

基于“精血同源”理论结合祛风之法 辨治脂溢性脱发

高 晖 申洁婷 蓝海冰

(北京市鼓楼中医医院皮肤科, 北京 100009)

【摘要】脂溢性脱发临床上分为血热风燥证、脾虚湿蕴证、湿热熏蒸证、肝肾不足证 4 型, 治疗分别以凉血消风、健脾除湿、清利湿热、滋补肝肾为法; 辨证论治的同时基于“精血同源”理论, 酌加黄精、何首乌、枸杞子、女贞子、墨旱莲等补益精血类药物, 认同“巅顶之上唯风可及”“风动发落”的观点, 将祛风之法贯穿始终, 临床疗效显著。

【关键词】脂溢性脱发; 精血同源; 祛风

DOI: 10.16025/j.1674-1307.2022.05.017

脂溢性脱发 (seborrheic alopecia, SA) 又称雄激素源性秃发、弥散型秃发^[1], 是一种具有遗传因素参与的且依赖雄性激素作用的特征性秃发^[2], 男女均可发病, 在我国, 男性发病率高于女性。男性患者主要表现为前额发际后移和 (或) 头顶毛发进行性减少和变细; 女性患者主要表现为头顶部毛发进行性减少和变细, 少部分表现为弥漫性头发变稀, 发际线正常^[3]。SA 属于中医学“发蛀脱发”“蛀发癣”范畴, 是皮肤科常见病、多发病, 也是难治性疾病之一。由于本病有碍容颜, 常给患者带来巨大的精神压力和心理负担, 故近年来受到越来越多的关注。基于“精血同源”理论辨证论治 SA, 同时将祛风之法贯穿始终, 临床疗效显著, 现将经验总结如下。

1 病因病机

《素问·五脏生成篇》云“肾……其荣发也”, 《灵枢经·天年》言“四十岁, 五脏六腑十二经脉, 皆大盛以平定, 腠理始疏, 荣华颓落, 发颇斑白”, 均指出肾气在毛发生长中的重要作用, 认为发为肾之候, 毛发的荣枯取决于肾气之盈衰。《素问·五脏生成篇》又云: “多食甘, 则骨痛而发落。”认识到饮食肥甘厚味, 易致脾失健运而致头发油腻和脱落; 《难经·十四难》言: “损于肺者, 益其气, 盖损肺即损其气, 气即命门之真气, 真气损则皮皴而毛发枯, 故曰皮聚而毛落”, 指出

SA 可由风热或湿热外邪侵犯上焦, 日久化燥, 损伤肺气而致“毛落”^[4]。《外科证治全书·头部证治》记载: “蛀发癣……由阴虚热盛, 剃发时风邪袭入孔腠, 转聚不散, 血气不潮而成。”《医碥·须发》记载: “年少发白早脱, 或头起白屑者, 血热太过也。”均指出了血热风燥, 毛窍失养, 则致毛发干枯脱落。本病病因病机虽复杂多变, 但多有禀赋不足、正气虚弱之内因, 复感风热外邪, 或饮食不节, 则致血热风燥, 或湿热之邪蕴结, 上侵巅顶, 引发脱发。此外, 肝肾不足, 阴血亏虚, 亦会生风、生燥, 引起 SA 的发生。也有医家认为本病病因病机以血热风燥、脾胃湿热、阴血耗伤、肝肾阴虚为主, 在治疗中亦多遵循“急则治标, 缓则治本”的原则^[5]。蓝海冰老师认为, SA 固然可见血热、湿热等邪实之标, 但若肾精充固, 无本虚之因, 则毋致于发脱。故肝肾不足, 使阴精亏虚不能化血, 肾气亏损精气不固, 致毛发脱落, 是 SA 的疾病本质及根源。

2 “精血同源”理论

蓝老师认为“肾藏精, 其华在发”和“发为血之余”以及“精血同源互化”是 SA 理论根源, 故治疗多从精血论治。《素问·六节藏象论篇》言: “肾藏精, 其华在发”, 即肾精的盛衰影响着毛发的生长与脱落、润泽与枯槁; 《素问·上古天真论篇》言: “女子五七, 发始堕, 六七, 发始

基金项目:2020 年度首都卫生发展科研专项 (2020-3-7013)

作者简介:高晖, 女, 28 岁, 博士研究生。研究方向: 中医皮肤病与性病学。

通信作者:蓝海冰, E-mail: 13621362615@163.com

引用格式:高晖, 申洁婷, 蓝海冰. 基于“精血同源”理论结合祛风之法辨治脂溢性脱发[J]. 北京中医药, 2022, 41(5): 532-535.

白；男子五八肾气衰，发堕”，强调毛发的荣枯取决于肾气之盈衰；《张氏医通》言“发久不生，精血不足，肾气虚弱”，指出毛发的生长需要肾气的推动。毛发的生长还有赖于气血的濡养，如《黄帝内经》云“诸精血气盛则眉髭须发美泽”；《诸病源候论》云：“冲任之脉……血盛则荣于须发，故须发美”，人体气血功能协调平衡，皮肤、毛窍得以营养滋润，则毛发光泽旺盛。“发为血之余”，而肝藏血，若肝藏血功能失衡，血虚不能滋养毛发孔窍，则会出现毛发枯槁、稀疏；“发为肾之候”，而肾藏精，肝肾互为子母，精血相互化生滋养，精足则血足，精充则血旺，此谓“肝肾同源”，亦称“精血同源”。肝肾得养，则精足血旺，上输头面，滋养毛发，生长旺盛；若肾精耗伤，肝不藏血，则毛发失其所养，根摇脱落，可见肝肾同源是保证毛发生长旺盛的基础。此外，肾藏精，主生长发育与生殖，与人的内分泌功能密切相关。结合现代药理研究^[6]发现，补肾药可调节下丘脑-垂体-肾上腺皮质轴的功能水平，而本病与内分泌失调密切相关，治疗可补益精血，配合辨证施治，以调整内环境、控制皮脂分泌。

3 辨证论治

根据SA的病因病机特点，本病可分为血热风燥证、脾虚湿蕴证、湿热熏蒸证、肝肾不足证4型。素体血热，复感风邪，邪入毛窍，日久化燥伤阴，阴血不得上荣毛发，毛根干涸，发焦脱落^[7]；禀赋素弱、劳倦过度、饮食失宜，均能使脾失健运、胃失所养，水湿内聚，阻滞毛窍；或热化蕴结，湿热上蒸巅顶，阻滞毛窍，腐蚀发根，黏腻脱落^[8]；若禀赋不足，或思虑过度，劳伤肝肾，耗伤阴血，精血亏虚，则发失濡养，发枯而脱^[5]。基于前文所述“精血同源”理论，肝肾不足应为疾病之本，治疗应注重补益精血类药物的应用。

3.1 血热风燥证

主要表现为头发干枯、略有焦黄，均匀而稀疏脱落；搔之有白屑叠叠飞起，落之又生，自觉头部烘热，头皮瘙痒；口干咽燥，溲黄，舌质红，苔薄黄或微干，脉数或细数。治疗此型SA多以凉血清热、消风润燥为治法，方药组成：生地黄20g，当归10g，赤芍10g，生侧柏叶10g，荆芥10g，防风10g，浮萍10g，女贞子15g，墨旱莲15g。方中生地黄、当归、赤芍、生侧柏叶清热凉血，

合荆芥、防风、浮萍凉血养血祛风，伍以女贞子、墨旱莲滋补肝肾、乌发生发。伴头油脂溢明显，心烦易怒，口干口苦，舌边尖红，苔黄或黄腻，脉弦滑或滑数等，证属肝经湿热，治宜清肝经湿热，酌加龙胆草6g、黄柏10g；湿热不重而偏于肝气郁滞者，加柴胡10g、黄芩10g；伴头皮痒甚属肝经风热者，加天麻10g、钩藤10g、菊花10g；伴心烦失眠属心火内扰者，酌加栀子10g、连翘10g、莲子心6g、黄连6g、珍珠母30g等清心安神；伴口干咽燥、便干等燥热伤津者，加北沙参12g、麦冬15g养阴生津；头发焦黄干枯者，加桑椹15g、何首乌15g、黑芝麻15g补益肝肾、养血润发。

3.2 脾虚湿蕴证

此证患者主要表现为头发细软、油腻，稀疏脱落，伴头皮油亮色白，头皮瘙痒；或见脘闷不舒，或痰多体胖，乏力易疲，大便质软不成形。舌淡胖，苔白腻，脉弦滑。发为血之余，脾为气血生化之源，脾能散精，则精微营血可至全身各处，上达巅顶。若脾胃虚损，湿浊内阻，则气血不得生化，散精不得其道，则阻遏清窍，营血不能充盈头巅，故发萎发落。治疗此型SA多以健脾利湿、培本生发为治法，方药组成：党参15g，茯苓15g，炒白术10g，生薏苡仁15g，甘草10g，当归10g，川芎9g，羌活8g，荷叶10g，菟丝子15g，女贞子10g。方中党参、茯苓、白术、生薏苡仁、甘草健脾利湿，羌活祛风除湿，且作引经药为使；荷叶凉血化湿，当归、川芎养血活血祛风，伍以菟丝子、女贞子补益肝肾、培补先天以滋后天。诸药合用，共奏健脾利湿、培本生发之功。兼有肝气郁滞，克乘脾土者，加柴胡10g、香附10g疏肝理气；兼有饮食积滞、脾运失司者，加焦山楂10g、炒谷芽10g消食健运；头发油腻，湿痰偏盛者，可加石菖蒲10g、陈皮10g芳香化湿、祛痰通窍；脾肾不足者，加黄精10g、山药10g补益脾肾之阴，酌加淫羊藿15g、生杜仲10g补肾阳以使阳生阴长。

3.3 湿热熏蒸证

此证患者平素多恣食肥甘厚味或嗜酒，头发细软、稀疏，伴头皮油亮潮红，头皮鳞屑油腻或瘙痒，口干口苦，烦躁易怒，胃纳差。舌质红，苔黄腻，脉弦滑。治疗此类病证以清热除湿、健脾护发为法，同时配合补肾益精之品培本扶正，

方药组成：茵陈 15 g，连翘 15 g，黄芩 10 g，虎杖 10 g，浮萍 10 g，荷叶 10 g，生山楂 10 g，白芷 10 g，羌活 6 g，川芎 6 g，生地黄 20 g。方中茵陈、虎杖、连翘、黄芩为陈彤云教授治疗湿热型 SA 常用药物，加荷叶、浮萍清热利湿、祛风解毒，生山楂化浊降脂、行气散瘀，白芷、羌活、川芎祛风化湿，兼引药上行头部，顾及大队祛风祛湿药物有化燥伤阴之弊，故伍以生地黄凉血滋阴。若偏阴虚者，治以滋补肝肾、养阴清热，加女贞子 15 g、墨旱莲 15 g；兼有口苦、易怒烦躁者，加柴胡 10 g、龙胆草 10 g、郁金 10 g 等疏肝清热；头发油光黏腻，湿热偏盛者，加茯苓 15 g、赤石脂 10 g 除湿祛脂；病势迅疾，热毒偏盛者，加蒲公英 10 g、金银花 10 g 清热解毒；瘙痒甚者，加侧柏叶 15 g、苦参 10 g 凉血止痒；舌质暗有瘀斑者，加丹参 15 g、桃仁 10 g、红花 10 g 活血化瘀；大便干者，加酒大黄 6 g 通腑泄热。

3.4 肝肾不足证

此证脱发患者或有遗传倾向，或中年以上，或平素脑力过度，病程较长，可见头顶、前发际头发稀少或脱光，脱发处头皮光亮或遗留少数稀疏细软短发，伴眩晕失眠、耳鸣眼花、记忆力差、腰膝酸软、夜尿频多。舌质淡红，少苔，脉沉细。偏阴虚者，伴口苦，五心烦热，多梦，梦遗，舌质红，苔少，脉细数。治疗此证脱发应慢病缓治，基于前文所述“精血同源”理论，多以滋补肝肾、养血祛风、填精益髓为法，方药组成：熟地黄 15 g，当归 10 g，白芍 15 g，川芎 6 g，女贞子 15 g，墨旱莲 15 g，菟丝子 15 g，枸杞子 10 g，茯苓 10 g，黄精 10 g，何首乌 6 g，桑椹 10 g，炙甘草 6 g。方中以四物养血活血、祛风生发，大队补益肾精药物培补肝肾、生发乌发，严重者可加阿胶、鹿角胶等血肉有情之品。肾主骨生发，此型患者多伴腰膝酸软、头昏耳鸣等肾虚之症，加桑寄生 15 g、川续断 10 g、牛膝 10 g 补肾壮骨；伴乏力、泄泻等症属脾肾阳虚者，加肉苁蓉 30 g、白术 15 g 补益脾肾；伴畏寒肢冷、腰膝酸软、阳痿早泄等症属肾阳虚者，加肉苁蓉 10 g、仙灵脾 10 g、生杜仲 10 g 等温肾壮阳；伴心烦易怒、失眠健忘等多属心肾不交、虚火扰心者，加山茱萸 10 g、酸枣仁 30 g、五味子 10 g 等补肾阴清心安神。

4 祛风之法贯穿始终

治疗 SA 除重视补益肝肾之本外，还应将祛风

之法贯穿始终。《诸病源候论》言：“六曰风雨寒暑伤形，形伤，发肤枯夭”；《医灯续焰》言“毛发不坚，多堕落者，卫气疏，或有风”，强调了风邪侵袭致使发根脱落的重要病机。风邪上行，数行善变，且易犯人体空隙，侵于上部，侵蚀发根而发堕。血虚生风、血热生风、肝风内动等“内风”亦会导致毛发脱落，如《医学入门·须发篇》言“须发脱落非因老，内风血燥亦奇哉”；《外科正宗》提出油风乃“血虚不能随气营养肌肤……此皆风热乘虚攻注而然”。内外风均会致发脱，即是所谓“风动发落”，且头为诸阳之会，巅顶之上唯风药可及，风药可升发清阳、引药上行，开头皮毛窍，且风能胜湿，对于头发黏腻者，亦可起到化湿之效。故治疗脱发祛风要义应贯穿始终，遣方在补肾精、养精血的基础上，适当加入祛风之品，随辨证之不同，治以宣散风邪、凉血祛风、养血祛风、平肝息风、祛风化湿等法，常选荆芥、防风、白芷、细辛、浮萍、麻黄、羌活、天麻、钩藤、菊花等药。

5 病案举例

例 1. 患者，女，12 岁，主因“脱发 1 年，近日明显增多”于 2020 年 12 月 5 日初诊。刻下症见：头皮瘙痒，头皮屑多，头发呈油腻状，毛发稀疏，容易脱落，Ludwig I 级。月经初潮 11 岁，规律，纳可，眠可，口干，口唇色红干裂。舌红，苔黄腻，脉滑数。西医诊断：SA；中医诊断：发蛀脱发，湿热熏蒸证；治宜清热除湿、祛风凉血，方药组成：茵陈 15 g，连翘 15 g，荷叶 10 g，虎杖 10 g，焦山楂 10 g，川芎 6 g，白芷 10 g，羌活 6 g，黄芩 10 g，生地黄 20 g，黄蜀葵花 10 g，生侧柏叶 10 g，桑白皮 15 g，生栀子 10 g。14 剂，水煎，1 剂/d，早晚分服。

2020 年 12 月 19 日二诊：患者头皮瘙痒减轻、头皮屑减少，头发油腻好转，脱发处可见稀疏细软毛发长出，头发脱落减少，纳眠可。舌边尖红，苔白，脉滑。治宜清热除湿、祛风凉血、补益肝肾，前方去焦山楂，加桑椹 15 g、黑芝麻 15 g、墨旱莲 15 g。14 剂，煎服法同前。

2021 年 1 月 3 日三诊：诸症好转，脱发处可见细软毛发，纳可，眠安。舌红，苔白，脉滑。患者病情明显改善，效不更方，守方续服 14 剂。2 个月随访，患者头发油腻、头皮瘙痒及脱屑基本缓解，脱发处见新生毛发，拉发试验阴性，预后

较满意。

按：本案患者年幼，阳热之体，且脾胃功能尚弱，加之平素喜食肥甘，复又损伤脾胃，脾运不健，水湿停滞，郁久化热，湿热熏蒸，上泛巅顶，则见头皮油腻、瘙痒鳞屑，发根腐而脱落，结合舌红、苔黄腻、脉滑数之典型舌脉表现，四诊合参，辨证属发蛀脱发之湿热熏蒸证，治宜清热除湿、祛风凉血以治其标。此外，小儿多“肾精未充”，而肾藏精，为生长发育之本、精血互化之源，故亦应重视补益肝肾以培其本。二诊患者头发油腻及脂屑减，苔黄腻减，新发渐生，此时标病得控，去前方焦山楂，加桑椹、黑芝麻、墨旱莲补益肝肾，生发乌发，以培其本。三诊时疗效满意，效不更方，继予清热除湿、祛风凉血、补益肝肾之法施治。

例 2. 患者，女，45 岁，主因“脱发 20 余年”于 2020 年 12 月 19 日初诊。患者 20 年前曾因白血病骨髓移植，化疗阶段脱发，后头发长出，但毛发细软。10 年前劳累后再次出现脱发，不断加重。刻下症：头发稀疏，后枕部有一掌心大小完全脱发，脱发处头皮光亮，无头皮瘙痒，皮屑不多，精神可，纳可，眠欠安，大便干，2~3 天一行。舌淡胖，苔白，脉沉。西医诊断：SA；中医诊断：发蛀脱发，肝肾不足证；治宜滋补肝肾、养血祛风、填精益髓，方药组成：熟地黄 10 g，当归 10 g，白芍 10 g，川芎 6 g，女贞子 15 g，墨旱莲 15 g，菟丝子 10 g，枸杞子 10 g，桑椹 10 g，杜仲 10 g，肉苁蓉 15 g，鸡血藤 15 g，首乌藤 10 g，浮萍 10 g，羌活 9 g，木瓜 10 g。21 剂，水煎，1 剂/d，早晚分服。

2021 年 1 月 9 日二诊：服前方后，患者脱发量较前减少，眠安，大便干，2 日一行，余症同前。舌淡暗，苔白干，脉沉。治宜滋补肝肾、养血祛风、填精益髓，前方去首乌藤、生杜仲、木瓜、浮萍，加何首乌 6 g、桃仁 10 g、生白术 20 g、红曲 6 g。14 剂，煎服法同前。

2021 年 1 月 23 日三诊：患者脱发明显减少，脱发处可见新生细软毛发，大便干稍缓。舌淡暗，舌体胖，苔白，脉细。前方去墨旱莲、女贞子，

加黄精 15 g、茯苓 15 g、黑芝麻 15 g，鸡血藤加至 30 g，肉苁蓉加至 30 g，桑椹加至 15 g。14 剂，煎服法同前。患者后续服药 3 月余，脱发处毛发基本长出，毛发细软较前改善，疗效满意。

按：本案患者为中年女性，“年四十，而阴气自半也”，肾气衰惫，肾精亏虚，水不涵木，肝血不足，精血衰微，且大病后，正气不足，气血亏虚，毛发失于濡养发为本病，结合舌脉，辨证属肝肾不足型发蛀脱发，治宜补益肝肾、填精补血、培元固本。临床上 SA 多属虚实夹杂证，治疗兼顾祛风透邪。二诊时患者自觉脱发减少，夜寐转安，一诊方去首乌藤、生杜仲，更用何首乌补益肝肾、生发乌发；患者舌淡暗属气虚血瘀，加桃仁活血化瘀；无头皮瘙痒，去木瓜、浮萍之散；大便干结欠畅仍存，加生白术、红曲补脾助运。三诊时患者脱发明显减少，可见新生细软毛发，大便干稍缓，舌淡暗，舌体胖，苔白，脉细。去二诊方中墨旱莲、女贞子防滋腻碍脾，将鸡血藤、肉苁蓉、桑椹加量以平补肝肾、滋阴养血，加黑芝麻补肾乌发，加黄精、茯苓补脾益气，使气血生化有源。

参考文献

- [1] 刘维. 陈达灿教授论治脂溢性脱发经验撷萃[J]. 中医药学刊, 2004, 22(1): 10-11.
- [2] 张学军. 皮肤性病学[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2013: 182-183.
- [3] 罗莎, 陈颖颖, 冯放, 等. 杨顶权中西医结合治疗雄激素性秃发经验[J]. 北京中医药, 2019, 38(5): 442-445.
- [4] 陈其兴. 刘兰林教授运用温病学理论辨治脂溢性脱发的用药规律研究[D]. 合肥: 安徽中医药大学, 2020.
- [5] 唐雪纯, 杭晓屹. 当代中医皮科名家辨治脱发的经验与学术思想探讨[J]. 中国美容医学, 2019, 28(7): 134-136.
- [6] 李浩慧, 朱培成, 李红毅, 等. 国医大师禚国维辨治脂溢性脱发经验[J]. 山东中医杂志, 2017, 36(5): 393-395.
- [7] 丛南南. 吴景东教授应用养血通络生发汤治疗肝肾亏损型脂溢性脱发病的经验总结[D]. 沈阳: 辽宁中医药大学, 2010.
- [8] 赵晖, 陈家旭. 脂溢性脱发的研究现状[J]. 时珍国医国药, 2006, 17(4): 497-499.

Treatment of seborrheic alopecia based on the theory of essence and blood sharing the same source in combination with the method of expelling wind

GAO Hui, SHEN Jie-ting, LAN Hai-bing

(收稿日期: 2021-11-09)