

杨玉峰运用健脾祛湿控油除脂法治疗脂溢性脱发的经验

颜丽满 (指导: 杨玉峰)

(广州中医药大学第四临床医学院, 广东深圳 518033)

摘要: 杨玉峰教授基于中医传统理论并结合临证时脂溢性脱发的病症表现特点, 认为脾虚湿蕴、湿脂同源为脂溢性脱发的根本病机。脾虚湿浊内蕴, 挟热上泛头面, 湿脂同源, 浊脂外溢, 淤堵发根, 气血难以上荣, 致发根失固, 遂病脱发。脾虚湿蕴为本病核心, 热助湿行乃发病关键, 气血失和为致病枢机。针对脂溢性脱发的治疗, 杨玉峰教授提出发根以通调为畅, 发质以精血为养, 强调健脾祛湿控油除脂法在疏通发根、减少脂溢性脱发中的重要性, 主张以健脾祛湿为主, 助以祛风清热, 以调和气血为枢。

关键词: 脂溢性脱发; 脾虚湿蕴; 湿脂同源; 健脾祛湿; 祛风清热; 调和气血; 杨玉峰

中图分类号: R275.9

文献标志码: A

文章编号: 1007-3213(2024)01-0230-04

DOI: 10.13359/j.cnki.gzxbtem.2024.01.035

YANG Yu-Feng's Experience in Treating Seborrheic Alopecia Using the Method of Strengthening the Spleen, Dispelling Dampness, Controlling Oil and Removing Fat

YAN Li-Man (Advisor: YANG Yu-Feng)

(The Fourth Clinical Medical School of Guangzhou University of Chinese Medicine, Shenzhen 518033 Guangdong, China)

Abstract: Based on the theory of traditional Chinese medicine (TCM) and clinical manifestations of seborrheic alopecia, Professor YANG Yu-Feng believes that the fundamental pathogenesis of seborrheic alopecia is due to spleen deficiency with dampness accumulation, and dampness and fat sharing the same origin. The internal accumulation of dampness and turbidity results from the deficiency of spleen, and then the dampness and turbidity blended with heat attack the head and face. For dampness and fat share the same origin, the turbid fat forms, and then overflows and blocks the hair roots, which causes the *qi* and blood being difficult to go upward and nourish the hair roots, and then induces hair loss. Among them, spleen deficiency with dampness accumulation is the core pathogenesis of the disease, heat activating the movement of dampness is the key pathogenesis to the disease, and the disharmony of *qi* and blood is the pivot of the pathogenesis. For the treatment of seborrheic alopecia, Professor YANG Yu-Feng suggested that the hair root should be unblocked and the hair quality should be nourished by blood essence, and emphasized the importance of the method of invigorating the spleen and removing dampness, controlling oil and removing fat in dredging the hair root and relieving seborrheic alopecia. It is proposed that invigorating the spleen and removing dampness is the key, expelling wind and clearing heat is for assistance, and harmonizing *qi* and blood serves as the pivot.

Keywords: seborrheic alopecia; spleen deficiency with dampness accumulation; dampness and fat sharing the same origin; invigorating the spleen and removing dampness; expelling wind and clearing heat; harmonizing *qi* and blood; YANG Yu-Feng

脂溢性脱发临床主要以头发油腻、发质细软、发量稀少、发缝增宽、发际线后移为表现,

常伴见头面油垢、头皮潮红、瘙痒、头屑等症。针对脂溢性脱发, 现代医学采取综合性的防治方

收稿日期: 2023-03-06

作者简介: 颜丽满(1998-), 女, 在读硕士研究生; E-mail: 20211121115@stu.gzucm.edu.cn

通信作者: 杨玉峰, 男, 主任医师, 硕士研究生导师; E-mail: chinayyf1@163.com

法,尚无特效疗法。中医药通过调理患者机体整体情况及辨证论治,具有一定的疗效。脂溢性脱发可归属中医学的“发蛀脱发”“蛀发癣”等。目前,中医辨治脂溢性脱发多将其按湿热熏蒸证、血虚风燥证、肝肾不足证等进行分型辨证施治^[1-2]。临证实践中,脂溢性脱发患者往往以头面油脂分泌旺盛为主要特征,就诊时常以头面出油多,头发黏腻不清爽、甚者如涂油脂,头屑多等湿热熏蒸证表现为主诉,且常伴随发质细软、新发难生、发落难续、头皮潮红瘙痒、青年早白等血热风燥证、肝肾不足证表现,即呈现出虚实夹杂、诸症相兼的病症特点。

杨玉峰教授乃深圳市中医院皮肤科主任医师、深圳市第五批师承项目指导老师,广东省中医药学会皮肤病专业委员会副主任委员。杨玉峰教授扎根中医皮肤科临床实践30余年,在运用中医药论治脂溢性脱发方面见解较独特,临床疗效显著。杨玉峰教授认为,脂溢性脱发有别于其他病理性脱发,其显著鉴别要点为头面过度分泌的“油脂”,综合中医理论与临床实践,指出脾虚湿蕴、湿脂同源为脂溢性脱发的病机。故认为,脂溢性脱发主要责之于浊脂淤塞,即因湿浊内蕴,遇热上蒸,湿脂同源,浊脂外溢,淤堵发孔,侵蚀发根,发根失固,遂病脱发。故针对脂溢性脱发的辨治,应强调健脾祛湿控油除脂法在防脱及固发中的关键地位,治疗上应重视控油除脂以防脱,健脾祛湿以护本,补肾益精养血以固发。兹将其治疗脂溢性脱发的临床经验采撷如下。

1 脾虚湿蕴、湿脂同源而致脂溢性脱发

1.1 脾虚湿蕴,湿脂同源

关于岭南地区的地理与气候特点,《岭南卫生方》^[3]中有其经典描述:“岭南既号炎方,而又濒海,地卑而土薄。炎方土薄,故阳燠之气常泄;濒海地卑,故阴湿之气常盛”。岭南地区地卑土薄,环山濒海,气候潮湿。天人相应,共为一体,一方水土育一方人,岭南地区禀土卑湿氲之候,促成当地居民罹病易呈脾虚湿蕴之证,常见头身困重、体倦懒言、食少乏力、舌质淡润、舌体胖大、边有齿痕等症。《素问·五脏生成》^[4]曰:“肾之合,骨也;其荣,发也;其主,脾也。是故……多食甘,则骨痛而发落”。甘味独入脾,多食则伤脾,可知脾虚与脱发密切相关。脂溢性脱

发患者的特征性表现为头面出油多,头发潮润甚至如抹油脂,发丝黏腻不爽,时有湿性鳞屑堆积,常需每日清洗数次,其特点正与湿邪黏滞重浊,致病缠绵难祛之性相吻合。《伤寒论浅注补正》^[5]曰:“湿者,脾之本气也,土之有湿,则为膏壤,脾秉湿气,是生膏油。”湿脂同源,皆因脾虚水液代谢失常、清浊升降失司所致。若脾气健运,升降有序,湿浊得化,浊脂难生,不至淤积发孔而病脱发。由此观之,脾虚湿蕴乃脂溢性脱发的核心病机,无虚则无湿,浊脂难生,无脂外溢,则不致发为本病。

1.2 热蒸湿漫,脂溢发脱

杨玉峰教授认为,湿性黏滞,其性重浊趋下,致病易袭阴位。头为诸阳之会,若仅脾虚湿蕴,湿浊泛溢,不足以上泛头部清窍而发为本病;而若从外湿侵袭头部分析脂溢性脱发的成因,又与头发向上、向外的生长、脱落趋势相悖,也难以成为此类脱发的主因。《素问·阴阳应象大论》^[6]言:“治病必求于本”。脂溢性脱发致病之本为脾虚,核心病机乃脾虚湿蕴,而发病关键当责之于热。此热邪可虚可实,可表可里,或缘于外感风热,风火相煽,鼓动湿邪上蒸;或因饮食不节、嗜食辛辣炙搏,损伤脾胃,致火热内蕴;或因七情内伤,气机不畅,气郁化火;或因起居无常,夜寐甚晚,日久耗伤肝肾之阴,阴虚生内热。唯湿受热蒸,方能逆其重浊趋下之性,得以气化弥漫,上至清窍,最终外化为头面油脂持续分泌增多。可见,热助湿行乃本病致病关键,湿得热助,方得上泛清窍,泛溢头面,化为浊脂,外化为脂溢性脱发各种特征性临床表现。

1.3 气血难荣,发根失养

《素问·评热病论》^[4]言:“邪之所凑,其气必虚。”机体正气强弱乃发病与否的核心因素,若正气亏虚,气血失调,则机体易感受外邪而发病。脾气亏虚,气血生化乏源,则易遭受湿邪侵害,加之体内湿热上蒸,浊脂外溢,淤积发孔,阻塞血路,则更不利于气血上荣,滋养须发。李挺在《医学入门》^[6]提出:“血盛则发润,血衰则发衰。”脂溢性脱发的致病过程中,气血乏源与上荣受限相兼为患,发根因失荣而失固,致发丝更易脱落,甚则随抓随落、迎风飘零。《灵枢·五味》^[7]曰:“足阳明之上,血气盛则髯美长,血少气多则髯短,故气少血多则髯少,血气皆少则无髯。”脾

虚气血乏源,加之浊脂淤塞发孔,气血难以上荣,发根失养,血少气少则髻短髻少,故而临床上脂溢性脱发患者多兼见头发生长缓慢、新发短小易脱、发质细软、发色枯槁无光等气血衰少之症状。

2 健脾祛湿控油除脂法治疗脂溢性脱发

2.1 健脾祛湿,控油除脂

浊脂壅塞发孔,致气血难于上荣,此乃脂溢性脱发形成的主因。故治疗脂溢性脱发应强调控油祛脂以止脱。浊脂得祛,发孔淤堵得通,气血可上行滋养毛发,则发根强韧不易失固,脱发自然减少。全国名老中医岳美中先生在《一味茯苓饮治发秃》^[8]中记载:“发秃多因水气上犯巅顶,侵蚀其根,使发根腐而脱落”。湿浊上泛,浊脂淤塞,侵蚀发根,发根失固,脱发乃生。据此,临床治疗脂溢性脱发时应重在健脾祛湿、控油除脂,用药常选白术、陈皮、茯苓等健脾祛湿、以顾护脾胃之本。对于饮食积滞患者常酌加谷芽、麦芽、鸡内金健脾消食,予荷叶、布渣叶利湿祛脂;针对平素喜肉食而形体偏胖的患者,常酌加山楂以降浊祛脂。此外,杨玉峰教授还喜用丹参来增强控油除脂之力。现代药理研究^[9]表明,丹参之有效成分丹参酮具有抑制炎症反应、抗雄性激素、减少皮脂腺分泌油脂等作用。《理论骈文》^[10]言:“外治之理,即内治之理;外治之药,亦即内治之药;所异者法耳。”临证治疗脂溢性脱发时亦常配合使用中药外洗方来增强控油祛脂效果,如采用白矾水煎外洗以燥湿收涩而控油,大飞扬草水煎外洗以利湿祛浊而除脂。内治法与外治法均遵祛湿控油除脂之理,二者相合,每获良效。

2.2 祛风清热,活血通络

杨玉峰教授指出,脂溢性脱发的发病关键为热邪,故临床治疗脂溢性脱发常需配伍清热利湿之品,给热邪以出路,邪去正安,方能事半功倍。临证时常予侧柏叶、蒲公英清热凉血、生发乌发。蒲公英用于治疗脂溢性脱发乃杨玉峰教授的经验用药。《本草纲目》^[11]记载蒲公英具有“掺牙,乌须发,壮筋骨”的功效;《本草求真》^[12]亦称其“入肾凉血,故于须发可染”。针对症见口干口苦、纳呆泛恶、小便色黄、大便黏滞不爽、舌苔黄厚腻等湿热内盛的脂溢性脱发患者,临床常选用茵陈、薏苡仁、木通、黄连、黄芩等药;巅顶

之上,唯风药可达,故临证加减时酌情配伍天麻、葛根、防风等上行之药,以助药力上行,直达病所。唐容川于《医林改错》^[13]中提出:“不知皮里肉外血瘀,阻塞血路,新血不能养发,故发脱落不生,无病脱发,亦是血瘀。”可见,浊脂淤堵发孔,侵蚀发根,久则气滞血瘀,血络不通,头发失养,发根不固而易病脱发。故而,在治疗脂溢性脱发的过程中,常需少佐活血通络之品,可选用天麻、川芎、鸡血藤等。

2.3 调补肝肾,益气养血

中医认为,发为血之余,乃肾之外候,而肝肾乙癸同源,精血相生,气血相化,若肾精与气血充盈,则发质乌黑浓密,光泽柔韧不易脱落。临床上,脂溢性脱发患者常伴见头发细软、发质干枯、发色萎黄、少年早白等表现,此乃肝肾不足、气血虚衰所致,正如巢元方于《诸病源候论》^[14]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。”针对脂溢性脱发以肝肾不足证为主要表现者,临床上常用墨旱莲、女贞子、枸杞子以养肝肾益肾、滋阴填精,使补而不腻;针对伴随焦虑、烦躁、易怒等明显情志失调患者,常配伍使用柴胡、素馨花、郁金等以疏肝解郁、调畅情志;针对兼见失眠的患者,常予远志、柏子仁、何首乌、藤等养心安神之品,必要时配伍龙骨、牡蛎以潜阳安神;针对兼见月经不调的女性患者,常予黄芪、当归以益气生血,予益母草、王不留行等以活血调经。

3 验案举隅

患者覃某,男,30岁,2022年1月26日初诊。患者主诉脱发2年,加重1个月。刻下症见:头部毛发稀疏,头皮显露,额顶部尤甚。头皮多油,散见头屑,头发油润,发质偏细软。无头晕耳鸣,时有腰痛,纳可,睡眠作息不规律,常熬夜。二便调,舌淡暗,边有齿痕,苔黄腻,脉弦细。辅助检查:拉发实验(+).

西医诊断:脂溢性脱发。中医诊断:发蛀脱发(脾虚湿蕴证)。治法:健脾祛湿,控油除脂。内服药处方如下:天麻12g,蒲公英18g,白术18g,茯苓18g,陈皮12g,防风12g,丹参24g,荷叶12g,黄芩12g,葛根18g,布渣叶18g,桑寄生18g。院内调制为膏方14剂,共60袋。服

法:饭后温开水冲服,一次1袋,每日2次。外用药处方如下:侧柏叶42 g,制何首乌42 g,凤仙透骨草42 g,蒲公英42 g,葛根42 g,野菊花42 g,皂角刺42 g,白矾14 g,薄荷(后下)14 g。院内调制为膏方7剂,共30袋。用法:外用,每日1次。患者每次将1~2包药膏用温水稀释成300~400 mL清洗头皮,清洗过程中按摩头皮10~15 min,最后再用清水冲洗干净。

2022年3月1日二诊。患者诉目前脱发减少,头皮出油改善。刻下症见:大量新生毛发,头发明显增粗、茂盛,头皮显露减少,唯余两侧额部稍稀疏;头发茂密,发丝清爽分明,发质柔韧有光泽;纳可,夜寐安,小便调,大便稍稀,偶有腹泻;舌淡红,苔微黄腻,脉弦细。辅助检查:拉发实验(-)。患者连续用药1个月余收效明显,效不更方,继续守方治疗。嘱患者若服用膏方期间出现腹泻,可添三片生姜煎水兑服,温胃散寒以顾护中焦。

2022年4月6日电话随访,患者自诉头发已茂密如常。

按:临床上,脂溢性脱发患者往往呈现出虚实夹杂的病症特点。一方面,湿脂同源,遇热方得以上蒸,湿浊氤氲,上至清窍,浊脂外溢,故患者出现头面出油多,头发黏腻不清爽、甚者如涂油脂,头屑多等实证表现;另一方面,由于浊脂淤积发孔,气血上承不畅,发根失养,故患者又伴随发质细软,新发难生,发落难续,发少髯少,头皮显露等虚证表现。本病案患者即具有脾虚湿蕴之虚实夹杂的病症特点。

治疗时内服药多取入中焦之药,着力健脾祛湿、控油除脂,直捣病源。方中白术、陈皮、茯苓健脾祛湿,荷叶、布渣叶功擅消浊祛脂,共治脾虚湿蕴之本;蒲公英、黄芩祛湿兼清里热,防止热助湿行、浊脂外溢;取风药防风、天麻、葛根助药上行巅顶,其中防风胜湿利于祛头皮肌表之浊,天麻通络有益畅通发孔之气血,葛根升清有助于气血上承,三药共奏祛风活血通络之效,共治浊脂淤塞发孔之标。《本草便读》^[15]认为丹参“功同四物”,能祛瘀以生新。本病案的治疗中,取丹参养血活血、祛瘀生新之用,通调发根气血。同时以桑寄生滋补肝肾,调补须发生长之本。以上诸药配伍,使脾虚得健,湿热得清,气血通调,标本兼顾,故能收效如桴鼓。外用药亦遵此法治疗,予凤仙透骨草、白矾祛湿控油除

脂,蒲公英、野菊花清热祛湿,以风药薄荷、皂角刺祛风止痒,配伍葛根升清降浊;同时予侧柏叶、何首乌助生发乌发。内外合治,故能药到病除,获得显效。

发根以通调为畅,发质以精血为养。该病案的用药通过疏通发根兼顾调补气血,止脱之余兼顾生发固发,标本同治,故获良效。此外,临证用药时需把握主次、有的放矢,在脂溢性脱发的治疗中应以健脾祛湿为主,佐以清热祛湿之品,调和气血畅达枢机需贯穿治病之始终。

4 小结

杨玉峰教授基于“脾虚湿蕴,湿脂同源”的思路阐释了脂溢性脱发的病因病机,强调了健脾祛湿控油除脂法在疏通发根、减少脂溢性脱发中的重要性;同时,从“浊脂致脱”的角度阐明了更契合脂溢性脱发临床实际的病因病机,并据此提出了行之有效的中医治疗方法,可为脂溢性脱发的临床诊疗提供借鉴。

参考文献:

- [1] 黎伟珍,魏跃钢.脂溢性脱发的中西医研究进展[J].现代中西医结合杂志,2004,13(20):2786-2787.
- [2] 马晓佳,王广,李丽琼.脂溢性脱发的中西医治疗进展[J].云南中医中药杂志,2009,30(6):70-72.
- [3] 释继洪.岭南卫生方[M].北京:中医古籍出版社,2012:2-3.
- [4] 佚名.黄帝内经素问[M].田代华,整理.北京:人民卫生出版社,2005.
- [5] 唐容川.伤寒论浅注补正[M].上海:建文书局,1953:178.
- [6] 李挺.医学入门[M].北京:中国中医药出版社,1995:163.
- [7] 佚名.黄帝内经灵枢[M].张新淦,马烈光,主编.成都:四川科学技术出版社,2008:375.
- [8] 岳美中.一味茯苓饮治发秃[N].中国中医药报,2007-01-24(4).
- [9] 石乃玉,黄海金.丹参酮药理及临床应用[J].中国医师杂志,2001,7(2):150-151.
- [10] 吴师机.理渝骈文[M].北京:中国医药科技出版社,2018:2.
- [11] 李时珍.本草纲目:第三册[M].北京:人民卫生出版社,1979:1664.
- [12] 黄宫绣.本草求真[M].北京:中国中医药出版社,2008:724.
- [13] 王清任.医林改错[M].北京:人民卫生出版社,2005:45.
- [14] 中华中医药学会.中医必读百部名著——诸病源候论[M].北京:华夏出版社,2008:181.
- [15] 张秉成.本草便读[M].北京:学苑出版社,2010:4.

【责任编辑:贺小英】