

譜圖苔舌

72X2

# 舌 苔 图 譜

北京中医学院 編 著

人民卫生出版社

一九六三年·北京

## 內 容 提 要

舌診,是中医診察疾病的重要方法之一,也是中医診斷学的特点之一,对于临床診斷很有实用价值。观察舌苔,必須注意到舌的形态、色澤、干湿以及苔色的深淺、老嫩、苔质的厚薄等等。有关这些,有时很难用語言或文字确切地表达出来,对于临床辨证和教学上均有一定的困难,因而能有一套比較逼真的舌苔图谱,以供参考,这是客观上很需要的。

本图谱系采用彩色片摄取病人的舌苔,經整理后編成的。共分二个部分,前为“舌苔簡介”,扼要地介紹了舌診对于辨证治疗的实用意义;次为图谱部分,以“舌”为綱,以“苔”为目,分正常舌、淡白舌、淡紅舌、紅絳舌、紫青舌、其它舌等6类,共收图55幅。每类舌苔,除前有簡短的說明外,每一图片均附注形态的描述和病理的說明,图文对照,便于理解,可供中西医研究中医舌診和教学示教之用。

## 舌 苔 图 譜

开本: 787×1092/32 印張: 14/16 插頁: 59 字数: 12千字

北京中医学院 編 著

人 民 卫 生 出 版 社 出 版

(北京书刊出版业营业許可证出字第〇四六号)

·北京崇文区禄子胡同三十六号·

北京新华印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行·各地新华书店經售

統一書号: 14048·2503 1963年5月第1版—第1次印刷

定 价: 3.20元 印 数: 1-7,000

## 前 言

观察舌苔，是中医診察疾病的重要方法之一。中医在这一方面，历代以来积累了极为丰富的經驗，并有許多記載和总结这些經驗的有关文献。現于学习和吸收前人的經驗的基础上，結合临证实践，予以比較系統的分类和整理，并拍摄实际苔象，制成彩色图谱，以供教学和临证示教之用。

这套图谱分类的方法，是以舌为綱，以苔为目。将拍摄的病变舌苔，分为淡白、淡紅、紅絳、紫青及其它五类。每类中又分为白、黃、灰、黑諸种苔色。这些都是临证时經常可以观察到的。全图計 55 幀，除正常舌 1 幀外，其中淡白舌类計 9 种；淡紅舌类計 19 种；紅絳舌类計 15 种；紫青舌类計 7 种；其它舌类計 4 种，凡 54 种。

图谱的前面，冠以舌苔簡介一篇，略将舌苔在辨证上的意义、舌苔变化的基本情况、观察舌苔应注意的問題、病变舌苔的分类等，作了簡要的叙述，使讀者在未細閱图片之前，对舌苔在中医辨证上的实际应用，能有一个概念，从而便于更好地理解图片。

这套图谱，既是从临证中用彩色拍照拍摄病人的舌苔而

制成的，从它的正确性来说，基本能反映出舌苔的真实形象；但由于人力的限制，我们一时还没有把应有的各种舌苔拍摄齐全，这是有待我们进一步努力的；并热忱地希望各地读者多加批评与指正，以便今后不断提高质量，更能符合教学和临证工作中的需要。

最后，应当特别指出，我们这一工作，是在党的总路线和中医政策的光辉照耀下，坚持政治挂帅，大兴协作之风，在各兄弟单位的大力支援下，始克完成的。此外，对参加初稿审订工作的全体协作组成员，谨在此致以衷心的感谢！

**北京中医学院**

1960年7月

# 目 录

## 前言

## 舌苔簡介 ..... 1

### 一、舌苔在辨证上的意义 ..... 2

### 二、舌苔变化的基本情况 ..... 4

### 三、观察舌苔应注意的几点 ..... 6

### 四、病变舌苔的分类 ..... 8

## 图谱 ..... 10

### 一、正常舌 ..... 10

#### (1) 正常舌 ..... 11

### 二、淡白舌类 ..... 12

#### (2) 淡白舌 ..... 13

#### (3) 淡白光瑩舌 ..... 14

#### (4) 淡白舌中剥苔 ..... 15

#### (5) 鸡心苔 ..... 16

#### (6) 类剥苔 ..... 17

#### (7) 淡白舌熟白苔 ..... 18

#### (8) 淡白舌黄滑苔 ..... 19

#### (9) 淡白舌黑滑苔 ..... 20

#### (10) 淡白舌黑干苔 ..... 21

### 三、淡紅舌类 ..... 22

#### (11) 淡紅裂紋舌 ..... 23

#### (12) 淡紅齒痕舌 ..... 24

#### (13) 淡紅舌剥苔 ..... 25

#### (14) 淡紅舌薄白花 膩苔 ..... 26

#### (15) 淡紅舌白膩苔 ..... 27

#### (16) 淡紅舌厚膩白 苔 ..... 28

#### (17) 淡紅舌白腐苔 ..... 29

#### (18) 淡紅舌积粉苔 ..... 30

#### (19) 淡紅舌黄白苔 ..... 31

#### (20) 淡紅舌淡黄苔 ..... 32

#### (21) 淡紅舌白苔黄 心 ..... 33

#### (22) 淡紅舌黄膩苔 ..... 34

#### (23) 淡紅舌黄灰膩 苔 ..... 35

#### (24) 淡紅舌黄干苔 ..... 36

#### (25) 淡紅舌灰黄干 苔 ..... 37

#### (26) 淡紅舌白苔双 灰 ..... 38

#### (27) 淡紅舌黑苔 ..... 39

|                       |    |
|-----------------------|----|
| (28)淡紅舌中根黑<br>苔·····  | 40 |
| (29)淡紅舌灰黑滑<br>膩苔····· | 41 |
| 四、紅、絳舌類 ·····         | 42 |
| (30)紅舌·····           | 43 |
| (31)光絳舌·····          | 44 |
| (32)紅瘦舌·····          | 45 |
| (33)紅裂舌·····          | 46 |
| (34)紅舌紅點·····         | 47 |
| (35)紅舌白苔·····         | 48 |
| (36)白苔中紅舌·····        | 49 |
| (37)白苔紅尖舌·····        | 50 |
| (38)白苔紅點舌·····        | 51 |
| (39)紅舌薄黃苔·····        | 52 |
| (40)紅舌黃膩苔·····        | 53 |
| (41)紅舌黃干苔·····        | 54 |

|                |    |
|----------------|----|
| (42)絳舌·····    | 55 |
| (43)絳底粉白苔····· | 56 |
| (44)絳舌焦黃苔····· | 57 |
| 五、紫、青舌類 ·····  | 58 |
| (45)絳紫舌·····   | 59 |
| (46)絳紫無苔·····  | 60 |
| (47)紫舌白膩苔····· | 61 |
| (48)紫舌黃滑苔····· | 62 |
| (49)紫舌黃燥苔····· | 63 |
| (50)靛紫舌·····   | 64 |
| (51)青紫舌·····   | 65 |
| 六、其它舌類 ·····   | 66 |
| (52)醬黃舌·····   | 67 |
| (53)霉醬舌·····   | 68 |
| (54)舌腫·····    | 69 |
| (55)舌疳·····    | 70 |

## 舌苔簡介

观察舌苔，是祖国医学诊断方法的一个重要方面，它可以窥测内伤外感的病变所在，所以一直为中医所重视。早在我国现存第一部医书——“内经”中就已有“心开窍于舌”、“脾脉系舌本”、“肾脉挟舌本”等关于舌的生理作用的记载；复有“心病者，舌卷短”等关于舌的病变的记载，这就证明，在很早的年代里，医家们已经认识到舌和内脏有着密切的联系，并能反映人体脏腑的病变。到了公元3世纪，张仲景在所著“伤寒论”和“金匱要略”两书中，结合临床病证，曾记有“舌上白苔滑者，难治”以及“舌黄者，可下之，下之黄自去”等条文，这些根据舌苔的变化来判断疾病的预后和决定治疗的方法，显然已比“内经”时代大大地推进了一步。自此以下，有关察舌的文献，更广泛地散见于各医书中。到了元代，且有了论述舌苔的专书，如“敖氏伤寒金鑑录”等。到了清代，有关舌诊的专著及论述，日益增多，如“伤寒舌鉴”、“舌鉴辨证”等均为当时的代表作。尤其是叶天士的“温热论”，对于温热病的舌苔诊法，作了系统地叙述，内容虽不多，却对辨证施治的具体运用，提供了极为实用的资料。近人曹炳章曾广集前人资料，编成“辨舌指南”，内容丰富，足供参考。

从以上这些有关舌诊学的发展概况来看，舌诊内容的由简而繁，由粗到精，是在悠久的历史发展过程中，不断实践，不断总结，逐步积累起来的。到了现在，广大的中医在临证实践中对舌诊的运用，仍继续有所提高，并继续丰富其内容。因此，将古今有关舌苔的文献进行整理，结合临证实际观察，摄

制彩色图谱，予以分类定型，不仅可供临证时的参考，且有便于教学上示教之用。

## 一、舌苔在辨证上的意义

前人对舌诊的运用，积累了很多的经验，凡病体的虚实，病邪的浅深，都能在舌质和舌苔的变化上反映出来，而为诊断疾病的依据之一。如叶天士在“外感温热篇”中对温热病邪已入里，是否当用下法时，他曾说：“须要验之于舌。”如果是黄甚，或如沉香色，或如灰黄色，或老黄色，或中有断纹，则皆当下之；相反，如果未见此等舌，就不宜用下法。又如同一外感病人，发热恶寒，无汗脉浮，法当解表，一般可用辛温发汗的方剂；但必须察其舌苔，若见到舌质红赤，便不宜使用辛温，而宜应用辛凉解表之剂。这是因其素体阴虚或内有伏热，不宜再用辛温药物助热伤津之故。这就说明了同一病证，由于舌的变化不同，虽同属外感，而病情大异，施治的方法亦有所区别。甚至有些疾病，在一般症状上并不显著，而在舌苔上则已真象毕露；也有某些疾病，在症状上表现不完全，或者表现得很迟，而在舌苔上却可以比较正确地显露出来，或能早期出现。比如一个津液亏损或水湿停留的病人，在一定的程度上，体表常不能明显地表现出内部的干燥或淖濡，而在舌苔上就可以根据其润燥的程度来作出判断。由此可见，舌诊在辨证施治上不仅有助于诊断，而且还有利于早期治疗和控制病情发展。兹将舌诊在临证上应起的主要作用，分述如下：

**1. 分辨八纲** 阴虚阳盛者，其舌必干；阳虚阴盛者，其舌必滑。表证舌质多不变，苔色多薄白；里证苔色可转黄、转黑，舌质亦多红绛。寒证舌质胖嫩滑润，其色亦淡白或青；热证舌质红绛而干，其色亦坚敛苍老。虚证多舌质色淡，舌苔剥落或

无苔；实证多舌质色深，舌苔垢膩或堆聚。

从舌质的深、淡、老、嫩，舌苔的厚、薄、干、潤，苔色的白、黄、灰、黑，对于分辨病证的屬阴、屬阳、屬表、屬里、屬寒、屬热、屬虛、屬实，具有现实的意义。

**2. 掌握病机**（病的发展趋势）一般來說，白苔主表，这是指一种白而薄潤的苔而說的；若是白而干，就不能认为苔白即屬表证。因为苔干即表示津液亏耗，里面不是有伏热，便是素屬阴虛津亏，甚至象征着寒邪即将化热入里，决不是單純的表证了。再如舌上出現紅点或紫斑，多数是由臟腑实热熏蒸以及血分有热毒所致。

尤其是在溫热病发展过程中的证候分辨上，对邪在卫分、气分、营分、血分的診斷，审察舌苔，是其中重要的一項。苔白則邪在卫分；苔黄則轉入气分；若邪入营分，則舌质紅絳；邪入血分，則舌质深絳或紫晦。因而在診斷上就可以据此作为出表入里的标志。

**3. 了解病因** 舌淡苔白而薄，为外感風寒之邪；舌紅苔干，乃燥热为病；舌滑膩为內有湿邪，粘膩为痰浊凝聚；舌色紫黯少苔，舌质板滯而湿潤，为瘀血停滯；舌质坚斂，舌中苔色黄厚而燥，为伤食胃实。实火之舌，形坚色絳，舌尖常有芒刺；伤阴之舌，形萎色絳，甚則斂束如荔枝肉。凡此風、寒、热、燥、瘀血、痰食諸种病因，無論于舌苔、舌色、舌质的变化上，都明显地有征可驗。

△ **4. 推測病所** 根据苔色出現的部位，在一定情況下，亦可以測知病变所在的臟腑。一般常将舌面分为如下5个部分：

- (1) 舌尖——候上焦心肺之疾；
- (2) 舌中——候胃与大小腸之疾；
- (3) 舌根——候胃与腎之疾；

(4) 舌旁——左以候肝胆之疾；右以候脾肺之疾；

(5) 舌边——候三焦膜原与两胁之疾。

比如心热则舌尖红而起刺；胃有积滞则中部腻；脾肾虚寒，则根滑而白；肝胆湿热，则舌旁黄腻；三焦蕴火，或湿温伏邪，则苔虽白而舌边必红絳等。这些都是临证时屡验不爽的。

## 二、舌苔变化的基本情况

舌位于口腔内，为人体五官之一，除为“心之窍”外，又和其它重要脏腑如肾、肝、脾、胃等，因经络的相系而有着密切的联系。所以各脏腑的病变，常可验之于舌。正如梁特岩所说：“舌居肺上，腠理与胃肠相连，腹中元气（按：应包括邪气）熏蒸酝酿，亲切显露，有病与否，昭然若揭，亦确然可恃。”

舌和苔，是相互联系而又有所区别的。舌，是舌的本质，也就是舌体，又叫做“舌本”。苔，是敷布在舌体上面的一层苔垢。由于舌上生苔，两者一里一外，互相依贴，被复成胎，故亦叫做“舌胎”。

苔的成长，系由脾胃之气上熏凝聚所致。如章虚谷说：“舌本通心脾之气血……脾胃为中土，邪入胃则生苔，如地上生草也。然无病之人，常有微薄苔如草根者，即胃中之生气也。若光滑如镜，则胃无生发之气，如不毛之地，其土枯矣。胃有生气，而邪入之，其苔即长厚，如草根之得秽浊而长发也，故可以验病之虚实寒热，邪之浅深轻重也。”

很明显，苔有正常的和不正常的两种情况。正常的苔，是由胃气、胃津上潮而成；不正常的、病理变化的苔，虽也有胃气（因为胃气是最根本的，缺乏胃气则舌光剥无苔），但因有病变存于其间，乃由挟饮食或邪气上升而成，故与正常的苔，截然不同。

正常的舌苔，是衡量病理舌苔的标准。人体气血和暢，則舌色紅活，不过淺也不过深，舌质平正柔和，轉动灵活爽利；苔則仅有微薄白苔一层，附于舌面，緊貼其上，与舌体如同一物。更由于舌下有“金津”“玉液”二穴，为胃津肾液上潮之孔道，故津津常潤。一般所說“淡紅舌薄白苔”者即是。徐灵胎說：“舌地淡紅，舌胎微白，而紅必紅潤內充，白必胎微不厚，或略厚有花，然皆干濕得中，不滑不燥，斯为无病之舌。”据此，可知舌地过深或过淡，舌苔过厚或无苔，或过于濕潤，或过于干燥，都屬病态。

在正常舌苔中，由于体质的关系，也有些微差異。例如脾胃濕熱素重的人，往往經年有白厚苔，或微黃苔；再胃腎津液不足的人，其舌质多赤而少苔，或舌边尖多紅点。这些情况，严格地說，亦屬於病态。

病变的舌苔，形色变化，頗为复杂。基本情况，略如下述：

- 质潤——津未伤，或有湿；
- 质燥——津已伤，有燥邪；
- 质厚——邪气重，或深、或实；
- 质薄——邪气輕，或淺、或虛；
- 色淺——邪輕，有寒；
- 色深——邪重，有热；
- 色老——多实；
- 色嫩——多虛；
- 舌淡白——寒证，虛证；
- 舌紅赤——热证，实证；
- 舌絳、紫——热极，实证；
- 舌青、藍——寒证，虛极；
- 舌黑——热极或寒极；

苔白——表证，寒证；

苔黄——里证，热证；

苔灰、黑——里证，热极或寒极。

凡此种种，可細参图谱所列各苔，这里不贅述了。

### 三、观察舌苔应注意的几点

观察舌苔，除注意舌质和舌苔的各种情况外，在临证运用上，还有几个較重要的問題，应该注意。

**1. 注意病情(病程)的不同情况** 疾病是多种多样的，因而舌苔的出現也是变化多端的。虽然如此，但仍有它的一定規律可循。一般的說，病种虽多，总不出外感和內伤两个范围。外感，病情急暴，病程較短；內伤，病情緩慢，病程較长。外感常多实证，內伤常多虛证。因此，同一形色的舌或苔，在不同的病例上（主要是外感或內伤），应该分別对待。例如以舌色紅絳來說，在外感病为热邪入营，而在內伤則为阴虛火旺，虽同为热象，如結合病情則尚有虛实的区别。又如以白苔一側(或兩側)偏多來說，虽同是邪气偏积之征，但在外感多为半表半里的少阳证，在內伤則常为肝气偏郁或水积肺下的郁积证。凡此，均必須結合具体的病情来加以認識和分析。

**2. 注意舌和苔的变化过程** 舌和苔，在形色上的变化，是有其一定的規律的。試以風、寒、暑、湿、燥、热外感諸邪为例，風寒在表，舌苔多不变，逐漸內傳，則苔由薄而厚；进一步化热，苔便由白而黄，見半黄半白苔；到表证已全部化热入里，則苔黄而干；热与腸中宿垢相結，則成老黄厚苔；邪热結实，病情加深，則苔可由黄而黑，此时多影响营血，因此舌色必紅絳，而成为絳舌黄黑苔。若系風热为病，初起即舌质边尖紅絳，继則病情化热較速，全舌的轉紅轉絳也快，这就每每出現紅絳舌黄

干苔，由黃干而變為黃黑，甚至焦黃燥裂。如果風寒挾燥，或純感風燥，初則舌淡紅而干，見薄白干苔，繼則化熱化火，每因入營較速，而苔不及轉黃，即成為紅絳舌白干苔。它的特点是，最易造成傷津劫液。至於濕邪為病，與寒合則為白滑苔，兼食滯則成白滑膩苔；若濕與熱合，則苔成黃滑，兼食滯則成黃膩，舌質亦轉紅轉絳。由於濕性濡潤，在一定程度上，可以緩和因熱傷津，所以雖見苔黃舌紅，仍可能是比較滑潤的。但如熱甚於濕，也可傷津，津傷之後，濕邪仍在，則舌望之若干，捫之却濕，就成為所謂“類干苔”了。

再就內傷來說，陰虛為病，初起即舌質稍紅，病久津傷，虛火內灼，則舌質紅而深，成紅舌少苔，久久不愈，津液消耗太過，則舌紅絳光瑩無苔，甚則津枯液竭而見舌質瘦癯。如果陰虛而夾濕、夾積，則舌苔又可能出現紅絳舌邊白苔，或半紅舌半白苔等等的形色。陽虛為病，初則淡白舌薄白苔；內有停水則成淡白舌明滑苔；陰陽并傷則成為淡白舌熟白苔。如果陽虛而寒甚，則舌或由白轉青，苔或由白轉黑，而為青舌白苔、青舌黑苔等，此類舌苔，多數是從淡白舌的陽虛病變逐漸發展成氣血更形虛寒所致。

**3. 注意舌和苔在辨證上的靈活性** 舌苔的變化，往往是標志著整個病變的某一方面，並不是整個病變的全局。而同一舌苔的形成，也有著多方面的原因。因此，在辨證時必須要有一定的靈活性。

比如，苔厚苔多，一方面雖然是邪氣之實，另一方面也證明了正氣不衰（脾胃之陽能蒸化濁氣）；無苔雖屬無邪，但有時實由於正氣虧損（內雖有邪，正氣不能蒸化濁氣上升）；濕潤苔不一定全屬寒濕（有時却由熱蒸氣液上騰）；乾燥苔不一定全屬燥熱（有時却由於陽虛不能化液）等等。

再如，同样的舌质，具有同样的病变，这是肯定的；而同样的苔色，出现在不同的舌质上，便有不同的病变。例如白苔与淡白舌并见，是虚寒之证；若白苔与红、绛舌并见，便非虚寒之证了。黄苔与红舌、绛舌并见，是实热之证；若黄苔与淡白舌并见，便非实热之证了。因此，临证时决不可单从一方面着眼，而应从整个舌和苔的变化，并结合全身证候，灵活地掌握它。决不能静止地、孤立地仅看舌的变化或苔的变化来判断整个病证。

#### 四、病变舌苔的分类

舌质和舌苔两者是既有区别而又有联系的。因此，在临证观察病人的舌苔时，必须将舌的变化和苔的变化结合起来考虑。由于舌的变化，有淡白、红、绛、紫、青等的不同，苔的变化，也有白、黄、灰、黑等色的互异，更结合到舌和苔的润、燥、厚、薄、浅、深、老、嫩等情形，因之使得舌苔的种类显得相当的多，且又错综复杂地出现，而相差又常在几微之间。所以，如何将临证所见繁复的舌苔进行合理的分类而便于学者掌握，是一个需要解决的问题。

这套图谱，采用了以舌为纲，以苔为目的分类方法。也就是首先根据舌色的不同，分为淡白、淡红、红绛、紫青及其它五类，作为总纲，每类中又分为白、黄、灰、黑诸种苔色，将临证常见的各种舌苔，作一比较系统的介绍。

这样的分法，首先是根据“察舌重于察苔”的原则，并为了便于学者分辨寒热虚实，故先以舌色的浅深老嫩为纲。其中值得说明的，如舌质红少白多，或全无红色，称为淡白舌。这一类在过去文献中是与淡红舌相混，还不曾把它独立作为一类，现在我们根据临证时的观察，发现舌色浅于正常的淡白舌

为数也頗不少，多数属于虛寒性的病变，况且察舌在舌診的运用上，不仅限于四时外感病，也同样广泛地运用于内伤慢性病，因此，特列出“淡白舌”一类。舌质淡紅，一般近于正常舌色的，称为淡紅舌。这类舌苔，过去文献是与紅舌相混的，实际上与舌紅是有区别的。舌紅是有热，淡紅为无热或热微，即使結合苔色黃厚灰黑，其热势总不若紅絳舌为盛、为实。且本类舌色，結合苔质苔色的变化来看，則所主病证頗为复杂，故亦有特列一类的必要。舌色鮮紅或深紅，称为紅、絳舌。紅与絳，性质同类，仅是程度上的不同。虽在溫热病的辨证上紅为气分、絳为营分具有不同意义，但属于热证則一；而且如果結合苔色的变化，其所主病证亦仅是在热势上稍有差别而已，也即是絳胜于紅，故将二者并为一类。舌色发紫，殊有深淺老嫩之分，如舌色紅絳略暗，即呈紫色；若淡紫而全无紅意，即呈青色。这两种舌色，所主病证即有寒热两途，故并列为紫、青舌类，以便对比。至于其它舌色苔色較为特殊，而又不便于归入以上各类者，即称为其它舌类。

如此，先将舌色分类之后，再将各类舌色結合苔色的白、黃、灰、黑及其錯杂出現的变化，举出常見的各种类型，列成图谱，庶便讀者一目了然。

至于图谱中所列各类舌苔的具体說明，均随附图后，这里不再贅述。

## 图 譜

### 一、正 常 舌

正常的舌色，淡紅而活潤，舌面有一層微微的薄白苔。虽因各人素质不同，而略有些微差異，但基本上不離“淡紅舌薄白苔”的範圍。