

<<中国古今养颜益寿良方>>

图书基本信息

书名：<<中国古今养颜益寿良方>>

13位ISBN编号：9787806072431

10位ISBN编号：7806072438

出版时间：1900-01-01

出版时间：珠海出版社

作者：杨勤建 编

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<中国古今养颜益寿良方>>

### 内容概要

本书按药物方、食物方、针灸方、按摩方、耳贴方、脚穴方、气功方、体操方、其他美容方划分为九章；各章中以颜面部、眉发部、口唇齿部、形体皮肤部、手足部为节。

<<中国古今养颜益寿良方>>

书籍目录

前言第一章 药物方 第一节 颜面部 一、内服方 容颜不老方 扶桑驻颜丸 痤疮合剂(方1) 痤疮合剂(方2) 渣鼻灵方 去黄褐斑方 子疣方 治雀斑方(方1) 治白癩风方(方1) 面部增白方 面部湿疹方 地黄散(方1) 益寿永贞膏 桃花丸 白杨皮散 柏子仁散 升麻白芷汤 治面疱方(方1) 治面疱方(方2) 枇杷叶丸 黄芩清肺饮 清肺散 治面渣方 白瓜子丸 桃花散 白附子丸 二、外用方 神仙玉女粉 太平公主美容妙方 杨贵妃玉红膏 永和公主美容方 丽华面膏 宫女八白散 慈禧养颜方 皇帝洗面药方 皇后洗面药方 玉屑面膏 .....

## &lt;&lt;中国古今养颜益寿良方&gt;&gt;

## 章节摘录

书摘 长春益寿丹 [药物组成] 天冬 麦冬 大生地 熟地黄 山药 牛膝 杜仲 山茱萸 茯苓 人参 木香 柏子仁 五味子 巴戟各60克 炒川椒 泽泻 石菖蒲 远志各30克 菟丝子 肉苁蓉各120克 枸杞子 覆盆子 地骨皮各45克 [制作方法] 以上药共研成极细面状，炼蜜为丸如梧桐子大。

[使用方法] 开始服30丸，1个月后加到60丸，每天早晨以淡盐水送下。

[方义解说] 本方出自《慈禧光绪医方选议》。

方中生地黄、枸杞子、山药、山茱萸均能滋补肝肾精血，养颜聪耳明目；杜仲、牛膝、巴戟、肉苁蓉、覆盆子、川椒均能温肾壮阳，填精强骨；人参、茯苓、二冬、远志补脾益肾润肺，养血安神定志；地骨皮、泽泻清泻肾火，制其药之溢燥；木香理气和胃，使补而不滞。

[应用功效] 本丹大补心、肾、脾、胃四脏的虚损，强壮筋骨，补益阴阳，健步乌发。能够治疗腰酸体倦、神衰力弱。

五芝地仙金髓丹 [药物组成] 人参 白术 甘菊 蔓荆子各60克 大生地180克 茯苓 麦冬 神曲各90克 陈皮 葛根各45克 [制作方法] 以上各种药物共研成极细面状，炼蜜为丸如绿豆大。

[使用方法] 每次服9克，白开水送服。

[方义解说] 本方出自《慈禧光绪医方选议》。

方中人参、白术、茯苓补中益气，健脾和胃，助气血生化之源；生地、麦冬滋肝补肾，生血补血，乌发明目；陈皮、神曲理气健脾；菊花、葛根、蔓荆子清利头目。

[应用功效] 本丹益气生津，调脾胃，增进饮食，补益大脑，养肝明目，清利头目。久服可使五脏充实，肌肤润泽。

华佗轻身神方 [药物组成] 茯苓 肉桂心各等份 [制作方法] 上2味等份为末，炼蜜为丸，如鸡子黄大。

[使用方法] 每天3次，每次服1丸。

[方义解说] 本方出自《华佗神方》。

方取茯苓甘淡，健脾和胃，渗水利湿，以壮后天气血化生之源；桂心性温，温通命门之火，益精健脑。

[应用功效] 益精，健脑，轻身，健体。久服延年长寿，乌发驻颜。

延龄固本丹 [药物组成] 菟丝子 肉苁蓉各120克 天冬 麦冬 生地 熟地黄 山药 牛膝 杜仲 巴戟 枸杞 山茱萸 人参 白茯苓 五味子 木香 柏子仁各60克 覆盆子 车前子 地骨皮各45克 石菖蒲 川椒 远志 肉泽泻各30克 [制作方法] 以上药物碾为细末，酒煮，面糊和丸，梧桐子大。

[使用方法] 每次温酒送服80丸，每日1次。

[方义解说] 本方出自《万病回春》。

方中菟丝子、肉苁蓉、杜仲、牛膝、巴戟、覆盆子均能温补肾阳、养血生精，强壮筋骨；生地、熟地、山药、枸杞、天冬、麦冬、五味子均有滋补肝肾精血，养阴润肺，滋养须发等作用；人参、茯苓、柏子仁补脾肺、养心安神定志；石菖蒲、远志肉，有化痰利窍，利头目等功效；车前子、泽泻淡渗利湿；地骨皮清退虚热；川椒、木香辛温，理气和胃。

[应用功效] 本丹培补命门，滋养五脏。能够治疗各种虚损疾病。

服至3月，白发可转黑。

仙茅丸(方1) [药物组成] 仙茅 苍术各960克 枸杞子480克 车前子300克 白茯苓 茴香 柏子仁各240克 生地 熟地黄各120克 [制作方法] 以上药物碾成细末，酒煮糊为丸，如梧桐子大。

[使用方法] 每次服50丸，吃饭前温酒送下，每天2次。

[方义解说] 本方出自《圣济总录》。

方中枸杞甘平无毒，可润肺、补肝、滋肾，“能补益精诸不足，易颜色，变白(《药性论》)”；生地、熟地滋阴补血，精血充足，发得滋养，则乌黑润泽；仙茅辛温，温肾阳，壮筋骨，填骨髓，乌须发；茴香辛温，温肾散寒，寒邪散则命火充足，气血易于化生；车前子利水渗湿；茯苓健脾和胃。

## <<中国古今养颜益寿良方>>

[应用功效] 补益肝肾，乌发润泽。

地芝丹 [药物组成] 生地黄 天门冬各240克 菊花 枳壳各120克 [制作方法] 上述诸药研成细末，酒煮面糊为丸，如梧桐子大。

[使用方法] 每次空腹服30丸，酒送下。  
每日2~3次。

[方义解说] 本方出自《丹溪心法》。

方中生地黄入肝肾，滋阴养血，通血脉，填骨髓；天门冬甘苦寒，滋阴润燥，能润五脏，益皮肤，悦颜色；二者配伍，使肝肾精血充足，头发得以滋养；菊花取黄者为佳，入血分，益血润容；枳壳行气宽中，使诸药补而不腻。

[应用功效] 补益肝肾，通利血脉，悦泽颜色，黑发坚齿。

柏子仁丸 [药物组成] 山茱萸120克 柏子仁 远志各15克 覆盆子 山药各30克 [制作方法] 上述药物研细末，将山药、白面同酒煮糊为丸，如梧桐子大。

[使用方法] 每次服30丸，温酒送下，每日2~3次。

[方义解说] 本方出自《丹溪心法》。

方中山茱萸补肝肾，涩精气，添精髓；覆盆子补肾涩精，以助山茱萸补肾之功；山药健脾固肾益精；柏子仁、远志养心安神。

[应用功效] 补肝肾、益元气，治白发、脱发。

.....

## <<中国古今养颜益寿良方>>

### 媒体关注与评论

前言在中华民族漫长的五千多年的文明史中，勤劳而富有智慧的人民群众，创造了光辉灿烂的民族文化，美容，则是众多的文化遗产中的一块珠宝，流传至今而不衰。

中国美容的历史悠久，方法丰富，手段多样，如内服、外搽、薰染、沐浴、按摩、针灸、气功、体操等；其所用之物，大多取自于天然的动物、植物、矿物等，日常生活中所用的食物占有相当大的比重，且对人体无毒副作用和无不良反应，操作方法简便易学，不受经济能力、时间、场地等条件所限制，又无现代化学美容化妆品久用后对人体的不良影响之弊端，易于被人们所接受。

因此，深入研究、开发传统医学中的美容健美药物和方法，使之服务于人类，已成为现代社会中引入关注的新潮流。

为了适应现代社会人们对美容健美的需求，使人们的生活更加多姿多彩，我们从浩如烟海的中医古今文献中，精心选择出六百余条各种美容的方剂和方法，经分析、整理、汇集而成本书，以飨爱美者。

<<中国古今养颜益寿良方>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>