唐宋教授辨證分型論治脫髮經驗

Professor *TANG Song's* experience in the differential treatment of alopecia

葛國嵐 韓 雪 *GE Guolan, HAN Xue*

（河南省兒童醫院）

[摘要] 唐宋教授對脫髮治療有著豐富的臨床經驗和治療特色，認為脫髮多由濕熱、血瘀、脾虛、腎虛引起，臨床上分為肝胆濕熱證、氣滯血瘀證、脾氣虛弱證、腎陰不足證四型，臨證時當詳辨方證，治療上以祛濕、化瘀、健脾、補腎為治療大法，採用經典方劑，取得良好的臨床療效。

[關鍵詞] 脫髮；分型辨證；唐宋；名醫經驗

近幾年來，隨着社會的發展，社會競爭壓力增大，人們生活節奏加快，脫髮的患者日益增多，嚴重影響患者的心理健康。現代醫學認為脫髮多分為斑禿、脂溢性脫髮、化療性脫髮、老年性脫髮等類型，其中以斑禿和脂溢性脫髮的發病率最高[1]。其發病多與脫髮區毛囊內雄激素受體基因表達升高、生活壓力增大、緊張和焦慮、飲食不規律、環境污染、遺傳等原因有關[2]。治療上以口服雄性激素受體競爭抑制劑和生物學反應調節劑等藥物或者局部用藥、毛髮移植、激光治療等[3]，均有一定的療效，但長期口服藥物帶來的副作用、毛髮移植的巨額費用亦為人所慮。

中醫學認為脫髮多屬於「發蛀脫髮」「油風」「蛀發癬」「鬼剃頭」等範疇，中醫藥治療有一定的優勢[4]。唐宋教授，河南中醫藥大學教授、主任醫師，碩士研究生導師，第四批全國名老中醫藥專家學術經驗繼承工作指導老師。唐老師長期從事中醫教學、臨床、科研工作，中醫理論造詣深厚，臨床經驗豐富，擅長運用經方及時方治療內外科各種雜病。尤其在治療脫髮上，認為本病多由濕熱、血瘀、脾虛、腎虛引起，故提出祛濕、化瘀、健脾、補腎治療大法，在臨床上收到了良好的療效。筆者有幸於門診跟隨唐宋教授侍診，現將其治療脫髮的經驗總結如下。

1 清肝瀉膽，祛濕生髮

隨着人民生活水準的提高，飲食逐漸多樣化，若飲食不節，嗜食辛辣肥甘厚味及飲酒過度，脾胃運化失常，濕濁內生，鬱而化熱，阻遏肝胆，加之生活壓力增大，寐差久郁，鬱而化火，肝胆濕熱內生，濕性黏膩，熱性炎上，浸及發根，濕熱薰蒸，堵塞毛竅，毛髮失養而掉落，如沼澤之地，植被難養。故唐師認為治療上以清肝利膽，祛濕生髮為主，方以龍膽瀉肝湯為主加減。

病例：王某，男，39歲，因頭髮脫落半年就診。初診（2020年9月10日）：頭髮稀少，自訴每日掉發200根左右，且頭頂及兩顳側頭髮脫落較多，頭皮油脂分泌過多，脫屑較多，自覺瘙癢，偶有脅肋脹痛，口苦泛惡，平素喝酒應酬較多，喜食辛辣油膩食品，眠差，二便正常，舌質紅，苔黃膩，脈弦數。西醫診斷：脂溢性脫髮，中醫診斷：發蛀脫髮，肝胆濕熱證，治法：清肝利膽，祛濕生髮。方選龍膽瀉肝湯加減，藥物：龍膽草6g，梔子10g，黃芩10g，柴胡6g，生地20g，車前子（布包）30g，澤瀉10g，通草6g，當歸12g，甘草6g，墨旱蓮30g，女貞子15g，白鮮皮15g，7劑，水煎服，1日1劑，分2次溫服，禁飲酒及辛辣食物，禁熬夜。二診（2020年9月18日）自訴頭髮油膩較前好轉，瘙感除，脫屑減少，偶有脅痛，無口苦，納眠可，二便正常，舌質紅，苔稍黃膩，脈弦數，上方去白鮮皮，加白朮10g，薏苡仁12g，14劑，水煎服，1日1劑，分2次溫服。三診（2020年10月8日）脫髮較前好轉，洗頭時掉發較前減少，頭皮油膩分泌減少，無瘙感，額部可見少量絨毛樣的新發長出，納眠可，二便正常，舌質紅，苔稍黃膩，脈弦數，繼原方口服1月。2月後隨訪，頭髮長出較多，無特殊不適。

《素問五臟生成篇》謂：「多食甘，則骨痛而發落」，足厥陰肝經「上貫膈，布脅肋……上出額，與督脈會

香港中醫學會 版權所有 Copyright HKRCM All Rights Reserved

於巔」，足少陽膽經「起於目銳眥，上抵頭角，下耳後……」，唐師認為患者嗜食辛辣油膩，濕熱薰蒸，發根發漚日久，失去濡養而落，且脫髮多在肝胆經循行路線上，故治療上以龍膽瀉肝湯清肝瀉火、祛濕除熱，加以白朮、薏苡仁加強祛濕之力，濕熱去，氣血通，上輸於頭，則發根得以濡養，濕熱日久傷陰，加以二至丸養陰清熱補腎生髮。

2　活血化瘀，理氣生髮

《醫林改錯》曰：「頭髮脫落，各醫書皆言傷血，不知皮裡肉外血瘀，阻塞血絡，新血不能養發，故發脫落。」若平素鬱鬱寡歡，七情內傷日久，氣機不暢，氣滯血瘀，或外感六淫之邪侵襲日久成瘀，瘀血內生，阻於毛竅，發為血之餘，新血難以養發而落，或阻礙氣血運行，新血不生，經絡氣血運行失暢，發根失養而脫髮，如堵塞之河，下游無水，草木乾枯失養，故唐師認為此型治療上應以活血化瘀，養血生髮為主，方以通竅活血湯加減。

病例：王某，女，22歲，因脫髮1年就診。初診（2020年10月13日）：自訴每日梳頭即脫髮，洗髮時脫落更多，頭髮稀少，頭髮油膩，平素思慮較多，自覺胸悶，經期腹痛，色暗有血塊，眠差多夢，二便正常，舌質暗紅有瘀點，苔白，脈弦細。西醫診斷：脫髮，中醫診斷：頭油風，證屬氣滯血瘀證，治療以活血化瘀，理氣養血生髮為主，方用：通竅活血湯加減。桃仁12g，紅花12g，赤芍6g，川芎6g，石菖蒲12g，生地10g，當歸12g，黃芩10g，柴胡12g，麩炒枳殼6g，桔梗6g，黑芝麻30g，首烏20g，蔥白3根，生薑3片，大棗3枚，7劑，水煎服，日1劑。二診（2020年10月20日）脫髮較前好轉，梳頭時脫落較前減少，頭油減少，胸悶減輕，眠差多夢，二便正常，舌質暗紅有瘀點，苔白，脈弦細，上方加棗仁12g，14劑，水煎服，日二服。三診（2020年11月3日）脫髮好轉，洗頭時掉發較前減少，無頭油，經期腹痛減輕，色暗無血塊，納眠可，二便正常，舌質淡紅，苔薄白，脈弦，繼原方加阿膠（洋化）2g，口服2月。

《血證論·瘀血》云：「瘀血在上焦，或發脫不生，或骨膊胸膈頑硬刺痛，目不了了，通竅活血湯治之」，有研究亦表明血府逐瘀湯改善頭頂血液迴圈，使氣血暢通，則新發得血濡養而自生[5]。患者長期抑鬱寡歡，瘀血內生，阻於經絡，經絡失暢，氣血運行受阻，發失養而脫落，瘀血阻於腹部，故經行腹痛，色暗有血塊，加之舌質暗紅有瘀點，苔白，脈弦細，均為瘀血之相，以通竅活血湯，活血化瘀，加之柴胡、枳殼、桔梗疏肝理氣，生地當歸阿膠養血和血，氣行則血行，血行則瘀去，配以黑芝麻、首烏補肝腎，養發，以滋生發之源。

3　益氣養血，健脾生髮

《素問直解·上古天真論》雲「陽明之脈，行於面，衰則面始焦……血氣不充於毛竅，故發如墜」。「發為血之餘」，氣能生血，亦能行血，若脾胃虛弱，氣血生化乏源，則無以養發，或發落易斷變枯，或難長新發，正如《脾胃論》所言：「夫胃病其脈緩，脾病其脈遲……陽氣衰落，不能生髮。」，正如貧瘠之地，無以生養，故治療上唐老師以補中益氣養血，健脾生髮為治療原則，方以補中益氣湯加減。

病例：萬某，女，43歲，因脫髮、斷發3月就診。初診（2020年12月13日）：自訴每日梳頭即脫髮、斷發，發如枯草，色黃，稍用力即斷，頭髮稀少，平素疲倦乏力，少氣懶言，面色恍白，月期量少，色淡，眠差，大便稀溏，小便正常，舌質淡，苔薄白，脈虛弱無力。西醫診斷：脫髮，中醫診斷：脫髮，證屬脾氣虛弱證，治療以補中益氣養血，健脾生髮為主，方用：補中益氣湯合四物湯加減。黃芪30g，炒白朮15g，柴胡6g，當歸15g，陳皮6g，升麻6g，黨參15g，炙甘草6g，赤芍6g，川芎6g，熟地10g，赤芍6g，山藥15g，首烏20g，阿膠（洋化）2g，桑椹12g，7劑，水煎服，日1劑。二診（2020年12月21日）梳頭時脫髮較前稍好轉，仍斷發，色黃，平疲倦乏力稍減輕，少氣懶言，面色恍白，眠可，二便正常，舌質淡，苔薄白，脈虛弱無力，守原方繼服，21劑，水煎服，日二服。三診（2021年1月15日）患者脫髮較前好轉，斷發減少，乏力減輕，面色較前好轉，月經量較前增多，納眠可，二便正常，舌質淡紅，苔薄白，脈弱，原方去山藥，加黑芝麻15g，30劑，水煎服，日二服。四診（2021年2月20日），患者脫髮減少，稍有斷發，頭髮變黑增粗，可見少量新發長

香港註冊中醫學會版權所有 Copyright HKRCM All Rights Reserved

出，乏力減輕，面色好轉，納眠可，二便正常，舌質淡紅，苔薄白，囑患者守1月15日方繼服30劑。

唐師指出脾胃為氣血生化之源，後天之本，脾胃虛弱，後天之本不足，則氣血生化乏源，毛髮不得以濡養，故毛髮脫落，乾枯斷裂，《諸病源候論·毛發病諸候》云：「若血盛則榮於鬚髮，故鬚髮美；若血氣衰弱，經脈虛竭，不能榮潤，故鬚髮禿落。」故治療上運用補中益氣湯，健脾益氣，合以四物湯補血養血，補後天之本，益氣血生化之源，加之首烏、桑椹、阿膠、黑芝麻生髮烏髮，共奏補氣養血生髮之功。

4 滋陰補腎，益精烏髮

《素問·上古天真論》「女子7歲，腎氣盛，齒更，發長」「四七，筋骨堅，發長極」「五七，陰陽脈衰，面始焦，發始墮」「男子八歲，腎氣實，發長」「五八， 腎氣衰，發墮」「六八，陽氣衰竭於上，面焦，髮鬢斑白」「八八則齒發去」。腎其華在發，故頭髮的始墮、發量的多少、發質的枯澤均與腎精是否充足密切相關，腎氣盛則發黑而澤且多，腎氣虛則發少而枯且墮。尤其是現代社會，人們生活壓力增大，熬夜成為常態，長期熬夜則暗耗腎陰，陰血不足則發落色白皆枯，故治療上以滋陰補腎，益精烏髮為主，方以知柏地黃丸合二至丸加減。

病例：宋某，男，40歲，因脫髮3年余加重1年就診。初診（2020年9月21日）：自訴近幾年因長期熬夜，頭髮脫落較多，頭頂脫髮為主，毛髮稀疏，且部分頭髮發白，髮際線後退，近1年來尤其加重，手足心熱，甚者部分鬍鬚變白，易盜汗，腰膝酸軟，乏力，納可，眠差、多夢，大便稍乾，舌質紅，苔少，脈沉數。西醫診斷：脫髮，中醫診斷：油風病，腎陰不足證，治法：滋陰降火，益精烏髮。方選知柏地黃丸合二至丸加減，藥物：熟地24g，山藥12g，山萸肉9g，丹皮9g，澤瀉9g，茯苓9g，知母15g，黃柏12g，桑椹15g，墨旱蓮30g，女貞子15g，黃芪30g，當歸15g，7劑，水煎服，日1劑，分2次溫服，禁熬夜。二診（2020年9月30日）自訴脫髮稍好轉，手足心熱減輕，易盜汗，腰膝酸軟，納可，眠差、多夢，大便稍幹，舌質紅，苔少，脈沉數。上方加太子參30g，21劑，水煎服，日二服。三診（2020年10月23日）脫髮好轉，洗頭時脫髮較前減少，手足心熱、盜汗、腰膝酸軟除，納眠可，二便正常，舌質偏紅，苔少，脈沉數。守本方去女貞子、旱蓮草，加太子參30g，黑芝麻15g，制河首烏15g，阿膠10g（洋化），30劑，水煎服，日二服。四診（2020年11月28日），患者脫髮減少，頭髮變黑增粗，頭頂可見少量新發長出，無乏力，納眠可，二便正常，舌質淡紅，苔薄白，囑患者守10月23日方繼服30劑。

《諸病源候論》曰：「腎主骨髓，其華在發。若血氣盛，則腎氣強，腎氣強，則骨髓充滿，故發潤而黑。」「腎氣虛損，不能藏精.....其病發落。」患者長期熬夜，暗耗腎陰，虛火內生，故唐師運用知柏地黃丸滋陰降火，以滋腎陰，加以二至丸養陰清熱補腎，配伍黃芪、人參、當歸，阿膠，補氣生血，桑椹、黑芝麻、首烏補腎烏髮，諸藥合用共奏滋陰補腎降火，益氣生血烏髮之效。

總結

脫髮一症是皮膚科的常見病、多發病、難治病之一，近年來已有逐漸增多的趨勢。唐師認為，不管是何種原因引起的脫髮，只要抓住辨證要點，分清濕熱、瘀血、氣血虛、腎精虧虛等不同之證，辨證準確，理法方藥，均能取得較好療效，但亦不拘於此四型，亦有痰濕內蘊、脾虛濕盛、肝腎不足等證，一定要辨證準確，方可效如桴鼓。

Copyright IKRCM All Rights Reserved

參考文獻

[1] 王嵐. 脫髮的生物學機制及治療方法[J]. 中學生物學.2016,32(4):7-8.

[2] 中國醫師協會美容與整形醫師分會毛髮整形美容專業委員會. 中國人雄激素性脫髮診療指南[J]. 中國美容整形外科雜誌.2019,30(1):前插1-1-5.

[3] 王青華,王利敏,秦宇芬. 中藥治療脂溢性脫髮的系統性評價分析[J]. 浙江中醫雜誌. 2021,56(02):152-153.

[4] 王欣揚,吳承豔. 中醫脫髮病證源流考略[J]. 中華中醫藥雜誌. 2021,36(05):2485-2489.

[5] 俞若熙,李思琪,孫冉冉,等. 王琦治療脫髮經驗[J]. 安徽中醫藥大學學報.2018,37(3):26-28.

（編委：徐大基審校2025.07.25）

香港註冊中醫學會 版權所有
Copyright HKRCMP All Rights Reserved