

אפיונים להסתכלות בלשון

ישנם מספר אספקטים עיקריים המהווים יחדיו תמונה שלמה ומסייעים לנו בניתוח הנתונים:

| מאפיינים אידיאליים אופטימליים | מאפיינים |
|--|----------------|
| צבע ורדרד- חיוני לא חיוור ולא חזק | צבע לשון |
| מותאמת יחסית לגודל הפה- אינה גדולה / קטנה, תפוחה / דקה, צרה / רחבה, צורת U חלקה. | צורת הלשון |
| לחלוחית טבעית – חיפוי שקוף וצלול אשר ניתן לראות דרכו ופיזורו על הלשון שווה. "כטל על דשא קצור" | חיפוי הלשון |
| נוטה לחלק- פנים אחידים וחלקים ללא חריצים, נקודות, חתכים ופצעים. (עלולה להיות טופוגרפיה מולדת של הלשון) | פני הלשון |
| שריר בעל טונוס תקין ויציב ללא רעד, נוקשות, רפיון קיצוני, וללא נטייה לצד מסוים. | תנועתיות הלשון |
| | |

| צבעי הלשון | אינדיקציה סינית |
|-----------------------------------|-------------------------------|
| חיוורת | חוסר QI / BLD / YANG |
| אדומה | חום |
| כחולה | קור- מכת קור שחדר פנימה |
| סגולה | BLD / QI STG |
| כחולה סגולה | קור פנימי קיצוני עם BLD STS |
| סגלגלה חיוורת | סטגנציה מחוסר QI / BLD |
| אדמדמה סגלגלה | סטגנציה שהובילה לחום |
| חיוורת ורטובה | חוסר YANG |
| חיוורת ויבשה | חוסר BLD |
| אדומה עם חיפוי צהוב ועבה | חום מלא ולחות |
| אדומה עם חיפוי צהוב, עבה ודביק | חום מלא וליחה |
| אדומה כשני ומבריקה | חוסר YIN בעיקר HT / LU |
| כחולה ורטובה | קור פנימי קיצוני עם חוסר YANG |
| כחולה ויבשה | קור פנימי קיצוני עם חוסר BLD |

| אינדיקציה סינית | צורת הלשון |
|---|--------------------------|
| חוסר BLD - אין הזנה , חסר חומר (YIN) | דקה ודחוסה |
| חוסר YANG / QI - בצקתית ורופסת ללא החזקה | תפוחה ורופסת |
| עודף, סטגנציה (בד"כ מלווה באודם) | נוקשה ותפוחה |
| SP QI DEF | תפוחה עם סימני שיניים |
| HT FIRE | תפוחה ואדומה בקצה |
| חוסר QI / YANG | תפוחה ורטובה |
| סטגנציה קיצונית על רקע של חוסר | תפוחה וסגולה |

| אינדיקציה סינית | חיפויי הלשון |
|-------------------------------|----------------------|
| קור קיצוני ולחות הפולשים לגוף | לבן עבה |
| קור פנימי וחוסר YANG | לבן דק |
| SP YANG DEF עם ליחה | לבן עבה ושמונוני |
| חוסר דם | לבן דק ויבש |
| קור שחדר והפך לחום | לבן אבקתי |
| רוח חמה ותחילת חום פנימי | צהוב חיוור ויבש |
| חום מלא ולחות | צהוב עבה |
| חום מלא וליחה | צהוב עבה ודביק |
| לחות חמה ב-ST | צהוב מלוכלך ודביק |

| פני הלשון | אינדיקציה סינית |
|-------------------------|--------------------|
| חריצים אופקיים | מצב YIN DEF כללי |
| חריצים עמוקים ורחבים | מצב YIN DEF מזקנה |
| חריץ מרכזי | SP / ST ב- YIN DEF |
| סימני שיניים | SP QI DEF |
| נקודות אדומות | חום מלא לפי מיקום |
| נקודות סגולות | חום עם BLD STS |

| תנועתיות הלשון | אינדיקציה סינית |
|----------------|---------------------------------------|
| נוקשה ואדומה | חום קיצוני המכלה נוזלי גוף |
| נוקשה | רוח פנימית ועודף |
| סוטה הצידה | רוח חיצונית שהפכה פנימית |
| רועדת | סטגנציה קיצונית או רוח או חוסר QI חזק |
| עולה בקצה | חום ועודף |

התבטאות 8 העקרונות בלשון:

- חיצוני- מתבטא בחיפוי הלשון ופיזורו (שולי הלשון עם חיפוי לבן)
- פנימי- מתבטא בצבע הלשון, צורת הלשון וחיפוי (לשון תפוחה חיוורת ורטובה)
- חום- מתבטא בצבע הלשון וחיפוי (לשון אדומה עם / בלי חיפוי)
- קור- מתבטא בצבע הלשון וחיפוי (לשון חיוורת עם חיפוי לבן עבה)
- עודף- מתבטא בעובי החיפוי ובמרקמו (לשון עם חיפוי צהוב עבה ודביק)
- חוסר- מתבטא בצבע הלשון, צורת הלשון והחיפוי (לשון חיוורת תפוחה עם סימני שיניים)

