

第2版

望舌 识病

图谱

编著 费兆馥 顾亦棣
(上海中医药大学)

一日照三照

有病早知道

自病自得知

有病早诊疗

人民卫生出版社

望舌 识病

图谱

编著 费兆馥 顾亦棣
(上海中医药大学)

第2版

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

望舌识病图谱/费兆馥等编著. —2 版. —北京: 人民卫生出版社, 2006. 5

ISBN 7-117-07505-8

I. 望... II. 费... III. 舌诊-图谱
IV. R241.25-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 024776 号

望舌识病图谱 (第 2 版)

编 著: 费兆馥 顾亦棣

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 67616688)

地 址: (100078)北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

网 址: <http://www.pmph.com>

E-mail: pmph@pmph.com

邮购电话: 010-67605754

印 刷: 中国农业出版社印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 1000×1400 1/32 印张: 5

字 数: 153 千字

版 次: 2002 年 3 月第 1 版 2006 年 5 月第 2 版第 8 次印刷

标准书号: ISBN 7-117-07505-8/R·7506

定 价: 38.00 元

著作权所有, 请勿擅自用本书制作各类出版物, 违者必究

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)

内 容 提 要

舌象是人体内脏的一面镜子，观察舌象可以了解机体的健康状况，判断疾病的轻重属性。望舌，是中医临床诊察疾病必不可少的、最具中医特色的一种诊断方法，是辨证治疗的重要依据。

本书系以上海中医药大学费兆馥教授等作者长期临床实践积累的典型舌象资料为素材，并精选常见病证的代表舌象照片编辑而成。每种舌象包括与图片对应的舌象具体特征及病理意义、辨证治疗、生活指导等几方面的文字内容。此次修订又增加了疾病过程中的舌象变化及舌诊与其症状综合分析图片及文字说明。

全书内容丰富、简明、实用，可读性强，所选舌象图片色泽、形象真实精美，对广大中医初学者及临床初级人员有较高参考价值。对一般非专业读者，通过学习可以经常借助本书观察比较自身的舌象，以了解自己的健康状况，并参照书中相关的“生活指导”进行自我保健，或及时接受医生的治疗，对维护身体健康，提高生活质量均有帮助。

再版说明

《望舌识病图谱》出版4年以来，已印刷7次，深受广大读者的喜爱。我们不断地接受国内外读者的询访，并给予认真的服务。他们大多是为了尽快地摆脱缠身已久的疾苦，到处求医，寻找有效的诊疗方法。尤其是很多处于亚健康状态的朋友，虽经各种检测，仍得不到明确诊断。经多方治疗，又难以消除疲惫痛楚，恢复健康与活力，希望从中医舌诊中得到启示，并学会通过观察舌象，了解机体功能状况，寻找相应的调治方法。我们深知广大读者的期待和需求，为此，受人民卫生出版社委托，在原有基础上增补“疾病过程中的舌象变化”和“舌诊与其他症状综合分析”二章，并增加典型舌象三十余幅，以飨读者。敬请广大医界同道和读者指正，在此深表感谢。

在再版修订过程中，部分舌象资料由上海中医药大学研究生刘晓谷等提供，在此一并致谢。

作 者
2006年3月

再
版
说
明

前 言

舌象是人体内脏的一面镜子，观察舌象可以了解机体的健康状况，判断疾病的轻重属性，古代有“舌镜”之称。望舌是中医临证诊察疾病必不可少的一种诊断方法，称为舌诊。几千年来的医疗实践证明，望舌是中医学中最具特色的诊断方法之一。亦是临床辨证论治的重要依据。

本书是以笔者长期临床诊疗实践中积累的典型舌象资料为素材，又精选常见病证的代表舌象图片编集而成，结合医疗经验，运用中医基础理论加以阐述。全书内容丰富而精要，第一章概述中医舌诊的基础理论、临床意义和运用方法。第二章介绍常见的典型舌象，共 50 幅。每篇撰文均先描述该舌象的主要特征，及其病理、生理意义，紧扣临床主症，列举治则治法和代表性方药，最后对防病治病提出生活指导性意见。三方面的内容，简明易懂，深入浅出，可供广大医务工作者临床诊疗时参考。对一般读者而言，如能悉心研读，学以致用，经常以此为借鉴，观察比较自身的舌象，可以了解自己的健康状况，及时进行自我保健或接受医生的治疗，对维护身体健康是很有裨益的。常言道：“一日照三照，有病早知道”，就有这个意思。

笔者曾于 1996 年在日本东京ミクス株式会社出版的《舌诊カウ-ガイド》一书，深受日本汉方医、药剂师、营养师等广大读者的厚爱，并被推荐为家庭保健手册。现在此书基础上再加以充实、完善，奉献给广大读者，真诚希望诸位读者为了健康，边

学边用，助人利己，达到自病自得知，有病早诊疗的目的。我们将为能帮助您保持身体健康，提高生活质量而感到欣慰。

编 者

2001 年 12 月于上海中医药大学

前

言

目 录

第一章 舌诊概说	(1)
一、概述	(1)
二、舌的构成和舌象	(2)
图1 舌黏膜组织切面图	(2)
图2 蕈状乳头与丝状乳头	(2)
三、舌与经络、脏腑的联系	(3)
(一) 舌与经络	(3)
图3 舌与经络联系图	(4)
(二) 舌与脏腑	(4)
图4 内脏功能在舌上分布图	(5)
1. 舌与心	(5)
图5 舌与心脑的联系图	(6)
2. 舌与脾胃	(6)
图6 舌与脾胃的联系图	(7)
四、舌象与病证的联系	(7)
五、舌诊要点	(8)
(一) 望舌体	(10)
(二) 望舌苔	(11)
(三) 望舌的注意点	(12)

第二章 典型舌象介绍 (13)

一、正常舌象 (13)

图7-1 正常成人舌象 (13)

图7-2 正常成人舌象 (侧面) (13)

图7-3 正常儿童舌象 (14)

二、异常舌象 (16)

(一) 以舌体形态特征分类 (16)

1.1 老舌 (16)

图8 老舌 (16)

1.2 嫩舌 (18)

图9 嫩舌 (18)

1.3 胖大舌 (20)

图10 胖大舌 (20)

1.4 胖淡舌 (22)

图11 胖淡舌 (22)

1.5 瘦红舌 (23)

图12 瘦红舌 (24)

1.6 瘦淡舌 (25)

图13 瘦淡舌 (26)

1.7 裂纹红舌 (27)

图14 裂纹红舌 (27)

1.8 裂纹淡舌 (29)

图15 裂纹淡舌 (29)

1.9 红点舌、芒刺舌 (31)

图16-1 红点、芒刺舌 (31)

图16-2 红点、芒刺舌 (32)

图16-3 红点、芒刺舌 (32)

1.10 舌下络脉异常 (34)

图17-1 正常舌脉 (34)

图17-2 异常舌脉 (35)

图17-3 异常舌脉 (35)

1.11 歪斜舌	(37)
图18 歪斜舌	(37)
1.12 舌疮、舌癌	(39)
图19-1 舌疮	(39)
图19-2 舌癌	(40)
(二) 以舌苔特征分类	(42)
2.1 薄白苔	(42)
图20 薄白苔	(42)
2.2 薄黄苔	(44)
图21 薄黄苔	(44)
2.3 白厚苔	(46)
图22 白厚苔	(47)
2.4 黄厚腻苔	(49)
图23 黄厚腻苔	(49)
2.5 白腻苔	(51)
图24 白腻苔	(51)
2.6 黄腻苔	(53)
图25-1 黄腻苔	(54)
图25-2 黄腻苔化	(54)
2.7 白滑苔	(56)
图26 白滑苔	(56)
2.8 黄燥、黄糙苔	(58)
图27-1 黄燥苔	(59)
图27-2 黄糙苔	(59)
2.9 灰苔	(61)
图28-1 灰白苔	(61)
图28-2 灰黄苔	(62)
2.10 黑苔	(64)
图29-1 黑燥苔	(64)
图29-2 黑腻苔	(64)
2.11 白霉苔	(66)
图30-1 白霉苔	(66)

图30-2 白霉苔	(67)
2.12 腻苔中剥	(69)
图31 腻苔中剥	(69)
2.13 类剥苔、地图舌	(71)
图32-1 类剥苔	(71)
图32-2 地图舌	(71)
2.14 光剥淡舌	(74)
图33 光剥淡舌	(74)
2.15 镜面红舌	(76)
图34 镜面红舌	(76)
(三) 以舌色特征分类	(78)
3.1 淡白舌	(78)
图35 淡白舌	(79)
3.2 红舌	(81)
图36 红舌	(81)
3.3 红绛舌	(83)
图37 红绛舌	(83)
3.4 青紫舌	(85)
图38 青紫舌	(85)
3.5 淡紫舌	(87)
图39 淡紫舌	(88)
3.6 暗红舌	(90)
图40 暗红舌	(90)
3.7 瘀斑、瘀点舌	(91)
图41-1 瘀斑舌	(92)
图41-2 瘀点舌	(92)

第三章 疾病过程中的舌象变化 (图 42 ~ 51)	(95)
----------------------------------	--------

第四章 舌诊与其他症状综合分析 (图 52 ~ 61)	(111)
-----------------------------------	---------

附录一	舌象、病证与饮食宜忌表	(123)
附录二	中医术语解释	(127)
附录三	方药内容介绍	(141)

舌诊概说

一、概述

中医看病，首先要全面了解病人的临床症状，如面色、神态、舌象、脉象等方面的情况，并将各种病情资料进行综合分析，作出辨证结论。然后针对不同病证，决定相应的治疗原则，选择适当药物进行治疗，这样的诊疗过程，可以概括地称为“辨证论治”。为了正确地掌握病情，中医运用望、闻、问、切四种方法，相互结合，相互参照。望诊是观察患者的全身和局部情况；闻诊是听患者的声音、嗅病体散发的气浊；问诊是询问患者的自觉症状、发病经过、家族健康状况、生活和工作环境等其他与疾病有关的情况；切诊是用触、摸、按、压等手法，诊察病变部位或了解脉象特征。在以上四种诊法中，特别具有中医诊法特点的是望舌和切脉两种诊法。正如《黄帝内经》中述：“能合色脉，可以万全”。在望诊中，望舌在诊断中具有重要意义。

舌是人体的一个运动器官，不仅饮食和说话不可缺少它，亦是机体惟一的味觉器官。在中国传统医学中，认为舌是反映内脏功能的一面镜子，舌通过经络与内脏和其他组织密切联系，全身气血、津液、脏腑功能的信息均及时传递到舌，出现多种舌象变化。

二、舌的构成和舌象

如图 1，舌由横纹肌组成。舌体背部（上面）的表面覆盖着一层好像天鹅绒似的黏膜，无数细小的突起称为“乳头”，舌的前部有大量细长而乳白色的突起，称为“丝状乳头”；形如蘑菇状，内含毛细血管的突起，称为“蕈状乳头”。舌根与舌体分界处，尚有呈人字形排列的十多个较大的轮廓乳头。舌乳头下有大量的味蕾，有味觉功能。丝状乳头在延伸交织的基础上，沉积了一些老化的脱落上皮细胞、口腔黏液、食物残渣、代谢产物、细菌等形成的苔状物，称为舌苔。蕈状乳头内的微小血管呈现微循环的血流颜色，是反映舌体颜色的主要部位（参见图 2 蕈状乳头与丝状乳头）。将舌翘起，可见舌的腹部（舌下），中间是联系舌体和舌根的舌系带，舌系带两侧各有 1~2 条静脉，称舌下络脉。舌的运动由脑神经支配，可作随意动作。

舌象是指舌的各种征象。包括舌体的颜色、质地、形状、动态；舌苔的形质、颜色；舌体运动和味觉等。如舌色主要反映血

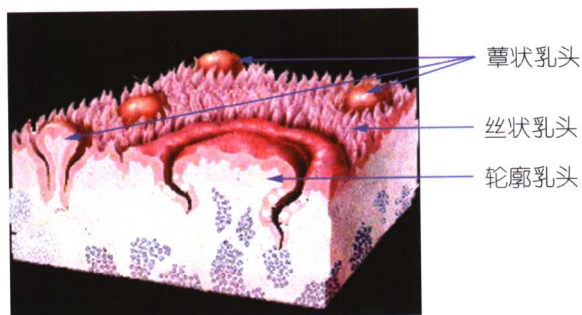


图 1 舌黏膜组织切面图

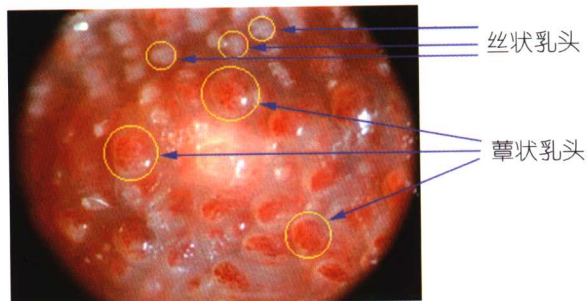


图 2 蕈状乳头与丝状乳头

液成分和循环功能状况；舌体的形状大小，主要与机体的营养状况和水液代谢有关；舌的味觉和动作受神经系统功能的影响；舌苔的厚薄与人体消化吸收功能、体质的强弱，以及与感受病邪的轻重有关。病情进退能及时反映在苔质变化上，而苔色能提示疾病的性质。临床上常可以看到热性病病人（炎症或代谢亢进）的舌苔多色黄；寒性病者（受寒、功能低下）舌苔多白色；中风患者的舌体运动不便、语言蹇涩；血液循环障碍或患有心血管、肝、肺的某些病变时，舌下络脉变粗、曲张。因此，观察舌下络脉对诊断心血管等脏腑的疾病、血液黏稠度、静脉压力、肺功能状况等，均有一定的参考价值。

三、舌与经络、脏腑的联系

经络包括经脉和络脉两部分，经脉是经络系统的主干，全身共有十四条，是气血出入脏腑，周流全身的主要通道。络脉是经脉的分支，密布全身。经络的作用是运行气血，使机体的内脏、官窍、组织得到温煦滋养，并使各部组织的功能保持密切联系和协调。人体的脏腑、器官、四肢、皮毛、肌肉、骨骼等组织通过经络联成一个有机的整体。当内脏、气血发生病变，各种病理信息也会通过经络反映到舌和其他体表组织上来。

（一）舌与经络

舌与经络的联系见图3，即：足太阴脾经连络舌的根部，分散于舌下；足少阴肾经挟舌根；足太阳膀胱经的经别（经络的分支）连舌的自体；足阳明胃经的经别贯舌中；手少阴心经的别络（小分支）连舌的自体；手太阳小肠经和手少阳三焦经的经筋（分支末梢）多与舌体相连结。此外，舌系带根部的舌下肉阜上，有两个经外奇穴，右侧称金津，左侧称为玉液。这两个穴位与津液（这里指唾液）分泌有关，使舌和口腔保持滋润和清洁。正因为舌体通过经络与体内脏腑和体表组织保持密切的联系，当病邪

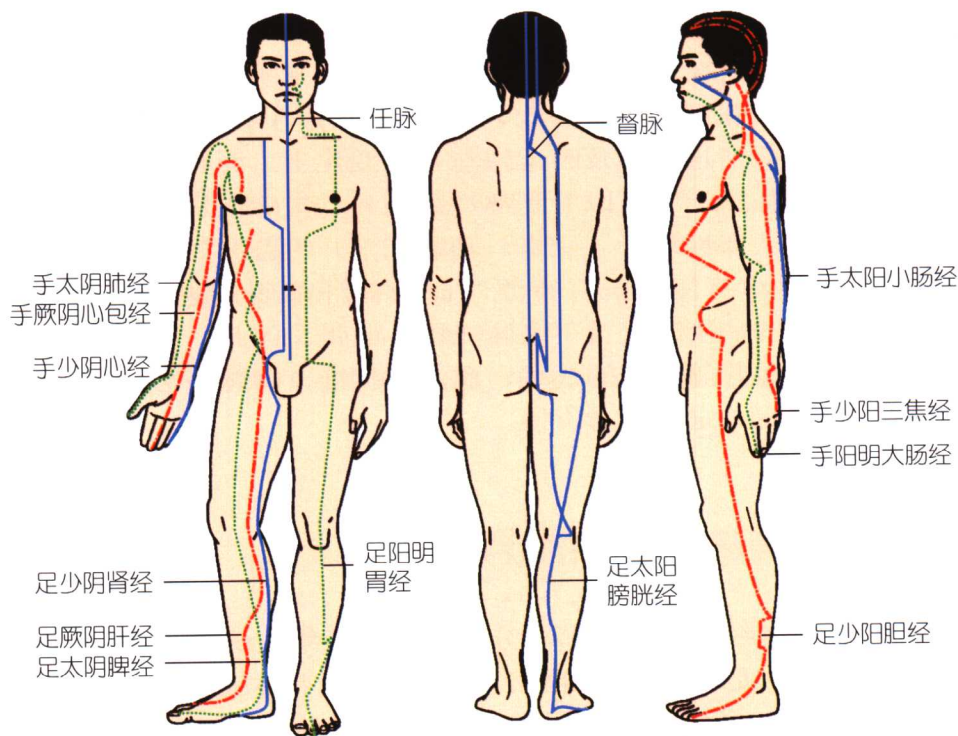


图3 舌与经络联系图

(体内外的致病因素) 侵犯人体, 使生理功能异常时, 各种病理信号就不断地传递到舌体, 在舌上出现各种变化。例如《黄帝内经素问·热论》记载: “伤寒……五日, 少阴受之, 少阴脉贯肾络于肺, 系舌本, 故口燥舌干而渴”。意思是说, 少阴经脉是贯通肾与肺两脏, 因此, 感受风寒引起了呼吸道为主的各种病症, 数日不愈可影响到肺肾, 伤津劫液, 所以出现口渴、舌干燥的症状。由此可见, 观察舌象可以了解人体内部的病情变化。

(二) 舌与脏腑

内脏功能和病变反映在舌面上的一般分布规律是: 舌尖相应

于心、肺；舌中相应于脾、胃；舌边相应于肝、胆；舌根相应于肾和人体下腹部其他脏腑组织（中医统称为下焦）。此外，舌下络脉在循环功能障碍时，变化非常明显。可见，脏腑、气血的异常都会反映在舌象上，而舌与内脏的关系中，最为重要的还是舌与心和脾胃。见图 4。

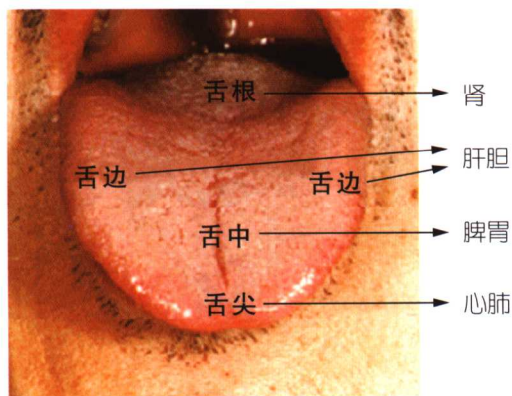


图 4 内脏功能在舌上分布图

1. 舌与心

中医学中的“心”有二层意思：一是指心脏有推动和维持血液循环的功能，称为“心主血脉”，另一方面体现在心有主宰人的精神情志活动的功能，称为“心主神明”，需要特别说明的是，中医把大脑的这一部分功能归于“心”。心脏的阳气充沛，心泵鼓动有力，则血液循环通畅条达。心脏阴血充盛，则心血管系统乃至全身脏腑器官营养充分。所以，反映在舌象上，舌体荣润、鲜活，呈淡红色。如果气血不足，或阴阳失调，血液循环失常，血液供应不足，就可以见到舌体枯萎、晦暗无泽，舌色暗红、淡白、或青紫。“心主神明”的功能异常，就可以出现心悸、烦躁、心神不宁或意识障碍等病症，此时舌象多见舌尖红、生刺、舌疮，或舌体短缩、僵硬，以及舌的活动异常。总之，舌象可以灵敏地反映心脏的功能状况，所以称“舌为心之苗”。见图 5。