏、苦参等。

3 日常调护

周教授将脱发患者的注意事项归纳为“三少两多一适度”：“三少”指减少油脂摄入，少食辛辣熏烤，避免搔抓头皮；“两多”指适度增加运动，多多调适心情；“一适度”指适度清洗头发。周教授主张患者用生侧柏叶煎水洗头，认为其具有凉血止血、化浊去脂、生发乌发之功。具体做法是取侧柏叶 100 g 左右，煎水 200 mL 左右；先用洗发液洗头，清水冲洗干净，擦干头发；再用煎好的侧柏叶水洗头，约 10 min 后，用清水冲洗后擦干即可。

4 验案举隅

患者男，32 岁。2018 年 6 月 5 日初诊。主诉“脱发 5 年余，加重 1 年”。自述大约 5 年前开始脱发，头顶及两鬓明显，近 1 年来加重。2 年前在外院诊断为“脂溢性脱发”。医生嘱其涂擦米诺地尔酊（浙江万晟药业有限公司，国药准字 H20010714），初用有效，不久头发依然脱落，再用无效。后遵医生建议植发并口服非那雄胺片（北京韩美药品有限公司，国药准字 H20061107）促进头发生长，半年后所植头发逐渐脱落，而且自我感觉性功能减退，勃起功能障碍，夫妻生活不满意。为求全面调理，遂至我院寻求中医治疗。

刻诊：患者头发脱落，头顶及两鬓明显，毛发稀疏，发丝很细，发际线上移，头发油腻光亮，头皮时有瘙痒。自述平素嗜食肥甘厚味，头脑昏沉，嗜睡，身体困重，神疲乏力，食欲不佳，无饥饿感。大便黏腻不爽，小便尚可。视其体格肥胖，舌质略黯，舌体胖大，边有齿痕，舌苔白厚而腻，脉沉滑。诉其父亲脱发较早。

西医诊断：脂溢性脱发。中医诊断：蛀发癣。辨证：脾虚失运，浊瘀内阻。治法：健脾助运，化浊祛瘀。方剂：参苓白术散、香砂六君汤、桃红四物汤等方加减化裁。处方：生晒参 300 g、党参 300 g、炙黄芪 300 g、太子参 300 g、炒白术 300 g、炒苍术 300 g、炒薏苡仁 300 g、茯苓 300 g、土茯苓 300 g、白鲜皮 300 g、地肤子 300 g、制首乌 300 g、菟丝子 300 g、当归 300 g、鸡血藤 300 g、丹参 300 g、红景天 300 g、阿胶 250 g、侧柏叶

400 g、透骨草 400 g、陈皮 300 g、炼蜜 2000 g。上述药物炼膏,总共 60 天量,1 汤匙/次,3 次/天,同时嘱咐其日常调护注意事项以及用适量生侧柏叶煎水洗头。

2018 年 8 月 10 日二诊,患者自述服膏方后头发油腻大减,脱发基本控制,脱落处长出细小毛发;头昏嗜睡消失,精神较好,食欲改善,二便正常;舌质淡红,苔白,脉沉缓。故在一诊方的基础上加女贞子 300 g、旱莲草 300 g、桑椹 300 g,服药方法同前。

2018 年 11 月 15 日三诊,患者欣然告知脱发痊愈,头发油腻消失,视其毛发乌黑浓密,发丝粗壮;精力充沛,性功能改善,余无不适;舌淡红,苔薄白,脉缓有力;要求再服膏方以求巩固。故在二诊方的基础上减去地肤子、白鲜皮、炒薏苡仁,加用巴戟天 300 g、淫羊藿 300 g、阳起石 300 g、山茱萸 300 g,服药方法同前。

按语:脾为后天之本,主运化,为胃行其津液,水谷精微依赖于脾输布周身而发挥濡养作用。脾虚则运化无力,水液内停,郁而化热,生痰成浊;痰浊内阻,气血运行不畅则成瘀血;痰、浊、瘀蕴塞毛窍,头发失养故见发丝细软甚至脱落,泛溢肌表则见毛发油腻,头皮光亮。头为诸阳之会,风为百病之长,性属阳邪,易袭阳位,上犯头部,风盛则痒;脾主升清,脾虚则升清无力,浊邪不降,上扰清官故见头目昏沉;痰浊蒙蔽心神,阳气失于舒展故见嗜睡;脾主四肢、肌肉,为气血生化之源,脾虚则气血乏源,痰湿困阻四肢故见神疲乏力,肢体困重;脾虚不运,痰湿内停故见食欲不振,无饥饿感;脾气亏虚,升清无力,水谷精微合痰湿下趋肠道故见大便黏腻溏泄。药用生晒参、党参、炒白术、炒苍术、茯苓、土茯苓等健脾益气,祛湿化浊;阿胶、当归、鸡血藤、丹参、红景天等补血活血,祛瘀生新;首乌、菟丝子补肾填精,滋血荣发,取“肾其华在

发”“精血互化”之义;地肤子、白鲜皮清热除湿,祛风止痒;生侧柏叶、透骨草为周教授常用治疗脱发经验药对,具有化浊去脂、生发乌发、活血通络之功。二诊时守前方加女贞子、旱莲草、桑椹增强生精养血、生发乌发之力。三诊在前方去地肤子、白鲜皮、炒薏苡仁,因痰湿已祛,瘙痒已除,加巴戟天、淫羊藿、阳起石、山茱萸以补肾固精,兴阳起痿。全方理法兼备,病证结合,共奏健脾助运、化浊祛瘀之功,药中病机,获效显著。

5 结语

周安方教授认为临床上脱发最常见的证型为气血不足、精血亏虚、瘀浊内阻、血热生风,治疗本病的基本治法有补气养血、填精补血、化浊祛瘀、凉血息风等。临床上基本病机之间往往相互兼夹,存在气、血、精亏虚,痰、浊、瘀、火热、风邪等共同为病的现象,呈现出虚中夹实、实中夹虚、虚实夹杂之势,故治疗上当分清虚实、审证求因,明辨标本、把握缓急,实现多法联治。

参 考 文 献

- [1] 张学军. 皮肤性病学[M]. 7 版. 北京:人民卫生出版社, 2008:181.
- [2] 王朝阳,曹继刚,舒劲松,等. 周安方教授学术思想及临床经验简介[J]. 时珍国医国药, 2015, 26(04):983-986.
- [3] 隋·巢元方. 诸病源候论[M]. 柳长华主编. 北京:北京科学技术出版社, 2016:265.
- [4] 清·张璐. 张氏医通[M]. 王兴华等整理. 北京:人民卫生出版社, 2006:194.
- [5] 清·王清任. 医林改错[M]. 穆俊霞,张文平校注. 北京:中国医药科技出版社, 2011:21.

(收稿日期:2021-03-04)