

陈潮祖：舌诊心得

陈潮祖：舌为心的苗窍，心主血脉而血络遍布全身，无处不有，是营血环流之路。舌无皮肤包裹其外，最能反映血的盈虚，察其舌色，可辨营血虚滞，故称舌为心窍。舌体虽是心的苗窍，却与五脏都有联系。因为少阳三焦是通联五脏内外的组织，也是无处不有，是津气流通之所。五脏功能活动与机体每一组织所需气血津液，均从血脉与少阳三焦输送而来。所以五脏功能失调导致气血津液发生病变，都可通过观察舌质、舌苔变化决定气血津液的盈、虚、通、滞，此即察其一部，可概其余。临证之际，望诊位居四诊之首，而舌诊在望诊中又居首位，实有其理在焉。

观察舌质老嫩，可审正气盛衰；舌色浓淡，可窥营血变化；舌体胖瘦，可察津液盈虚。

1、舌体胖大，是津液壅滞现象（如下）；



2、舌体瘦小，是**水津亏损**象征（如下）；



3、舌质**老**，是**邪气实**的表现（如下）；



4、舌质**嫩**，是**正气虚**的征象（如下）；



5、舌色**红绛**，是**邪热入营**，**血热伤阴**，**血变浓稠**之象（如下）；



6、舌质**淡白**，是**失血**、**血虚**，**营血不足**，或**阳气亏损**象征（如下）；



7、舌质紫黯，则为血瘀现象，一言蔽之，舌可洞察气血津液的盈虚通滞，（如下）。



此外，舌体**痿软、颤动**，是**气血虚损，经脉失荣**；强硬、喝斜、吐弄、短缩，是**经脉挛急**象征；舌纵不收，则是**经脉松弛**现象。

舌上之苔，最能观察津气的变化。

少阳三焦为津气运行之路而内联五脏，是以**五脏津气皆可从三焦上通于舌**。一旦外感六淫相侵，内伤七情之变，五脏功能失调，引起津气发生病变，不论盈虚通滞，都可反映于舌。苔的颜色，可以反映病性寒热，**白苔为寒，黄苔属热，黑苔寒热皆能致之**。

白苔之所以为寒，是**气未化热**之象；

黄苔之所以属热，是因**气郁化热**，津中所夹胆液为热所蒸，随津外溢于舌之征；

苔黑而舌淡者属寒，黑为水色证象见矣！（如下）



苔黑而舌红者属热，热盛胆汁浓缩而黑色见矣！（如下）



但亦不尽如此，若初起即**苔白乏津**，是**气迅速化热**现象，不能因其苔白就断为寒；舌体**淡胖而兼苔黄**，是**阳为湿遏**，胆液不能随津下行归肾，上溢于舌所致，不能因其苔黄便断为热。

苔的有无，可以窥测津液盈虚。

津虚，则**无苔或少苔**；

津滞，则**苔厚或苔腻**；

津虚，则**苔干燥乏津**；

津阻，则**苔滑多液**。

不过此亦仅言其常未及其变。

舌上**无苔或干燥乏津**，并非全是**阴虚**，假使舌体**胖大而无苔、乏津**，则是**阳不化气**，**水津不能上承**所致，**无苔、乏津是阴虚的假象**，**舌体淡胖才是阳虚水停的真实反映**。

又如舌上无苔兼见泄泻、阴囊潮湿、妇女带下，此因湿浊下泄而不上溢于舌，也就不能断为阴虚而应断为湿滞。

附录：舌诊相关延伸阅读书籍推荐

1、《跟名老中医学舌诊》黄英儒.编著

此舌诊书创“舌体应内脏定位九分法”，与中诊教材的脏腑分部法位置有较大不同，舌根部为心肺区，舌尖为肠道膀胱区域等，较为新奇，但部分确实符合临床实际，可供一观。详细介绍各脏腑疾病的舌苔演变过程，以及详于具体疾病为例的舌苔诊断分析以及动态变化过程。

2、《中医舌诊临床图解》许家佗.编著

此书图片清晰丰富，对应形态病证准确，特点在于综合复杂舌象病证的分析，具体疾病对于的舌象示例及辩证分析。

3、《古今舌诊研究与图谱》李任先.主编

此书特色在于从周秦时期按照汉唐宋元明清等历史时期，分别介绍当时舌诊著作及舌诊的历史源流发展，可纵览中医舌诊的发展历史。也收录部分明清时期黑白舌诊图，后也有200余现代舌诊彩图。书的后半部分收录现代各种舌诊研究的进展以及各种现代疾病对应的舌象分析。

4、《舌诊源鉴》王季藜、杨拴成.主编

此书缺点在于无图，优点在于依据历代有关舌诊医籍为源流，系统的将舌象诊断进行了分类与鉴别，在每条原文之下，加注了按语，谈了个人学习与临床、教学体会，结合临床提出了治疗原则和临床常用方药，并附有临床典型病例。

5、各类专科舌诊专著

《温病舌诊图谱》张之文、刘碧清.编

对于温病的各种病邪及病情进展时期的舌象一应俱全，尤其多许多温病危重情况下的病人舌象示例，十分珍贵。

《中医消化病舌诊与用药》梁岩、朱西杰.编

具体着眼于消化系统疾病的舌象分析，详细阐发了消化系统与舌苔舌质等变化的关系，对应具体消化系统疾病有舌象分析及辩证用药示例。

《实用肝癌舌诊图谱》凌昌全、岳小强.编

此为肝癌专病舌象书籍，详于肝癌的舌象分析与诊治，有独特的肝癭线等肝癌舌体特征的阐述与发现。

来源 陈潮祖医学论坛 编辑 | 袁韬 校对 | 任珂慧

- E N D -