

第 32 講 【 診断論 II 】 教科書 P.99・100

8) 舌診

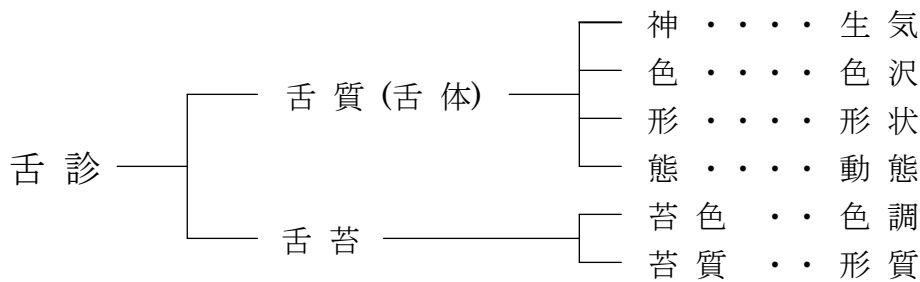
：舌診とは舌の状態を観察することにより、生体の生理活動と病理変化を診察する方法である。

《 舌と臓腑の関係 》

舌は経絡によって（直接または間接的に）臓腑と結びついている。一方、臓腑の精気は経絡を伝わって舌を滋養している。このため、舌の状態によって臓腑の病変を知ることができる。

(1) 舌診の対象

- ┌ 舌質：舌体ともいい、舌の筋肉・脈絡組織
- └ 舌苔：舌苔上に付着した苔状の物質



(2) 舌診の臨床意義

① 生気の盛衰を診る

：舌質の色調や舌苔の有無により、正気の盛衰を推測することができる。

- 例
- ┌ 舌質が淡紅で潤いがあるのは正気が充実している事を示す。
 - └ 舌質が淡白ならば気血が不足している事を示す。

② 病位の深淺を診る

：舌苔の厚薄から病邪の深淺・輕重を知ることができる。

- 例
- ┌ 舌苔が薄いのは病位が表にあることを示す。
 - └ 舌苔が厚いのは病位が裏にあることを示す。
 - 病位が更に深くなると舌苔が剥落したり減少する。

③ 病邪の性質を区別する

: 病邪の性質が異なると、舌苔や舌質などに反映する。

- 例 { 熱邪 紅舌、黄苔
- 寒邪 白苔、滑苔
- 食積、痰濁 . . . 腐膩舌

④ 病状の進退を推測する、予後を推測する

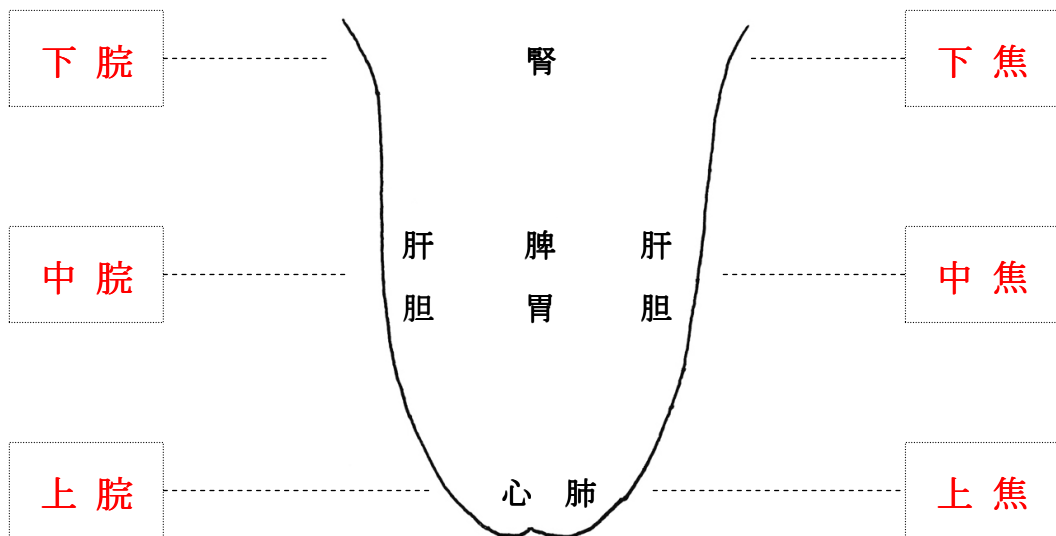
: 舌苔の色と性質は、病邪と正気の消長に相応した変化を示し、そこから病状の進退を推測することができる。

- 例 { 舌苔 : 潤 → 燥 . . . 熱邪が盛んで津液を消耗
- 舌苔 : 潤 ← 燥 . . . 津液の回復

- 例 { 舌苔 : 白 → 黄 → 灰黒 . . . 悪化(或いは寒証 → 熱証の変化)を示す
- 舌苔 : 白 ← 黄 ← 灰黒 . . . 好転(或いは熱証 → 寒証の変化)を示す

(3) 舌の部分診

- ① 胃経分画法 : 舌尖部は[上脛]に、舌中部は[中脛]に、舌根部を[下脛]に相当させ胃病の診断に応用されている。
- ② 三焦分画法 : 舌尖部が[上焦]に、舌中部が[中焦]に、舌根部が[下焦]に相当するとみなす方法。
- ③ 五臓分画法 : 舌尖部は[心・肺]に、舌辺部は[肝・胆]に、舌中部は[脾・胃]に、舌根部を[腎]に相当するとみなす方法。



【 胃経分画法 】

【 五臓分画法 】

【 三焦分画法 】

※ これらは弁証の参考にすべき内容であり、機械的に当てはめたり拘泥してはいけない。

『 舌診の注意事項と方法 』

① 光 線

基 本 ・ ・ ・ ・ ・ 十分に明るい自然光、直射でない柔和な光。

夜間・暗い場所 ・ ・ 蛍光灯

* 周囲の壁、カーテン、衣服などの色が影響することもあるので十分考慮すること。

② 姿 勢

座位、口を大きく開かせて舌を自然に口外に伸出させる。

座位ができない場合は、臥位で同様に行う。

* 舌体に力を入れたり、緊張・巻縮させたり、舌を伸出させている時間が長くなると、舌の循環状態が変わって色調が変化してしまうので、舌体は弛緩させ舌尖を下方に向けて平らになるように出させる。うまくできない患者の場合には、数回練習させたうえで観察するのが良い。

③ 順 序

重要な情報を見落とさない為にも普段から一定の順序で観察する習慣をつけると良い。

例：最初に舌苔を観察 → 有無・厚薄・腐膩・色調・潤燥を判定する。

次に 舌体を観察 → 色調・老嫩・胖瘦・斑点・動態

* 一般には舌尖から舌根へと観察を進める。

④ 飲食など

飲食によって舌苔や舌質に変化が生じることがあるので、十分注意が必要である。

食事による摩擦や、歯ブラシなどで舌面をこそぐ習慣があるときは、舌苔は薄くなる。

鼻閉のために口を開けて呼吸したり、水分を摂取した直後には、舌面の潤燥に変化が見られる。

舌を出す前に口内の水分を嚥下する癖のある患者でも、かなり乾燥したように見える。

* 飲食物や薬物などで染まった舌苔を「染苔」という。

⑤ 季節・時刻

正常な舌象であっても、季節や時刻によってやや変化が見られる。

例 1：夏 ・ ・ ・ ・ ・ 舌苔は厚く淡黄

秋 ・ ・ ・ ・ ・ 舌苔は薄く乾燥気味

冬 ・ ・ ・ ・ ・ 舌は湿潤傾向

例 2：早朝 ・ ・ ・ ・ ・ 舌苔が厚い
日中の食後 ・ ・ 舌苔は薄くなる

例 3：起床時 ・ ・ ・ ・ 舌質は暗
活動後 ・ ・ ・ ・ 舌質が紅に変化

⑥ 年齢と体質

老人は気血が不足 ・ ・ ・ 裂紋舌、乳頭の萎縮
肥満 ・ ・ ・ ・ ・ 舌質が偏淡偏胖
痩せた人 ・ ・ ・ ・ ・ 舌質が偏紅偏瘦 等

⑦ 刮苔・揩苔

刮苔、揩苔とは舌面の潤燥や舌苔が有根か無根かを、はっきり調べる必要がある場合に用いる方法である。

刮苔は舌圧子などで舌根部から舌尖に向けて苔をこそぐこと、揩苔は指にガーゼなどを巻きつけて舌面をぬぐうことで、舌体が乾燥しているか湿潤しているか、舌苔が剥がれやすい「無根」か剥がれにくい「有根」か、露出した舌体の色調はどうか、剥がれた舌苔の再生状況はどうか、などを調べる。

『 正常な舌象 』

“ 淡紅舌、薄白苔 ”

- ① 舌体が柔軟である。
- ② 動きが自在で敏捷である。
- ③ 舌体の色は鮮明な淡紅色である。
- ④ 形態の異常はなく、大きさも適度である。
- ⑤ 舌苔の色は白く、顆粒がそろっていて舌面に薄く付着している。
- ⑥ 舌苔は有根でこそいでも取れない。
- ⑦ 舌苔は適度に湿っていて粘ったりしていない。

※ 正常な舌象の条件は必ず覚えなければいけない。病態の舌象は正常な舌象との比較により判断するからである。・・・「以常達変」

『舌質の望診』（神・色・形・態）

1. 舌神

：舌神とは、正気の有無に関するおおまかな印象。

- ① 有神： $\left\{ \begin{array}{l} \text{i - 舌質に紅みと潤いがある。} \\ \text{ii - 運動性も十分にある。} \end{array} \right.$
- ② 無神： $\left\{ \begin{array}{l} \text{i - 舌質が乾枯して硬い。} \\ \text{ii - 運動性も非常に悪い。} \end{array} \right. \Delta \text{危篤の症候}$

2. 舌色（淡白、紅、絳、紫、青）

* 正常な舌色は [淡紅] 色である。

① 淡白舌

定義	舌色が正常の淡紅よりも淡い。
主病	血虚証、陽虚証、気虚証
分類	淡白 < 偏淡 < 浅淡 (< 淡紅)

② 紅舌

定義	舌色が正常の淡紅より濃いもの。
主病	熱証
分類	(淡紅<) 偏紅 < 紅 < 鮮紅 < 深紅 < 紅絳

③ 絳舌、紅絳舌

定義	紅舌よりさらに色の濃い深紅色を呈するもの。
主病	熱証（実熱のみ）、血瘀
分類	紅絳 < 絳

* 一般に紅色から絳色へと変化していくので、単純な紅色や絳色を呈することは少なく「紅絳舌」が良く見られる。絳色の程度が明らかなほど営血の病変が主体になっていることを示している。

④ 紫舌

定 義	紫色を帯びた舌
主 病	(気滞)血瘀
分 類	淡紫 : 淡白舌に近いが紫色を帯びたもの 紫 : 淡紫と紅紫の間 紅紫 : 紅舌で紫色を帯びているもの 絳紫 : 絳舌で紫色を帯びているもの 青紫 (紫暗) : 青紫色を呈している。もしくは暗い紫色のもの。

⑤ 青舌

定 義	青色で赤味のない舌。
主 病	寒凝陽厥、血瘀
分 類	青 : 古書では「水牛の舌」、現在では「静脈の色」といわれる。

3. 舌形

① 老嫩

老 : 舌面のきめが粗く、舌体が堅くしまった感じで、色が濃く見えるもの。
舌苔の色は関係なく全て実証が主体。

嫩 : 舌面のきめが細かくしっとり潤いがあり、舌体が腫れぼったく軟らかい感じのもの。虚証が主体。

② 胖大 — 気虚、陽虚

: 舌体が正常より腫れぼったくて大きい。
舌を伸出したときに口の幅いっぱいになるようなもの。

③ 瘦薄 — 陰虚、血虚

: 舌体が痩せて小さくなったり薄くなったもの。

④ 齒痕 — 気虚、陽虚

: 舌辺に見られる歯による圧迫痕。

- * 舌体が胖大になったため歯の圧迫を受けて生じる。
- * 胖大舌がある程度の時間持続することが形成の条件。

⑤ 裂紋 — 陰虚、血虚

: 舌体に見られる裂溝。
裂溝の数・長さ・深さ等は多種多様である。

⑥ 点刺 — 実熱

- 点 : 紅・白・黒色を呈する舌面の点状隆起。舌尖・舌辺にあらわれ易い。
- 刺 (芒刺) : 舌面に立ち上がった軟刺や顆粒のこと。増大すると棘状に隆起する。

⑦ 光滑 — 胃気虚、胃陰虚

: 舌面に苔がなく乳頭が消失して光ったように見えるもの。

⑧ 瘀点、瘀斑 — 瘀血

: 舌面に見られる大きさ、形状がさまざまな青紫～紫黒色の斑点。

- 瘀点 — 点状のもの
- 瘀斑 — 斑状のもの

⑨ 舌下絡脈 — 瘀血

: 舌下静脈怒張のこと。舌の下面で舌小帯両側に静脈がぼんやり見えるのが正常。

4. 舌態

① 強硬 — 熱盛、痰濁、中風

: 舌体が硬直し動きが悪いもの、ロレツがまわらず発音も不明瞭。

② 痿軟 — 気血両虚、陰虚、熱灼傷津

: 舌体が弛緩していて、伸出する力がなく動きも悪いもの。

③ 顫動 — 気血両虚、陽虚、陰虚仮熱、酒毒

: 舌体がふるえ、ピクピク動き自分で制御できないもの。

④ 歪斜 — 中風、中風前兆

: 舌を伸出したとき舌尖が一側に偏位するもの。

⑤ 吐弄 — 軽症: 心脾有熱 重症: 正気将絶、小児知能發育不全

- 吐舌 — 舌を口外に出すもの。
- 弄舌 — 舌をしきりに口から出し入れしたり、唇をしきりになめまわすもの。

⑥ 短縮 — 気血・津液不足、寒凝、痰濁阻絡、熱盛傷津動風

: 舌体が緊縮し伸ばすことができないもの。