

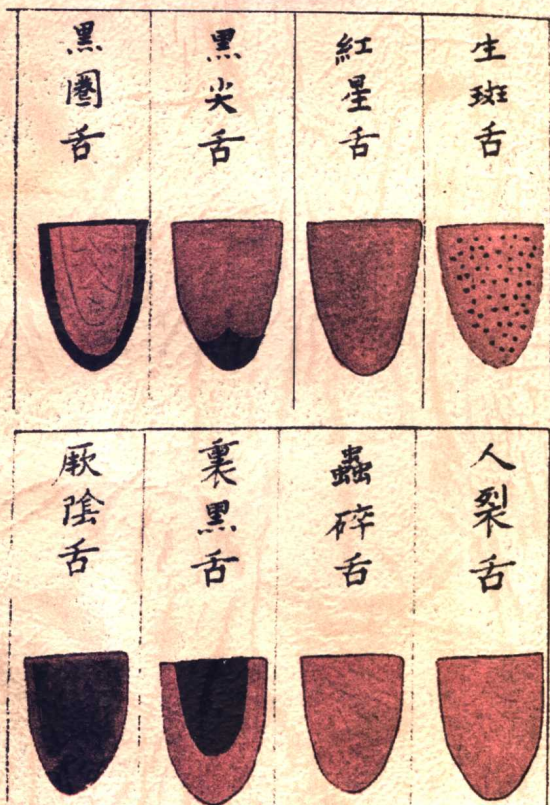
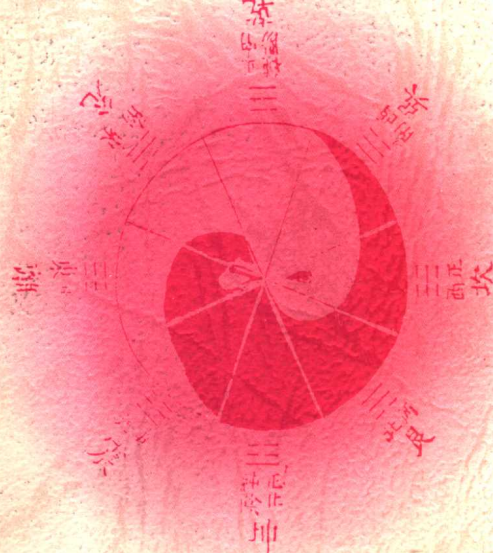
一分钟自我诊病丛书

天津科学技术出版社

# 形色舌诊

○ 辨舌质可辨五脏之虚实

阎金海 赵冀生 编著



一分钟自我诊病丛书

# 形色舌诊

阎金海 赵冀生 编著

天津科学技术出版社

**图书在版编目(CIP)数据**

形色舌诊/阎金海,赵冀生编著. -天津:天津科学技术出版社,2000.1

(一分钟自我诊病丛书)

ISBN 7-5308-2657-3

I.形… II.①阎… ②赵… III.舌诊 IV.R241.25

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 21338 号

责任编辑:赵振忠

责任印制:张军利

天津科学技术出版社出版

出版人:王树泽

天津市张自忠路 189 号 邮编 300020 电话(022)27306314

天津新华印刷二厂印刷

新华书店天津发行所发行

\*

开本 787×1092 1/32 印张 6.5 字数 133 000

2000 年 1 月第 1 版

2000 年 1 月第 1 次印刷

印数:1-3 000

定价:8.00 元

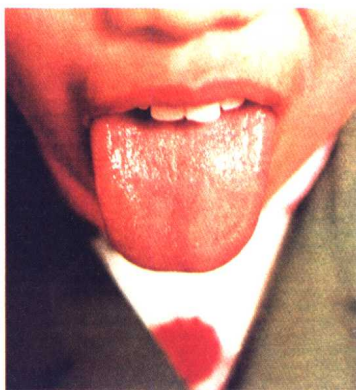


图1 淡红舌，薄白苔

**舌象：**舌质淡红，胖瘦适中，苔薄白而润（成片白点为津液反光）。  
**主病：**外感初起；内伤小病；正常人。

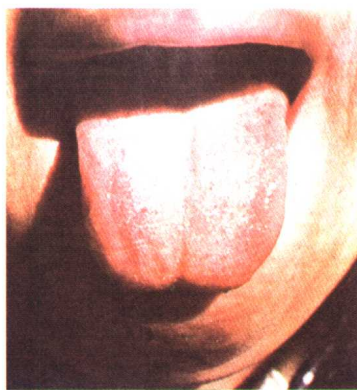


图2 淡白舌，薄白腻苔

**舌象：**舌质浅淡娇嫩，苔薄白腻苔。  
**主病：**中焦虚寒；外感寒湿。



图3 镜面舌

**舌象：**舌嫩略红，边有裂纹，光莹无苔，平滑如镜。  
**主病：**胃肾阴虚；营血大亏。



图4 地图舌

**舌象：**舌质红，苔白花剥，呈地图状。  
**主病：**胃之气阴大虚；亦是全身虚弱的一种征象。

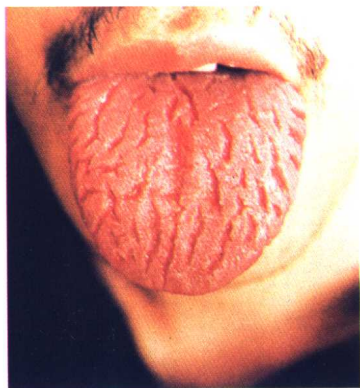


图5 红色裂纹舌, 少苔

**舌象:** 舌略红, 无数纵裂如刀割, 苔少。

**主病:** 素体阴虚, 血衰液涸。

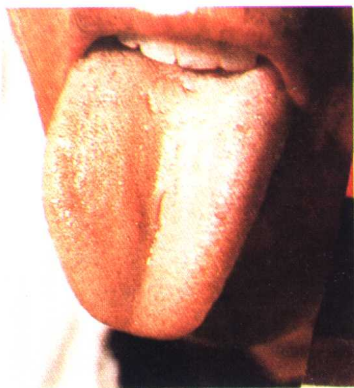


图6 淡青舌, 白腻干苔

**舌象:** 舌淡白发青晦暗, 苔白腻而干。

**主病:** 阴寒内盛, 阳气受遏, 气血运行不畅。

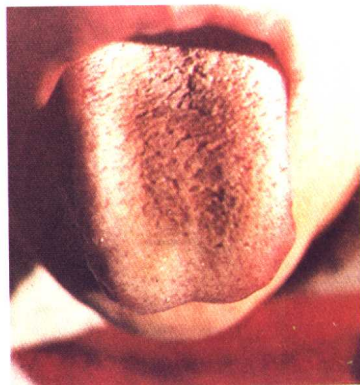


图7 紫舌, 边黄中黑腻苔

**舌象:** 舌紫而胖, 苔厚腻而干, 边黄灰中黑。

**主病:** 脾胃湿热, 化燥伤津。

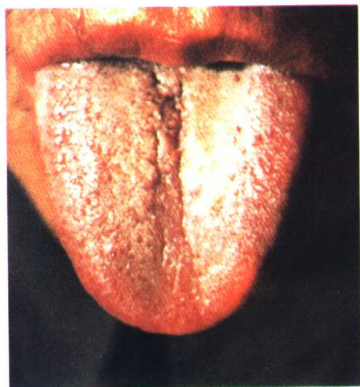


图8 暗红夹瘀舌, 偏灰腻苔

**舌象:** 舌红晦暗, 夹有青紫瘀斑, 偏灰腻苔。

**主病:** 脾胃湿热, 气血凝滞; 肝胆湿热, 气滞血瘀。

## 编者的话

舌诊，属于望诊的重要组成部分，是中医诊法的特色之一。它历史悠久，是中华民族传统医学中一颗璀璨的明珠。早在春秋战国时代的《黄帝内经》中就有关于望舌诊病的记载，至元代出现了第一部舌诊专著——《敖氏伤寒金镜录》，载舌象图 36 幅，该书“专以舌色视病”，结合临床进行病理机制分析，并确定方药，推测预后等。众所周知，在我国浩如烟海的古医籍中，舌诊学说能巍然屹立，被认定是一门专门的学问，以致数千年而成验昭垂，绝非偶然。它是我国历代医学家和劳动人民长期与疾病作斗争的智慧结晶，是在缺乏现代科学仪器和诊断工具的困难条件下，所创造的科学而有效的诊断方法。应用舌诊诊察疾病，方便、客观、灵敏而科学，对临床治疗具有重要的指导意义，实属我们祖先难能可贵的一大发明。

舌是位于口内的一个肌性器官，属于消化系统的一个组成部分，与食道、胃、肠连接，通过经脉与人体内的五脏六腑相通。正常舌象是舌体柔软，活动自如，颜色淡红而润泽，在舌面上铺有一层薄薄的、颗粒均匀、干湿适中的白苔。临床实践与研究证明：观察舌质的变化，可以了解病证的种类、虚实、津液的盈亏；分辨苔垢的色泽、厚薄，可知其病邪的性质、程度与进退；询问舌觉，可探知病证的位置，脏腑的寒热；观察舌底的络脉，又可知人体气血的瘀

滞，脉道的阻碍；就是观其舌之形质、动态也对诊断病证有很大帮助。可见，通过望舌，可以了解到人体在生理、病理状态下的许许多多表现。因此，有人称它是观测人体内脏变化的一面镜子和检测人体各脏腑产生微妙变化的“寒暑表”。

每个人都希望有一个健康的身体，但是，再健康的身体，在人的一生中也难免患有某些大大小小的疾病，为了减少疾病带来的痛苦，及早发现和治疗是十分重要的。中医对身体内部疾患的诊断一贯是借助于外部信息来推断，即所谓“司外揣内”，“有诸内，必形诸外”的法则。在疾病发生、发展过程中，往往在舌象上有异常表现，如果我们能从这些蛛丝马迹中发现毛病，增加防病知识和认症能力，从而提高警觉；尽早发现可能的疾患，以便就医诊治，这便是我们编写这本小书的目的。

本书共有二部分组成。第一章介绍了舌诊的基础知识，包括舌的构造、舌与脏腑的关系、舌诊的临床意义以及如何望舌质、望舌苔等。第二章，通过舌象的形色诊断，介绍了临床常见的内科、妇科、儿科、外科、五官科等 100 个病证，在每个病证的若干证型之下，分别列出舌象特征、形成原因、症状、中医的治法和常用方药等，以供读者阅读、学习和参考。最后还附以常用方剂索引，便于读者查找使用。本书内容力求简明扼要，深入浅出，通俗易懂，既可供一般读者察舌诊病，又可供专业医生随手翻阅，临证参考。

编者

1999 年 2 月

# 目 录

第一章 舌诊的基础知识 .....	( 1 )
一、舌的构造 .....	( 1 )
二、舌与脏腑的关系 .....	( 2 )
(一) 舌与脾的关系 .....	( 2 )
(二) 舌与心的关系 .....	( 2 )
(三) 舌与脏腑经络的关系 .....	( 2 )
三、舌的部位划分 .....	( 2 )
四、舌诊的方法 .....	( 3 )
(一) 望舌的体位和伸舌姿势 .....	( 3 )
(二) 诊舌的方法 .....	( 3 )
五、舌诊的注意事项 .....	( 4 )
(一) 注意光线影响 .....	( 4 )
(二) 注意饮食或药物影响 .....	( 4 )
(三) 注意口腔对舌象的影响 .....	( 5 )
六、舌诊的临床意义 .....	( 5 )
(一) 判断正气的盛衰 .....	( 5 )
(二) 区别病邪的性质 .....	( 5 )
(三) 分析病位的浅深 .....	( 5 )
(四) 推断病势的进退 .....	( 6 )
(五) 为临床立法用药提供依据 .....	( 6 )



七、正常舌象 .....	(7)
(一) 正常舌象的特点 .....	(7)
(二) 祖国医学对正常舌象的解释 .....	(7)
(三) 现代医学对正常舌象的认识 .....	(7)
(四) 正常舌象提示 .....	(8)
八、舌象的生理变异 .....	(8)
(一) 年龄因素 .....	(8)
(二) 体质、禀赋因素 .....	(8)
(三) 性别 .....	(9)
(四) 气候因素 .....	(9)
(五) 嗜好 .....	(9)
九、望舌体 .....	(10)
(一) 舌体颜色 .....	(10)
(二) 舌体形质 .....	(13)
(三) 舌的动态 .....	(17)
(四) 舌下络脉 .....	(20)
十、望舌苔 .....	(21)
(一) 望苔质 .....	(22)
(二) 望苔色 .....	(30)
十一、舌象分析要点 .....	(33)
(一) 察舌的神气和胃气 .....	(33)
(二) 舌质与舌苔的综合分析 .....	(34)
(三) 注意同类舌象的鉴别 .....	(35)
(四) 舌象的动态分析 .....	(35)
(五) 注意对舌症不符的分析 .....	(36)
十二、危重病舌象的诊法 .....	(37)

(一) 猪腰舌 .....	(37)
(二) 镜面舌 .....	(37)
(三) 砂皮舌 .....	(38)
(四) 干荔舌 .....	(38)
(五) 红柿舌 .....	(38)
(六) 赭黑舌 .....	(38)
(七) 瘦薄无苔舌 .....	(38)
(八) 囊缩卷舌 .....	(38)
(九) 语蹇强直舌 .....	(38)
(十) 皴白舌 .....	(38)
(十一) 蓝舌 .....	(38)

## 第二章 形色舌象的百病诊治 .....

一、感冒 .....	(39)
二、中暑 .....	(40)
三、细菌性痢疾 .....	(41)
四、疟疾 .....	(43)
五、咳嗽 .....	(44)
六、支气管哮喘 .....	(45)
七、肺炎球菌肺炎 .....	(47)
八、肺结核 .....	(49)
九、冠心病 .....	(50)
十、高血压病 .....	(52)
十一、低血压 .....	(53)
十二、眩晕 .....	(54)
十三、脑血管意外 .....	(56)

十四、失眠	(59)
十五、老年性痴呆	(60)
十六、癫痫	(62)
十七、三叉神经痛	(63)
十八、坐骨神经痛	(65)
十九、精神分裂症	(66)
二十、神经症	(67)
二十一、躁狂抑郁性精神病	(68)
二十二、胃炎	(70)
二十三、呕吐	(71)
二十四、呃逆	(72)
二十五、泄泻	(74)
二十六、便秘	(76)
二十七、溃疡性结肠炎	(77)
二十八、病毒性肝炎	(79)
二十九、胁痛	(80)
三十、肝硬化	(81)
三十一、水肿	(82)
三十二、尿浊	(84)
三十三、遗精	(86)
三十四、早泄	(87)
三十五、阳痿	(88)
三十六、汗证	(90)
三十七、糖尿病	(91)
三十八、低血糖症	(93)
三十九、甲状腺机能亢进症	(94)

四十、缺铁性贫血	(95)
四十一、再生障碍性贫血	(96)
四十二、肥胖	(97)
四十三、头痛	(99)
四十四、痹证	(101)
四十五、痿证	(103)
四十六、颤震	(105)
四十七、腰痛	(106)
四十八、月经先期	(108)
四十九、月经后期	(109)
五十、月经过多	(111)
五十一、月经过少	(112)
五十二、痛经	(114)
五十三、闭经	(115)
五十四、更年期综合征	(116)
五十五、带下病	(118)
五十六、不孕症	(119)
五十七、子宫肌瘤	(120)
五十八、风疹	(122)
五十九、百日咳	(123)
六十、营养不良	(125)
六十一、厌食	(126)
六十二、遗尿	(127)
六十三、水痘	(129)
六十四、流行性腮腺炎	(130)
六十五、猩红热	(131)

六十六、蛔虫病	(132)
六十七、丹毒	(134)
六十八、单纯性甲状腺肿	(135)
六十九、乳腺纤维腺瘤	(136)
七十、乳腺增生病	(137)
七十一、胆囊炎与胆石症	(138)
七十二、前列腺增生症	(139)
七十三、带状疱疹	(141)
七十四、湿疹	(142)
七十五、痤疮	(143)
七十六、疖子	(145)
七十七、黄褐斑	(146)
七十八、斑秃	(147)
七十九、白发	(149)
八十、沙眼	(150)
八十一、睑腺炎	(151)
八十二、耳鸣	(152)
八十三、鼻窦炎	(154)
八十四、鼻出血	(156)
八十五、急性咽炎	(158)
八十六、急性扁桃体炎	(159)
八十七、急性喉炎	(161)
八十八、牙痛	(162)
八十九、复发性口腔溃疡	(163)
九十、雪口病	(164)
九十一、鼻咽癌	(165)

九十二、肺癌·····	(167)
九十三、食道癌·····	(169)
九十四、胃癌·····	(171)
九十五、肝癌·····	(172)
九十六、胰腺癌·····	(174)
九十七、乳腺癌·····	(175)
九十八、子宫颈癌·····	(176)
九十九、大肠癌·····	(177)
一〇〇、慢性粒细胞白血病·····	(179)
<b>方剂索引</b> ·····	<b>(181)</b>

# 第一章 舌诊的基础知识

舌诊，又称望舌，是通过观察舌质和舌苔，了解机体的生理功能和病理变化。察舌验病，是在中医理论指导下一种独特的诊断方法，有人称它是观测人体内脏变化的一面镜子，或检测人体各脏腑产生微妙变化的“寒暑表”。正如《辨舌指南》所说：“辨舌质，可辨五脏之虚实。视舌苔，可现六淫之深浅。”

## 一、舌的构造

舌是口腔中的主要器官之一，它是由很多纵横交错的横纹肌组成的肌性器官。舌的上面称为舌背，下面称为舌底。习惯上将舌体的前端称为舌尖；舌体的中部称为舌中；舌体的后部称为舌根，舌的两边称为舌边。舌体的正中有一条纵形沟纹，称为舌正中沟。

舌的外表有一层半透明的粘膜，舌背粘膜表面粗糙，有许多细小的突起，称为舌乳头，根据乳头的不同形态，分为丝状乳头、蕈状乳头、轮廓乳头和叶状乳头4种。其中丝状乳头与蕈状乳头对舌象形成有着密切联系，轮廓乳头、叶状乳头与味觉有关。

## 二、舌与脏腑的关系

### (一) 舌与脾的关系

舌体是由肌肉构成的。《内经》上说：“唇舌者，肌肉之本也。”祖国医学认为，“脾主身之肌肉”，强调肌肉靠脾运化的水谷精微来营养才能发达丰满。可见，舌肌需要水谷精微的营养，才能轻劲灵活。

### (二) 舌与心的关系

舌虽然是个肌性器官，但其中分布着丰富的血脉，血脉是血液通行的隧道，血液能在血脉中运行不息有赖于心脏的推动。所以《内经》有“心主身之血脉”的说法。舌的血脉组织是全身血脉的一部分，通过望舌，可以观察到人体气血运行情况，从而能反映“心主血脉”的功能。另外，舌体运动是否灵活自如，语言是否清晰，在一定程度上又能反映“心藏神”的功能。

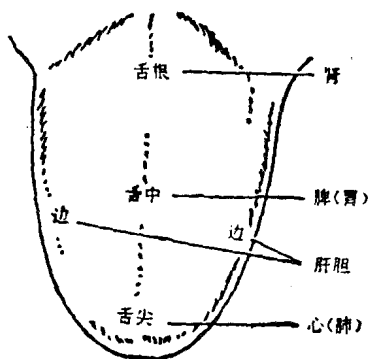
### (三) 舌与脏腑经络的关系

舌虽然居于口中，但它通过经络系统与内在脏腑有着直接或间接的联系。比如，心、脾、肝、肾、膀胱、三焦等脏腑的经脉就与舌有直接联系，而肺、心包、胆、胃、大肠、小肠等脏腑亦与舌有间接的联系，从而使舌与全身形成了一个整体。

## 三、舌的部位划分

在长期的临床实践中，古代医家发现，脏腑病变反映于舌面，具有一定的分布规律。如舌尖部分多反映上焦心、肺的病变；舌的中部多反映中焦脾、胃的病变；舌根部多反映





舌诊脏腑部位分属图

下焦肾的病变；舌边（两侧）多反映肝、胆的病变。据临床观察，如心火上炎多出现舌尖红赤或破碎；脾胃运化失常，湿浊、痰饮、食滞停积中焦，多见舌中厚腻苔；久病伤肾，肾阴不足，可见舌根苔剥；肝胆气滞血瘀常见舌的两侧出现紫色斑点或舌边青紫等。

#### 四、舌诊的方法

##### （一）望舌的体位和伸舌姿势

舌诊以望诊为主，望舌时，患者应取坐位或仰卧位，自然地将舌伸出，舌体放松，舌面展平，舌尖略向下，尽量张口，充分暴露舌体。如伸舌过分用力，舌体紧张、蜷曲或伸舌时间过长，都会影响舌的气血流行而引起舌色改变，或干湿度变化。

##### （二）诊舌的方法

观察舌象，一般先看舌尖，再看舌中、舌边，最后看舌根部。先看舌体的色质，再看舌苔。因为舌体的色、质位置