



## オールカラー

**裂紋舌** 舌面に生じた深さ・形・数の一定しない溝や割れ目のあるもの。

【診断意義】

●熱盛傷燥・陰液虧損  
陰液虧損によって舌体が燥潤<sup>1)</sup>できないことで現れる。裂紋舌とともに紅赤舌・瘦薄舌・少苔・無苔が現れるのは熱盛<sup>2)</sup>・陰液虧損を示す。治療原則は養陰清熱である。

●気血両虚  
気血不足によって舌体が濡潤できないことで現れる。裂紋舌とともに淡白舌・瘦薄舌が現れるのは気血両虚を示す。治療原則は気血両補である。

●気陰両虚  
裂紋舌とともに淡紅嫩舌・少苔が現れるのは気陰両虚を示す。治療原則は益氣養陰である。

その他に、裂紋舌とともに淡白舌・脾軟・面紅・自汗が現れるのは脾虚湿停<sup>3)</sup>を示す。治療原則は健脾益氣利湿である。

**光滑舌** 舌苔がなくなり、舌面がツルツルして鏡のように光るものであり、「鏡面舌」とも呼ばれる。慢性疾患・重病兆候、また高齢者によくみられる。

【診断意義】

●胃気大傷・胃陰枯絶  
舌苔は胃気と胃陰により化生されたものである。胃気・胃陰が虚損して苔の化生ができず、「光滑舌」「鏡面舌」になる。

●胃陰虚・胃腎陰虚  
光滑舌とともに紅赤舌・乾燥・少津が現れるのは胃陰虚・胃腎陰虚を示す。治療原則は滋陰養腎<sup>4)</sup>である。

●腎気大傷・気血両虚  
光滑舌とともに淡白舌・瘦薄舌が現れるのは腎気大傷<sup>5)</sup>・気血両虚を示す。治療原則は補腎養腎<sup>6)</sup>・益氣養血である。

光滑舌

**紅点舌** 舌面に生じた赤い点状の隆起（茸状乳頭が赤く腫れて毛細血管網が拡張し出血するため）で、触っても痛まないものである。舌尖・舌辺によくみられる。紅点より大きいものを「紅斑舌」と呼ぶ。

**芒刺舌** 舌面に生じた突起状の隆起であり、触ると手にザラザラと突き刺さる感じがする（多くの赤点乳頭が茸状乳頭へ転化したため）。茸状乳頭はかなり増殖して突起状の突起を形成したりする。舌尖・舌辺・舌中央部に多くみられる。

【診断意義】

●実熱証・風辨熱盛  
邪熱旺盛によって気血が舌体を上<sup>7)</sup>涌<sup>8)</sup>することにより現れる。黄苔・燥苔を伴うものは実熱証を示す。治療原則は清熱解毒<sup>9)</sup>・涼血解毒である。神舌・少苔無苔を伴うものは熱入氣血・氣陰已<sup>10)</sup>傷<sup>11)</sup>を示す。治療原則は清熱涼血・清熱解毒である。また、紅点や芒刺が現れる場所によって、どの臓腑に病変があるかを察知することができる。舌尖紅点・舌尖芒刺は心火亢進を示す。舌尖と舌辺の紅点は肝火亢進を示す。

紅点舌 (熱盛傷燥)      紅点舌 (気血両虚)      紅点舌 (気陰両虚)

●1 舌苔「潤い」をもたせながら養うこと。  
●2 熱盛傷燥・熱邪が盛んになって陰液を奪っている状態。  
●3 腎虚湿停・脾の水分代謝機能が減退して、舌の体内に留まっている状態。

26

●1 滋陰養腎益腎・腎陰を養い、腎陰を益すこと。  
●2 胃気大傷・胃気（脾胃の消化機能）が大きく傷ついている状態。  
●3 補腎養腎・腎気を健やかにし、腎陰を養うこと。

27

**燥盛気化不行** 燥舌とともに淡白舌・胖大舌を伴うものは燥盛・津不上<sup>12)</sup>・氣<sup>13)</sup>を示す。燥盛気化不行によって津液を舌へ上承できないためである。治療原則は温陽化氣<sup>14)</sup>・生津<sup>15)</sup>である。

舌の潤燥は体内の津液状態を示すデータである。潤苔から燥苔への変化は津液運化失調<sup>16)</sup>・水湿痰飲停留を示すが、燥苔から潤苔への変化は水湿痰飲が取り除かれる兆候である。また、潤苔より燥苔への変化は津液固滯を示すが、燥苔より潤苔への変化は津液固滯の兆候である。

燥舌 (熱盛傷燥)      燥舌 (燥盛気化不行)

●1 燥邪：六淫外邪の一つ。  
●2 津不上昇：津液が上には届かない。  
●3 温陽化氣行水：温気を高めることによって水の水分代謝の働きを良くして、津液を舌へ上承させること。  
●4 津液運化失調：脾・肺・腎の水分代謝機能が失調すること。

40

さらに舌色や潤いの状態により寒熱を見分ける。自膩舌・白膩舌は寒湿<sup>17)</sup>・水湿<sup>18)</sup>を示す。治療原則は散寒利湿<sup>19)</sup>・芳香化濁<sup>20)</sup>・温<sup>21)</sup>・温<sup>22)</sup>・温<sup>23)</sup>である。黄膩舌、また少津が現れれば陽熱<sup>24)</sup>・痰熱<sup>25)</sup>・食積化熱を示す。治療原則は清熱化湿<sup>26)</sup>・清熱化痰<sup>27)</sup>である。

暗く汚い膩舌を「垢膩舌」と呼ぶ。膩舌に汚い粘液が覆われるものを「粘膩舌」と

垢膩舌 (薄白膩舌)      膩舌 (薄黄膩舌)

垢膩舌      粘膩舌

41

## 付属 CD-ROM との併用で舌診の基礎をマスター

**舌質**

●舌色 淡紅舌 淡白舌 紅舌 暗紅・紅紫舌 紫舌

●舌形 老舌 嫩舌 胖大舌 瘦薄舌 短小舌 裂紋舌

紅点舌 芒刺舌 赤点舌・紅斑舌 舌下新絲 (舌下顆粒) 舌糜

●舌態 歪斜舌

**舌苔**

●舌色 白苔 黄苔 灰白・黄白 腐苔 積苔

●舌質 薄苔 厚苔 潤苔 燥苔 膩苔 腐苔

●その他 まぎららしい舌

CD の [舌象から選ぶ] 画面

**症例5**

患者情報  
舌苔  
舌質  
舌下静脈

【舌診】 裏やや暗赤・舌中部に深い縦紋・無神舌に近い・舌下静脈の腫脹・腫脹  
・淡や暗赤  
・舌中部に深い縦紋  
・舌全体は色彩も近い  
・欠けて無神舌に近い  
・舌下静脈の腫脹・腫脹  
→ 病位を示す

●舌質 有神舌と無神舌

●舌色 淡紅舌 淡紅舌と紅舌 紅舌 紅舌と紫舌

●舌形 老舌と嫩舌 胖大舌 瘦薄舌 瘦薄舌

裂紋舌 紅点舌と芒刺舌 紫点舌 舌下新絲 (舌下顆粒) 歪斜舌と腐敗舌

CD の各症例の画面

CD-ROMでマスターする  
**舌診の基礎**  
CD-ROM

資料編  
ここではCDに収録されている全103症例をカテゴリ別に選ぶことができます。

舌象から選ぶ      すべての症例をみる      経過観察の症例をみる

トレーニング編  
ここでは舌の鑑別のトレーニングを行うことができます。

トレーニングを始める

CD のトップ画面

CD の舌の選択画面

トレーニング編  
ここでは舌の鑑別のトレーニングを行います。

舌質

●舌神 有神舌と無神舌

●舌色 淡紅舌 淡紅舌と紅舌 紅舌 紅舌と紫舌

●舌形 老舌と嫩舌 胖大舌 瘦薄舌 瘦薄舌

裂紋舌 紅点舌と芒刺舌 紫点舌 舌下新絲 (舌下顆粒) 歪斜舌と腐敗舌

次頁 1 / 2

CD のトレーニング編の目次画面