

漢法苞徳塾資料	No. 173
区分	診察論・舌診
タイトル	舌診 一中医入門（秦伯未）より
著者	八木素萌
作成日	

1. 舌診とは

舌診は望診の重要な一環である。舌診で「舌」と言うときには「舌質」のことであり、「苔」と言うときには「舌苔」のことである。「舌苔」とは、舌面全体に降りている霜のように見える物のことである。

「舌質」を観察して〈臓腑の虚実〉を辨別し、「舌苔」を観察して〈胃の気の清濁〉と〈外感の時邪の性質〉とを辨別するのである。

まとめれば、「舌質」と「舌苔」の変化を観察することによって、疾病の性質および「正気」と「邪気」との抗争の状況をよく知ることができるのである。

—訳者注— 苔は気（陽明の気）を診る。質は血を診る。

2. 臓腑の配当

次に知っておかなければならないのは、舌の各部分が帯びている意味合いである。臓腑の配当は、舌尖部に心と肺・舌根部に腎・舌中央部に脾と胃・両傍（舌の縁）に肝と胆、とされている。

三焦論的には、舌尖部に上焦・舌中央部に中焦・舌根部に下焦が配当されている。

—訳者注—

この問題には数種類の説があり、それぞれに一理がある。中医入門原本では舌尖部に心・舌根部に腎・舌中央部に肺と胃・両傍に肝と胆、と記述されているが、そうした場合三焦論的には矛盾することになる。従って当塾では本文中太字の説を支持するものとする。

3. 正常な舌苔

始めに先ず正常な「舌苔」の問題をみておく。体質や嗜好の違いに由来する個人差の問題や、個別的な「舌苔」論上の問題などは、一応棚上げにしておいて一般論的に論じる。

一般的には「舌苔」の舌面における状態は、一面に霜が降りているかのようにウッスラと薄く舌面を覆っていて、乾きもせずまた湿り過ぎてもない。こういうものが標準である。

〈痰持ちの人〉や〈水気の多い人〉の「舌苔」は往々にして比較的厚みを帯びている傾向である。

「陰虚内熱」タイプの体質の人では、多くの場合は微黄色を帯びた「舌苔」をしている。また、酒飲みや喫煙家では、「舌苔」は比較的に黄膩であるか灰白色を帯びている。乳を飲んでいる嬰兒の「舌苔」は多くは白膩で滑らかである。生まれつき「舌苔」が無い者や、ムラに剥離していたり、舌に亀裂が多い等のケースもあるので、一々問診によって平常にはどうであるかについてハッキリと把握するようにしなければならない。常日頃からこのような「舌状」ならば、それは無病の徴であって正常の範囲に属しているからである。

4. 舌診の実際

舌診は相当に緻密で微妙なものであるから、「舌苔」と「舌質」の診察は区別して考えるべきである。その上で両者の観察を総合してのち、全体的に診察内容を考察する。こういうやり方が必要である。

(a) 舌質

- ・「舌質」の色を五色（淡・紅・絳・紫・藍）に区分する。
- ・〈淡白〉であるのは、虚寒症か或いは大失血後などの極度な貧血状態を示している。
- ・〈鮮紅色〉は、湿熱症であるか、陰虚火旺である。
- ・〈舌尖が紅色〉であるのは上焦の熱が盛んであるか、心火の高ぶりである。
- ・〈舌縁が紅色〉であるのは肝熱である。
- ・〈絳色（紅色が甚だしい深紅色）〉は榮分に熱が入っていることを示している。
- ・〈紫紅色〉は、上焦・中焦・下焦の三焦全てに熱が極まったものである。
- ・〈くすんで沈んだ暗い紫〉であるものは、「瘀血」が溜まっているのである。
- ・〈淡い紫が青みがかって比較的に湿潤〉なものは、寒邪の直中したものであり肝腎の陰症である。
- ・〈藍舌（青舌とも言う）〉で「滑」な状態のものは陰寒症であり、乾燥しているものは瘀熱症である。両者とも凶兆であり危険な徴候である。

(b) 舌苔

白色の「白苔」、黄色の「黄苔」、灰黒色の「灰黒苔」に区分する。

① 白苔

- ・〈薄い白色で滑（適当な湿り気を帯びている状態）〉であるものは、感冒のかかり始めである。（白滑の舌）
- ・〈白滑の舌が粘膩〉であるものは、内に「痰湿」があるものとされている。
- ・〈白苔が厚膩〉であるものは、「湿濁」が非常に重い状態であることを示している。
- ・〈白い粉が積もっているような白苔〉は「温疫」による穢濁¹が重い状態を示している。
- ・〈白膩の苔がまるで天然産ソーダの塊のように見える〉のは、深く沈潜し鬱滞している湿濁がある状態のもとで、食物滞留を起こしていることを示すものである。

る。病的な白苔は主に外感病のときに生じるものであり、多くの場合には表症を意味している。

②黄苔

- ・〈淡い黄色の苔が、適当に湿っていてまだ乾いていない状態〉であるものは、邪が裏に移行し始めている段階にあることを意味している。
- ・〈黄膩〉の舌苔は、湿熱の状態である。
- ・〈黄苔が垢付いたような膩の状態〉であるものは、湿であるが熱もまた盛んな状態であることを意味する。
- ・〈老黄（枯れ葉の黄色のように艶が無く精彩の無い黄色）で焦げたように乾燥気味で舌質の亀裂が見える状態〉であるものは、熱であるが湿もまた盛んなのである。

③灰黒苔

- ・〈舌苔はただの灰色に過ぎないが、薄膩であって潤いがある状態〉であるものは、停飲であるかまたは陰寒の直中^{ちよくちゅう}である。
- ・〈灰色が濃厚になれば黒っぽくなる。これを黒苔と言うが、黒苔で乾燥している〉ものは、熱が熾烈であるために津液が損傷されてしまっている状態である。これはまさに「火極マッテ水に似ル」2)と言われているようなものである。
- ・〈黒苔で潤滑の状態〉であるものは、陰の虚寒による寒えが盛んなのであり、それはまさに「水来タリテ火ヲクス」3)と言う有り様である。

(c)染舌

飲食物は舌苔の色を染めて、正確な辨別を困難にする場合が少なくない。

例えば、豆乳や牛乳を飲めば舌苔は白膩になり易く、ミカンジュースを飲めば淡黄色に染まり易く、カンラン（青果）4)の果実や野菜のタマリ漬などを食べれば灰黒色に染まり易い。このような原因による舌苔の変色は、大抵は舌苔の表面上のものだけの浅いものが多く、舌質には関係ないのである。こう言うものを「染舌」と呼んでいるが、「染舌」による色の変化は診断の役には立たないのである。

—訳者注—

- 1) 穢はけがれ・けがらわしいの意味である。ここではひどい邪の意味であり、濁は湿濁や沈濁のように除きにくい邪の意味に用いている。「温疫」と呼ばれる疫病は、温病の中の感染性・流行性が激しく症候も重篤になるもので、取り除きにくいシツコイ病邪に取り付かれていることを意味する。
- 2) 原文のこの部分が如何なる意図で記述されたのかが重要な問題である。つまり津液が熾烈な熱のために損傷されていると言うことは、「火極」の状態であるのに、何故それが「似水」と言えるのか？此の点が理解できなければ、黒苔の乾燥と潤滑の関係が解りにくくなるのである。

- 3) 此処も「火極似水」と対になっている表現で、正確に理解する必要がある所である。「水来克火」であるならば「火極」が治癒する方向に症候の転回が始まったと解して良いのか？むしろ、最後の「火」が消えて冷たくなり始めている徴候であるのか？大いに問題にしなければならない所である。
- 4) 橄欖：果樹の名・喬木の名。別名、青果・諫果
熱帯植木で幹の高さは40M余りに達する。実は尖長で榧に似て食用に供せられ又、油をとる。樹皮は薬用となる。

5. 全体の考察

(a)以上のような「舌質」と「舌苔」の色調などの観察の他に、さらに次のような点の観察・辨別が必要である。即ち

- ①変化が古いものか新しいものか。
- ②乾燥しているか潤っているか。
- ③主に「質」が軟らかいか硬いか。
- ④舌全体が小刻みに震戦しているか痿えているか。
- ⑤「質」「苔」が厚いか薄いか。
- ⑥「苔」が粗いか（鬆）、膩であるか。
- ⑦全体が生き生きとしているか（榮）、そうでないか（枯）。
- ⑧「質」が腫れぼったいか（脹）、干からび萎びたようであるか（癩）。

等を観察するのである。

- ・舌が収斂して締まった感じ（堅斂）に見える蒼老のものは「実」に属し、弾力が足りなくブヨブヨ太り（浮腫）でなまめいて儂く未熟でひ弱な感じ（嬌嫩）のものは「虚」なのである。
- ・乾燥しているのは津液が涸れているからであり、潤いがあるのは津液が涸れていないのである。
- ・しなやかに軟らかいのは「気」や「津液」などが自らを滋養しているが、堅い感じであるのは絡脈の養いが失われているのである。
- ・震戦しているのは「虚」であり「風」なのである。痿えているのは弾性が乏しくて思うように動かせないのであって、「正気」が虚弱になっていることを示しているのである。
- ・舌面が一面薄くなっているのは、表陽の部（衛の分・皮毛腠理の分）が病邪に感じ始めている（風寒感冒に他ならない）のである。厚くなっているのは表邪が既に「裏」1）に侵入したことを示している。
- ・舌苔がマバラになっているのは〈質の欠如（無質）〉2）を意味し、まさに邪に変わろうとしているのであり、苔が膩であるのは〈質が有る（有地）〉ことを意味するが、穢濁が盤踞している（しつこい湿熱性の病邪が有る状態）ことを意味しているのである。
- ・「榮」と言う状態は生き生きとして〈いろ・つや・はり〉がよい状態のことで、これは皆、病

の予後が〈吉〉である。反対に「枯」と言う状態では「神」が衰えているのであり、この場合は多くは〈凶〉であると言う意味を示している。

- ・「脹」と言われているのは、腫れぼったく浮腫している状態のことで、体に水湿が在るのを示しているのである。痩せて萎びているような状態であるのは、「心虚」であるか、〈内熱によって津液が消耗するに至っている〉ことを現している。

- (b)舌面に苔が全く無い状態を「光苔」と言う。これは多くは陰虚の状態を意味し、その状態を例えれば〈皮膚をはがした豚のペニス〉のような有り様である。これは肝腎の陰分がひどく損傷しているのである。

「舌苔」の一部が欠如して剥がれた様なものを「剥舌」という。この剥離した部分が赤いのは陰虚で熱があるのである。剥離部分が糜爛しているのは、「花剥」と呼ばれ、多くは「温疫」の湿熱が〈陰〉を傷害しているのである。

「光苔」で裂紋があったり、「舌苔」が乾燥して亀裂があるなどは、ともに津液が損なわれているものとされている。更に舌面上に「紅刺」（赤い刺状のもの）や「紅点」が現れているのは、「内熱」が極めて重い状態であることを示している。「舌」に〈白点〉が生じて〈泡の様〉になり、食事の折りには〈刺痛〉を覚えるのは「疔」と呼びならわされ、それは〈胃熱〉の状態である。白衣が黴びてそれがシミの様にしだいに蔓延して行くのは「糜」と呼びならわされ、これは多くは〈熱が留恋して去らないために陰が損傷されている症〉の現れなのである。

- (c)舌の観察に関しては「舌質」と「舌苔」を区別して考えるが、それぞれを観察したら必ず両者を総合して考察しなければならない。

例えば「絳舌」は邪熱が榮分に入っている徴候であるが、なお黄白色の苔が存在しているものは、まだ気分にも邪が留まり残っている事も現わしているのである。「舌質」は〈紅〉であるが「白苔」も在るという状態は、「湿」が熱を抑制している（熱が籠もっている）ことを示しているので、ただ一途に〈榮分の熱を清ます〉ばかりの治療では足りないのである。

「舌苔」が〈膩〉であるのは「湿」を意味し、〈黄色〉であるのは邪が「胃」に入って「熱」に化しているのである。しかし「膩」が厚くて「黄色」の状態であっても舌質の方はまだ紅色になっていない場合は、「化湿」するのが治療の要点である。これとは異なって「膩舌」であるが潤いが無く、舌質の方は既にあでやかな紅になっているのは、熱が津液に及ばないようにしなければならないのである。

「厚膩の舌」であるからと言っても、ひたすら辛・燥の薬味を用いて「化湿」ばかりを図ろうとしてはならないのである。

これらの例のように病の変化は極めて多端であるから、ある一面ばかりに目を奪われないようにしなければならないのである。

—訳者注—

- 1) このような場合の「裏」とは「陽明胃腑」を意味していることが大部分である。表邪は「太陽」から「陽明」、または「太陽」から「少陽」へと伝入するのである。
- 2) 無質とはいかにも中国的な表現である。舌苔は気を意味し、外邪から身体を防衛する衛陽の気の質（機能の源泉の力）の欠乏を指している。

舌診まとめ

舌質		舌苔	
淡白	虚寒症 大失血後極度貧血	白苔	薄白而滑：感冒初期
紅	鮮紅：湿熱症 陰虛火旺		白滑粘膩：内有痰湿
	舌尖紅：上焦熱盛 心火上炎		白而厚膩：湿濁極重
	舌縁紅：肝熱		白如積粉：温疫穢濁重
絳	邪熱入營		白膩如鹼：食滯挾湿濁鬱伏
紫	紫紅：三焦俱熱極	黄苔	淡黄而不乾：邪初傳裏
	紫而晦暗：瘀血蓄積		黄膩：湿熱
	淡紫而青並較湿潤：寒邪直中肝腎の陰症		黄而垢膩：湿盛於熱
藍	藍而滑：陰寒症		
	藍而乾燥：瘀熱症	灰黑苔	灰而薄膩滑潤：停飲或直中陰寒
			黑苔乾燥：熱熾傷津 火極似水
			黑苔潤滑：陽虛寒盛 水来克火

堅斂蒼老：実・浮腫嬌嫩：虚	光舌（舌上全部無苔）：陰虛
乾：津枯・潤：津液未傷	光如去膜猪腰：肝腎陰分極傷
軟：氣液自滋・硬：脈絡失養	剥舌赤（舌苔中間缺少一塊）：陰虛有熱
戰：属虚属風・痿：正氣虚弱	花剥（剥蝕斑斕）：温疫湿熱傷陰
榮：病見皆吉・枯：病見皆凶	苔薄：表邪初感
脹：水湿・癰：心虚或内熱消燦	苔厚：裏邪已深
舌光有裂紋或舌苔燥裂：津液傷損	苔鬆（無質）：正足化邪
舌生紅刺或紅点：内熱極重	苔膩（有地）：穢濁盤踞
疔（舌起白點如泡、飲食刺痛）：胃熱	
糜（生白衣如黴腐逐漸蔓延）：熱戀陰傷	