

中医望诊图解与简易治疗丛书

望舌诊病与

中医简易治疗

主编

周幸来



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

中医望诊图解与简易治疗丛书

望 舌

诊病与中医简易治疗

WANGSHE ZHENBING YU ZHONGYI JIANYI ZHILIAO

主 编 周幸来
副 主 编 周 举 周 绩
编 者 (以姓氏笔画为序)

王 超	王新建	白 婧	孙 冰
汪衍光	邹珍美	陈馨宝	周 举
周 绩	周成友	周幸冬	周幸来
周幸图	周幸秋	周幸强	周幸娜
姜水芳	姜衰芳	姜娟萍	祝瑞芝

图片摄影 周幸来



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

望舌诊病与中医简易治疗/周幸来主编. —北京: 人民军医出版社, 2011. 9

(中医望诊图解与简易治疗丛书)

ISBN 978-7-5091-5039-9

I. ①望… II. ①周… III. ①舌诊—图解 IV. ①R241. 64

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第167992号

策划编辑: 杨德胜 文字编辑: 王 霞 责任审读: 伦踪启

出 版 人: 石 虹

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通信地址: 北京市100036信箱188分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927300-8065

网址: www.pmmp.com.cn

印刷: 北京天宇星印刷厂 装订: 京兰装订有限公司

开本: 787mm × 1092mm 1/32

印张: 4.25 字数: 82千字

版、印次: 2011年9月第1版第1次印刷

印数: 0001—3500

定价: 29.00元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换

内 容 提 要

本书为《中医望诊图解与简易治疗丛书》之一，是通过观察舌的各种变化来进行病证（症）诊断并提供中医简易疗法的科普读物。全书分两部分，第一部分简述了舌的形态特点、组织结构、舌诊原理、舌诊意义、舌诊方法；第二部分详细介绍了各科常见病证舌诊特点及中医简易治疗方法。本书图片真实清晰，文字流畅内容丰富，可读性强，能帮助读者快速掌握舌诊的技巧，还为读者提供了中医简易疗法，做到既诊又治。适于乡村、社区基层医务人员、医学院校毕业生临床参考，也可供医学爱好者和社会大众自我防病保健时阅读学习。



舌象是反映机体内脏功能的一面镜子，观察舌象可以了解人体的健康状况，判断疾病的属性、病情的轻重等，故古人对舌象有“舌镜”之称。望舌是中医临证诊病必不可少的一种方法，称为舌诊。几千年来的医疗实践证明，舌诊是中医学中最具特色的方法之一，亦是临床辨证施治的重要依据，为历代医家高度重视。

本书以编著者长期临床诊疗实践中所积累的典型舌象资料为题材，选取临床常见病的代表舌象图片，经归纳整理编撰而成。全书由两大部分组成，第一部分简要概述了舌诊基础知识，包括舌的形态特点、组织结构、舌诊原理、舌诊意义、舌诊方法；第二部分为常见病舌诊要点及中医简易治疗方法，具体分传染病、寄生虫病、呼吸系统疾病、消化系统疾病、心脑血管病、内分泌疾病、代谢性疾病、神经系统疾病、泌尿系统疾病、妇科疾病、男科疾病、运动系统疾病来进行叙述，简要介绍了每种病的舌诊特点与中医简易疗法。

书中舌象图片清晰典型，内容丰富多彩，既是舌诊快速入门的好帮手，又为舌诊研究提供了宝贵的资料，还为读者提供了中医简易疗法，做到了既诊又治，真是“一书在手，诊疗全有”。全书内容精华撷取，文字精炼，图文并茂，可读性强，可作为广大中医学爱好者、医学院校学生的学习资料，又可供中医和中西医结合的临床、教学、科研工作者参考。

在编写本书过程中，我们阅读参考了许多前贤及当代学者的有关著作和文献资料，拜访了多位民间医生和医僧，领悟了许多学术真谛和独到的经验，受益匪浅。对此，向他们表示崇高的敬意和衷心的感谢！由于我们水平有限，书中的错漏之处，敬请读者指正。

浙江省江山市幸来特色医学研究所所长 周幸来
2011年春于凤林杏春书斋

目 录

第一部分 望舌诊病概述

一、舌诊基础知识	2
(一) 舌的形态特点	2
(二) 舌的组织结构	3
(三) 舌诊原理	6
(四) 舌诊的意义	10
(五) 舌诊方法	18
二、各种舌象所反映的疾病	24
(一) 舌质所反映的疾病	24
(二) 舌苔所反映的疾病	49
(三) 舌脉所反映的疾病	64

第二部分 常见病舌诊要点及中医简易治疗

一、传染病与寄生虫病	70
(一) 病毒性肝炎	70
(二) 肺结核	71
(三) 钩虫病	72

二、呼吸系统疾病	74
(一) 急性支气管炎	74
(二) 慢性支气管炎	75
(三) 支气管哮喘	76
(四) 支气管扩张	78
三、消化系统疾病	80
(一) 急性胃炎	80
(二) 慢性胃炎	81
(三) 消化性溃疡	82
(四) 便秘	83
(五) 脂肪肝	84
(六) 肝硬化	85
(七) 胆囊炎	87
(八) 胆石症	88
四、心脑血管疾病	90
(一) 风湿性心脏病	90
(二) 慢性肺源性心脏病	91
(三) 病毒性心肌炎	92
(四) 心绞痛	94
(五) 心律失常	95

目 录

(六) 脑血栓形成	96
(七) 脑出血	98
(八) 脑动脉硬化症	99
(九) 原发性高血压	100
五、内分泌疾病和代谢性疾病	101
(一) 甲状腺功能亢进症	101
(二) 围绝经期综合征	102
(三) 糖尿病	102
(四) 痛风	103
六、神经系统疾病	105
(一) 神经衰弱	105
(二) 头痛	106
七、泌尿系统疾病	108
(一) 肾病综合征	108
(二) 尿石症	109
(三) 泌尿系感染	110
(四) 前列腺炎	111
八、妇科病和男科疾病	112
(一) 月经不调	112
(二) 盆腔炎	114

(三) 乳腺增生	115
(四) 不孕症	116
(五) 前列腺增生症	117
九、运动系统疾病	119
(一) 颈椎病	119
(二) 腰椎退行性变	120
(三) 急性腰扭伤	121
(四) 风湿性关节炎	122
(五) 类风湿关节炎	123

望舌诊病概述

第一部分



一、舌诊基础知识

（一）舌的形态特点

舌为人体重要器官之一，位于口腔之中，附着于口腔的底部、下颌骨和舌骨之上，其前部游离于口内，运动非常灵活、自如。舌是由纵横交错的横纹肌束组成的一个肌性器官，表面覆盖着特殊的黏膜，内含丰富的血管、神经和淋巴组织。舌背的黏膜是组成舌苔的主要部分。

舌分上、下两面。舌的上面呈圆隆状，称为“舌背”，下面称为“舌底”。舌背由“人”字状的界沟将舌分为前2/3的舌体，后1/3的舌根。舌体的前端部分较为狭窄处，称为“舌尖”；舌体的中间部分称为“舌中”；舌体的后部、“人”字状界沟之前的部分称为“舌根”（图1-1）；舌的两边部分称为“舌边”。舌体的正中有一条纵行的沟纹，称为“舌正中沟”。伸舌时，一般常见到的是舌体，是舌诊的主要部位。舌底正中有一条纵行的黏膜皱襞，从舌的下面连接于口腔底的前部，称为“舌系带”。在舌系带两侧各有一条平行的锯齿状小皱襞，称为“伞襞”。在舌系带与伞襞之间，隐约可见出现淡紫色的舌下静脉，简称“舌脉”。舌系带下端的两侧各有一个小的圆形隆起，称为“舌下阜”，其上布有下颌下腺管、舌下腺管的共同开口，其左侧中医称为“金津”穴，右侧称为“玉液”穴，乃胃



津肾液上潮之孔道，各有一条黏膜皱襞，称为“舌下襞”，舌下腺小管散在地开口于此（图1-2）。

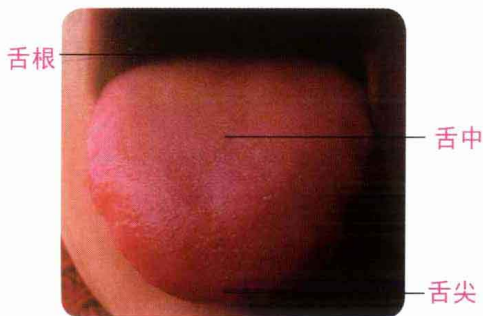


图1-1 舌背各部名称

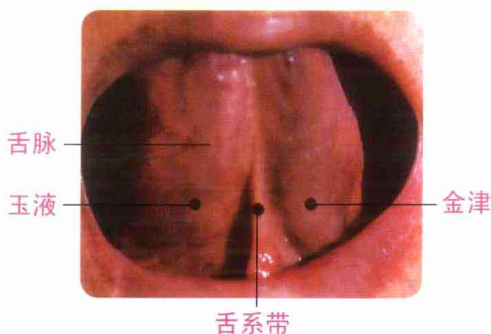


图1-2 舌底各部名称

（二）舌的组织结构

舌的表面覆盖以黏膜，内有舌肌，其组织结构可分为3层，即黏膜层、固有层和肌层。

1. 黏膜层 舌的黏膜层被覆于舌的表面，呈淡红色状，由复层扁平上皮细胞所构成。黏膜层由浅至深可分为角化层、颗粒层、棘细胞层和基底层4层。

舌黏膜层的新陈代谢非常旺盛，细胞更新速度较快，大约每3日即更新1次，为体内氧化代谢最活跃的场所之一。因此，体内各系统、脏腑的紊乱状况均可在舌上黏膜层得以反映出来。舌背黏膜为特殊的组织结构，直接与固有层紧密相贴，许多的舌肌纤维都起止于舌背黏膜与固有层相贴处，也使舌背黏膜附着十分牢固，不能轻易的滑动。

舌背黏膜表面非常粗糙，布有密集的小凸起，该小凸起称为“舌乳头”，致使舌背表面呈鹅绒状。舌黏膜与中医舌诊的关系较为密切。

2. 固有层 位于黏膜层下方，由结缔组织所构成，质地致密。其间包含有丰富的血管、神经、淋巴结、舌腺管等。正常的舌色是由固有层的毛细血管数目、形态，血管壁的结构、功能以及舌的微循环所决定的。若舌的毛细血管结构、微循环状态发生了改变，就会使舌色发生改变。若固有层的毛细血管扩张充盈、数量增多，就会出现红绛舌；固有层的毛细血管结构发生了畸形改变，血流动力学出现紊乱，引起血液成分改变或血流瘀滞现象，就会出现青紫舌。

3. 肌层 位于固有层之下，由横纹肌组成。肌束之间有少量结缔组织，其间可见血管与神经组织。肌层异常会引起舌形、舌态的改变。如舌肌细胞水肿增大，舌体弹性降低，就会出现舌体胖大；舌肌萎缩就会出现舌体瘦瘪；支配舌肌的神经受到损伤，就会出现伸舌短缩、歪斜、颤动等运动功能障碍。

4. 味蕾 是味觉分析器的外围部，亦即味觉感受



器，是由特殊上皮构成的细胞团块，呈椭圆形状，包埋于上皮内，其状如花蕾形，故称“味蕾”。味蕾分布于舌周围的乳头（如叶状乳头、蕈状乳头、轮廓乳头）中，亦散在于舌腭弓、会厌的后面、咽后壁等处的上皮内。新生儿较为多见，成年人较为少见。味蕾的大部分（舌前2/3部分）接受面神经的感觉纤维支配；另一部分味蕾（包括舌后1/3）接受舌咽神经的支配。

味觉一般分为酸、甜、苦、咸、辣5种。舌的各部分味觉刺激的敏感度则不相同，舌尖对酸、甜、苦、咸的感觉非常敏感，尤对甜、咸两种味道更甚，舌的两侧周围对酸的感觉最为灵敏；舌根对苦味的感觉最为敏感。

5. 舌的血供及神经支配

（1）舌下络脉、细络的变化与舌的血供情况密切相关：包括舌动脉和舌静脉。舌动脉是舌血供的主要血管，其中约有25%与面动脉共干起始于颈外动脉，共干多呈向上凸起的襻，然后分出舌动脉和面动脉。舌静脉主要位于舌下面，也是中医舌脉诊法观察的主要血管。从形态、局部位置及注入处相对恒定来判断，舌下神经伴行静脉是舌静脉回流的主要静脉，同时也可以认为是望舌脉诊法所见的较为恒定的静脉，亦即中医称谓的“舌下络脉”。

（2）舌神经：舌前2/3的感觉是由神经来进行传递的，味觉由参与舌神经的鼓索味觉纤维来支配；舌后1/3两侧的感觉及味觉是由舌咽神经来支配的；舌根中部是由迷走神经来支配的。舌的运动神经是由舌下神经来支配的，但舌腭肌则是由副神经的延脑根，通过迷走神经的咽支来支配的。

综上所述，舌的形态、结构特点反映出，舌的黏膜上皮薄而透明，乳头反应灵活、敏捷，舌的血管、神经分布极为丰富，机体的病理变化可在舌上得以反映，因此疾病的症（证）与舌之间有着密切的联系。

（三）舌诊原理

舌诊，是指通过观察舌诊分型的各种变化，分析舌觉的不同，以了解机体生理功能和病理变化的一种临床诊断方法。它是中医学独特的诊法之一，位于“四诊”之首位——望诊，且居于相当重要的位置。是经过长期的医疗实践而逐渐形成和发展起来的，历史悠久，行之有效。近些年来，通过中西医结合动物实验、临床观察和病理解剖研究，人们逐渐认识到，舌诊分型与疾病性质及其发展有着较为密切的联系，从而有力证明舌诊作为中医可靠的诊断手段之一，是非常科学的。随其医学研究的不断开展，人们对舌诊分型形成的原理有了更加深入的了解，对舌诊分型的临床诊断研究有了新的拓宽和进展。

中医学认为，舌好似外露于体表的脏器组织，是观察内藏于里的脏腑的窗口。这种表里、内外之间存在着特殊的有机联系。东汉末年的张仲景将全舌看成一个蜷卧于口腔内的胎儿，他首先提出“舌胎”一词。张石顽则进一步阐发，说：“舌苔之名，始于长沙，以其邪气在里，故谓之胎。”进入13世纪，舌诊专著《敖氏伤寒金镜录》详细介绍了36种病态舌，为后世辨舌诊病奠定了坚实的理论基础。近代医家曹炳章先生全面总结了医学先贤们的辨舌



诊病经验，同时又吸收近代西方医学解剖生理学中有关舌的构造与功能知识，并结合自己的临床体会，编撰出版了《舌诊辨舌指南》一书。时至今日，舌诊已成为中医诊断学中不可缺少的诊断方法之一。有人曾用仪器测知，“其躯体的上部投影相当于舌体的前部，其下部相当于舌体的后部”（引自《中医诊法精华》），这与中医学将全舌按上、中、下三焦划分相当，也与张仲景的“舌胎”一说相符。充分说明全舌是整个人体的缩影。

1. 舌与经络的关系 舌的内在联系是通过经络的循行来完成的。经络是经脉和络脉的总称。“经者，径也。”有路径之意。经脉贯通上下，沟通内外，是经络系统中纵行的主干。“支而横出者为络”，有网络之意。络脉是经脉别出的分支，较经脉细小，纵横交错，遍布全身，无处不在。经络系统是由经脉、络脉、十二经筋和十二皮部所组成。经络内提示于脏腑，外络于肢节，沟通于脏腑与体表之间，形成一个纵横交错的网络，通过有规律的循行和复杂的联络交会，组成了一个经络系统，将机体五脏六腑、四肢百骸及皮肉筋骨等紧密地连结成一个统一的有机整体。

关于舌与经络系统的联络关系，早在2 000多年前的《黄帝内经》中就已有清楚的认识。《灵枢·经脉》《灵枢·经筋》《灵枢·营卫生会》《灵枢·忧恚无言》《灵枢·脉度》以及《素问·刺症》等篇中均有明确的记载。如足太阴脾经，连舌根、散舌下；足少阴肾经、足厥阴肝经，沿咽喉，分别挟舌本、络舌本；足少阴经别系舌本；足太阴经别贯舌中；手少阴心经食管，之别系舌本；足太阳膀胱