

漢法苞徳塾資料	No. 174
区分	診察論・舌診
タイトル	舌診について
著者	八木素萌
作成日	1990.06

◆舌苔

[苔状] 無・甚薄・明薄・微薄・平・微厚・明厚・甚厚・厚膩・芒刺・剝離

[苔色] 薄淡白・淡白・白(灰白色・灰色・濃灰色)・淡黄・黄・茶・褐・濃褐・黒褐・紫黒

※(それぞれに膩あり〈例～黄膩〉)

◆舌質

[舌色] 淡・紅・絳・紫・藍 ※(それぞれに、鮮と濁・汚と浄、がある)

[厚み] 甚薄・明薄・微薄・平・微厚・明厚・甚厚・裂紋の線条数

[亀裂、裂紋の深淺] 微か・浅い・かなり明瞭・深い・非常に深い・溢血あり

[齒痕] 無・微・明・甚(舌質の弾力の衰退の表現である)

[湿潤度] 甚乾・明乾・微乾・平・微潤・明潤・甚潤

(これは唾液の多寡や粘稀と密接に関連している。)

◆唾液

[量] 甚少・明少・微少・平・微多・明多・甚多

[粘度] 甚稀・明稀・微稀・平・微粘・明粘・甚粘

◆齒齦

[色調]

[炎症]

[しまり具合]

◆芒刺

無・有(真・仮)・微・明・甚・清浄・汚腐

◆弾力

萎縮・萎軟・瘦軟・柔軟・弾・緊・締・縮

◎参考

- (い) 舌苔は気を候う：胃気の情報・病の深淺。 外邪・腑・三陽病＝陽
 (ろ) 舌質は血を候う：臓の虚実の情報。 内傷・臓・三陰病＝陰

◆動

敏活・舒・鈍遅・振戦（軽・中・重）・吐弄・木舌・重舌・歪・偏・萎

◆その他

アフタ・炎症・潰瘍・齲齒・頬粘膜・上下口蓋粘膜・口角・
 唇（乾燥＜微、明、甚＞亀裂＜微、明、甚、溢血＞）・
 口が苦い・口が甘い・口が酸っぱい・口が粘る・口内に生水が湧く・
 口が臭い・口臭の様子（酸臭・腐臭・香臭・辛臭・焦臭・その他）・舌裏静脈

◎歯根部でホーロー質が絶えてエナメル質が露出していれば、歯齦が退行しているのであるが、歯が乾燥気味であったり光沢の衰えが見られれば、腎精の衰えが在るのである。歯根部で歯肉がブヨブヨしていたり、炎症が見られたり、歯槽膿漏やその前兆が見られたり、歯に歯肉がシッカリ付いていない等は、「骨肉相不親」の状態で、脾の衰えを示している。

◎参考

舌面での臓腑配当には数説がある。

- (い) 中心は胃、四畔は脾、舌尖は心肺。
 (ろ) 舌面の白苔は肺・左辺は肝・右辺は胆。
 (は) 舌本は腎・舌尖は心肺・舌央は脾胃・左右縁は肝胆。
 (に) 舌央は胃肺・舌尖は心・左右は肝胆・舌根は腎。

〈註〉 諸説に一面の根拠があるので、全体の状況に応じて適切なものを採る必要がある。(八木)

◎参考

現代中医学の完成期の巨峰とされる秦伯未の「中医入門」に、体質的に肥満の人は痰・湿があるので舌苔は比較的に厚く、陰虚内熱型に人は苔は多く微黄であり、酒のみや喫煙家は苔は比較的に厚膩であったり灰黒色を帯びていたりする、また先天的に苔が乏しい人や剥離がある人や亀裂のある人もいるので、その人の平常に注意しないと、正常範囲であることを誤認する事になると記している。また、舌質が淡く白っぽいのは「虚寒症」であるか大出血後の極度の貧血の現われ、鮮紅色は「温熱症」または「陰虚火旺」、舌尖が紅いのは上焦の熱か「心火上炎」、舌縁の紅いのは「肝熱」、深紅色＝絳は多くは「邪熱」が「営分に入る」姿であり、紫紅は「上・中・下の三焦全てに熱が「極」まっているのであり、紫で暗晦色なのは瘀血が蓄積しているのを示す、淡紫で青っぽく湿潤なのは

寒邪が肝腎に「直中」する「陰症」、藍舌でツルリと舌苔が無く湿潤なものは「陰寒症」、乾燥しているのは「癆熱症」で、ともに「凶」兆である。～と記述し、さらに～苔が膩は湿や痰、黄膩は湿熱、灰色薄膩潤は停飲または「陰寒直中」と。

◎津液の多寡は、舌質の厚みが身体の肉付きの程度に相応していれば良いのであるが、アンバランスに「厚い」のは「多い状態」つまり体内での津液の停滞、つまり「飲」が起こっているのである。アンバランスに「薄い」のは「少ない状態」つまり「燥」の状態でも歯も乾いている場合が多い。「唾液」が多く淡いならば「多い」状態だが、粘って濃い状態ならば「少ない」状態である。「津液の多寡」は気が多寡や血の寒・熱・癆の有無や程度などに見合わせて津液の多寡が起こっている理由を判断する。

◎気が多寡は、舌苔の様子と舌の動きや弾力の程度で診る。霜が一面に降りている様で白くムラや剥離箇所無く適度な湿り具合であるのは良好な状態を意味する。熱があれば苔は厚くなって行き、苔色も次第に濃くなって行く、白→黄→茶→褐→黒褐色などの様に熱の度合いに応じて変化して行く。熱が津液を傷害するようになると、舌苔の様相はさらに変化して「芒刺厚膩」・舌苔の部分的な剥離と「芒刺厚膩」の点状的な簇生や極在そして舌質に亀裂が生じる状態・これらが混在するようになる。気が少なくなって（力が衰えて）自ら身体を暖める力（温煦力）が乏しいと、その程度に応じて舌苔は次第に薄くなりついには消退してしまう。

◎舌質の色調は、健康な少年の舌の赤さを可とする。舌質の弾力が低下すれば舌縁に歯痕が付く、貧血・腫脹・栄養の偏り＝失調その他の血虚である、さらに色調も淡く濁って艶も低下する。血瘀では色調は汚濁して濃紫の方向に変化して行く、血瘀は歯齦の状態と診合せる事も、舌裏の静脈の様子とも診合せる事も必要である。

血涸であれば津液が「少ない」と同様に、舌質は薄くなり色は沈晦になるか、沈晦で淡くなるから「灰色」の傾向になる。これは温煦力もないから黒味（冷え・腎の色）も帯びる。この血涸な場合には虚火が熾んになることがあるが、この虚火の場合にはペロリと皮の剥けた傷痕部のような赤味を現わす。変化は異常の程度に応じて。血が熱を帯びていれば舌質の色は濃厚になって行く。赤→紅→絳→褐→紫のように変化して行く（赤は心の色・熱の色）。この状態の場合には「津液」が燥かされ血も傷害されるので舌質に亀裂が生じ、ひどい時には血がにじむようになる。

◎着眼点

1. 津液に（潤燥）状態を診る

口腔内の水液＝唾液＝津液の多い少ない、および粘度を観察する。舌の厚みが身体の肉付きと相応しているかどうかとも対比する必要がある。

2. 気の情報（寒熱多寡）を診る

主に舌苔の濃淡厚薄を観察する、主として「胃の気」を診ているのである。「胃」は「気」「血」ともに多いとされている。中腕穴は「腑会」でもある。舌の動きも重要である、「気」の状態が良好ならば動きはスムーズである。

3. 血の状態（瘀・清・濃・淡・寒・熱）を診る

舌質の色調・弾力・厚薄・亀裂の有無や深淺・舌縁の状態・舌裏の静脈の様子などを観察する。

4. その他（歯・口腔粘膜・歯齦などの状態）を診る

歯の長さ・艶・潤いがあるか乾燥気味であるか、歯肉・歯齦や口腔粘膜に異常はないかを診る。