

舌 诊

- 舌诊，又称望舌，它是通过观察舌象（舌质和舌苔）的变化，了解机体生理功能及病理变化，用以诊察辨证疾病的一个重要方法，是中医诊法的特色之一。

舌诊原理

1、舌与经络相连

- 手少阴**心**经沿食道，之别系舌本；足少阴**肾**经、足厥阴**肝**经，沿咽喉，分别夹舌本、络舌本；足太阴**脾**经，连舌根、散舌下。

。

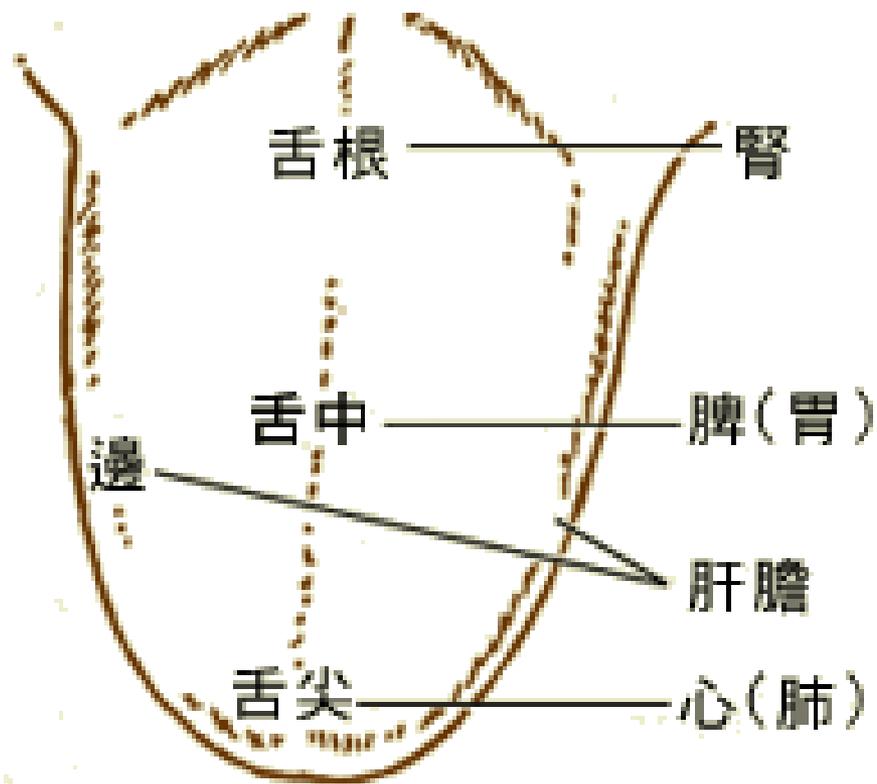
舌诊原理

2、舌与脏腑功能相关

- 舌为心之苗，心气通于舌，舌体的色泽变化反映“心主血脉”的功能；舌体运动是否灵活如又能反映“心主藏神”的功能。
- 舌为脾之外候，舌苔是胃气蒸化谷气上承于舌面而生成，与脾胃运化功能相适应，故舌象的变化，可以反映全身营养和代谢的功能，气血的生化状况。

舌体分候脏腑理论

- 脏腑病变反映于舌面，具有一定的分布规律。即舌尖部多反映上焦心肺的病变；舌中部多反映中焦脾胃的病变；舌根部多反映下焦肾的病变；舌两侧多反映肝胆的病变。
- 根据临床观察，提示某些脏腑病变在舌象变化上有一定的规律，但并非绝对，还需结合其它症状，加以分析辨别。



舌诊的方法

- 自然地将舌伸出口外，舌体放松，舌面平展，舌尖略向下，尽量张口使舌体充分暴露。
- 观察舌象，一般先看舌尖，再舌中、舌侧，后舌根。先看舌体的色质，再看舌苔。如果一次望舌判断不清，可令病人休息3~5分钟后，重复望舌一次。



舌诊注意事项

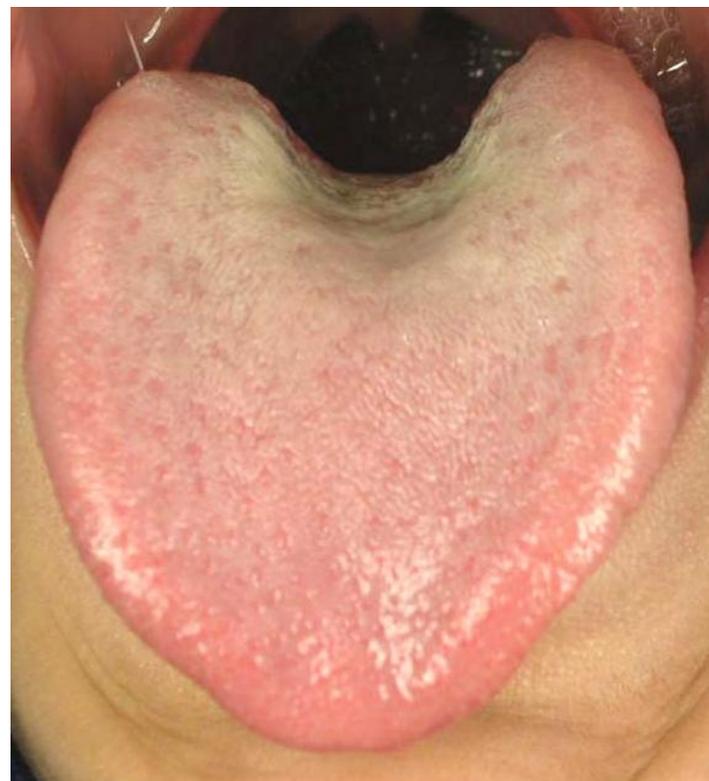
- ① 光线要充足
- ② 饮食或药品影响（染苔）：如饮用牛乳、豆浆等可使舌苔变白，蛋黄、核黄素可将舌成黄色。诸如此类，应予排出。
- ③ 季节与时间
- ④ 年龄与体质

舌诊的内容

- 舌诊主要观察舌质和舌苔两个方面的变化。
- 望舌质包括舌神、舌色、舌形和舌态，以判断脏腑虚实，气血盛衰。
- 望舌苔包括诊察苔质和苔色情况，以分析病邪的深浅，邪正的消长

正常舌象

- 正常舌象的特征是：舌象淡红鲜明，舌质滋润，舌体大小适中，柔软灵活；舌苔均匀薄白而润。简称“淡红舌，薄白苔”。
- 正常舌象提示脏腑机能正常，气血津液充盈、胃气旺盛。



一、望舌质

1、望舌神

- 舌神，即舌之神气。舌体运动灵活，舌色红润，鲜明光泽，为有神之舌，诸病皆吉，预后良好；舌体运动异常，舌色晦暗，干枯无光，为无神之舌，诸病皆凶，预后不良。

2、望舌色

- 舌色即舌体颜色。一般分为淡白、红绛、青紫舌几种。

淡白舌

- 舌象特征：舌色比正常舌色浅淡，白色偏多红色偏少，称为淡舌。
- 形成：气血亏虚，血不荣舌；阳气虚衰，运血无力，舌失血充，故舌质浅淡。
- 临床意义：主**气血两虚、阳气虚衰**。



红绛舌

- 舌象特征：舌色较正常舌色红，呈鲜红色者，称为红舌；舌色深红者，称为绛舌。

阳热亢盛，气血上壅 ㄣ

热入营血，血热充斥 卜 热斥血络 → 红绛舌

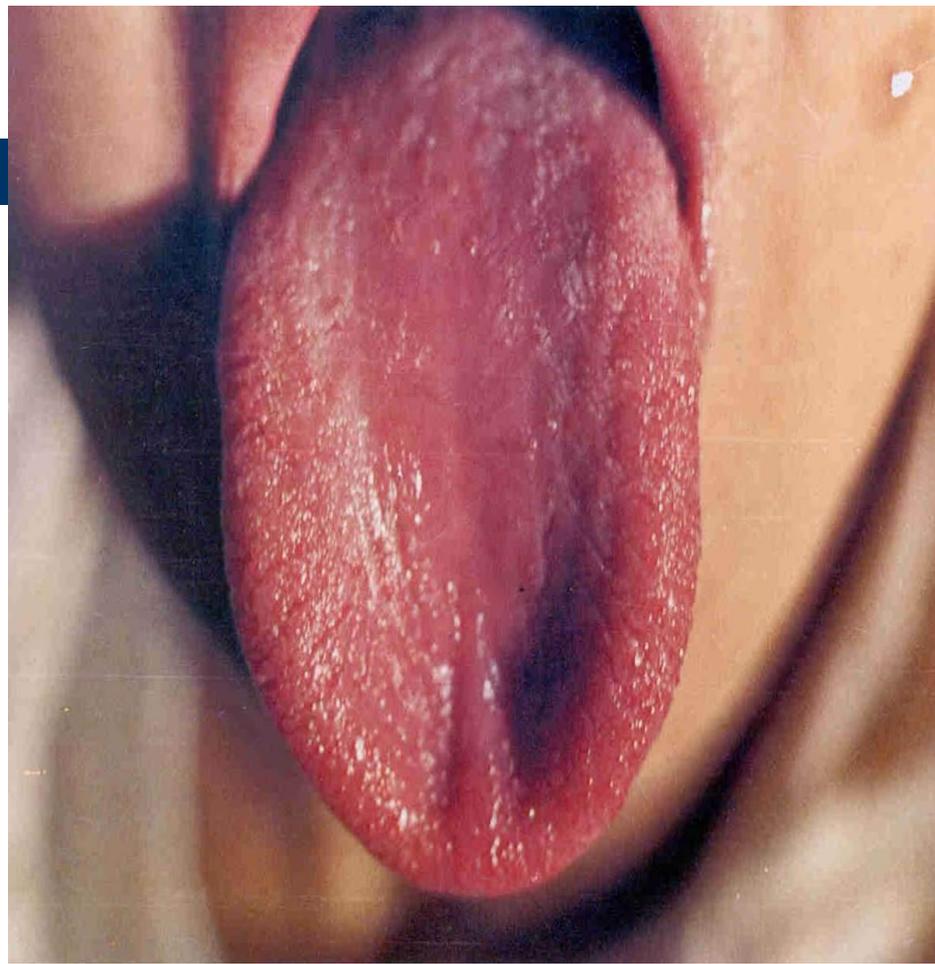
阴虚火旺，虚火上炎 ㄣ

- 临床意义：**主热证**。**实热证**：苔黄燥或芒刺
虚热证：苔少或无苔

红舌



绛舌



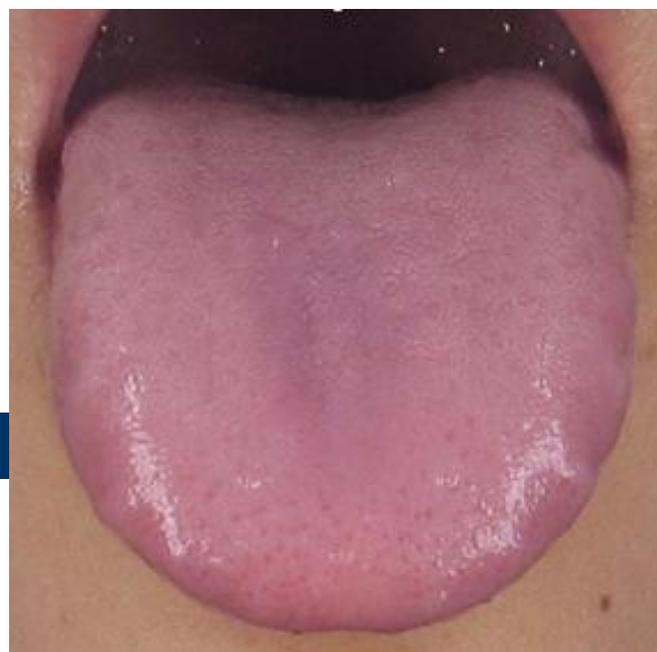
青紫舌

- 舌象特征：全舌青紫或泛现青紫
 - 热入营血，气血壅滞┐
 - 阴寒内盛，气血不畅┆瘀血凝滞→青紫色
 - 暴力外伤，气滞不通┑
- 临床意义：主气血运行不畅（即血瘀证、热证、寒证）

①舌青紫湿润，苔白而滑——多属阳虚阴盛，气血不畅之证。

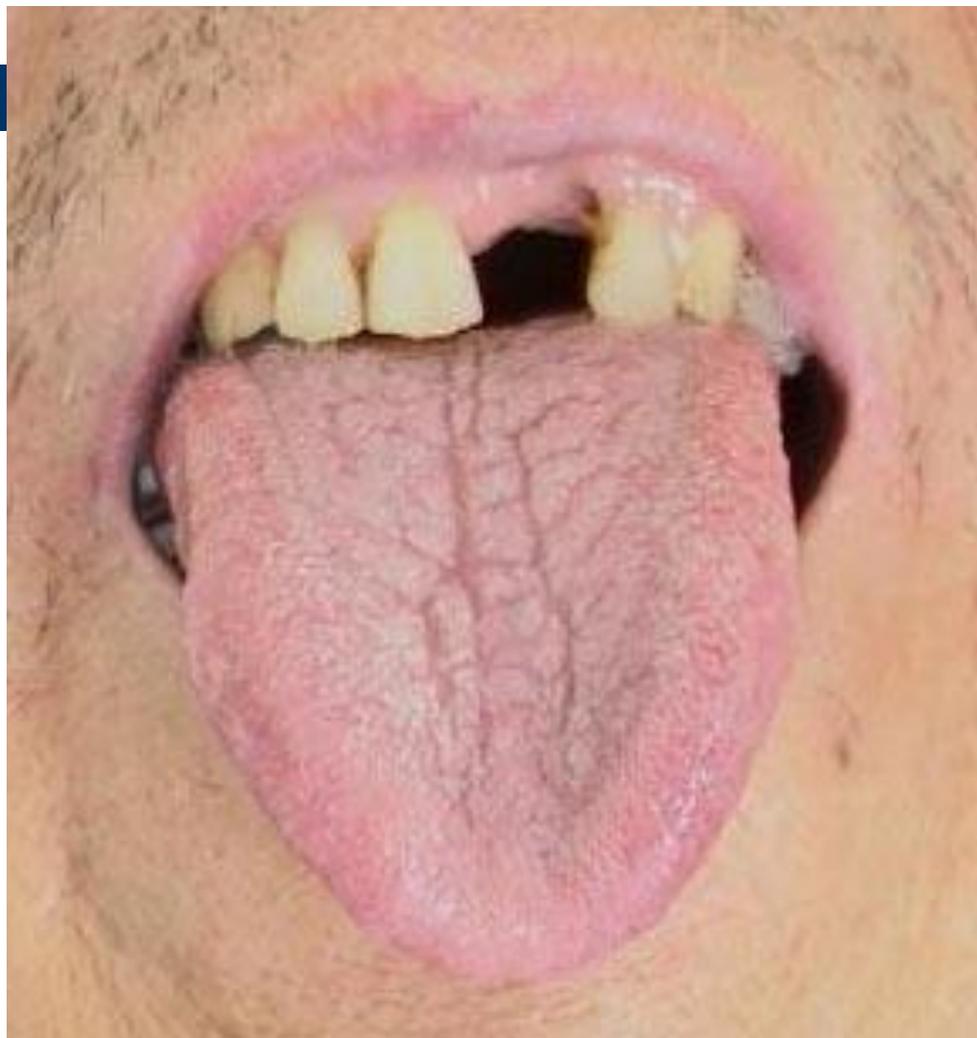
②舌青紫深绛，苔少而干——多属热毒炽盛，深入营血之证。

③舌青紫而暗，有瘀斑点——多属瘀血内阻，络脉瘀滞之证。

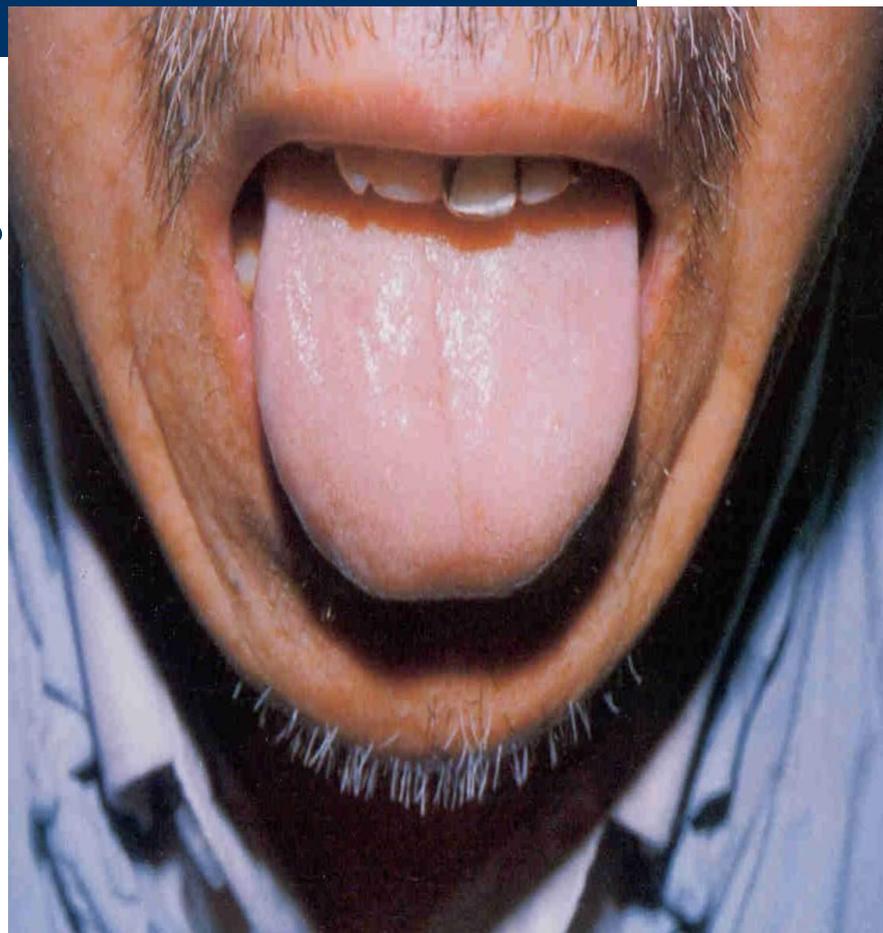


3、望舌形

- 苍老舌—坚敛苍老，纹理粗糙或皱缩，干燥。
- 多见于**实证，热证**；



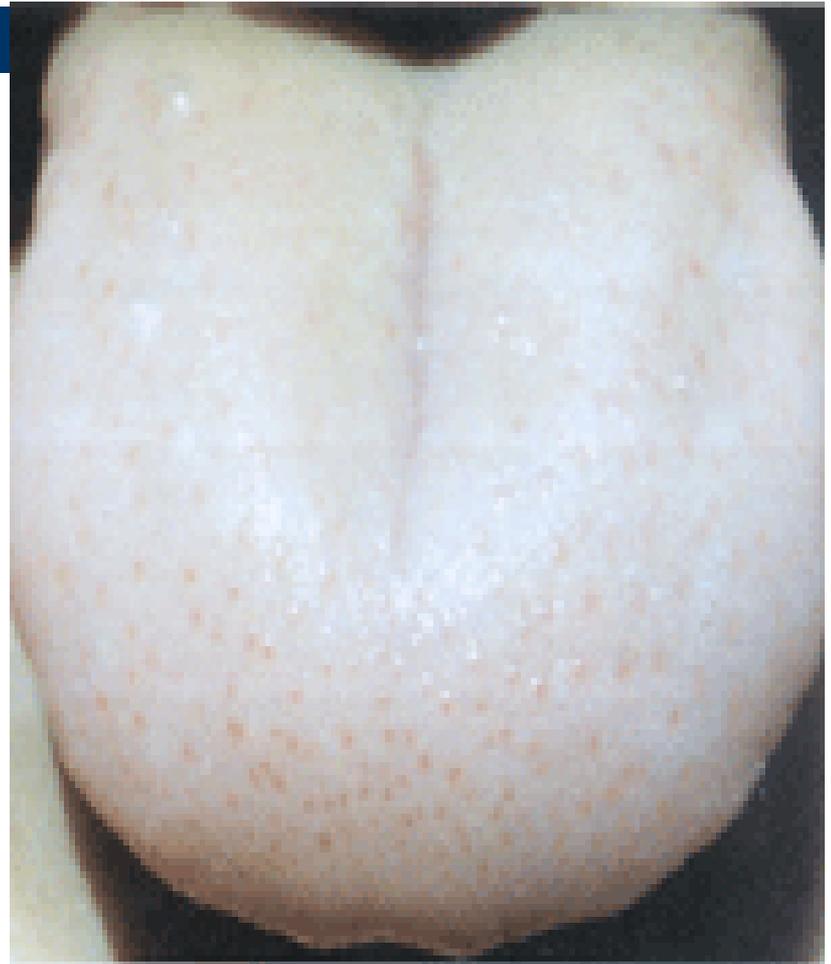
- 娇嫩舌—舌浮胖娇嫩，纹理细腻，舌色浅淡。
- 多见于虚证。



- 胖大舌—舌体比正常的人大而厚，伸舌满口。

舌体肿大，甚则不能收缩回口中—肿胀舌

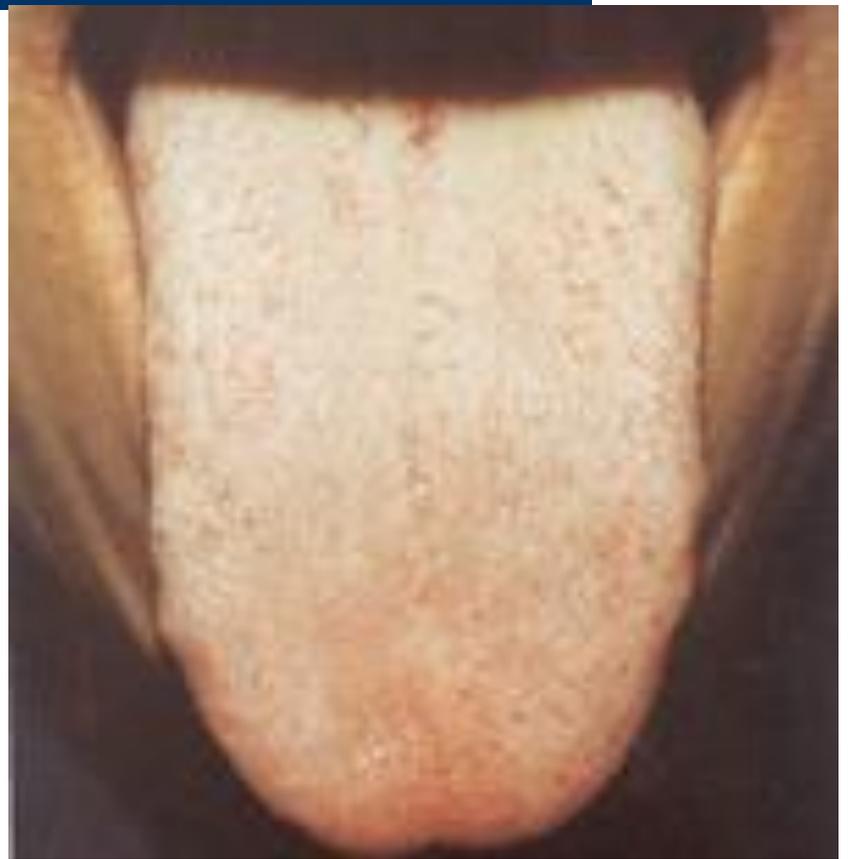
主水饮痰湿等

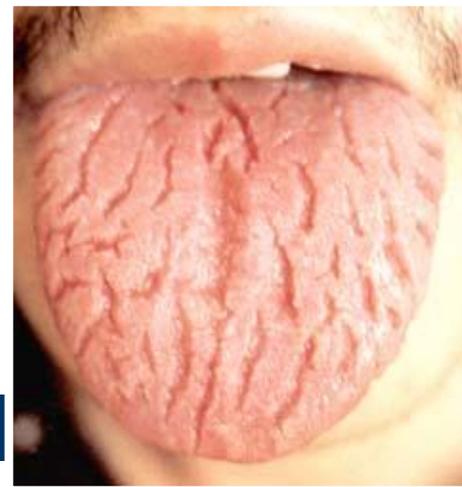


- 瘦薄舌—舌体比正常舌瘦小而薄

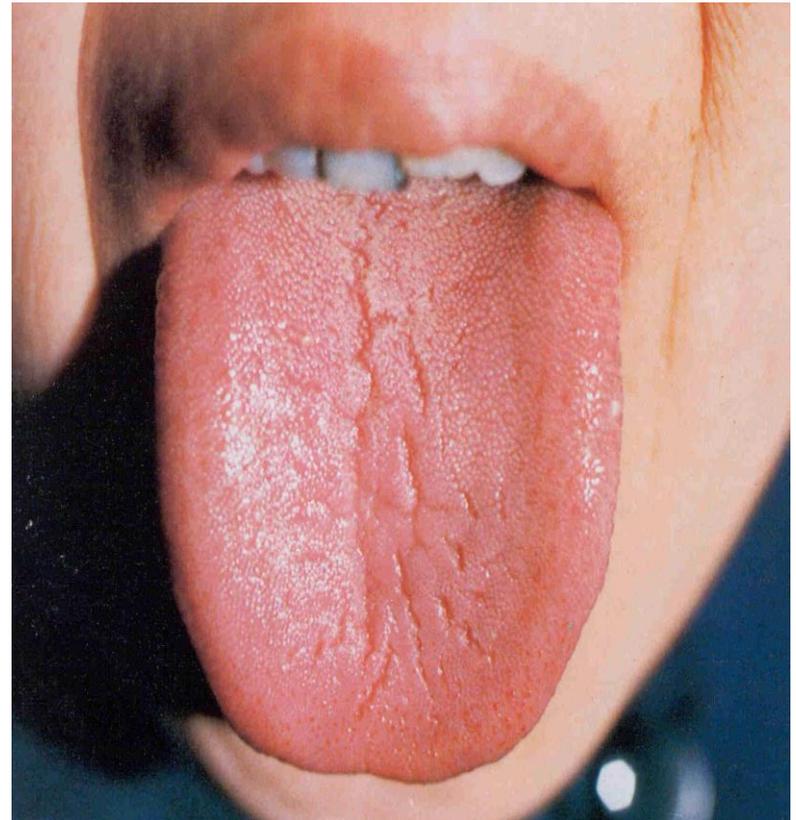
舌体瘦薄，舌色淡白—多见于久病气血两虚；

瘦薄而舌色红绛，舌干少苔或无苔——阴虚火旺





- 裂纹舌——舌面出现裂纹、裂沟，深浅不一。
- 主精血亏虚，或阴津耗损
 舌色浅淡而裂——血虚；
 舌色红绛而裂——热盛伤津，阴津耗损。



- 芒刺舌—蕈状乳头肿胀或高突

脏腑阳热亢盛，或为血分热盛。

舌尖生点刺——心火亢盛；

舌中生点刺——胃肠热盛。



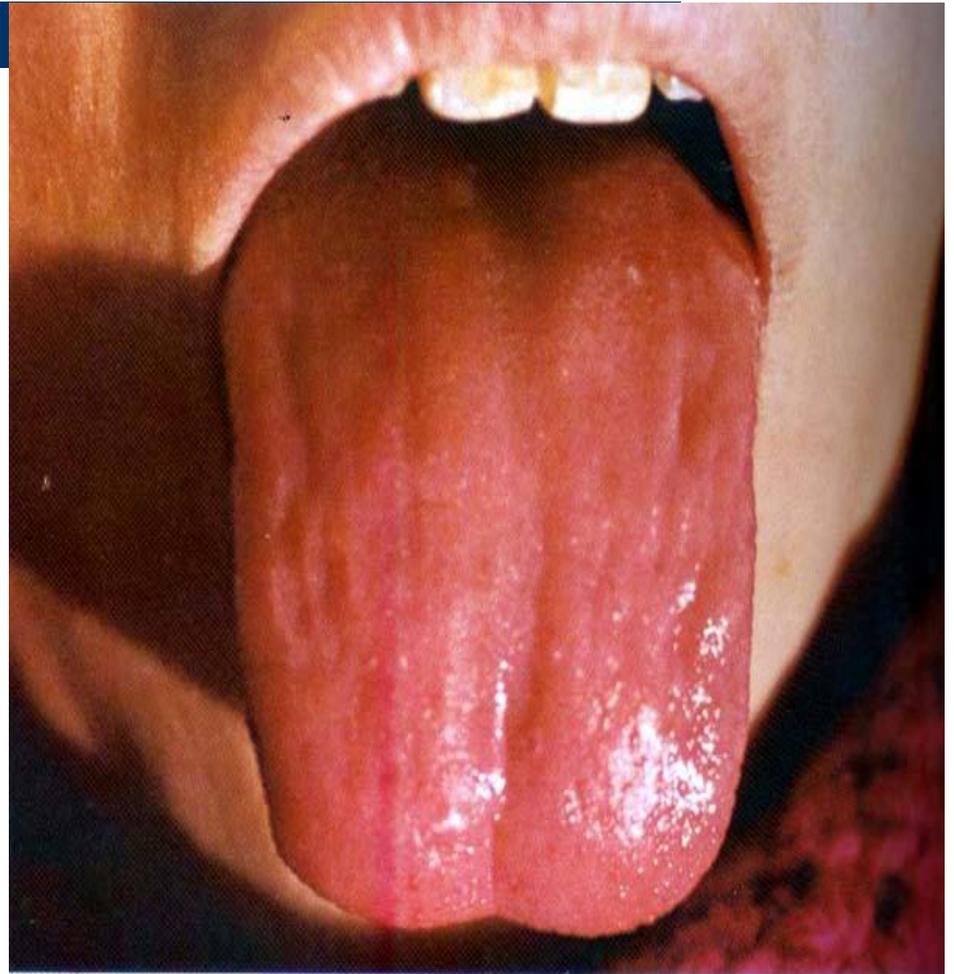
- 齿痕舌—牙齿边缘
伴有舌边齿痕
——脾虚寒湿内蕴
- 亦见于先天性齿痕
舌



- 光滑舌—舌面光滑无苔，平如镜面。

舌色红绛而无苔—
胃肾阴虚；

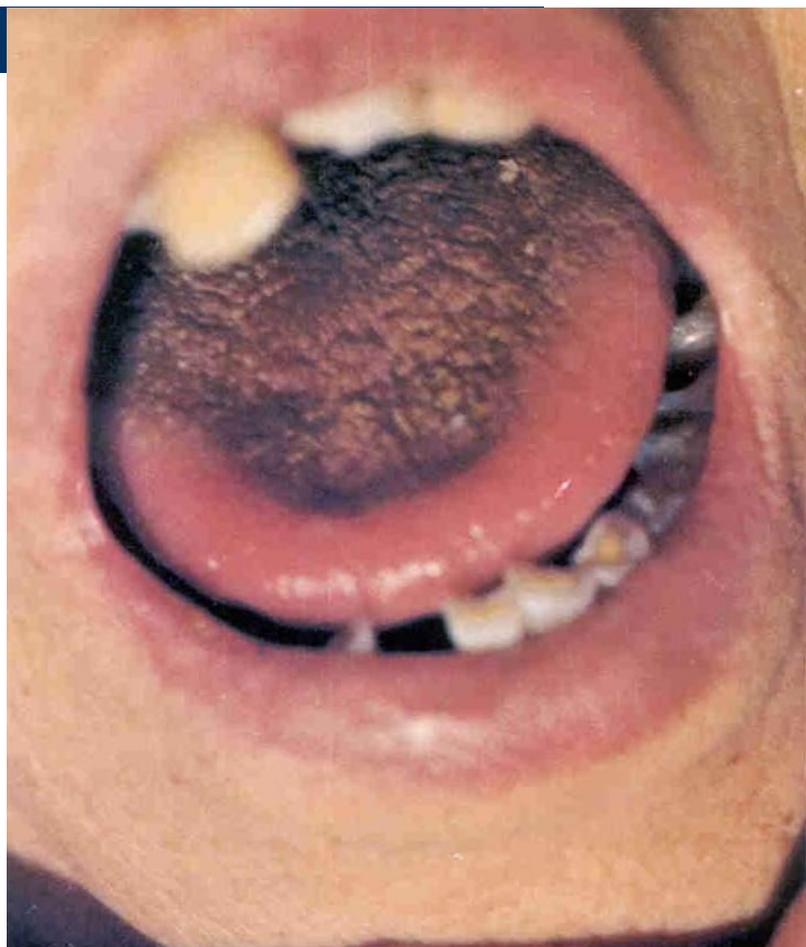
舌色淡白光滑—
气血亏虚。



4、望舌态

- 强硬舌—舌体失其柔和，卷伸不利，或板硬强直，不能转动。

热入心包，
或高热伤津；
或风痰阻络。



痿软舌

- 1、舌象特征 舌软弱无力，不能随意伸缩。
- 2、临床意义 多为伤阴或气血俱虚。



颤动舌

- 1.舌象特征 舌体不自主地颤动不宁。
- 2.临床意义 舌颤动是动风的表现之一。

歪斜舌

1. 舌象特征：伸舌时舌体偏向一侧。
2. 临床意义：肝风夹痰，痰瘀阻滞经络。



吐弄舌

- 1.舌象特征：舌伸于口外不即回缩为吐舌；伸舌即回缩如蛇舐，或反复舐口唇四周，掉动不宁称弄舌。
- 2.临床意义：心脾有热；弄舌为热甚动风先兆。

短缩舌

1.舌象特征：舌体卷缩、紧缩，不能伸长，严重者舌不抵齿。常与舌萎软并见。

2.临床意义 多为病情危重的征象。

二、望舌苔

- 望舌苔要注意苔质和苔色两方面的变化。

1、望苔色

- 苔色，即舌苔之颜色。其变化主要有白苔、黄苔、灰黑苔三类，临床上可单独出现，也可相兼出现。各种苔色变化需要同苔质、苔色、舌的形质变化结合起来，作具体分析。

白苔

- 舌象特征：有厚、薄之分，是最常见的苔色，其它各色舌均可由白苔转化而成。
- 临床意义：主表证、寒证。
 - 薄白苔：舌质淡红——见于正常人。
 - 质地干燥——多属风热表证。
 - 厚白苔：厚白而腻——多属湿浊、痰饮、食积之证。
 - 厚腻而干——多属湿浊内蕴，化热伤津之证。



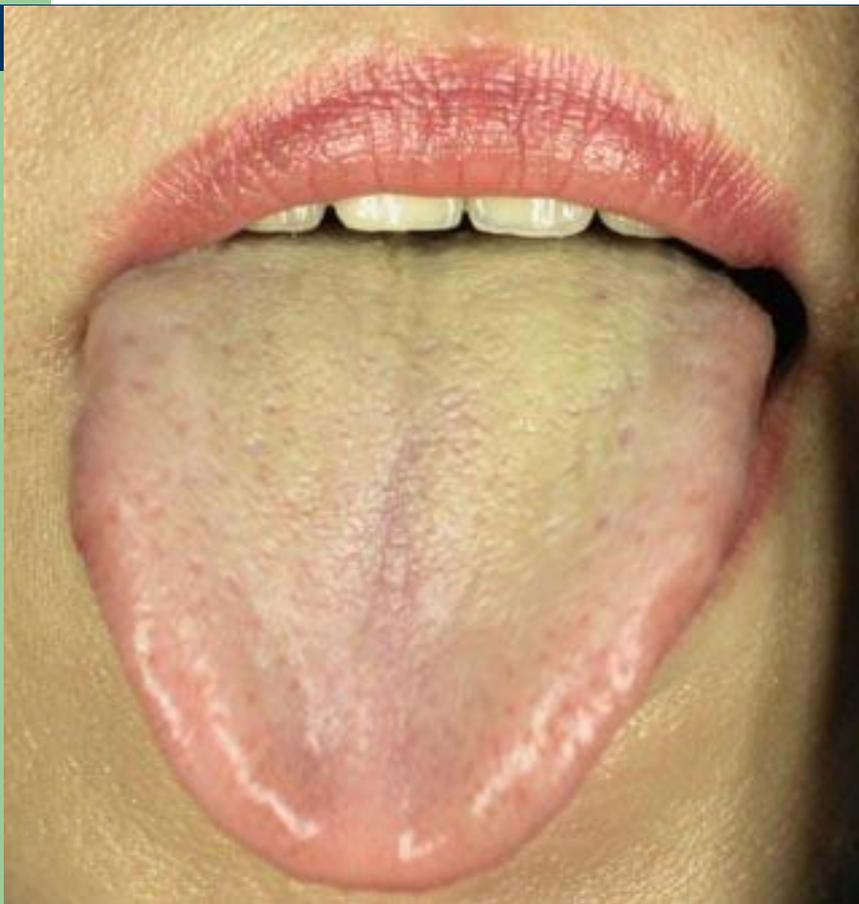
黄苔

- 舌象特征：黄苔有淡黄、深黄和焦黄苔之别。黄苔多分布于舌中，亦可满布于全舌。黄苔多与红绛舌同见。
- 临床意义：黄苔主热证，里证。舌苔由白转黄，提示邪已化热入里，苔色愈黄，邪热愈甚。

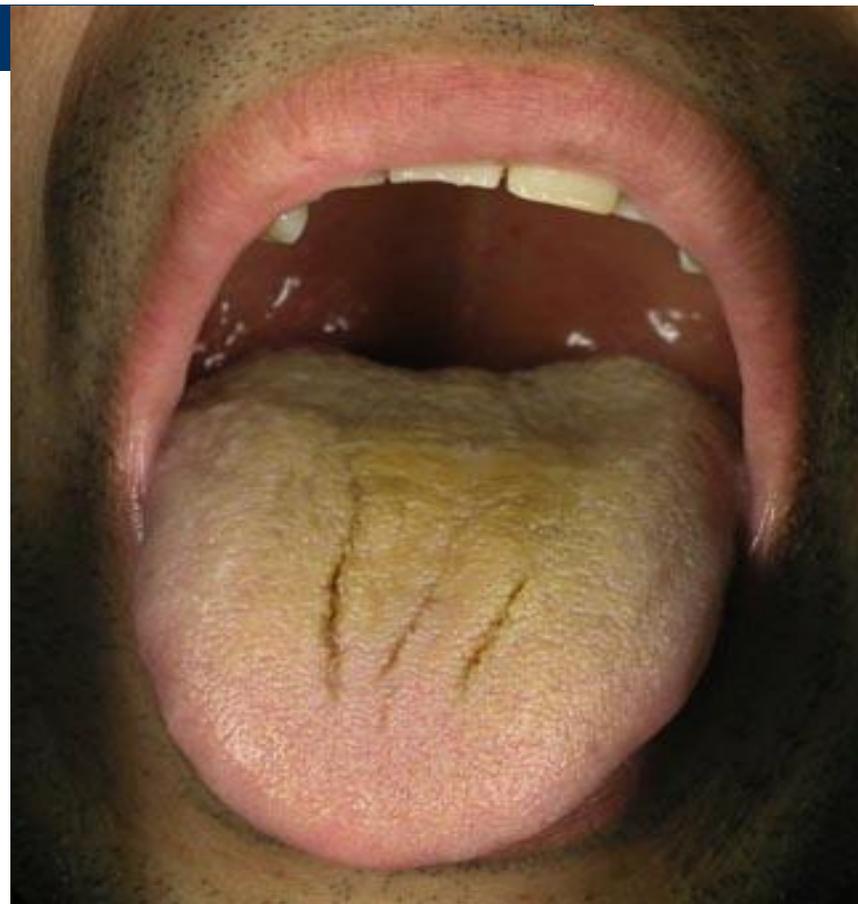
淡黄苔为热轻，
深黄苔为热重，
焦黄苔为热极。

- 薄黄苔——邪热未甚，多见于风热表证，或风寒化热入里。
- 黄腻苔——湿热蕴结、痰饮化热，或食积热腐等证。

黄腻苔



厚黄腻苔



灰黑苔

- 舌象特征：灰苔与黑苔同类。浅黑苔即称为“灰苔”；深灰苔即称为“黑苔”。灰黑苔多由白苔或黄苔转化而成，其中苔质润燥是鉴别灰黑苔寒热属性的重要指征。
- 临床意义：多见于热极伤阴；阳虚阴甚或肾阴亏损，痰湿久郁等证。
- 舌苔灰黑而干—**主里热之重证**—多因里热已极，
热炽津伤所致。
- 舌苔灰黑而润—**主里寒之重证**—多因阳虚寒极，
痰饮寒湿内阻所致。



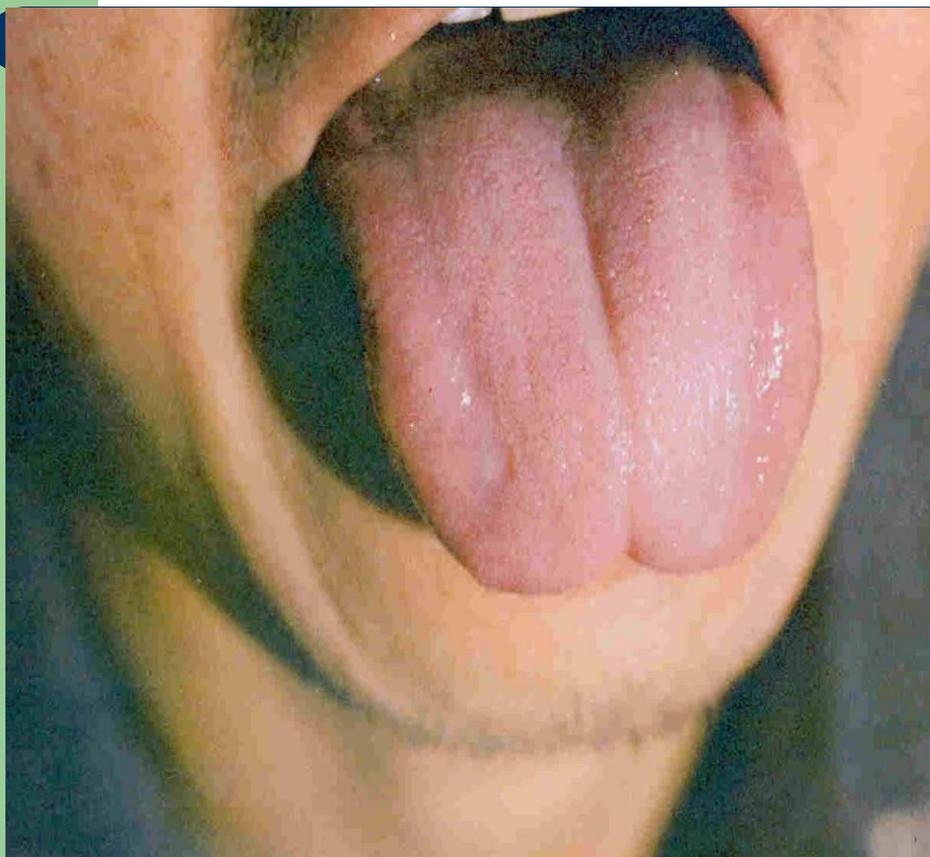
2、望苔质

- 苔质，即舌苔的质地、形态。主要观察舌苔的厚薄、润燥、腻松、腐霉、剥落等方面的改变。

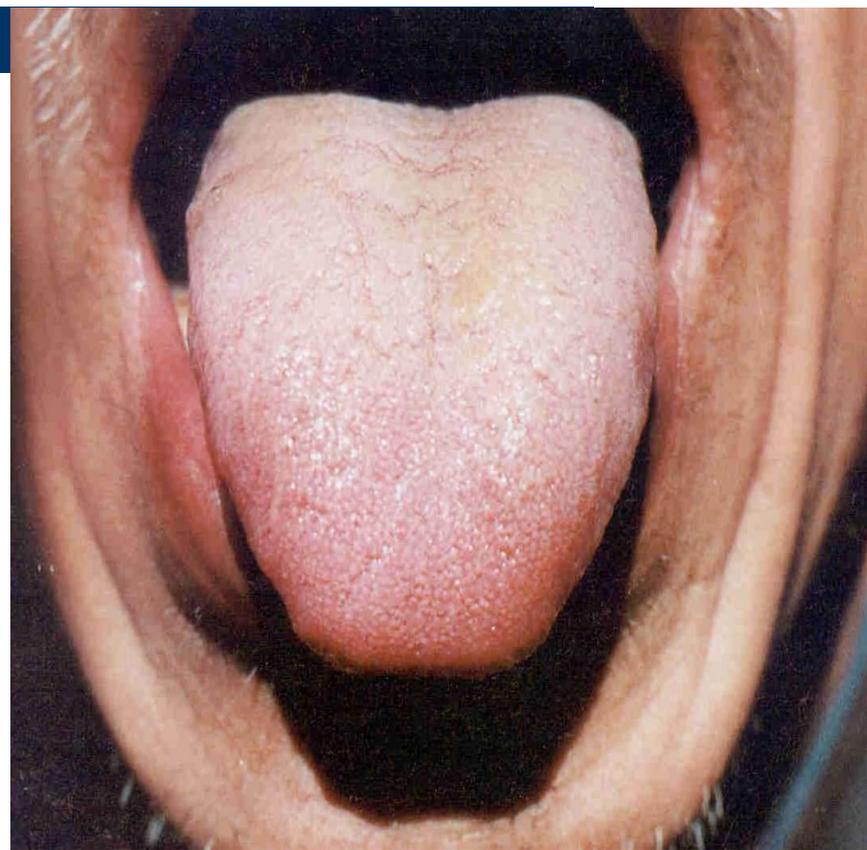
厚薄苔

- 舌象特征：透过舌苔，能隐隐见到舌体的苔称薄苔，又叫见底苔；不能透过舌苔见到舌体之苔则称厚苔，又称不见底苔。
- 临床意义：舌苔的厚薄变化，主要反应邪正的盛衰。
- 病位在表，病情较轻，未伤胃气，可见到薄苔；病位在里，病情较重，可见到厚苔。舌苔由薄变厚，提示邪气渐盛，为病进。舌苔由厚转薄，则提示正气胜邪，为病退的征象。

薄苔



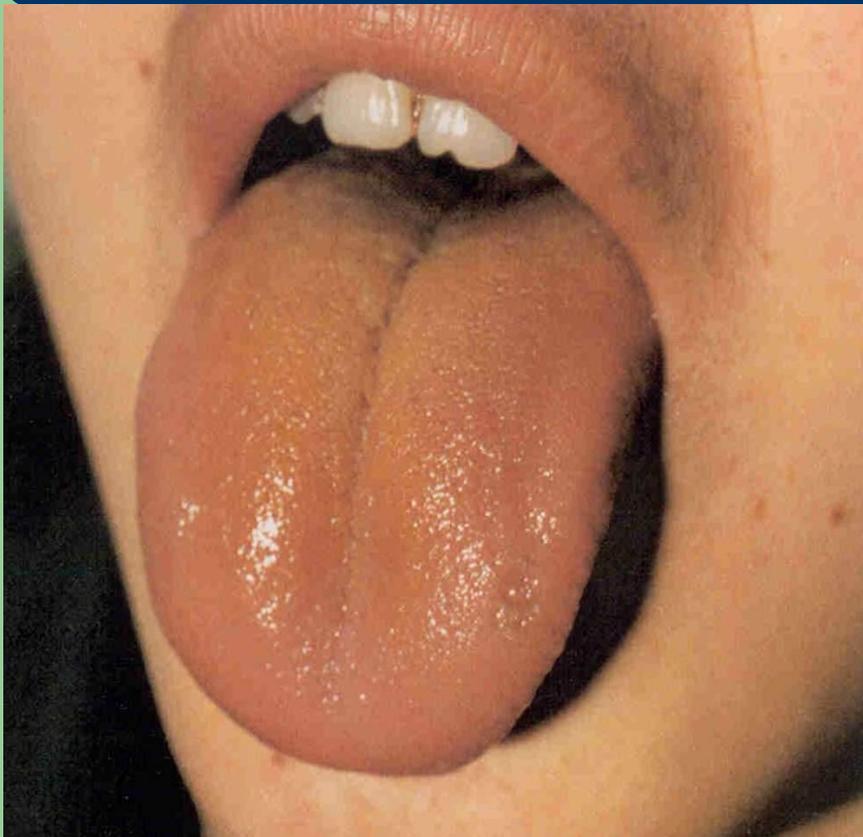
厚苔



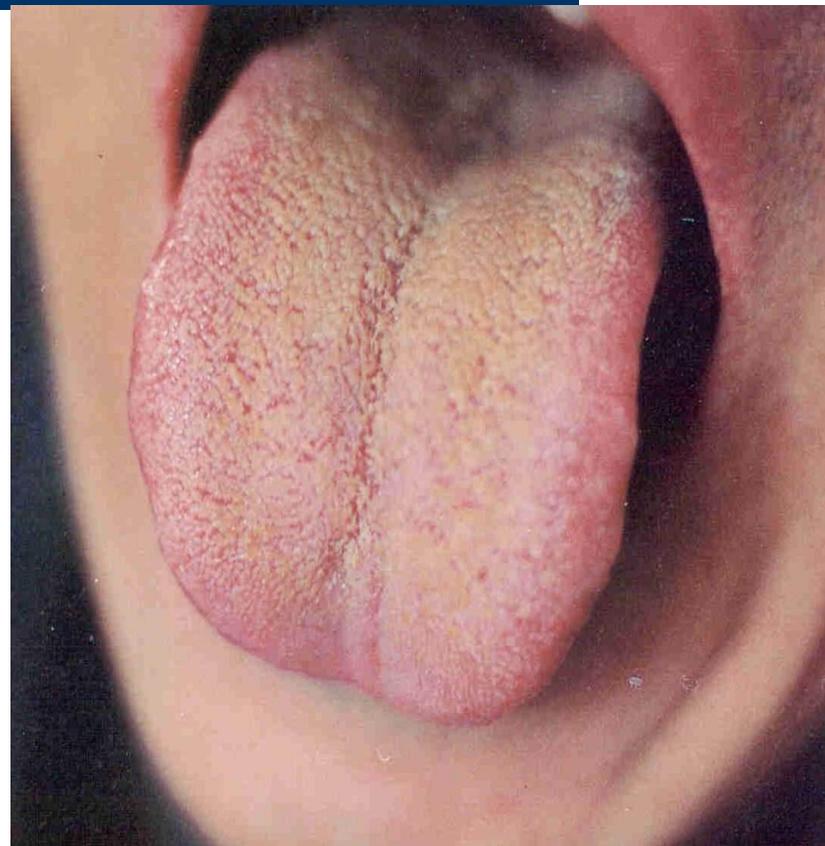
润燥苔

- 舌象特征：舌苔干湿适中，不滑不燥，称为“润苔”；舌苔干燥少津，甚则舌苔干裂，称为燥苔。
- 临床意义：舌苔润燥主要反映体内津液盈亏。
润苔：属正常或风寒表证、湿证初起、食滞、瘀血。
燥苔：提示体内津液已伤。多属高热、吐泻伤津。
- 总之，舌苔由润变燥，表示热重津伤，或津失输布；反之舌苔由燥转润，主热退津复，或饮邪始化。

润苔



燥苔



腐腻苔

- 舌象特征：苔质疏松，颗粒较大，边中皆厚，刮之易去，似豆腐渣堆铺舌面者称为“腐苔”。苔质致密，颗粒较小，边薄中厚，刮之难去，似蜡浮涂于舌面者称为“腻苔”。

腐苔 — 阳热有余，蒸化胃中腐浊之气上泛于舌。

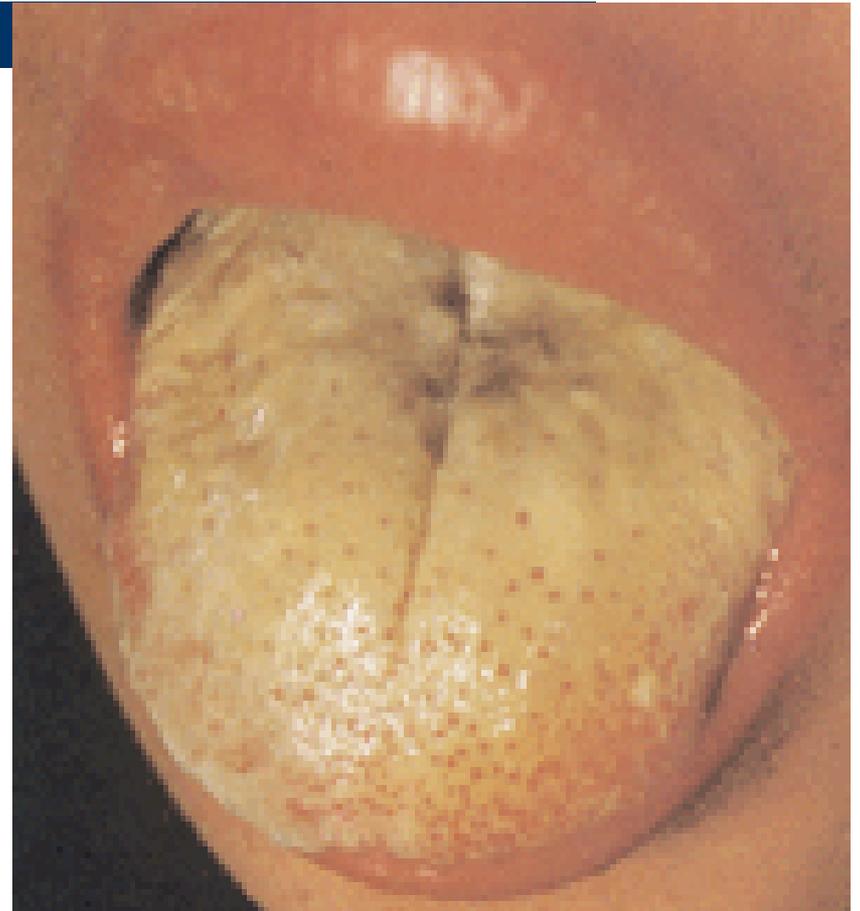
腻苔 — 湿浊内盛，郁遏阳气，湿浊停聚于舌面。

- 临床意义：
- 腐苔主食积胃肠、或痰热内蕴。
- 腻苔主湿浊、痰饮、食积。

腐苔



膩苔



剥落苔

- 舌象特征：舌苔全部或部分剥落，剥落处舌面光滑无苔者，称为剥苔。舌苔大片剥落，边缘突起，界限清楚，剥落部位时时转移，称为地图舌。
- 形成：胃气亏损，不能上熏于舌；胃阴枯涸，不能上潮于口所致。
- 意义：一般主胃气匮乏，胃阴枯涸或气血两虚，亦是全身虚弱的一种征象。先天性剥苔是生来就有的剥苔，其部位常在舌面中央人字沟之前，呈菱形。

剥苔



花剥苔



舌诊的临床意义

- 1、判断邪正盛衰
- 2、辨别病位浅深
- 3、区别病邪性质
- 4、推断病势进展估计病情预后
- 5、指导立法处方