

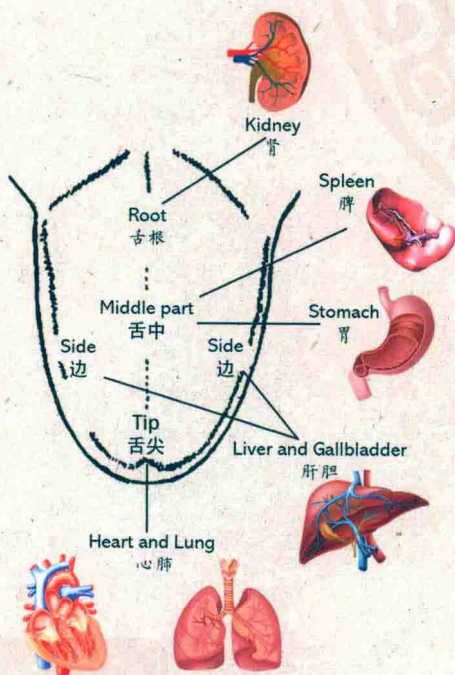
Tongue diagnosis
Ten lectures

张
坚
著

舌 诊

Tongue diagnosis
Ten lectures

十
讲



全国百佳图书出版单位
中国中医药出版社

张坚——著

舌诊

十讲

Tongue diagnosis
Ten lectures

中国中医药出版社
· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

舌诊十讲 / 张坚著. —北京: 中国中医药出版社, 2019.3

ISBN 978 - 7 - 5132 - 5402 - 1

I . ①舌… II . ①张… III . ①舌诊 IV . ①R241.25

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 273160 号

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010-64405750

赵县文教彩印厂印刷

各地新华书店经销

开本 880 × 1230 1/32 印张 5.25 字数 116 千字

2019 年 3 月第 1 版 2019 年 3 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978 - 7 - 5132 - 5402 - 1

定价 59.00 元

网址 www.cptcm.com

社长热线 010-64405720

购书热线 010-89535836

维权打假 010-64405753

微信服务号 zgzyycbs

微商城网址 <https://kdt.im/LIdUGr>

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

天猫旗舰店网址 <https://zgzyycbs.tmall.com>

如有印装质量问题请与本社出版部联系 (010-64405510)

版权专有 侵权必究

前言

看舌是医生平时诊病过程中，采集病史资料的一个重要环节。甚至很多时候，在患者对自己的症状特点描述不清的情况下，舌脉成了医生处方用药的主要依据。但是这项特色技艺掌握起来颇不容易，大学时候在中医诊断学的课程里，老师教授过舌诊的内容，但是那仅仅停留在文字叙述的层面，非常抽象，也一直没能记住。走上临床之后，我接触到真实的患者，更是发现教科书里面的舌诊内容有些抽象，临床中不好应用。于是自己开始研究舌象，起初只是为了观察患者症状变化和验证临床效果而用手机拍摄临床病人的舌象，不想几年的时间拍摄了上千张照片，其中还有好多前后变化的对照图，这些宝贵的资料为这本书的出版垫定了坚实的基础。

我觉得自己算的上是一个喜欢独立思考爱琢磨的人，采集大量临床素材的过程中也一直没有停止过思考，思考出的内容与教科书出入很大，很多是教科书上所没有的，这些内容我都发布在了自己的自媒体微信公共平台上，没想到自己的文章得到了大量网友的积极响应和反馈，对我产生了极大的鼓舞。但是随着对中医学习的加深和时间的推移，在特定的背景下自己的很多看法也在发生变化，书中的内容有2016年写的，也有2018年才写的，临近出版的时候又对好久之前的东西做了大量的修改，已达到

自己心目中较为理想的状态。我相信再过几年对于一些问题的看法还会发生一些变化，所以大家看待这本书的时候也最好带着一种存疑的态度去看，去用身边实际例子验证。同时由于自己知识结构的问题，导致对很多问题的看法有些局限并不全面，但是不妨碍用这本书去启发临床各科医生和中医的普通爱好者。

写作的过程中，行文较为通俗口语化，以期读者能去芜存菁，得到点滴收获。

张 坚

2019年1月

目 录

- 1 // 舌诊基本方法和步骤
- 3 // 第一讲：独处藏奸
- 17 // 第二讲：风语者
- 45 // 第三讲：见微知著
- 59 // 第四讲：一份舌苔一份胃气
- 77 // 第五讲：疏肝不只有柴胡
- 93 // 第六讲：无形的理论 有形的舌象
- 107 // 第七讲：新伤还是旧疤
- 125 // 第八讲：午夜烧烤舌
- 137 // 第九讲：一份红一份热
- 147 // 第十讲：现象还是本质

舌诊基本方法和步骤

主要抓住三个点：①看什么；②怎么看；③临床意义。

第一点：看舌主要看什么？

看舌主要看舌质和舌苔，舌质就是舌头的肉质，舌苔就是肉质表面覆盖的一层苔藓样物质。舌质和舌苔均有重要的意义，两者缺一不可。

第二点：怎么看？

基本围绕“神、色、形态”三个方面。

所谓舌神，听上去有些玄妙，通俗讲就是舌有没有活力。有神的舌应该活动自如、颜色鲜活；失神的舌头伸舌艰难、色质苍老。舌色包括舌质的颜色和舌苔的颜色。常规情况下舌质颜色分红和淡白，质红属热，质白属寒。舌苔的颜色分苔白和苔黄，常规情况下苔黄主热、主火，苔白主寒证。舌形态就是指舌的胖瘦、歪斜、凹陷、隆起等形态。偶尔也需看看舌下静脉。

第三点：如何解读看舌收集的信息

解读舌诊信息的前提是要在中医思维下用中医语言描述。

在中医体系下，抓住两条主线：定性、定位。

所谓定性就是判断疾病的寒热，分实寒、实热、虚寒、虚热。

定位就是大致判断舌的异常部位对应的中医脏腑定位，为进一步用药服务。

第 一 讲

独 处 藏 奸

导 读

我所说的独处藏奸理论是《景岳全书》的作者张景岳提出的，大意就是在看病的时候，我们通过收集的四诊证据来断病，如果大部分证据与诊断结果在病机上都比较一致，但是有一到两处跟其他的证据不一致，这个时候不能盲目地遵守少数服从多数原则。往往不起眼的证据才能真实反映事实的真相。比张景岳更早时期的《黄帝内经》中也发现了这个规律，《素问·三部九候论》中，黄帝问：何以知病之所在？岐伯答：察九候独小者病，独大者病，独疾者病，独迟者病，独热者病，独寒者病，独陷下者病。这段话其实写的就是独处藏奸理论在脉诊中的运用，大意是我们在给患者把脉的时候，分三部九候很多部位，摸到哪个地方的脉跟别处特别不一样的时候，这往往就是问题所在。我在临床观察舌象的时候发现，独处藏奸理论其实在舌诊临床应用中也十分合适。而且主要是运用在定位诊断中。

● 独红、厚、凸、凹均是病

——论独处藏奸理论在舌诊中的应用

明代医家王肯堂分析了舌与脏腑经络的联系，又加上自己的临床

实践，首次提出来各脏腑在舌表面的分属区域。他在著作《医镜·论口舌证》中写道：凡病俱见于舌，舌尖主心，舌中主脾胃，舌边主肝胆，舌根主肾。这应该是脏腑在舌面分部的较早记载了，后世医家大都在此基础上进行发挥，几乎没有太大进展。大量的临床实践证明这样的划分基本是准确的。

我结合独处藏奸理论和舌的脏腑分区内容，也模仿《黄帝内经》中黄帝和岐伯的对话，拟了这么一段：

黄帝问：岐老师，看舌头怎么知道哪里病了呢？

岐伯说：看舌面前后左右当中，特别红的地方是病，苔特别厚的地方是病，特别陷下去的地方是病，特别凸起的也是病。

下面就这句经典对话给大家一一举例：

特点一：独红者病——特别红的地方是病

有次看了一个小伙子，舌头一伸（图1），整体看还好，但是有一块地方红红的没苔。我先以为是他吃了什么或喝了什么东西染的。细

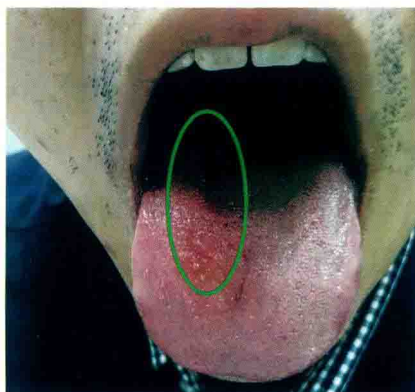


图1

问小伙子得知也没吃啥喝啥，我就大胆猜测：是胃不舒服？小伙子觉得太神奇了。舌诊的分区是很准确的，舌中整体属于脾胃，脾胃是中医说法，其实所对应的西医实质器官通常包括食管、胃、肠。独独那么一块红，你不觉得异常么？为什么我会觉得那就是胃呢？详细参看本章节“特别凸出的地方是病”中最后三个例子，详见文末。

特点二：独厚者病——苔特别厚的地方是病

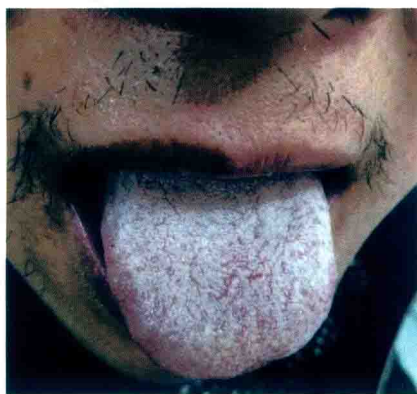


图2



图3

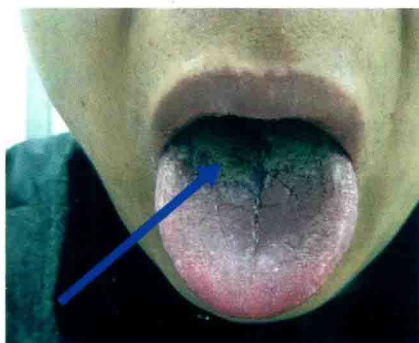


图4

上面图中（图2、图3、图4）三个病人的舌苔，是不是不一样，图2是舌苔整体均匀地厚，图3是中间偏后的地方厚，而且是越到后面越厚，图4是只有舌根厚腻。这三个人都是我的老病人，图3和图4中的患者都有前列腺炎，总觉得下面潮湿，小便滴滴拉拉，解不干净，前面阴囊后面肛门都潮湿。舌根主肾，舌根厚常常表现为下焦盆底问题，舌根厚腻者经常会有下面潮湿症状。

女性常常表现为盆腔部位的妇科问题，常伴有白带异常、疼痛等症状。如果舌苔黄腻，往往白带也黄得明显，比如图5这位妇女：



图5



图6

治疗前（图5）与治疗后（图6）舌苔对比明显。

下面是另外一名下焦湿热的前列腺炎患者。这些是图7前列腺炎患者治疗前中后的对比图（图7、图8、图9）：

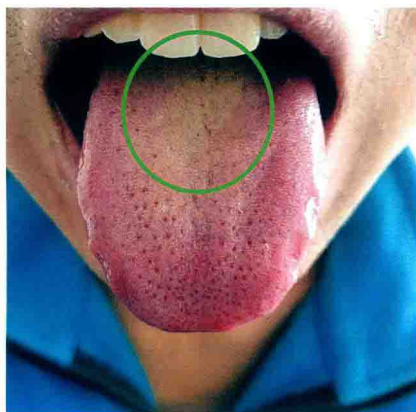


图7

该患者由开始的舌根黄腻明显（图7），治疗一次后变白腻（图8），然后继续治疗后腻苔的范围也显著缩小（图9）。患者本人的感受

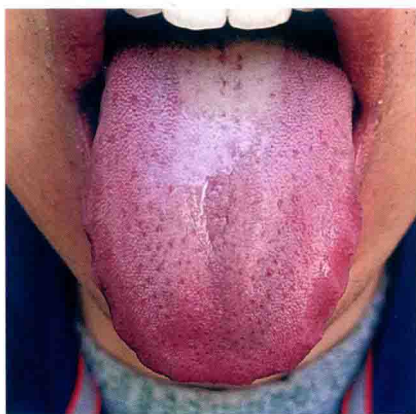


图 8

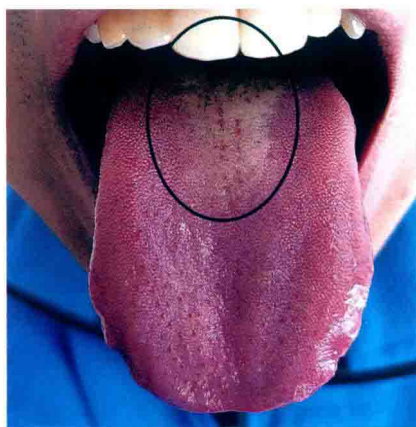


图 9

也特别明显，潮湿感逐渐消失，小便也畅快许多。对于这种下焦湿热明显的患者，我常常以四妙丸为底方：黄柏 10g，薏苡仁 30g，牛膝 10g，苍术 10g。有齿痕脾虚明显者加用党参 10g，白术 10g。治湿常用的一些方法有：加风药、活血药、调理气机药，如防风、川芎、白蒺藜、桔梗、升麻、枳实等。

现代人久坐办公的特别多，缺乏运动，下焦盆底血液循环不畅，常易发生慢性炎症，有积聚湿热证的患者特别多。

奇妙的是，基于这样的原理，通过仔细观察图 10 中的舌苔，我诊断出下图这位患者患一侧腹痛。

请看，这里一侧舌苔独厚，积聚了一团黄腻苔。



图 10

特点三：独陷下者病——独陷下的地方是病

图 11 是当初第一个引起我对舌诊定位诊断极大兴趣的患者，患者自诉小时候就得过消化道溃疡，现在胃口一直不好，舌上总有一个大坑，深深的。从那以后我观察了很多病例，发现舌定位诊断确有道理。

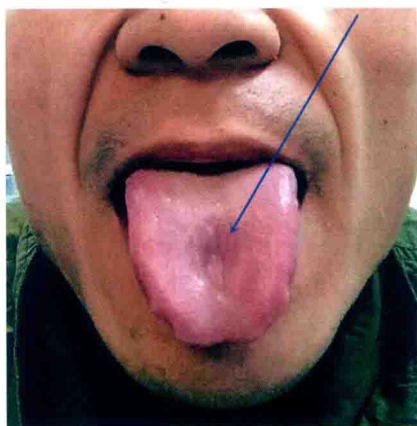


图 11

类似的再给一例（图 12）：



图 12

特点四：独凸者病——特别突出的地方是病

图13 这个肝癌患者让我终生难忘，两侧凸出极为夸张，并且舌苔极其不干净。舌边主肝胆，舌两边有异常凸出时要小心是肝胆的问题。

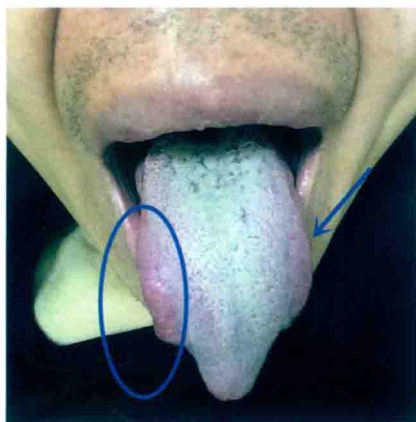


图 13

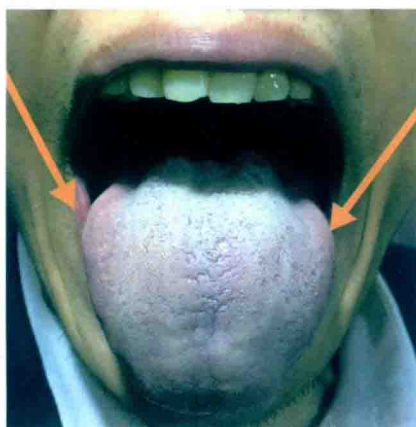


图 14

图14是个遗精患者，长期吃中药治疗，后来找我治疗，第一次看他的舌头，发现舌两边突出明显，我就询问他肝功能是否正常，他说吃中药期间有次查转氨酶发现升高很多，提示肝功能损伤明显。

图15这个患者左侧舌边突出，西医考虑诊断舌下血管瘤。我根据