

# 从古方看何首乌“乌发、生发”的应用

● 杨丽娟

关键词 何首乌 乌发 生发 古方

何首乌,又名首乌,为蓼科植物何首乌的块根,是中药补益剂中的一味常用药。味苦、甘、涩,性微温,归肝、肾经。具有“养血滋阴,乌须发,截疟,祛风,解毒”之功效,主治“肝肾阴虚之腰膝酸软、须发早白、耳鸣、遗精,肠燥便秘,久疟体虚”等病症<sup>[1]</sup>。历代《本草》均记载何首乌为黑发的主药,《本草纲目》云“足厥阴,少阴药也”,“肾主闭藏,肝主疏泄。此物气温,味苦涩,苦补肾,温补肝,涩能收敛精气,所以能养血益肝,固精益肾,健筋骨,乌鬓发,为滋补良药。不寒不燥,功在地黄、天门冬之上”。唐·李翱的《何首乌传》谓“益精髓,壮气,驻颜,黑发,延年”。《本草求真》谓其“滋水补肾,黑发轻身”。笔者摘抄了《中医方剂大辞典》中关于应用何首乌配伍治疗“须发早白、脱发、秃发”的古方共 56 首,并就其用药规律和配伍方法以及剂型等方面,做了初步探讨,供临床在治疗“白发、脱发、秃发”时做一简单参考。

## 1 古方用药状况

此 56 首古方出自《古今医鉴》、《医学入门》、《医统》、《摄生众

妙方》等 19 种古代文献。方中何首乌共与 94 种药物配用。主要有补益类药,如人参、麦冬、枸杞、当归、熟地黄、墨旱莲等 41 种,出现 144 次;清热类药,如地骨皮、寒水石、石膏、冬青子等 19 种,出现 62 次;健脾祛湿药,如白茯苓、苍术、车前子等 11 种,出现 29 次;其他有凉血、理气、安神等药共 23 种,出现 55 次。在 56 首古方中,出现次数较多的药物有当归(24 次)、牛膝(22 次)、枸杞子(21 次)、白茯苓(20 次)、墨旱莲(17 次)、生地黄(17 次)、人参(14 次)、桑椹子(12 次)、熟地黄(10 次)、菟丝子(10 次)、甘草(10 次)等,以补益类药居多。

## 2 方药配伍分析

2.1 配伍补益肝肾药 此类配伍在古方中的应用是最多的,如《摄生众妙方》的“乌须固本丸”,方中何首乌配伍熟地黄、女贞子;《本草蒙鉴》言“女贞子”能“黑发黑须,强筋强力,多服补血去风”。又如《古今医鉴》的“神仙乌云丹”,何首乌配伍旱莲草;《本草备要》记载旱莲草能“乌鬓发,益肾”;《新修本草》曰其:“汁涂发眉,生速而繁”<sup>[2]</sup>。再如《医学入门》的“乌须

丸”,何首乌配伍枸杞子、当归等。

中医学很早就认识到毛发的生长与肝、肾二脏关系极为密切,早在《内经》中就有:“女子七岁,肾气盛,齿更发长,……丈夫八岁,肾气实,发长齿更”。毛发的荣养根源于血,“发为血之余”,肝主藏血,血液的盛衰直接影响头发的生长和代谢,《金匱要略浅注补正》有:“盖以冲任之血,为肝所主,即所谓血海之血也,行于络脉,男子络唇口而生髭须,女子月事以时下”。

2.2 配伍清热凉血药 如《摄生众妙方》的“乌须固本丸”,何首乌配伍生地黄;《四圣心源》的桂枝柏叶汤,何首乌配伍牡丹皮;《外科百效全书》的黑发香头油,何首乌配伍侧柏叶,《本草纲目》谓侧柏叶主治头发不生,《名医别录》谓其能“(治)火灼烂疮,长毛发”,李士材《本草通玄》言其:“崩痢,除风湿痒,乌鬓黑发……”。

由于血热蕴结生风,阴津内耗,风热上扰,窜于巅顶乃致发落,金元四大家之一的张子和首倡血热发不荣之说,他认为“年少发白早落,或头起白屑者,血热太过也。世俗只知发者血之余,以为血衰,不知血热发反不荣,火多血少,木

反不荣,火至于顶,炎上之其也。”因此恰当地配伍使用清热凉血药,消除血热,则毛发可复生。

**2.3 配伍健脾祛湿药** 如《古今医鉴》的“五煎膏”,何首乌配伍茯苓;《广笔记》的“乌须明目丸”,何首乌配伍苍术。

嗜食肥甘辛辣,致脾失健运,水湿内停,湿热内生上蒸颠顶,蕴于肌肤,毛发失于营养而致脱发,《内经》亦云“多食甘则骨痛而发落”。因此治疗时配伍应用健脾祛湿药,脾土得健,湿邪则化,发根才得以养,日久发必荣矣。

**2.4 配伍理气药** 如《集验良方》的“乌须延年豆”,何首乌与陈皮同用;《遵生八笺》的“内补人仁丸”,何首乌与沉香同用。

脱发患者多认为与情志不遂、肝气郁结有关<sup>[3]</sup>,肝主疏泄,调畅气机,“气为血之帅”,气能生血。情志抑郁,肝失疏泄,气血运行不畅,久则气滞血瘀,或因“久病入络”,瘀阻毛窍,血不能上荣发根,故致脱发。在治疗时配伍应用理气药,气行则血行,毛发得血养方

能生而不脱。

**2.5 配伍安神药** 如《鲁府禁方》的“乌须大补丹”以及《普济方》“神仙巨胜丸”,方中何首乌都配伍了酸枣仁。

五脏之中与神关系最密切的脏腑是心、脾和肝。若所思不遂,神志内伤,损及心脾,脾伤运化失职,气血生化无缘,故形伤在外多白发;或者忧思伤脾,营阴暗耗,气血虚弱,毛发根枯,故而脱落;亦或抑郁过度,以致肝之疏泄失调,肝气郁结,日久化火,耗伤肝之阴血,阴虚则阳亢,虚阳上浮与外风之邪结合,两阳相煽而发落。因此在治疗此类疾病时适当配伍安神药往往会起到比较好的治疗效果。

### 3 剂型

56 首古方中,有 43 首丸剂,5 首酒剂,5 首汤剂和 3 首外用方。古人在治疗这类疾病时注意到了运用内外同治的方法,同时方药多制成丸剂,因此类疾病多由肝肾亏

损引起,治疗时多需要补益,丸剂多药力持久,吸收缓慢,“缓则补之”<sup>[4]</sup>。

### 4 小结

笔者认为根据古人的用药方法和经验,重视“何首乌”的“乌发、生发”这一功效,对开发此药有一定的裨益,同时在治疗“须发早白、脱发、秃发”一类疾病时,恰当的运用“何首乌”这味中药,进行合理的配伍,并注意药物的剂型<sup>[5]</sup>,结合内外同治的方法,可以提高此类病的临床治疗效果。

### 参考文献

- [1] 江苏新医学院. 中药大辞典[M]. 上海: 上海科学技术出版社, 1986.
- [2] 凌一揆. 中药学[M]. 上海: 上海科学技术出版社, 1985.
- [3] 张贵菊. 首乌神应丹治疗斑秃 76 例观察[J]. 实用中医药杂志, 2006, 22(8): 470.
- [4] 许济群主编. 方剂学[M]. 上海: 上海科学技术出版社, 1985.
- [5] 王海燕. 何首乌注射液治疗脱发疗效观察[J]. 吉林中医药, 2001, (1): 35.

(上接第 33 页)

也”。所谓阳火者,是李东垣根据《内经》“其生于阳者,得之风雨寒暑;其生于阴者,得之饮食居处,阴阳喜怒”之经旨提出的。东垣在《兰室秘藏》中说:“因心事烦冗,饮食失常,劳役过度,致脾胃虚弱,心火大盛,则百脉沸腾,血脉逆行,泄害空窍”,提出了“阴火伤目”之

说。认为阴火上升则清阳不升,清阳不升则目不能视。因此,东垣治眼病注重补脾气,升清阳,散阴火。如治徐总管目翳案,药用黄芪、甘草、升麻、柴胡补脾气,升清阳,用知母、黄柏泻阴火于升发阳气之中。因此,见眼病之火,不可一味

清火,正如《慎柔五书》所说:“凡内伤,清气下陷,阴火在上者,若用寒药,则阳愈陷,火愈炽”。

总之,眼病治火,是眼科治疗大法之一,治火时,当辨清阴阳虚实,并注重解郁结,降逆气,辨证施治若明于此,则事半功倍。