

## 八脉交会穴

公孙与内关，后溪与申脉，足临泣与外关，列缺与照海。

公孙配内关可以治疗胸腔和腹腔部位的病症；

列缺配照海可以治疗腹腔和盆腔部位的病症；

后溪配申脉可以治疗头面五官及四肢腰背部位的病症；

临泣配外关可以治疗头面五官及关节部位的病症。

公孙冲脉胃心胸，内关阴维下总同；

临泣胆经连带脉，阳维目锐外关逢；

后溪督脉内眦颈，申脉阳跷络亦通；

列缺任脉行肺系，阴跷照海膈喉咙。

公孙通过足太阴脾经入腹会于关元，与冲脉相通；内关通过手厥阴心包经起于胸中，与阴维脉相通；外关通过手少阳三焦经上肩循天，与阳维脉相通；临泣通过足少阳胆经过季肋，与带脉相通；申脉通过足太阳膀胱经与阳跷脉相通；后溪通过手太阳小肠经交肩会于大椎，与督脉相通；照海通过足少阴肾经循阴股入腹达胸，与阴跷脉相通；列缺通过手太阴肺经循喉咙，与任脉相通。

## 八总穴

头面合谷，颈项列缺，胸脘内关，腕腹（足）三里，

腰背委中，胸胁阳陵，少腹（三）阴交，颅脑太冲’。

肚腹三里留，腰背委中求，头项寻列缺，面口合谷收。

泌尿三阴交，胸胁内关求，急救刺水沟，酸痛阿是穴。

## 八会穴

一、腑会中脘；二、脏会章门；三、筋会阳陵泉；四、髓会绝骨；

五、骨会大杼；六、血会膈俞；七、脉会太渊；八、气会膻中。

脏会章门腑中脘，髓筋绝骨阳陵泉。

骨会大杼脉太渊，血会膈俞气膻中。

八会穴的使用一般规定‘男左女右’，初学者用0.5寸的毫针，切记勿忘。