

第一章 八纲舌诊

第一节 表（腑）

八纲舌诊的表，是诊断腑的寒热实病变状态，观察部位是舌苔。

舌象(图像色彩要求真实)通过PC或智能手机扩大，使丝(舌苔)·菌状乳头的状态达到能清晰地识别程度，应用八纲辨证理论分析其与脏腑阴阳病变的相关性。

舌苔

舌苔的生成与变化与舌的丝状乳头有关，其遍布于舌背，外观白色丝绒状，舌苔依靠它存在。苔由胃气所生，丝状乳头增减与胃气盛衰有关。胃气过盛则丝状乳头增殖，苔也增多增厚不易清除，属“有根苔”；胃气衰退则丝状乳头萎缩减少，苔也减少，苔质疏松易清除，属“无根苔”。六腑无虚证，舌苔增多增厚是六腑实证，少苔是胃气虚证，无苔属脏病，与六腑无关。

分类（图1）

按虚实性质分胃气过盛的六腑实证有根苔（气滞苔、水毒苔）和胃气不足的虚证无根苔（虚证白苔）两大类。

一、胃气过盛的实证有根苔(气滞苔、水毒苔)

【气滞苔】(舌图1-1, 2, 3, 4, 5, 6, 7)

气有余而体内没有多余水分的病变体质舌苔，反映气滞、气结、气逆、气滞化火病证。

粒状薄白苔

舌背上布满白色粒状苔，可见苔间隙下舌色(薄苔概念)，称为“粒状薄白苔”，此苔与淡红舌并存是气滞尚未化火，腑无热邪或寒邪；与淡白舌（脏寒）并存是腑有寒邪。

板状苔（异色板状苔，异色板状厚苔）

随着气滞加重粒状苔互相连接成片，舌苔增多增厚，苔间隙消失(厚苔概念)，苔色也从白色转向异色（黄苔、灰苔、黑苔相对于白色苔可称为异色苔）。此苔表面平坦如板状，可称“板状苔”，此时若是白苔是气滞将要化火，腑热渐起的舌苔。异色苔是腑热已盛，灰苔比黄苔热重，黑苔热最重。若异色板状苔在舌中后部出现厚苔，称“异色板状厚苔”，是气滞热结，腑实便秘的舌苔。

【水毒苔】(舌图2-1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10)

是体内有多余水分的病变体质舌苔，反映水湿、痰饮、食积等病证。苔颗粒肥大变形，形状有团块状、带状、条状、丝状、油膜状、糊状、泡沫状、水液状等，以厚苔多见，苔面多凹凸不平，通称腻苔，腐苔，滑苔。

水毒白苔

苔颗粒肥大变形，色白的称为“水毒白苔”，此苔与淡红舌并存是腑有水毒停滞而无热邪或寒邪，与淡白舌（脏寒）并存是腑有寒邪。

水毒异色苔

苔色由白转异色，称“水毒异色苔”，反映水毒化热或兼有热邪的病变体质。

水毒异色燥苔(水毒异色凹凸厚苔)

热邪持续增盛，水毒减少燥热内生，可出现干燥少津的“水毒异色燥苔”，此苔舌中后部如有表面凹凸不平的燥结厚苔，称“水毒异色凹凸厚苔”，是水毒化燥，热结腑实的舌苔。

气滞苔

舌图1-1 粒状薄白苔



舌图1-2 淡白舌并存 → 腑寒



舌图1-3 淡红舌并存 → 脏寒热平衡



舌图1-4 异色板状苔



舌图1-5 微黄板状苔，腑热初起



舌图1-6 异色板状苔，气郁化火证



舌图1-7 异色板状厚苔、舌中后部苔增厚，热结腑实证

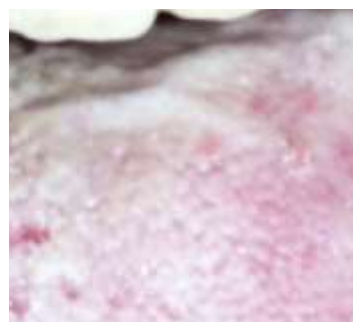


水毒苔（肥大变形苔）

舌图2-1 团块状



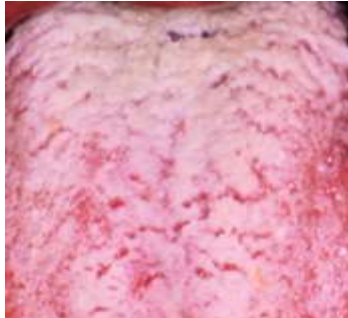
舌图2-2 糊状



舌图2-3 舌两边粘液状苔



舌图2-4 腐苔



舌图2-5 腐腻苔



舌图2-6 白滑苔



舌图2-7 透明水滑苔



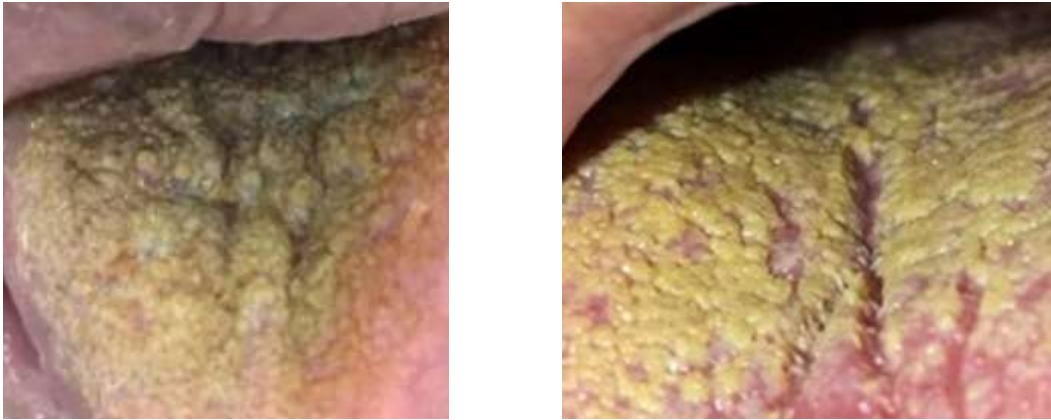
舌图2-8 水毒异色燥苔



舌图2-9 水毒异色凹凸厚苔（燥结轻症）



舌图2-10 水毒异色凹凸厚苔（燥结重症）



二、胃气虚的无根虚证苔(虚证白苔)

【虚证白苔】(舌图3-1, 2, 3)

虚证苔是胃气不足，六腑无邪的病变苔。其苔色必白，质地松软，以薄白苔，或少苔的状态存在。依虚损程度，苔质疏松如粥状者称“粥状白苔”，反映胃气虚的轻症。白苔成零星点状，近于无苔状态者称“胚状白苔”，反映胃气虚的重症。无苔舌治疗后出现虚证白苔是胃气恢复的佳兆。

舌图3-1 粥状白苔



舌图3-2 胚状白苔



舌图3-3 虚证白苔



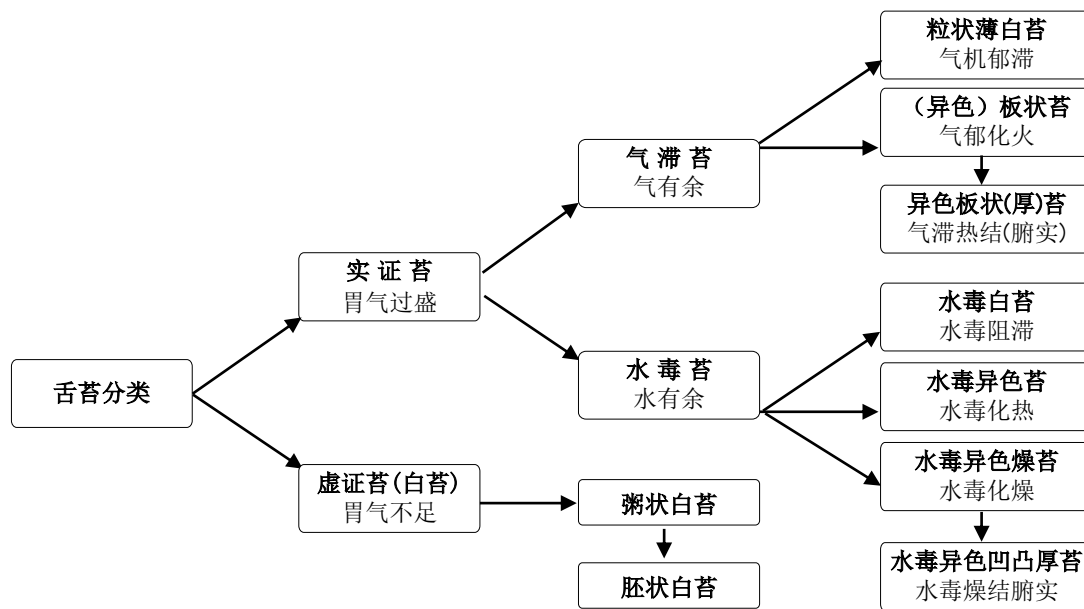


图1 舌苔分类

【健康舌苔】 正常舌苔(舌图4-1, 2, 3)

薄白苔普遍的被认为是正常舌苔，在这个定义中，气滞苔，水毒苔，虚证苔在薄白状态时就是正常舌苔。扩大健康舌苔的舌象可以观察到由微小粒状与微小点线状的薄白苔相互交错组成。也许这就是气滞苔和水毒苔的前身，因受到虚证白苔的控制影响所以苔颗粒较细小。当体质发生实证病变时它们就会发展成较大颗粒的气滞苔或水毒苔。所以，正常舌苔应该是气滞苔，水毒苔，虚证苔的相互综合平衡的薄白苔，称为健康舌苔比正常舌苔的表达更客观。

健康人体实际上很难达到三种苔的绝对平衡，总会发生偏多于某种苔的倾向，其之所偏就代表着体质（素体）的特殊性。

舌图4-1 健康舌苔（细小的粒状和条状的薄白苔交错存在）



舌图4-2 健康舌苔（微小粒状薄白苔含量多、偏于气滞体质）



舌图4-3 健康舌苔（微小点条状薄白苔含量多、偏于水毒体质）



【相互转化】舌图5-1, 2, 3

气滞苔，水毒苔，虚证苔可以单独存在，也可依体质病变的复杂化而同时存在。如气滞湿阻，或痰气交阻时气滞苔与水毒苔可同时并存；气阴两虚兼腑实热结时，可见舌前部的虚证苔与舌根部的异色板状厚苔并存等。

舌苔转化总是与体质的病变相对应，在疾病的变化中，气滞苔，水毒苔，虚证苔都随着病变体质与胃气强弱的变化，以及体内有无多余水分而发生相互转化。气有余体质促使苔往气滞苔转化，水有余体质促使苔往水毒苔转化，胃气虚体质促使苔往虚证苔转化。

舌图5-1 气滞苔（板状白苔）
与舌根部的泡沫水毒苔共存



舌图5-2 气滞苔（粒状薄白苔）
与异色水毒苔（黄腻苔）共存



舌图5-3 舌前部胚状白苔·无苔
与舌根部异色板状厚苔共存（气阴两虚或阴虚兼腑实证体质）



第二节 里（脏）

一、菌状乳头(舌图6-1)

五脏的阴阳(寒热虚实)状态，除观察舌色与舌质老嫩外，菌状乳头状态在诊断上具有重要意义。

菌状乳头位于舌尖和舌侧缘的丝状乳头间，数目较少，色淡红，呈头圆颈细的突起状，肉眼可见。其变化可直接反映脏的寒热虚实以及体力的强弱。

【寒热状态】(舌图6-2, 3, 4, 5)

菌状乳头颜色反映脏的寒热状态。淡红色是脏处于寒热平衡的正常状态，红是脏热，白是脏寒，其与舌色变化一致，可代替舌色观察。此外，舌尖部的菌状乳头呈暗黑色是脏寒，红色是脏热，也对诊断有参考价值。

【虚实状态】(舌图6-6, 7, 8, 9)

菌状乳头变化能敏感地反映脏的虚实状态，是诊断虚实的重要指标。其增大是脏实证，萎缩是脏虚轻证（气血津液不足），完全消失是脏虚重证（阴阳虚损）。

还可结合舌色进行更详细的虚证诊断，萎缩与淡白舌并存是气虚或血虚，与红舌并存是热盛伤阴，与淡红舌并存是气阴两虚。无菌状乳头与淡白舌并存是阳虚，与红舌并存是阴虚，与淡红舌并存是阴阳两虚。

【体力强弱】(表1)

“邪气盛则实，精气夺则虚”为中医的虚实概念。日本汉方没有实证概念，把虚实病变全归属于人体与病邪抗争的体力强弱状态，分成五个阶段来表示。菌状乳头结合中医病证，以及日本汉方的体力表现，能很好地解释菌状乳头与五脏虚实，以及与体力的相关性。

表1 菌状乳头与虚实概念以及体力的相关性

菌状乳头	中医病证	体力表示(日本)
消失	阴阳虚证	I 体力虚弱
萎缩	气血虚证	II 体力稍弱
正常	阴阳平衡	III 体力中等
稍大	轻度实证	IV 体力较强
增大	重度实证	V 体力强盛

舌图6-1 正常状态的菌状乳头(大小正常·淡红颜色)



菌状乳头

舌图6-2 红色(脏热)



舌图6-3 淡白色(脏寒)



舌图6-4 舌尖菌状乳头色红=脏热



舌图6-5 舌尖菌状乳头色暗黑=脏寒



菌状乳头的大小·有无，与虚实证·体力的关系

舌图6-6 大小正常 → 虚实平衡
体力中等



舌图6-7 增大 → 实证
体力强盛



舌图6-8 萎缩减少 → 气血津液虚证
体力稍弱



舌图6-9 消失 → 阴阳虚证
体力衰弱



二、舌色（淡红舌、淡白舌、红舌/红绛舌）

舌色是辨别脏的寒热状态的观察指标，有淡红舌，淡白舌，红舌与红绛舌。舌色结合菌状乳头的状态，可诊断脏的寒热虚实状态。

淡红舌（舌图7-2, 4, 5, 6, 7）

【临床意义】 表示脏的寒热平衡状态体质。

菌状乳头

正常：脏虚实平衡体质。

增大：脏实（邪实）体质。

萎缩减少：脏的气血津液不足，气阴两虚体质。

消失：脏阴阳虚损，阴阳两虚体质。

淡白舌（舌图7-3, 8, 9, 10）

【临床意义】 表示脏寒体质。

菌状乳头

正常：脏实寒体质（实寒证，菌状乳头多呈正常之大小，未见到增大现象）。

萎缩减少：气血虚体质。

消失：阳虚体质。

红舌/红绛舌（舌图7-1, 11, 12, 13, 14）

【临床意义】 表示脏热体质。脏热愈盛则舌色愈红。红绛舌与芒刺状菌状乳头共存是热极生风动血之证。少数人有天生性红绛舌，不伴有菌状乳头芒刺，是正常舌之一。

菌状乳头

增大：脏实热体质。

芒刺：热盛生风动血，与红绛舌并存。

萎缩减少：热盛伤阴，或阴虚火旺体质。

消失：阴虚体质。

舌图7-1 红舌



脏热

舌图7-2 淡红舌



脏寒热平衡

舌图7-3 淡白舌



脏寒

淡红舌(脏寒热平衡)

菌状乳头合参，诊察脏的虚实体质

舌图7-4 菌状乳头正常
脏虚实平衡



舌图7-5 菌状乳头增大
脏实(邪实)体质



舌图7-6 菌状乳头萎缩减少
脏气阴两虚体质



舌图7-7 菌状乳头消失
脏阴阳两虚体质



淡白舌(脏寒)

菌状乳头合参，诊察脏寒证的虚实体质

舌图7-8 菌状乳头色淡白，大小正常，无萎缩减少
脏实寒体质



舌图7-9 菌状乳头萎缩减少
脏气血虚体质



舌图7-10 菌状乳头消失
脏阳虚体质



红舌·红绛舌(脏热)

菌状乳头合参，诊察脏热证的虚实体质

舌图7-11 菌状乳头色红，无萎缩
脏实热体质（红舌）



舌图7-12 菌状乳头芒刺状，色红
脏血热生风动血体质（红绛舌）



舌图7-13 菌状乳头萎缩
脏热盛伤阴体质



舌图7-14 菌状乳头消失
脏阴虚体质



三、老舌，嫩舌，健康舌质(舌图8-1, 2, 3)

老舌·嫩舌也是观察脏的虚实体质的指标，可以与菌状乳头合参诊断虚实症候。

老舌

【临床意义】舌质呈坚韧苍老状态，是邪气强盛而正气不衰，正邪交争剧烈的实证体质。

嫩舌

【临床意义】舌肉质呈柔软细腻状态，是以正气不足为主的虚证体质。

健康舌质

【临床意义】舌肉质的软硬程度处于老舌与嫩舌的中间状态，表示无论是否有疾病，脏处于虚实平衡状态。

舌图8-1 老舌



舌图8-2 嫩舌



舌图8-3 健康舌质，软硬中等



第三节、八纲辨舌临床应用

舌苔可辨六腑的阴阳状态，与五脏无关。菌状乳头可辨五脏的阴阳状态，与六腑无关。

【脏腑合参】 分辨病变主次(舌图9-1, 2, 3, 4, 5, 6)

脏腑是个统一体，脏与腑可以各自单独发病，也可脏腑同病，并且互相影响，互相传化。丝状乳头代表胃气盛衰属表，以舌苔的变化形式来反映六腑的活动状态；菌状乳头代表脏气盛衰属里，以菌状乳头的变化形式来反映五脏的活动状态。脏气赖胃气而收纳储存精气，胃气赖脏气(精气)的能量补充而生发不息。脏与腑在生理上互相依存，病理上互相影响，互相传变。

八纲辨舌，既要表里(脏腑)分开观察，分清脏腑各自的病变状态，又要表里合参，分清表里各自在发病中的主次地位，究明病理中心是脏还是腑，或是脏腑同病。

舌苔异常是病在腑，主治在腑。菌状乳头异常是病在脏，主治在脏。同时异常是脏腑同病，有脏腑阴阳一致与脏腑阴阳相反的病证区别。脏腑阴阳一致则脏腑的寒热虚实状态相同，病证单纯；脏腑阴阳相反则脏腑的寒热虚实状态相反，病证复杂，如脏寒腑热，脏虚腑实等寒热虚实错杂证。脏腑同病的治疗，菌状乳头异常病变为中心则以治脏为主兼以治腑；舌苔异常病变为中心则以治腑为主兼以治脏；两者均有显著的异常病变则脏腑均为治疗的中心。

舌图9-1 脏虚单独发病（无菌状乳头）



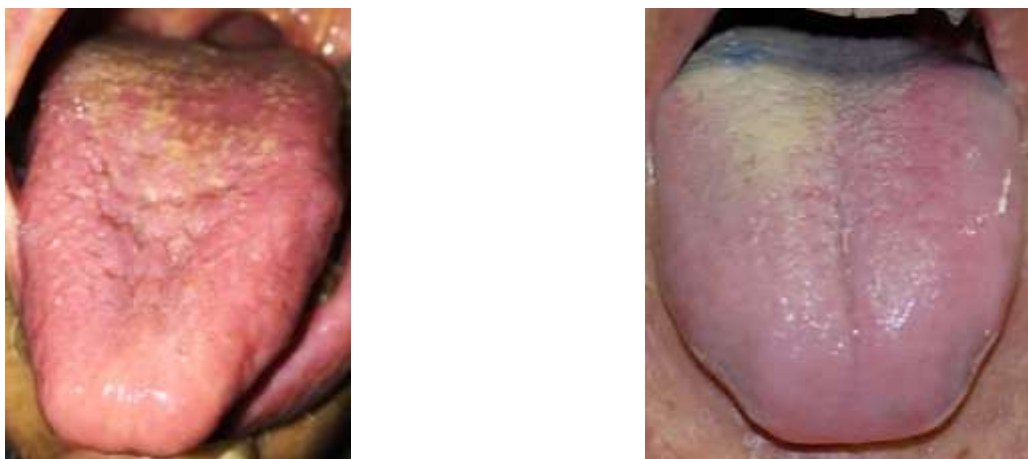
舌图9-2 腑实单独发病（苔异常）



舌图9-3 脏腑同病，表里阴阳一致（左：同实同热； 右：同实同寒）



舌图9-4 脏腑阴阳相反·脏虚腑实（左：脏虚热·腑实热； 右：脏虚寒·腑实热）



舌图9-5 脏腑阴阳相反·脏寒腑热（菌状乳头色白=脏寒；苔微黄=腑热）



舌图9-6 脏腑阴阳相反·脏热腑寒（菌状乳头色红=脏热；苔白滑=腑寒）



【表里传化】 (舌图10-1, 2, 3)

疾病进展时，邪从表传里，或里邪增盛；疾病康复则邪从里出表，病去而安。

表邪传里

邪在表，是表的单独发病，只有舌苔异常变化，舌质（肉）无变化；表邪传里，多见表里同病，或里病独盛，此时舌质必然发生舌色与菌状乳头病变，病情加重。

里邪出表

舌色与菌状乳头往正常状态转化的同时舌苔反见增多，或无苔舌出现大量的舌苔，是里邪出表，病情好转。虚证无苔时出现胚状白苔是胃气恢复，正胜邪退的佳兆。

里邪出表，必先达六腑，此时要保持六腑通畅，促使病邪排出体外。

六腑阻滞会影响里邪顺利出表，如凉膈散的病理是腑热积滞阻碍着肺胃里热外出；茵陈蒿汤是腑热积滞影响肝胆湿热外出，所以都要泻下通腑，以助里热顺利外出。

温邪入营，经过透热转气，里邪出表也会使无苔舌转为有苔舌。

湿热病的原理是脏有热邪而腑有湿邪，湿邪在外困阻，脏热不能外透。可通过宣湿化湿，开通六腑·三焦，去除在外的湿邪阻滞，脏热就可外达，如蒿芩清胆汤，三仁汤等。

脏热外传，舌色与菌状乳头好转的同时如见到表证增重的苔增多增厚的腑实现象，此是里邪出表佳兆，再通过泻腑或清腑，则能邪去正安。

舌图10-1 治疗前

舌图10-2 治疗中

舌图10-3 好转



脑肿瘤术后两年不能言语患者，突发意识模糊不清两个月，治疗过程如下。

舌图10-1治疗前：红绛舌少苔，病在脏，营血热盛，治以清营凉血，透热转气。

舌图10-2 治疗中：红绛舌消失，出现舌根苔厚实→里热消退，热邪传腑，投以涤痰汤去人参加大黄，芒硝通腑泻下。

舌图10-3 好转：化痰通腑泻下后舌根厚苔消退，神志转清楚。

继续治疗：脏热已退，舌根部白苔仍稍厚，是腑邪未尽，宜继续化痰清腑。

【辨病进退】 (病进，舌图11-1, 2; 病退，舌图11-3, 4)

治疗中观察舌象变化状态，可以判明疾病发展趋势及转归。

疾病恶化是病进，无论是表证还是里证，其舌象就会向正常舌象的反向发展；疾病好转是病退，舌象就会往正常舌象方面转化。

舌图11-1 脑出血患者安定期



舌图11-2 脑出血再发作



舌图11-1为脑出血患者安定期的舌象。舌图11-2为脑出血复发的舌象，与安定期舌象(淡红稍偏红舌)比较，舌红色加重(红绛舌)，菌状乳头增殖如芒刺，是里实热证增重，热盛动血，病情恶化。

舌图11-3 肝脓肿治疗前



舌图11-4 肝脓肿治疗两天后



患者男，67岁，腹胀，腹部膨隆，呼吸不畅，小便不利，当日尿量200ml，口干，磁共振检查发现多发肝脓肿，大者直径10cm，腹腔积液，行利尿后感觉轻松，症状缓解，但易反复。舌象分析为脏阴虚，舌体宽大为水毒积聚，投以一贯煎与二金汤合方，次日起症状好转。舌红干燥无苔转为淡红舌有津液，是肝阴恢复；出现薄白苔是胃气恢复；宽大舌体缩小是水毒减少。治疗后邪退正复，病症好转。 病例提供者 福州总医院 高松(医师)

【用药心得】

实证苔(气滞苔, 水毒苔)宜泻不宜补。

气滞苔要理气、开郁、清火。异色板状厚苔是体内无多余水分, 气滞化火而来的热结腑实证, 泻下药要用软坚润燥的芒硝, 如调胃承气汤, 凉膈散等, 不可合用化湿、化痰、消食的水毒药, 以防伤津液。

水毒苔要化湿、化痰、利水、消食。水毒化燥, 水毒异色凹凸厚苔是体内有多余水分, 水毒化燥而来的热结腑实证, 泻下药要配合化湿, 化痰, 或消食的水毒药。由于水毒化燥的形成有逐渐加重的演变过程, 苔略干而未至大燥, 是体内仍有水毒, 泻下药不可用芒硝, 以防伤脾阳, 如小承气汤, 枳实导滞丸等; 苔至燥而厚结, 可急下存阴, 泻下药用芒硝, 如大承气汤等。

虚证苔(粥状白苔, 胚状白苔)是丝状乳头萎缩退化, 胃气不足所致, 宜补不宜泻。

无苔是病在脏不在腑, 可根据菌状乳头的状态, 分清虚实症候治之。

凡补益药都能使丝(舌苔)·菌状乳头增生; 泻实药都能使丝(舌苔)·菌状乳头萎缩退化。菌状乳头增大为脏实, 宜泻不宜补, 萎缩或消失为脏虚, 宜补不宜泻(萎缩可补气血津液, 消失可补阴阳)。六腑以通为用, 以通为补, 病变无虚证, 苔多苔厚是丝状乳头增殖(胃气过盛)的六腑实证, 宜泻不宜补。

凡寒凉药都能清除脏腑之热, 温热药都能温散脏腑之寒。在遣方用药上, 异色苔宜清不宜温; 菌状乳头色白宜温不宜寒, 色红宜寒不宜温。