

# 茯苓白术外用美容的古今探讨

任杨慧, 张航, 李栋婷, 万志伟, 张杰\*

贵州中医药大学中医养生学院, 贵州 贵阳

收稿日期: 2024年1月24日; 录用日期: 2024年3月8日; 发布日期: 2024年3月18日

## 摘要

茯苓白术外用美容的历史悠久, 历代中医药经典著作中都有关于茯苓白术外用美容的使用记载。茯苓白术作为中药外用美容的常见药物, 既遵循中医药传统理论中以脏腑调皮肤、以药色调肤色的机制, 也符合现代生物学中酪氨酸酶机制和抗氧化机制。未来, 中药化妆品的研究开发应该更加注重遵循传统中医理论机制的规律, 突显中医药美容中的由脏腑调皮肤, 由药色调肤色等传统特色。

## 关键词

茯苓, 白术, 外用, 美容, 机制

# Ancient and Modern Discussion on the External Cosmetic Use of *Poria cocos* and *Atractylodes macrocephala*

Yanghui Ren, Hang Zhang, Dongting Li, Zhiwei Wan, Jie Zhang\*

College of Life Nurturing, Guizhou University of Traditional Chinese Medicine, Guiyang Guizhou

Received: Jan. 24<sup>th</sup>, 2024; accepted: Mar. 8<sup>th</sup>, 2024; published: Mar. 18<sup>th</sup>, 2024

## Abstract

*Poria cocos* and *Atractylodes macrocephala* have a long history of external cosmetic use, and there are records of *Poria cocos* and *Atractylodes macrocephala* external cosmetic use in the classic works of traditional Chinese medicine in all generations. *Poria cocos* and *Atractylodes macrocephala*, as common drugs for external cosmetic use of traditional Chinese medicine, follow the traditional theory of Chinese medicine in order to adjust the skin with the internal organs and tone

\*通讯作者。

the skin color with medicinal color, and also conform to the tyrosinase mechanism and antioxidant mechanism in modern biology. In the future, the research and development of Chinese medicine cosmetics should pay more attention to follow the law of traditional Chinese medicine theory mechanism, highlighting the traditional features of Chinese medicine beauty care such as adjusting the skin by internal organs and toning skin color by medicine.

## Keywords

*Poria cocos*, *Atractylodes macrocephala*, External Use, Cosmetology, Mechanism

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

中药外用美容的历史悠久,历代中医药著作中都有诸多中药外用美容的内容,在中医药理论指导下,发展出了一系列包括损美性疾病治疗、美容保健、美容修饰等在内的中药外用理论和技术,成效显著,很多方法沿用至今,是我国医学美容领域宝贵的财富。其中,茯苓白术为中药外用美容的常见搭配,应用历史悠久、适用广泛,当代诸多重要化妆品也使用频率较高[1]。在当今社会,经济快速发展,人民生活水平大大提高,大众对美的追求更加急迫的背景下,研究茯苓白术外用美容,对继承发展传统中医美容遗产,推陈出新,更好地满足人们的美容需求具有重要的理论和现实意义。

## 2. 茯苓白术外用美容的中医经典记载

茯苓、白术首载于《神农本草经》,且都无毒,被列为上品。书中记载“茯苓,味甘,平。主胸胁逆气,忧患,惊邪恐悸,心下结痛,寒热,烦满,咳逆,口焦舌干,利小便。久服安魂养神,不饥,延年。”而白术与苍术并未区分,统称术,《本草》记载“术,味苦温,主风寒湿痹、死肌、疮疽,止汗除热,消食,化煎饵。久服轻身、延年不饥。”《神农本草经》对白术茯苓的记载虽只是内服,但将白术茯苓都列入上品,久服茯苓可不饥延年,术主治死肌、久服轻身延年等记述却为后世医家对两药的外用美容使用提供了重要依据。

明确将茯苓白术使用在外用美容领域的是葛洪的《肘后备急方》,葛洪常用的美容方法中,外治法占比较大,如贴敷法、洗手面法、沐发法、涂发法、点孔法、熏香法、梳发法等。其驻颜美容方共收入55首,其中润肤祛皱方9首,美白祛斑方25首,治面度千疱方9首,治酒渣鼻方2首,疗面上恶疮方3首,灭瘢痕方2首,去黑子方5首。《肘后备急方》美容篇章中148种药物中茯苓的使用频次为5次,白术的使用频次为4次[2]。

而在随后唐代的《备急千金要方》和《千金翼方》中,茯苓白术的在外用美容方面则扮演了更为重要的角色。如在《备急千金要方》的“面药”一章所载的87首外用“面药”中163味药物中,出现频次大于等于10次的药物有15种,其中就包括了茯苓17次、白术13次[3]。而在唐代的另一部经典著作《外台秘要方》中,记载的大量美容方中,茯苓白术也是其中使用频率排名前20的药物[4]。说明唐代已经将茯苓、白术广泛外用于美容药品中。

宋代第一部官修方书《太平圣惠方》中美颜方剂集中载录在卷第四十“治面黧赠诸方”“治面皴诸方”“治面皴诸方”“治酒皱诸方”“治粉刺诸方”“治黑痣诸方”“灭瘢痕诸方”“令面光泽洁白

诸方”“面脂诸方”“澡豆诸方”，另外还有卷第十四“治伤寒发豌豆疮灭瘢痕诸方”，除去有相兼作用的方剂共 148 首，共载药 191 味，其中使用频率较高的药物有白附子 37 次、白芷 37 次、白茯苓 21 次等[5]。

明代医药学家李时珍所著的《本草纲目》集古代本草学之大成，其中用于美容的药物上百味，种类繁多，用途广泛，其中就有对白术、茯苓使用的记载。“面上雀卵”即面部雀斑，书中记载有“‘白茯苓末’，蜜和，夜夜敷之，二七日愈。‘米醋’苦酒渍术，常常拭之”。白茯苓为末，合蜜和，敷面上疗面疮及产妇黑疱如雀卵。用白术蘸酒(或醋)如研墨之状，均匀涂于脸上，可治雀斑[6]。而在专门为妇女美饰而写的方书《香奁润色》中，涉及美发美肤、洁面驻颜等内容就更加丰富，其中涂面方、八白散、洗面妙方、洗面祛瘢痕方、治面上黑斑点方、夜容膏中都有将白术、茯苓外用治疗面部疾病的记载[7]。

### 3. 茯苓白术外用美容的中医理论机制

“外治之理，即内治之理。外治之药，亦内治之药。”中药外用美容也遵循中医内治理论，以中医整体观念为指导原则，以辨证论治为施治思想，以中医的诊疗技术为基本方法，对人体形神美进行维护、修复、改善与塑造。

#### 3.1. 以脏腑调皮肤机制

人体是以五脏为中心的统一整体，皮肤和五脏紧密相关。脏腑功能的偏盛偏衰直接影响到人的面部气色，如肝气郁结，气机不畅，则面部会出现黄褐斑、黧黑斑等。因此，皮肤疾病不仅仅是外在肌肤问题，而是内脏病理改变的反映。“有诸内，必形于外”，内在脏腑的病变必然在皮肤、形体、官窍上有所反应。如肺在体合皮，在华其毛。肺气宣发可以输精于皮毛，滋养肌肤，使之红润有光泽。若肺气亏虚则卫表不固，毛发失精气而无华。中药通过调节肺气的宣发肃降来滋润皮肤腠理，滋养毛发，使皮肤光泽、秀发润泽。脾胃为后天之本、气血生化之源，脾运化水谷传递水谷精微于身体各处，脾胃正常则全身营养得以补充，皮肤自然红润有光。传统中药外用美容方就是根据皮肤生理特点和美容药物作用机理采用调整脏腑经络气血和外治皮肤病的手法，从而达到内外共治之目的。例如隋代巢元方在《诸病源候论》中指出面生黑斑是肺卫皮肤受风邪所致，故历代祛斑、增白的药方中多加配白芷、防风等中药。白术甘、苦，温。归脾、胃经，补气健脾，燥湿利水；茯苓，甘、淡，平。归心、肺、脾、肾经，利水渗湿，健脾，宁心安神。中医学认为脾虚不能化生精微、水湿上泛，与风寒之邪相搏；或因气机郁滞，郁久化瘀，致能动之气血亏虚，肌肤失养，使颜面气血失和而为色素沉着。二药都共入脾经，补气健脾，利水渗湿，脾气得健则能运化湿邪，则能升发清阳，既保证皮肤得到濡养，有保证皮肤不受湿邪阻滞。

#### 3.2. 以药色调肤色机制

祖国医学对于色彩与人体保健关系的认识及应用源远流长。《黄帝内经》把不同的颜色与脏腑功能联系起来，认为五色入五脏，即“白色入肺”，“赤色入心”，“青色入肝”，“黄色入脾”，“黑色入肾”。“以色治色法”，是根据中医取类比象、消长转化的理论运用白色药物治疗黑色素沉着类皮肤病和用黑色药物治疗色素减退类皮肤病。又根据中医五色归五脏的藏象理论，白色属肺，肺属金，黑色属肾，肾属水，肺为肾之母，根据“子病母治”的理论，即可用白色药物治疗黑色素沉着[8]。白术、白茯苓、亦可通过此理论治疗面色晦暗，美白润肤。根据阴阳五行学说用药中医五行学说认为，白色属金，黑色属水，金能生水，而白能生黑，根据“虚则补其母”的理论，对于肾水不足，难于上滋于面的黧黑斑、鼯赠，在采用滋补肾阴的同时，配合使用白色药物，如白茯苓、白及、白僵蚕、白芷、白附子、山药等，以达到“白而生黑”，间接达到补肾水之目的。

## 4. 茯苓白术外用美容的现代药理机制

### 4.1. 酪氨酸酶机制

酪氨酸酶是一种多酚氧化酶，在黑色素形成过程中分别参与催化一元酚羟基化生成邻二羟基化合物和氧化邻苯二酚生成邻苯二醌这两类不同的反应，是黑色素生成的关键酶，其活性强弱决定了黑色素数量的多少[9]。目前市场上销售的许多美白、祛斑产品都是以抑制酪氨酸酶达到美白作用[10]。因此，对酪氨酸酶抑制作用的强弱是评价增白效果的主要指标，酪氨酸酶活性抑制试验是利用从蘑菇中提取到的酪氨酸酶，以-L-酪氨酸或 L-多巴为底物，在体系中加入待测物、对照品和酪氨酸酶等成分进行反应，并测量其吸光值，计算得到酪氨酸酶抑制率，从而表征待测物对酪氨酸酶活性的抑制[11]。研究表明茯苓的无水乙醇提取液和水提取液对酪氨酸酶的抑制率都在 80%以上，其中茯苓醇提液比 Vc 的酪氨酸酶抑制作用更好[12]，而也有研究表明白术的水提取物对酪氨酸酶的抑制率可达到 65.16% [13]。

### 4.2. 抗氧化机制

导致人体衰老的主要影响因素是自由基的氧化作用[14]。研究发现，茯苓中多糖能清除超氧阴离子自由基、羟自由基和 1,1-二苯基-2-三硝基苯肼自由基，说明茯苓多糖具有抗氧化作用[15]，通过甲醇提取的茯苓皮中粗三萜化合物也具有抗氧化作用，其可以有效清除超氧阴离子自由基、羟自由基和过氧化氢[16]。茯苓酸是一种天然存在于茯苓、灵芝等中草药中的三萜类化合物，茯苓酸能够增加自噬相关蛋白的表达，诱导与胰岛素样生长因子 1 信号转导相关的自噬，从而延缓细胞衰老[17]。此外研究表明白术不同极性的萃取物均有抗氧化活性，其中乙酸乙酯相的抗氧化活性最好[18]。

## 5. 结论

茯苓白术外用美容的历史悠久，自《神农本草经》对茯苓白术的“延年”记载开始，历代中医药著作中都有诸多对茯苓白术外用美容的使用记载。茯苓白术为中药外用美容的常见药物，其既遵循中医药传统理论，以中医整体观念为指导原则，以辨证论治为施治思想，以中医的诊疗技术为基本方法，对人体形神美进行维护、修复、改善与塑造的目的，也符合现代生物学中美容护肤依据的酪氨酸酶机制和抗氧化机制。

目前现代中药外用美容的开发大多以提取某些中草药功效成分，并添加在化妆品或其他产品中直接使用，主要考虑的是该中药含有的化学成分对皮肤产生的化学反应，并没有考虑该中药的性味、归经、功效。脱离中医理论指导仅考虑中药的化学成分，虽然很容易阐明该中药应用于皮肤的药理效应，保证了中药开发使用的安全性，有效性，但长远来看，并没有符合传统中医理论机制，忽视了中药作用于脏腑的作用，丧失了中医药特色。未来，中药化妆品的研究开发应该更加注重遵循传统中医理论机制的规律，突显中医药美容中的由脏腑调皮肤，由药色调肤色等传统特色。

## 基金项目

2020年贵州省大学生创新创业训练计划项目(S202010662002)。贵州中医药大学博士启动基金项目(编号: 2019145)。贵州中医药大学本科教学质量与教学改革工程项目(编号: 贵中医教学工程合字 2020-24号)。

## 参考文献

- [1] 周滢, 段恒. 山药、茯苓及白术配伍在中医美容中运用机理探讨[J]. 世界科学技术-中医药现代化, 2014, 16(1): 207-209.

- 
- [2] 傅美容. 葛洪《肘后备急方》美容方药规律探讨[D]: [硕士学位论文]. 南京: 南京中医药大学, 2013.
- [3] 韩百欢. 关于《备急千金要方》外用面药用特点与规律的分析研究[D]: [硕士学位论文]. 北京: 北京中医药大学, 2007.
- [4] 刘明珠, 蔡建伟. 《外台秘要方》中美容方的用药特色[J]. 中国医药科学, 2011, 1(15): 124+153.
- [5] 朱俊楠. 唐宋时期医籍中美颜方剂的历史考察[D]: [硕士学位论文]. 北京: 中国中医科学院, 2014.
- [6] 时红磊, 王笑青, 王雅丽. 试论《本草纲目》中黧黑斑治疗用药规律[J]. 吉林中医药, 2007(3): 58-59.
- [7] 赵阳. 《香奁润色》美容方剂的组方与用药特点研究[D]: [硕士学位论文]. 哈尔滨: 黑龙江中医药大学, 2016.
- [8] 牛占和, 陈玉兰. 五色定理与五行学说[J]. 世界科学技术, 2001(2): 20.
- [9] 陈卓仪, 刘晓英, 郑雅婷, 等. 皮肤黑色素形成机理与干预机制[J]. 日用化学工业, 2019, 49(2): 113-117+125.
- [10] 杜孝元, 刘玮, 史飞, 等. 酪氨酸酶活性抑制实验及其在祛斑美白化妆品功效评价中的应用[J]. 中国美容医学, 2005(6): 740-742.
- [11] 陈宇霞, 张凯, 龚盛昭. 茯苓提取物对酪氨酸酶抑制动力学及刺激性研究[J]. 日用化学工业, 2017, 47(6): 317-321.
- [12] 王雪梅, 沈雪梅, 吴文琴, 等. 19种中草药美白及抗氧化活性的比较[J]. 安徽大学学报(自然科学版), 2017, 41(1): 86-94.
- [13] 刘永琴, 罗忠圣, 徐昌艳, 等. 基于酪氨酸酶抑制作用的白术水提工艺研究[J]. 中国现代应用药学, 2020, 37(10): 1196-1202.
- [14] 卢春雪, 杨绍杰, 陶荟竹, 等. 衰老机制研究进展[J]. 中国老年学杂志, 2018, 38(1): 248-250.
- [15] 段超, 许刚豪, 王冬冬, 等. 茯苓发酵液多糖含量分析及其抗氧化性能研究[J]. 日用化学品科学, 2016, 39(2): 31-34.
- [16] 程水明, 桂元, 沈思, 等. 茯苓皮三萜类物质抗氧化活性研究[J]. 食品科学, 2011, 32(9): 27-30.
- [17] 马艳春, 范楚晨, 冯天甜, 等. 茯苓的化学成分和药理作用研究进展[J]. 中医药学报, 2021, 49(12): 108-111.
- [18] 曹清华, 杜莹, 韦万丽, 等. 白术不同极性溶剂提取物的抗氧化活性[J]. 江苏农业科学, 2018, 46(24): 228-231.