DOI:10.13193/j.issn.1673-7717.2026.04.025

基于“女子以血为本”思想从血论治女性雄激素性脱发

王世博[1,2],朱惠军[2],曹日曲[2],汤皓博[2],宋秀祖[2]
(1.福建中医药大学,福建 福州 350122;2.杭州市第三人民医院,浙江 杭州 310009)

摘要:女性雄激素性脱发是女性最常见的脱发类型之一,发病机制尚未完全明确。现代医学对于女性雄激素性脱发治疗效果大多存在治疗周期长、病人依从性差等问题。中医药治疗女性雄激素性脱发历史悠久、疗效显著,辨证施治方法多样,具有多靶点、整体与局部兼顾的治疗特点。发为血之余,血之有余、血液充养则毛发滋生润泽。“女子以血为本”思想贯穿女性整个生命过程,历代医家对于女性疾病均重视调养阴血,在辨治女性疾病中占据着重要地位。基于“女子以血为本”思想认为女性雄激素性脱发病机关键在于血虚、血热、血瘀三个方面,针对血虚、血热、血瘀不同病机特此提出从血论治女性雄激素性脱发,强调活血祛瘀、养血补血、清热利湿、凉血消风四重治疗要点,以期从多角度、多层次为诊治女性雄激素性脱发的临床与科研提供新的方向。

关键词:女子以血为本;女性雄激素性脱发;从血论治
中图分类号:R275.958.71 **文献标志码**:A **文章编号**:1673-7717(2026)04-0117-03

Treatment of Female Androgenetic Alopecia from Blood Based on Thought of “Blood Being Basis of Women”

WANG Shibo[1,2],ZHU Huijun[2],CAO Riqu[2],TANG Haobo[2],SONG Xiuzu[2]
(1. Fujian University of Traditional Chinese Medicine,Fuzhou 350122,Fujian,China;
2. The Third People's Hospital of Hangzhou,Hangzhou 310009,Zhejiang,China)

Abstract:Female androgenetic alopecia is one of the most common types of hair loss in women,and its pathogenesis is not fully understood. Modern medicine often has problems with long treatment cycles and poor patient compliance in the treatment of female androgenetic alopecia. Traditional Chinese medicine has a long history and significant therapeutic effects in treating female androgenetic alopecia. There are various methods of syndrome differentiation and treatment,which have the characteristics of multi-target,holistic and local treatment. Hair is the sign of blood condition. When the blood is sufficient and nourished,the hair can be moistened. The concept of “blood being basis of women” runs through the entire life process of women. Throughout the history,the medical practitioners have attached great importance to the maintenance of Yin and blood in the diagnosis and treatment of female diseases,which plays an important role. Based on the concept of “blood being basis of women”,it is believed that the key pathogenesis of female androgenetic alopecia lies in three aspects:blood deficiency,blood heat,blood stasis. In response to the different pathogenesis of blood deficiency,blood heat and blood stasis,this paper proposed to treat female androgenetic alopecia from the perspective of blood, emphasizing the four key treatment points of promoting blood circulation for removing blood stasis,nourishing and replenishing blood,clearing heat and promoting diuresis,cooling blood for calming endogenous wind, in order to provide new directions for clinical and scientific research in the diagnosis and treatment of female androgenetic alopecia from multiple perspectives and levels.

Keywords:blood being basis of women;female androgenic alopecia;treatment from blood

女性雄激素性脱发是女性最常见的脱发类型之一,典型表现为头顶部与发际缘区域头发弥漫性稀疏、纤细。流行病学调查显示,我国女性雄激素性脱发患病率约为6.0%[1]。目前研究表明,女性雄激素性脱发病因尚未完全明确,雄激素水平、遗传倾向、饮食因素和环境因素在其发病过程中发挥重要作用[2]。现代医学对于女性雄激素性脱发的治疗多采用系统用药(螺内酯、米诺地尔等)、自体富血小板血浆、低能量激光治疗、毛发移植协同治疗以达到减少脱发量、增加毛发量的目的[3],以上治疗效果大多存在治疗周期长、病人依从性差等问题。中医药治疗脱发历史悠久、疗效显著,辨证施治方法多样,具有多靶点、整体与局部兼顾的治疗特点,是近年来治疗女性雄激素性脱发的研究热点[4]。“女子以血为本”思想贯穿女性整个生命过程,历代医家对于女性疾病均重视调养阴血,在辨治女性疾病中占据着重要地位。血与五脏密切相关,血脉充盈畅通是五脏六腑生理功能正常发挥的重要保证,发为血之余,血之有余、血液充养则毛发滋生润泽[5]。故从“女子以血为本”思想出发,探讨从血论治之法以期指导临床诊治女性雄激素性脱发具有重要意义。

基金项目:国家中医药管理局-浙江省共建科技计划重大项目(GZY-ZJ-KJ-23035)
作者简介:王世博(1992-),男,辽宁沈阳人,主治医师,硕士,研究方向:毛发疾病。
通讯作者:宋秀祖(1975-),男,山东莱阳人,主任医师、教授,博士研究生导师,博士,研究方向:毛发疾病。E-mail:songxiuzu@sina.com。

1 “女子以血为本”思想探微

“女子以血为本”思想萌芽于《黄帝内经》,对于女子解剖、月经生理、病因病机记载较为详尽,《素问·上古天真论篇》以

七作为生命周期数以此阐述女子少年、青年、壮年、老年各个阶段的生理特点,《灵枢·五音五味》言:“今妇人之生,有余于气,不足于血,以其数脱血也”,揭示了女子经、孕、产、乳以血为本的生理特征以及易致气有余、血不足的病机特点[6]。《金匮要略》基本形成了对女子经、带、胎、产、杂病的辨证论治体系,对于从“女子以血为本”辨治女性疾病影响深远。自此以后,历代医家充分认识到阴血对于女子的重要性,从女子发病与阴血相关性做出大量论述,为“女子以血为本”奠定坚实理论基础,晋代《脉经》提出导致月经不调原因在于肝血虚、津血不足以及气壅血闭,均与血虚、血行不畅有关;隋代《诸病源候论》曰:“其经血虚,受风冷,故月水将下之际,血气动于风冷,风冷与血气相击,故令痛也”,明确指出血气不足兼当风冷是引起痛经的主要原因;宋代《太平圣惠方》提出:“夫妇人者,众阴之所集”,从生理上认识阴血对于女子的特殊作用。宋代陈自明《妇人大全良方》明确提出“妇人以血为本”的学术观点,认为“大率治病,先论其所主。男子调其气,女子调其血。气血,人之神也,不可不谨调护。然妇人以血为基本,气血宣行,其神自清”,强调女子生理活动皆与血的盛衰、通闭密切相关。

2 血虚、血热、血瘀是女性雄激素性脱发的病机关键

《诸病源候论》记载:“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,故须发脱落”。血是构成人体和维持人体生命活动的基本物质之一,对于毛发的生长充盛具有濡养和滋润作用。“发为血之余”,强调头发营养来源于血,血气充盛则头发茂密色黑而有光泽,血气不足则头发苍白且易于脱落[7]。近年来研究发现,内分泌紊乱与女性雄激素性脱发发病关系紧密,性腺、垂体、胰腺、甲状腺、肾上腺等内分泌腺体及其关键分泌激素参与女性雄激素性脱发的发生发展[8],对应“下丘脑-垂体-肾上腺/卵巢”的现代医学调节机制,而其无不与“女子以血为本”息息相关。针对女性雄激素性脱发中医证候特征进行分析显示,湿热内蕴证、肝郁血瘀证、血虚风燥证最为常见[9]。因此,从“女子以血为本”思想出发,研究女性雄激素性脱发的病机关键主要在于血虚、血热、血瘀三个方面。

2.1 *血虚易致发落* 《灵枢·阴阳二十五人》便有“血少则髯短”的记载。气血虚弱,则毛发化生乏源,以致发量稀少、发质黄软。一方面血虚无以随气循行荣养皮肤,毛发则无以充养而脱落。一方面血虚易感外邪,风邪乘袭,风盛血燥以致毛发失养而脱落。明代《外科正宗》“油风乃血虚不能随气荣养肌肤,故毛发根空,脱落成片”,提出血虚是导致脱发的重要原因。清代《四诊抉微》“发枯生穗,血少火盛。毛发堕落,卫疏有风”,表明血虚风乘是导致脱发的另一重要原因。此外,妇人产后气血不能上荣巅顶亦可致头发脱落,清代《医门补要》记载:“产后血虚生风,发落目瞀”。若血虚不荣,则可见头发脱落、面色无华等症状;若血虚化燥,则可见头发干燥而无光泽、头皮瘙痒、头屑增多、面色少华、头晕心悸等症状;若血虚风动,则可见所到之处发枯须眉并落、肢体震颤等症状。

2.2 *血热易致发落* 血为水谷精微所化,功以滋润濡养毛发。若平素喜食辛热炙煿、肥甘厚味,或情志郁滞化火,均可导致血热内生耗损阴血,毛发无以得阴血滋养,则出现头发脱落、或焦黄、或早白等症状。另女子思虑过度、心绪烦扰,亦可导致血热生风、风动发落。《素问·五脏生成篇》言:“是故多食甘,则骨痛而发落”。金代《儒门事亲》云:“至如年少,发早白落,或白屑者,此血热而太过也”,首次提出血热致发落观点。清代《冯氏锦囊秘录》载:“忽然脱落,头皮多痒,须眉并落者,乃血热生风,风木摇动之象也”,说明血热生风致发落观点。清代《医碥》曰:“后顶发脱落者,其人必躁动多火……顶发茂密者,其人必沉静少火”,为后世以情志论治脱发开辟先河。若湿热蕴积、血热蒸郁、侵蚀发根,则可见头发均匀性或成片脱落、发量稀少、轻拉即脱、头皮油腻厚垢、心烦口臭、小便短黄等症状;若血热生风、风动发落,则可见发落或斑秃或过早白发、头痒头屑、心烦失眠等症状。

2.3 *血瘀易致发落* 《诸病源候论》养生方云:“血液不滞,发根常牢”,为血瘀致脱之理论基础。疾病过程中任何一种病理因素绝非单独存在,血得寒则凝、若虚则行缓、过热则妄行、气滞则闭塞,以上均可导致血瘀[10],故血瘀易致发落较为常见。血瘀为患,精微无法上荣头面,令发失所养而脱落。另脱发日久,机体亦多有瘀滞,形成恶性循环,导致病情加剧。清代《医林改错》云:“头发脱落,名医书皆言伤血,不知皮里肉外血瘀,阻塞血络,新血不能养发,故发脱落。无病脱发,亦是血瘀”,提出瘀血脱发论之观点。《血证论》谓:“瘀血在上焦,或发脱不生”,表明发为血所养,瘀血阻滞则发失滋养而脱落。此外,女子情绪因素亦可影响肝之疏泄,进而气血经络失和、气滞血瘀,导致发落[11]。若瘀血阻滞,则可见脱发或全秃、头痛失眠、舌质黯、脉细弦或细涩等症状;若肝郁血瘀,则可见头发突然脱落、头皮发痒、胸胁不舒、急躁多怒、善太息等症状。

3 从血论治女性雄激素性脱发治疗要点

对于女性雄激素性脱发的临证治疗,应根据血虚、血热、血瘀的不同病机特点,从血论治,审证求因,随证施治。血瘀致脱当以活血祛瘀,血虚致脱当以养血补血,血热致脱当以清热利湿或凉血消风。此外,“女子以血为本”与脏腑功能协调亦密不可分,血液充盈、毛发旺盛与肾精充盛、脾气健运、肝气舒畅等脏腑功能紧密联系[12],补肾、调肝、健脾之法加减应用,则可使脏腑和、气血通,发落自愈。

3.1 *养血补血* 血虚致脱当以养血补血,常选用《正体类要》载归脾汤以气血并补、《外科正宗》载祛风换肌丸以养血祛风,予何首乌、熟地黄、菟丝子、白芍、当归等药物养血补血。秦明等[13]应用归脾汤加减结合针刺治疗女性更年期脱发,临床效果显著,提出归脾汤气血并补、心脾同治,重补脾气以化生气血,养心益血使心血充盈、脉道通利,须发得荣于气血,则发落后悉数长出。李俊松等[14]应用祛风换肌丸治疗血虚风燥之雄激素性脱发,临床获效颇丰。何首乌通过刺激成纤维细胞生长因子-7、Sonic 刺猬信号通路表达以促进毛发生长[15],亦可减少雄激素受体产生、增强线粒体酶活性以及发挥抗凋亡作用以延缓毛囊退行性变[16]。当归能够显著抑制Ⅱ型5α-还原酶活性[17],减轻毛囊炎性反应和细胞凋亡以缓解毛囊损伤[18]。

3.2 *清热利湿* 血热致脱当以清热利湿,常选用《疡科心得集》载荜薢渗湿汤、《外科证治全生集》载二妙散、《医方集解》载龙胆泻肝汤以清热利湿,临证时根据湿热偏重不同恰当应用,予泽泻、龙胆草、苦参、车前子、茯苓、黄柏等药物清热燥湿。赵彦[19]应用加味荜薢渗湿汤联合米诺地尔外用治疗湿热内蕴型雄激素性脱发,临床有效率显著高于口服维生素 B6 片联合米诺地尔外用,说明荜薢渗湿汤治疗湿热内蕴型雄激素性脱发临床疗效明显。魏跃钢[20]应用龙胆泻肝汤治疗湿热蕴结证雄激素性脱发,临床效果卓著。苦参能够促进人真皮毛乳头细胞胰岛素样生长因子-1、角细胞生长因子 mRNA 表达发挥生发作用[21],亦可抑制Ⅱ型5α-还原酶以发挥抗雄性激素作用[22]。

3.3 *凉血消风* 血热风燥致脱当以清热利湿,常选用《外科正宗》载凉血消风散、《医门八法》载生四物汤以清热凉血、消风化燥,予牡丹皮、赤芍、鱼腥草、金银花、连翘、黄芩等药物清热凉血。崔玉衡应用生四物汤加味治疗血热生风型雄激素性

脱发,临床获效颇丰[23]。卢珊珊等[24]应用凉血消风散联合梅花针叩刺、外用生发酊治疗血热风燥型雄激素性脱发,临床愈显率明显高于单纯口服中药汤剂,说明凉血消风散治疗血热风燥型雄激素性脱发临床疗效显著。鱼腥草能够增加线粒体膜电位、调节细胞周期和生长因子、改善炎症损伤从而减少毛囊细胞凋亡[25],还可抑制Ⅱ型5α-还原酶活性以发挥抗雄激素样作用。黄芩有效成分黄芩苷能够促进人真皮毛乳头细胞中胰岛素样生长因子-1、血管内皮生长因子表达,增强碱性磷酸酶活性,诱导毛囊由休止期向生长期转换[26];亦可恢复和维持毛囊免疫赦免状态和促进人毛乳头细胞、毛囊间充质干细胞的细胞增殖以加速毛囊形成[27]。

3.4 *活血祛瘀* 血瘀致脱当以活血祛瘀,常选用《医林改错》载通窍活血汤、血府逐瘀汤以活血通瘀、养血生发,予丹参、川芎、红花、鸡血藤、桃仁等药物活血祛瘀。此外,唐容川提出和法为治疗血证之第一良法,或情志不畅、气滞血瘀,或脾失健运、气虚血瘀,均可加用小柴胡汤以治之,使气血充盈、周流不息,毛发浓密、光滑润泽[28]。张磊应用血府逐瘀汤治疗女性雄激素性脱发,临床效果显著[29]。丹参能够降低血清睾酮含量、升高血清雌二醇含量,增加皮肤组织血管内皮生长因子表达以及抗氧化酶活性[30],还能够对5α-还原酶具有较强抑制活性[31]。川芎能够恢复雄激素性脱发模型小鼠水分、油分和温度,增加皮肤组织α-黑色素细胞刺激素、转化生长因子-β1、血管内皮生长因子表达以促进毛发生长[32]。

4 结语

女性雄激素性脱发对于女性患者生活质量造成巨大影响,“女子以血为本”思想贯穿女性经、孕、产、乳整个生命过程,处处体现调养阴血临证辨治的重要地位。发为血之余,血气充盛,头发茂密润泽。从“女子以血为本”思想出发,女性雄激素性脱发的病机关键主要在于血虚、血热、血瘀三个方面,临证治疗时应审证求因,从血论治,采用活血祛瘀、养血补血、清热利湿、凉血消风等不同治法加以施治。因此,以“女子以血为本”思想为基础,探讨女性雄激素性脱发的病因病机以及从血论治女性雄激素性脱发的方法要点,可为临床和科研拓宽方向。

参考文献

[1] 陶荣,杨淑霞. 女性雄激素性脱发相关因素的回顾性研究[J]. 中国麻风皮肤病杂志,2024,40(6):402-405.
[2] 王雪,梁粟,赵月铮,等. 雄激素性脱发的病因及发病机制研究进展[J]. 皮肤性病诊疗学杂志,2024,31(6):440-444.
[3] 中国医师协会美容与整形医师分会毛发整形美容专业委员会. 中国人雄激素性脱发诊疗指南[J]. 中国美容整形外科杂志,2019,30(1):8-12.
[4] 王爱娟,胡慧,冯放,等. 脱发中医诊治源流考[J]. 中国医药导报,2021,18(22):129-132,136.
[5] 宋奥林,崔炳南,王雪敏,等. 基于“发为血之余”辨治休止期脱发经验[J]. 北京中医药,2024,43(3):329-332.
[6] 龚美富,胡樱,代文. 宋代《妇人大全良方》“女子以血为本”的辨证施治思想探微[J]. 江西中医药大学学报,2020,32(5):10-13.
[7] 王永清,李奕,庞博. 从“发为血之余”论脱发的中医病机及治法[J]. 世界中西医结合杂志,2023,18(5):1036-1040.
[8] 王丹,李雪梅,黄进华. 内分泌紊乱在女性型脱发中的作用[J]. 武汉大学学报(医学版),2023,44(1):19-23.
[9] 甘超男. 女性雄激素性秃发的临床研究及中医证候分析[D]. 北京:北京中医药大学,2015:58-59.
[10] 丁宁,姜秀新,徐世杰. 基于“女子以血为本”思想论治薄型子宫内膜不孕症[J]. 中国实验方剂学杂志,2021,27(14):215-221.
[11] 闫玉冰,代恒恒,王常海. 脱发证治刍议[J]. 中国中医药现代远程教育,2015,13(8):128-129.
[12] 张心愿. 从典型医案谈脱发与五脏的关系[J]. 光明中医,2021,36(10):1695-1697.
[13] 秦明,屈信,向小丽,等. 基于“发为血之余”探讨归脾汤加减结合针刺在女性更年期脱发治疗中的临床应用[J]. 四川中医,2022,40(12):23-24.
[14] 李俊松,王丽娟,张秀云,等. 辨证分型治疗脱发185例[J]. 陕西中医,2009,30(5):588-589.
[15] LI Y,HAN M,LIN P,et al. Hair growth promotion activity and its mechanism of polygonum multiflorum[J]. Evid Based Complement Alternat Med,2015,2015:517901.
[16] SHIN J Y,CHOI Y H,KIM J,et al. Polygonum multiflorum extract support hair growth by elongating anagen phase and abrogating the effect of androgen in cultured human dermal papilla cells[J]. BMC Complement Med Ther,2020,20(1):144.
[17] 高合意,雷登凤,程树军,等. 当归提取物对毛发生长作用的体外与体内研究[J]. 日用化学工业,2020,50(12):867-874.
[18] LEE T K,KIM B,KIM D W,et al. Effects of decursin and Angelica gigas Nakai root extract on hair growth in mouse dorsal skin via regulating inflammatory cytokines[J]. Molecules,2020,25(16):3697.
[19] 赵彦. 加味萆薢渗湿汤治疗湿热内蕴型脂溢性脱发[J]. 光明中医,2016,31(16):2365-2367.
[20] 魏跃钢. 辨证治疗脂溢性脱发84例[J]. 南京中医药大学学报(自然科学版),2002,18(4):251.
[21] ROH S S,KIM C D,LEE M H,et al. The hair growth promoting effect of Sophora flavescens extract and its molecular regulation[J]. J Dermatol Sci,2002,30(1):43-49.
[22] 姚新成,顾承志,王新兵,等. 具有5α-还原酶抑制作用的天然植物的研究进展[J]. 天然产物研究与开发,2014,26(5):800-805.
[23] 王雨,刘明照. 崔玉衡治疗脱发经验[J]. 河南中医,2013,33(8):1237-1239.
[24] 卢珊珊,孔志凤. 中医药疗法治疗脱发临床观察[J]. 光明中医,2021,36(8):1314-1316.
[25] KIM J,SHIN J Y,CHOI Y H,et al. Hair growth promoting effect of Hottuynia cordata extract in cultured human hair follicle dermal papilla cells[J]. Biol Pharm Bull,2019,42(10):1665-1673.
[26] SHIN S H,BAK S S,KIM M K,et al. Baicalin,a flavonoid,affects the activity of human dermal papilla cells and promotes anagen induction in mice[J]. Naunyn Schmiedebergs Arch Pharmacol,2015,388(5):583-586.
[27] KIM A R,KIM S N,JUNG I K,et al. The inhibitory effect of Scutellaria baicalensis extract and its active compound,baicalin,on the translocation of the androgen receptor with implications for preventing androgenetic alopecia[J]. Planta Med,2014,80(2-3):153-158.
[28] 何增华,卢传坚,溺国维. 国医大师溺国维基于“瘀血理论”针药相须辨治脂溢性脱发经验[J]. 中华中医药杂志,2021,36(7):4015-4018.
[29] 韩颖萍. 张磊国医大师运用血府逐瘀汤临床验案举隅[J]. 中医研究,2019,32(5):37-39.
[30] 张志毕,董超,马娇,等. 丹参水提物对小鼠病理脱发模型毛发的再生影响[J]. 昆明医科大学学报,2016,37(11):23-27.
[31] 赵大敏,王学东,翟春涛. 祛痘中草药的筛选及其在治疗痤疮中的应用[J]. 日用化学工业,2021,51(6):522-527.
[32] 曾泉富,王著显,薛雅琪,等. 川芎提取物及复合配方对睾酮诱导脱发的C57BL/6小鼠的治疗效果和机制研究[J]. 今日药学,2022,32(7):510-515.