

# 最新中医馆心得体会精选11篇

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：<https://xiaorob.com/zhuanti/fanwen/152288.html>

## ECMS帝国之家，为帝国cms加油！

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看吧。

### 中医馆心得体会篇一

中医是中国民族传统医学的瑰宝，有着悠久的历史 and 深厚的理论基础。中医法作为中医学的重要组成部分，在临床实践中扮演着重要的角色。多年来，我作为一名中医学研究者，在研究和实践中得到了一些心得体会，认为中医法的运用具有独特的优势和价值。

首先，中医法注重个体化治疗。中医法认为每个人的身体状况各异，对待同样的疾病可能需要不同的治疗方法。在临床实践中，中医医师会通过仔细观察和全面询问患者的症状，来了解个体的病情和体质特点。在这个基础上，中医医师会制定出个性化的治疗方案，针对患者的病情和体质特点来进行治疗。这种个体化的治疗方法，使得中医法能够更好地满足患者的需求，提高治疗的效果。

其次，中医法强调治疗的综合性。中医法不仅仅局限于疾病的表面症状，而是以整体的角度来看待人体，通过调整人体的整体平衡来达到治疗的目的。中医法认为疾病的发生是由于人体内部的阴阳失衡或气血运行不畅引起的，通过调整阴阳平衡和气血运行，可以达到治疗疾病的效果。在临床实践中，中医医师会综合运用中医的诊断方法，如望诊、闻诊、问诊和切诊等，来了解患者的整体情况，并通过运用各种治疗手段，如针灸、中药和推拿等，来调整阴阳平衡和气血运行。这种综合性的治疗方法，能够从根本上解决疾病问题，提高治疗效果。

再次，中医法注重疾病的预防。中医法认为疾病的发生与人体的体质有关，通过调整体质可以提高人体的抵抗力，从而预防疾病的发生。在临床实践中，中医医师会注重对患者的体质评估，并在治疗过程中注重调整体质，提高人体的免疫力和自愈能力。此外，中医法也强调生活方式和饮食习惯对健康的影响，通过合理的饮食和生活方式的调整，可以提高人体的抵抗力和预防疾病的能力。这种注重预防的理念，能够帮助人们在日常生活中更好地保持健康，降低疾病的发生率。

最后，中医法强调医患沟通和人文关怀。中医医师在治疗过程中注重与患者的沟通，充分了解患者的需求和痛苦，帮助患者减轻身心的痛苦。中医医师还会在治疗过程中向患者详细解释治疗方法和原理，增加患者对治疗的信心和合作意愿。此外，中医医师还注重通过各种途径和方法，如言语、姿势和手段等，来传达对患者的关怀和爱护。这样的人文关怀，不仅能够提高治疗效果，还能够增加患者的满意度和信任度。

综上所述，中医法是一种具有独特优势和价值的治疗方法。中医法强调个体化治疗、综合性治疗、疾病的预防和医患沟通和人文关怀，通过这些方法和理念，中医医师能够更好地满足患者的需求，提高治疗的效果。因此，在今后的临床实践中，我将继续深入研究和推广中医法，为患者的健康和康复贡献自己的力量。

## 中医馆心得体会篇二

说到学习中医，那就不得不谈谈，高考填报志愿了。犹记得那时候家父极力反对我填报中医学院的，而是希望我去闽江或者师范，至少毕业好找工作，再者不必那么的辛苦。因为学医学的，终究是要活到老学到老。

大一的这一年，可以说是我自己性格表现最为突出的一年。自大、率真、桀骜不驯、狂妄、特立独行、无所畏惧的那种感觉，至今回想起来，真的感到自己很可笑，甚至很可悲。在学生会里、班委上、社团里，我几乎是一开始的兴趣，到后来的厌倦，最大原因是因为我自己的性格。这一年，学习没有落下，活动参加的也很多。到了大一下学期的时候，我就开始不自觉的往中医这边靠拢了，至今也不记得那是什么原因。

学校的环境是那么的美，夕阳下的校园，我总喜欢捧着书，去散步，偶尔还会写一些小诗，就这样大学时光一年就过了。

到了大二的时候，就更加坚信自己往中医这条路了。期间家父因椎间盘突出，不能行走、干活，只能卧床，吃遍了西药，结果无效。后经别人引荐，到民间的骨伤科去做推拿，首诊一次，隔三日复诊一次，然后回家休息调养一个月就好了，症状全部消失。然后回想自己高二那年的病毒性感冒，整整一星期没办法上课，校医给我连续打了好几针，都不见效。后来去一个在县城开诊所老乡，给我开了一盒的小柴胡颗粒，回去第二天热就退了。

大二这一年课程很多，但我花了挺多的时间在传统文化的学习。经常是没课时就往图书馆里跑，大多会是在综合类的书库里，扎在老子、孔子、孟子等，还有《周易》。虽然什么都没弄明白，但是能了解它原来有那么的一回事。对于易经的入门学习，使得我对于中医里一些有关易经的概念有了一定的认识。

除了在综合书库里头，当然也没忘了要在医学书库里好好充充电。查阅手诊、面诊、足疗等，还有就是关于阴阳五行的重新认识。虽然没能学透，但是总可以理解一些问题。大二这年学习中药和方剂，我当然是花了很多时间在背这些东西，当然考试也没难到我，每次考试的时候我都是早早的睡觉，然后考完试听到同学们一直在嚷着“我昨晚熬到了三四点，背的都没考到。”关于中药的学习，对我有很大帮助的是在学校第二国医堂药房里学习抓药。那是在第二学习的后半程时间里。学习药性和功用以后，对于饮片的颜色、质地、气味、形态以及一些特殊的结构的学习，对我来说有很大的帮助。当老师谈到某某药的时候，出现在我头脑的第一画面是饮片的气味、颜色、形态等。

关于学习方剂，我和传统的学习方法一样就是背方歌。然后就是不断的去看一些方论，比如说《医方集解》、《医宗金鉴——删补名医方论》等等，还有一段时间特别着迷于抄一些民间偏方。

大二的暑假过得特别有意义，那是提前预习了《伤寒论》，整体上有了一个认识，对后面的学习有了很大的帮助。

到了大三，回想那时候，虽然对中医执着，或许说是盲目的热爱更恰当一些，依旧是连门都没进。新的学期，学习中医四大经典课程，就有更多的激情。上学期专心的投入到《伤寒论》的学习中去，不断的看书学习，自然还有就是不断的背诵条文，除此之外就是背一些《药性赋》这类中医入门的基本歌诀。《伤寒论》一直是我追求的目标和方向，只是我还在寻找一种适合我自己的学习方式。

大三的下学期，看了挺多实践的书。唐步祺的《郑钦安医书阐释》、黄煌的《经方的魅力》《张仲景五十味药证》、《四诊心法要诀》、《王洪图黄帝内经临证指要》、《刘渡舟伤寒论临证指要》等等。只是泛泛而读，谈不上是精读。不过《金匱要略》和《温病学》学得不好，或者说是自己花的时间太少。

除了学习课内的理论知识以外，还在国医堂跟廖军博士坐针灸门诊，跟张亮亮博士坐内科门诊，其中的学习心得体会自然不是三言两语就可以说得明白。一年的时间了，见到的病人挺多的，不过病种单一了一些。就像陈建博士开玩笑的说“找我看的是不是失眠就是抑郁症，看得都烦了，都不能换换病种啊！但医生是没有选择病人的权力。”

唠叨了这么多，但时至今日，我依旧在中医这路上，不断的爬行着。作为一个学长，先把自己的一些学习历程告诉你们，然后就是一些自己的感悟了。

要有坚定的信念，明白自己为什么学中医？如果是单纯为了钱，那么就不要再荒废这五年的时间。

遇到问题，不要退缩，也许解决了这个问题，你又上了另一个台阶。

学中医，要守得住清贫，耐得住寂寞。

也许有的人会说“中医需要悟性，我的悟性不好”，那我想告诉你，每个人的悟性都是一样，只是有的人开悟的早，仅此而已。

学习中医需要一种缘分，一定程度上，悟也算是一种缘分。

### 中医馆心得体会篇三

中医是我国传统医学的瑰宝，对于人类的健康具有重要的意义。作为一名正在学习中医的学生，我有幸参加了中医社的学习和活动。通过这段时间的参与，我有了一些体会与感悟。

首先，中医社的学习让我深刻体会到了中医的博大精深。在课堂上，我们学习了中医的基本理论，如阴阳五行、经络脏腑等，了解了中医的诊断方法和治疗原则。同时，我们还学习了许多中药药方的制作与应用，通过实地考察和实验，亲身体会了中药的气味和特性。这些知识让我感受到了中医的丰富内涵，增加了我对中医的好奇和热爱。

其次，参与中医社的活动让我了解到了中医的实践价值。在社团的实践活动中，我们走进了社区，为居民提供中医咨询与服务。通过与居民交流，我意识到许多人对中医的疗效和安全性存在着误解和疑虑。因此，我希望通过我们的宣传与说明，让更多的人了解中医的特点和优势，让他们对中医抱有信心。在与居民一起分享中药泡脚的经验时，我看到了他们安心放松的笑容，这让我深信中医可以给人们带来真正的舒适和健康。

此外，中医社的学习与讨论也促进了我对中医的深入思考。在社团的讨论活动中，我们可以就中医的现状与发展进行意见交流。我了解到，人们对中医的关注程度有所不同，部分人对传统医学缺乏了解和认同，这对于中医的发展是一种挑战。然而，我相信只要我们坚持不懈地推广中医的特色与优势，中医必将在现代医学中发挥更大的作用。此外，社团中还有一些同学对中医的某些理论与传统观念持怀疑态度，这也给了我一个思考的机会。我认为，中医作为中国传统智慧的结晶，它的理论体系和实践经验是经得起历史和时间考验的。只有我们深入学习和理解中医的内涵，才能做到在实践中运用自如。

最后，中医社的学习让我更加珍惜中医传承的重任。在中医社的课堂上，讲师们向我们传授了他们多年的临床经验和治疗心得，让我们着实受益匪浅。与此同时，社团中还有一些同学的家族从事中医世代，他们的传统技艺和知识让我们敬佩不已。通过与他们的交流，我意识到中医的传承不仅责任重大，也是一份荣耀。在社团中，我明白了作为新一代中医传承者，我们要时刻保持学习的态度，不断提升自己的专业水平，把中医的宝贵财富传承下去。

总之，参与中医社的学习与活动让我对中医有了更深刻的体会与认识。中医的博大精深、实践价值、思考和传承的重要性，都让我对中医心存敬畏与热爱。我相信，只要我们不断努力，中医必将在当代医学中发挥更大的作用，为人类健康事业做出更大的贡献。

#### 中医馆心得体会篇四

研修期间，我们按照由公共管理、教育管理及人文素养三大知识模块组成的课程体系，进行了强化学习。可以说，这期研修班起点高、模式新颖、效果良好。整个课程体系设计科学合理，既关注了当今公共管理和理论前沿，又关注了教育管理的工作实际，既有前瞻的视野，又有丰富的案例分析。虽然本期研修班只有短短的17天时间，但我觉得感触很多，收获也很大。下面我主要从以下几个方面汇报一下个人的感受：

中国人民大学国际关系学院人保部中国人事科学研究院中国教育电视台等知名专家教授的授课，领略了名师的智慧和风采，老师们学贯中西博古通今，知识渊博理念精深，在各自的研究领域都有独到的分析和精辟的见解，他们精彩的讲解不时闪烁出智慧的火花，使我的思维理念不断地受到新的冲击，从而进一步理清了思想认识上的误区，解开了许多工作学习生活中的迷茫和疑惑，大大地拓宽了视野，开阔了眼界。正所谓：聆听的是智者的声音，感悟的是知识的力量；学到的是管理的精华。

一是学习了很多科学的管理方法。如中国人民大学侯景新教授的“传统文化与现代管理”、中国人民大学周石教授的“高绩效团队建设”、中国人事科学研究院李克实教授的“公共部门人力资源开发与管理”、国际关系学院郭惠民教授的“突发事件处置与危机管理”等专题讲座都给了我很大的启发。可以说，通过这次研修，切实地增长了管理知识，增强了工作自信，在一定程度上提高了管理能力。“管理的一半是科学，一半是艺术”，“管理的一半是科学”指的是管理的制度要合理、科学，即既要符合当前的教育方针政策，又要适合本校的实际情况。“管理的一半是艺术”指的是学校的管理要讲究技巧。即要“善管巧理”。它告诉我们，只有把合理的制度和管理的技巧两者合二为一，才能达到事半功倍的管理效果。可以预见，在培训期间所学到的这些先进的管理方法，必将给我今后的工作起到积极的指导作用。

二是学习了很多新颖的思维方法。如清华大学韩廷春教授的“宏观经济形势与政策分析”、清华大学王孙禺教授的“高等教育改革与发展”、中国人民大学谢明教授的“公共政策分析”、教育部职业教育与成人教育司综合处刘培俊处长的“关于中国职业教育吸引力的若干思考”、清华大

学袁本涛教授的“教育的公共性与教育公平”、北京师范大学刘宝存教授的“发达国家的教育改革与发展趋势”、清华大学李越教授的“中学与大学教育衔接”、教育部基础教育二司乔玉全处长的“中国基础教育办学现状、热点和发展趋势”、中国教育学会副会长谈松华教授的“中长期教育改革和发展：宏观背景与战略选择”、清华大学王有强教授的“公共财政学”等，从不同的研究领域出发，以不同的研究视角，展现了许多新颖的思维方法，这些新的思维方法，是在既符合政策法规和教育规律，又充分结合自身实际的基础上，直面现实困难，突破常规思路，创新解决问题的办法，达到问题迎刃而解，效率不断提高，成效事半功倍的效果。实际上，这些思维方式所闪现出的智慧，就是解决问题能力的具体体现。因此，我觉得这些新思路、新方法对实际工作有很强的现实指导意义。它使我们在今后的工作中能够心态更加自信，思路更加开阔，方法更加灵活。

都结合了生动的案例分析，为我们讲述了沟通在现代管理中的重要性，简言之，沟通，就是人与人之间的相互了解，相互理解，就是消除误会，化解矛盾，摒弃隔阂，就是密切关系，求得谅解，增进感情，达成共识。但凡成功的管理者，无一不是善于沟通的好手。作为管理者，一方面加强团队内部管理，需要与成员沟通，良好的沟通，能够使团队成员理解管理者的管理意图，能够激大家的参与感和热情，能够引导团队成员朝着共同的目标团结一致，发奋努力。另一方面创设团队发展的良好环境，要与外界沟通。无论是要争取领导的政策支持，部门之间的协调配合，还是要赢得外界的大力帮助，这都需要重视沟通，一方面要保持自信、充满诚意，另一方面要善于寻找双方的关注点、兴奋点和共同点，促进工作的有效推进。四是提升了个人修养。如清华大学刘书林教授的“科学发展观与干部素质提升”、清华大学李燕教授“中国传统文化艺术漫谈”、清华大学朱汉城教授的“走进音乐世界——音乐赏析”等课程，对提高个人的素养有莫大的帮助。

在学习中提高，在实践中成长，这是我这次研修的重要心得体会之一。通过学习，不仅逐步地提高和完善了自己，而且，通过学习，还促进了反思。一是要注重提高理论修养。通过这次学习，我深刻地感觉到自己的教育理论水平和管理理论水平离工作实践对自身提出的要求差距大。这不仅体现在自己学习的习惯上，没有养成有计划、有规律地学习理论知识的习惯，而且体现在自己的学习成效上，既没有对各种理论做到大量涉猎，扩充知识面，又没有精读某种理论，融会贯通，更没有形成自己独特的观点。因此，以后要在学习上更进一步加强，不断提高自身理论水平，在学习中提高、在学习中成长。二是要注重积累实践经验。理论是在实践的基础上，通过概括提炼而成。专家们的工作经验和理论成果，都是因为他们不仅勇于实践、不断探索，而且是因为他们善于总结，注重积累。因此，我们在平时的工作中，要注意收集、总结、提炼成功的经验，使之具有普遍指导意义的方法，并逐步成为自身工作特色，不断提高工作水平。

海门市中医院岗前培训心得本人在参加了七天多的医院岗前培训，认真汲取了多位院长和主任的指导教育后，获益良多。短暂的培训虽然结束了，可是在培训过程中获得的心得体会却深深地影响了我，特别是对敬畏生命，关爱病人有了更深刻的认识。医者仁心，作为医务工作者就必须以为患者服务为己任，从点滴做起，使之融入生活。

作为一名医务工作者，健康所系，生命相托，是我们一生的信仰。而医者仁心的内涵就是手持仁术，胸怀仁心，心系患者。肩负救死扶伤重任的我们，应该时刻铭记孙思邈的“大医精诚”，时刻铭记希波克拉底的铮铮誓言，时刻铭记白求恩革命人道主义精神。先贤们的声音还在耳边时时鸣响，我们已经奋起前进的脚步，向着新时代更高的目标前进。

“服务好、质量好、医德好、群众满意”的精神，闪烁着以人为本，和谐社会的光芒，树立了新时代救死扶伤、病人至上、热情服务、文明行医的行业风尚和职业道德。也正是“手持仁术，胸

怀仁心，心系患者”的新时代体现。医者仁心要求我们改善服务态度、规范服务行为、提高服务质量、增强服务水平，真正做到乐群敬业、厚德怀仁，做维护人民健康的忠诚卫士。

用美丽的双手塑造了那温情感人的世界。我们忘不了每一位母亲、妻子和女儿，你们任劳任怨，无私奉献。舍小家保大家，时刻谨记在心的，不是家庭，而是一名医护人员肩上的责任。有时候，医务工作者也会被推到医患矛盾风口浪尖上，面对太多的不理解，充满了无奈；有时候，也会因为工作强度太大，不知不觉间变得烦躁和脆弱；有时候，也会因为家人的抱怨和不满，偷偷流下难受的泪水。但是，无奈过后，是你们不变的微笑；辛劳过后，是你们执着的坚持；泪水擦干，依旧奋斗在最前线。是你们为医院的发展做出了重要的贡献，在此真诚地说一声：你们辛苦了。

医务工作者用实际行动，捍卫了“白衣天使”的光荣称号，手持仁术，用过硬的技术赢得患者的信任；胸怀仁心，热情周到的对待每一位患者；维护医院在老百姓心目中的良好形象，真正做到为人民服务，让群众满意。

回首以往，我们将深深铭记探索中求生存、求发展的奋斗历程；放眼未来，我们将迎难而上，让红十字放射出更加璀璨耀眼的光芒。而作为20xx届中医院的新同志，应该跟上时代的节拍和步伐，以传承创新精诚的气魄，用更加饱满的热情去投入到明天的工作中，展现出我们别样的风采。

怀着激动与自豪的心情，我很荣幸地成为医院队伍中的一员。面对全医院甚至全社会的期待，我们医务工作者必须以十二分的精神来工作，以100分的满足来上交这份生命的答卷。虽然岗前培训时间很短，但是我从中学到的知识却是终生受益的。我们会永远谨记冰心老师的话，将“仁爱之心”肩负在左，同情之心担当在右，走在生命两旁，随时撒种，随时开花，将这一径长途，点缀得花香弥漫，使穿杖拂叶的行人，踏着荆棘，不觉得痛苦，有泪可落，却不悲凉。

## 中医馆心得体会篇五

中医观心是一种独特的医疗观念，它强调人的身体与心理的密切联系。通过调整心态和情绪，中医能够达到治疗疾病、促进健康的效果。在我接触并学习中医的过程中，我深深感受到了中医观心的独到之处，使我对中医有了更深刻的理解和体会。

第二段：中医与心理健康的关系。

中医认为，人体的健康受到“气郁、血淤、痰湿、火炎、风寒、湿热、虚激、肝郁、脾虚”的影响。这些情绪和体质的不平衡会导致疾病的发生。因此，调整人的心态和情绪非常重要。中医通过调理人的饮食、起居、运动和情志等方面，来平衡人体的阴阳、调整气血的运行，进而达到治疗疾病、促进健康的效果。

第三段：中医治疗心理疾病的方法。

中医通过针灸、按摩、药膳等方法，可以缓解压力、改善情绪、调整心态。比如，针灸可以刺激人体的穴位，调整人的气血运行，缓解压力和负面情绪。按摩可以通过刺激经络、放松肌肉，改善血液循环，舒缓心情。药膳则是通过调整食物的配方和烹饪方法，达到调养心脏的目的。这些方法既可以治疗心理疾病，也可以预防心理疾病的发生。

第四段：中医理念对于日常生活的启发。

中医观心的理念对于我们的日常生活也有着很大的启发。人们在面对各种压力和困难的时候，往往容易陷入抱怨和思绪纷飞的状态，很难释放心情。而中医则提出了通过调整心情和情绪来缓解压力和改善身体健康的方法。只有保持积极的心态，才能更好地面对困难，保持健康的身心状态。

通过学习中医观心，我深刻体会到了心理和情绪对于身体健康的重要性。在我自身的生活中，我常常用中医的方法来调整自己的心情和情绪，如适时放松，保持健康的饮食习惯，通过锻炼来释放压力等。这些方法不仅帮助我缓解压力，也有助于保持身体的健康。与此同时，学习中医观心也让我懂得了关注他人的情绪和心理是多么重要。在与他人交流时，我会更多地倾听别人的感受和需求，为他们提供适当的支持和帮助。

总结：

中医观心强调了人体身心的密切关系，认为通过调整情绪和心态，可以达到治疗疾病、促进健康的效果。中医的治疗方法包括针灸、按摩、药膳等，它们能够缓解压力、改善情绪、调整心态。中医观心的理念对于我们的日常生活也有很大的启发，它提醒我们要保持积极的心态，与他人建立良好的关系。通过学习和实践，我对中医观心有了更深刻的理解和体会。它不仅让我个人受益，也让我能够更好地关注他人的心理和情绪健康。

## 中医馆心得体会篇六

不知不觉中，就已经走完了大一的第一学期。此时此刻，回头看看走过这一学期所留下的脚印，想想在这短暂而又漫长的一学期里学到了些什么，问问自己这一学期忙碌过吗，有没有得到想要的东西？然而有时候连自己都不能给自己一个准确的答案，只知道大学和初高中真的不一样，除了期中期末要考试之外可以说什么都不同，这个时候靠的全是自己，生活，学习，以及各个方面，而这个时候最离不开的就是学习方法了，好的学习方法可以帮助我们少走很多弯路，可以让我们节约很多时间，节省更多的精力，而利用这些时间和精力我们又可以做更多事，这也许就是所说的高效率吧！而在这里我想说的是关于《中医基础理论》的学习方法。

我们都知道，《中医基础理论》是大一上学期很重要的一门学科，而且这也是中医学的基础，所以打好基础比什么都重要。也许对大多数同学来说，这门课很枯燥，又或许对于一部分同学来说老师幽默的讲课方式为枯燥的课堂增添了不少的乐趣，不管怎么样这门学科的重要性都是不可忽略的，虽然我们已经结束了对于它的学习，但是对学习方法的谈论是永远都不会过时的。

绪论部分讲解了中医学的科学属性，中医理论体系的形成与发展以及中医理论体系的特点，需要掌握的内容并不是那么多，所以只需要对四大经典有一定的了解，当然这也是作为一名中医学生应该知道的，也许学习中医这些都是需要背下来的，但在这门学科中我们需要掌握的就只是了解而已，同时金元时期的“金元四大家”对中医理论和实践有突破性创新为中医学的发展起到里程碑的作用，所以这也是我们应该掌握的重点，当然还有中医学理论体系的特点——整体观念和辨证论治。对于这部分知识没有更好的其他方法，只有靠多花时间读一读，背一背，当然时不时的复习也是很重要的。

精气学说、阴阳学说和五行学说，是中国。

## 中医馆心得体会篇七

持续了近十个月的实习生活即将结束了，同学们或多或少收获了一些吧。这些天里，我们一起欢笑，一起嚎叫，一起不断的胡闹，使得实习继承了学校生活的一部分。

生活上还是来时的那样，物价高涨，每年都在继续，而我们聪明的同学更会用简单的方法胜过了这一考题，赢得了不少进入社会，适应社会的砝码，艰苦的宿舍环境却仍旧平添着喜乐，扬颜着欢笑，更增加着友谊。细数这些天来的回忆，恍如隔夜，时间真的短暂，美好的学习生涯也即将离我们远去，我们终将离开象牙塔，去追寻属于我们自己的梦，去欣赏属于我们自己的世界，去开创属于我们自己的未来。在这里呆久了同学们对昌吉州中医医院产生了情感，这个绝然不同于其他的心理学名词，无形中揭示着我们与这所医院的联系。同学们在安静维稳的环境中学习，在娱乐中学习，正是减压的好方法，每天日出而作，日落还不息，时而谈谈心，唠唠嗑，交流交流经验，纠正下自己的错误，储备知识，增加赢得机会的实力。古人说：三个臭皮匠，赛过一个诸葛亮，众人拾柴火焰高。的确是这个道理啊。然而这里不是学校，不能提供完全的学习机会，只能自己把握。在此也祝愿全体实习生日后能够更有作为，海阔凭鱼越，天高任鸟飞！社会在向我们招手，理想在向我们微笑，未来正一步步向我们走来，我们的人生也应当像毛主席说的那样：活到老，学到老。同学们，身体是革命的本钱，身体好才是学习好、工作好一切的基础，要适时锻炼，增加免疫力哦，不仅是身体上的，还有生理上的也很重要啊。

同学们都是学医的，但是个人有个人的风采，个人有个人的见解。不同的人书写不同的人生，社会也因此蒙上了神秘的面纱，遮住了她迷人的面庞。等待着我们去揭开。实习十个月是短暂的，按医院与学院的要求要轮完内、外、妇、儿以及针灸、骨伤、眼科、康复、急诊等科室，很多科室都只是短短几周的时间，其实实习也只能让我们初步了解医院工作的性质及流程，比如在儿科就要学着与小朋友沟通，在手术室就要加强自己的无菌观念，锻炼自己的胆魄，在针灸科室，在老师的监督下能独立的给病人进行针刺治疗，并得到了患者的支持与关爱，使我的专业技能得到了质的提升。在骨伤科得到老师的信任，做老师的手术第一助手，使我在医学实践道路上迈开了坚实的一步。在眼科实习时，观看了眼科手术过程使我感到手术的苛刻与精益求精，或许在今后的工作中都不会再碰到，但却是不可多得的见识，总而言之实习生活为我的人生增添了精彩的一笔，所以我会好好积累倍加珍惜。

来时的安静，来时的芳华，来时的激情，来时的憧憬，来时的一切，而今已不同，走时我亦不想打扰这片刻的宁静，这美丽的长江之畔，曾经驻足过我们的脚印，曾经驻足过我们的欢声笑语，曾经留下那副定格脑海的画卷，曾经的曾经永远成为美好的回忆。静静的离开，静静的消逝，老师们、同学们、再见了，虽然有些不舍，但是这就是所谓的人生道路，我必须去走，感谢医院与老师们的帮助与爱护，我会永远记在我的心里。

文档为doc格式。

。

## 中医馆心得体会篇八

满怀着对医院的憧憬，我们迎来了第一天的见习。从未真正体检过在医院做护士的我们，激动而又紧张着。8：10分，我们到达医院门口，开始集合，老师说一些注意事项后，根据之前的分配，我们组五个人被分到了骨伤二科。老师把我们带到地方之后就走了，只剩下我们几个初来乍到的小菜鸟，我和我们组另一名同学孙捷，我们两个是一个临床老师。刚到老师就分别给我们一副一次性手套，带领我们去病房扫床，更换被套、床单。老师教我们怎样换被套，和上学时学的不一样，临床更注重于快速省时。在更换期间询问病人的身体情况，和病人聊天，安慰病人。8:30

，开始了配药打针，三查七对，一个个安瓿在老师们的手中像跳舞的精灵。一手好多个，一个一个掰开，速度很快，而且没有一个会割到手。而且和我们所学的也不一样，由简化繁了许多。虽然配药的速度很快，但三查七对可是一样都不少。初来的我们什么都不懂，老师耐心地给我们解释，讲解。和老师去病房打针。老师让我们学着自己排气，她在旁边看着。中间出了一些错误，老师及时给我指出来并告诉我该怎么做。我们不太敢扎针就让老师来，我们在旁边学习。老师笑着说：没事，一会给你们找个好点的血管让你们练一下。我们应和着说没问题。根据老师的指导，我渐渐的熟悉了流程，排气、换药、拔针。一遍又一遍的对着人名，确保准确无误后才给患者用药。下午，开始测血压，体温。询问病人排泄情况。跟着老师去逛各个病房询问病人的情况。老师还特意嘱咐我们要多去身边没有家属陪伴的病人的病房里看看。忙碌的一天就这样过去了。看到患者对我们见习的护士都很配合，心里暖暖的，想尽自己的努力去帮助他们早日康复。过后的几天中，我学会了给病人进行磁热疗法。而且还是熟悉了每个药的作用及用法。看病历，熟悉每个病人的病情。尤其是对每天的流程安排熟悉到不能再熟悉。与每个病人都能愉快的聊天，还能为他们一一解释他们所打的药物的作用。之前刚来时，不敢做这不敢做那，只知道跟在老师后面看，后来老师让我试着做，再后来我已经可以独自去做，眼里全是活，有的时候根本不用老师说。遇到不懂的地方去询问老师，老师也都会耐心地微笑着为我解答所有疑问。经过几天的适应，到了第四、五天后，老师已经可以放心的交给我们去办所有的工作。能得到老师的信任，我的内心像一颗小小的种子终于开出了美丽的鲜花般开心、高兴。忙碌而又紧张的一周就这样结束了，周六下午看到时间停在4:30，心里竟有许多的不舍。这一周以来科室中走了很多我曾经照顾过的病人，当然也新进来一些新病号，看到他们一个个的康复出院，心里满满的优越感。我很感谢带我的临床老师教给我各种各样的操作技能，给我耐心地解释各种药物及设备的作用及应用，还教给我很多人生道理。给我很多实践的机会。这次见习我学到了许多课本上没有的知识，同时也进一步巩固了课堂上老师讲过的知识，收获了太多像金子一样的临床经验!!感谢老师及护士长。以后我要做一名出色的护士!

## 中医馆心得体会篇九

第一段：引言（150字）。

我从小就对中医文化深感兴趣，近期我有幸参加了一次中医讲座，听到了许多关于中医的知识和心得体会。在这次讲座中，我深深感受到了中医的独特魅力和价值，希望通过本文与大家分享我的心得体会。

第二段：中医的综合特点（250字）。

中医是一门综合性的医学，它注重从整体上看待人的身体和健康问题。中医讲座中，讲师以“以人为本、平衡为重”的理念引领我们了解中医。中医将人体视为一个完整的整体，强调身体各个部分之间的相互联系与影响。通过观察病人的面部表情、舌苔、脉搏等身体信号，中医可以判断人体的健康状况。中医的综合性特点使其对于一些慢性病、亚健康状态和心理问题的治疗效果更加显著和全面。

第三段：中医的个性化治疗（250字）。

在中医讲座中，我深入了解了中医个性化治疗的理念。中医强调针对个体的具体情况进行治疗，注重每个人独特的体质和表现。通过综合观察病人的表情、体质、习惯、生活方式等，中医可以给出针对个体的中医辨证论治方案。与西医注重病症和病因不同，中医更注重治疗和调理人体自身的平衡和和谐。这种个性化的治疗能够更准确地找到每个人的身体问题所在，并有针对性地进行

行治疗，避免了一刀切的情况出现。

第四段：中医的预防和保健（250字）。

中医强调预防胜于治疗，注重人们的健康保健。中医讲座中，我们了解到中医充分认识到人的身体不仅是病后的修复，更是病前的调理和预防。中医注重调节人的体质，平衡阴阳，提高身体自愈能力。通过中医的调理，人体可以更好地预防疾病的发生，提高生活质量。中医的预防和保健不仅是针对疾病，更注重人的心理、情绪方面的调理，使身心得到全面的健康。

第五段：结语（300字）。

参加这次中医讲座，让我深深体会到了中医的独特之处。中医的综合性特点、个性化治疗和预防保健的理念，使我深受启发。中医文化是中华民族珍贵的财富，它不仅有助于医学发展，也对人们的健康有着深远的影响。我会把中医的理念和知识传播给更多人，希望能够让更多人了解中医的魅力，受益于中医的治疗和保健。我相信，中医的发展将与时俱进，为人类的健康事业作出更大的贡献。

## 中医馆心得体会篇十

众所周知，中医是中国几千年唯一的医学。中医学。

该怎么写呢？下面是本站小编为大家整理出中医学心得体会范文，供大家阅读！

我是学中医出身的，如果你想进医院，拿医师资格证，成为一个中医临床医生的话不防自考去实现，但是现在的就业形式对自考来说是不太合适的。如果你是为了兴趣，并不以此作为谋生手段的话，我可以推荐几本书你看：首先是《中医基础理论》这是必看的，这是基础，是你踏入中医殿堂的铺垫。

必须认真的掌握。其次是《中医诊断学》《中药学》《方剂学》这些是临床基础，也是必看的。中医基础血扎实了，学这些可以比较轻松，尤其是诊断。学中医其实就像走路，一条道，分几条岔路，等你完全掌握之后你会发现任何一条岔路都能帮你达到目的地。

再次就是中医的各个临床应用的了如《中医内科学》《中医外科学》《中医妇科学》《中医儿科学》等等，值的一提的是《针灸学》很有用的，就算给自己保健也是不错的。最后如果想拓展，学习古代的中医专著则《医古文》要看，前人的精华太多了，如：《黄帝内经》《伤寒杂病论》《丹溪心法》《景岳全书》《脾胃论》等都可以看的。

提起这个笔呀，心里不知道怎么回事，有无限的感慨说不出来。

中医呀，是个好东西，值得用一生的时间去领悟的。

现在的人呀，有点浮，真的，不是用真心去做事的，

有时候，我也想呀想，难道制度和人性化是对立而不能容纳彼此的吗，

后来我觉得不是这样的，静下心来想一想吧，

我都不知道怎么来说了，每天的物欲横流，(我写的不好，有好多词，可到了嘴边却想不起来)。

阳在外阴之使也，阴在内阳之守也，用心去体会这句话吧，

我觉得中医的阴阳思想在我们的生活中，是无处不在，用在什么地方它都是合适的，

在我的思想中，在我学中医的过程中，我总觉得，阴阳是平衡的，但应以阴为本，现在社会提倡以人为本，有好多例子，我却一下举不出来，比如说一个家庭，一个男的和一個女的就组成一个家了，在这个家里，男为阳，女为阴，男的外面干活挣钱养家，女的在家里整理内务，使男的外面更能安心的工作，这不体现了阳在外阴之使也，阴在内阳之守也吗，阴阳互相融合，互相转化，才能家庭和睦，其乐融融呀。男的过一段时间要回家吧，这其实就是阴阳互相转化的过程，但要是男的长年在外面打工，不回家，也不给家里寄钱的话，这就说明这个家的阴阳失去转化，阴不能生阳，阳又不能化阴了，那这个家，我看是用不了多长时间了，因为阴阳不能互化的情况下，这个家就完了。

还有一个就是在一个家庭里，以阴为本，就是以女人为本了。我们生活中，大多数情况是这样的，家里的男的死亡或出事了，只要有女人在，那这个家还是个家，但如果一但是女的没了的话，那这个家很快就散了，变成另外一个家了。我不知道大家有没有这样的感觉，但我觉得是这样的，这里不要讨论那些特别的例子，大部分情况都是这样的。

还有一个问题这是我觉得，怎么说呢，就是伤阴比伤阳厉害，伤阳吧，一般像感冒呀，它本身就是一个阳气被郁的一个症状，如果本身阳气盛而阳被郁的话，那就是太阳伤寒之类的了，会有发热之类的，如果本身阳气不盛的话，就是身体不是太好，像书生一类的人，那就会成为太阳中风之类的了，出汗，还发热。但都还过的去，这种病不是太厉害(相比伤阴之类的)，那伤阴我在生活中见到的就如中暑之类的，因为暑为阳邪，阳邪盛则伤本阴，病人就会出现混身大汗淋漓，这个时候病人就很危险了，因为体内血汗为阴，而随着阴的流失，那阳气失去依附的载体阴液，阳气就会很快消散的，所以中暑的病人很危险的，像一些休克呀之类的。现在西医来的还是快一点，马上输液，补充体液，在某些方面我觉得西医还是很好的，像外科呀，输液呀之类的，西医比中医来的快。

我是自学中医的，我觉得中医好，它是对病人一个整体的，全面的一种分析，在中医治法里面有“理、法、方、药”四个方面。

理自然就是对病人发病的过程，病人发病的机理等，都要有合理的一种分析，运用阴阳的思路，去看谁轻谁重，也就是中医上说的，重则治标，轻则治本，或标本同治的一个道理。

法，在这里我觉得除了中医上一般的“汗、吐、下、和、温、清、消、补”八大法能灵活运用之外，还要能够灵活运用一些其它的方法，如外用的，如熏、洗等和针法等等，要灵活多变，要法无定法，药无定药，那才是医者最高水平。

工欲善其事，必先利其器，中医的学习方法与路径，是一个需要首先探讨的问题。很多朋友学习中医之前没有很好地思考这个问题，入门的方式五花八门，有的一头扎进伤寒论等经典里，苦读了数年，出口成章，大段的经文背得烂熟，临床时，边都摸不着，开口动手便错，进而怀疑经典，怀疑中医。

有的执迷于药物学里，变成了草药医生，单方医生，把个别中药和处方视为绝密，越求越奇，以

为不是深山老林里的神药或者异人奇方就不能治病。

还有的求于易，求于道，将中医和气功，宗教混于一谈，强词夺理，故弄玄虚，不提也罢。

我想，这些不应该是朋友们学医的初衷。

我虽然出生在中医世家，却也在医学上走了很多弯路，对临床疗效的追求也曾经让我倍感艰辛，回首这20多年的学医路途，我的最大感悟就是-----中医本来是一个简单明白，好学易用的学科，却被有意无意的蒙上一层又一层的神秘面纱。

在这个处处追求效率的时代，还原中医的本来面目，破除中医迷信，节约后来者的精力和时间，就是我现在觉得最有意义的事情。唯其如此，中医界方可吸引优秀的年轻人，才能发扬光大。

学习的方法和路径---先从端正态度开始。

这个问题已经有很多人说过，而且各有各的道理，我要强调的是，下面这种学习方式适合有一定基础，希望深入系统掌握中医体系的人，也适合已经学医几年，或者读完了中医院校还一头雾水，愿意重新钻研的情况。

一，先宏观后微观。

一定要先对中医的学术体系有一个整体的大概印象，先通过走马观花式的浏览，然后再去学习具体的知识而不是一下就陷入到各种秘方，技法当中，纷纷扰扰，一锅浆糊。

二，培养提高思辨能力，不要强调死记硬背。

中医学让人望而生畏的原因之一就是要背诵大量的内容，而这是否有必要呢?我的体会是中医学里需要死记硬背的东西其实是不多的。远远不如法律，外语等专业。

很多内容，理解以后就会记得，而没有理解，记来何用?当然，理解也是分层次来的，先浅后深，先一般后特殊。

中医知识浩如烟海，人的精力时间都有限，一个医生不可能面面俱到的学，也不可能什么病都会治，关键是能构建自己的学术体系，在一定的范围内有所建树，善莫大焉。

我记得当年背了好几百个处方，但是临床根本不怎么用，现在还能背的处方不会超过50个吧，也没有临床开不出方的情况，呵呵。

学习方剂的问题，我以后会单独论述。总结起来一句话就是-----一个临床医生真的不需要学那么多处方。千招会，不如一招精。一方融会可变数方，一法学透可变数法。

很多老医生喜欢炫耀自己当年是如何过目不忘，博闻强记。先大量的背诵，以后慢慢理解，对于幼儿学医，这个当然是有道理的。

但如果是成年人记忆力差，理解力强，就不应该这样学。何况这些出口成章的老先生很多人临床水平真心不怎么样，可惜了背书受的那些罪哟。

传统的学习方法，打杂三年，抓药三年，抄方三年，动不动十几年以上才可以出师。真正学医的时间并不多，这些规矩里面，包含着对学徒劳动力的残酷盘剥。

而我以为，一个完全没有医学基础的人，中等资质，学习条件和方法合适，三年就可以达到一个比较高的水平。

。

## 中医馆心得体会篇十一

第一段：引言（150字）。

中医作为中国传统医学的重要组成部分，一直以来被人们所推崇和传承。在实践中，中医以其独特的理论体系和治疗方法，为无数患者带来了福音。作为一名中医医生，我十分幸运能够深入研究中医，亲身经历中医的治疗过程，并从中深感启发和体会。在这篇文章中，我将分享我对中医的心得和体会。

第二段：中医的基本理念和原则（250字）。

中医的基本理念是“以人为本”，强调整体观念和系统性思维。中医注重调理人体的内在机能，通过平衡人体阴阳、气机的运行，达到治疗疾病的目的。中医倡导“因人而异”的治疗方式，相信每个人体质不同，疾病的症状也会因人而异。因此，中医讲究辨证施治，根据个体的特点和病情的表现，采用针灸、中药、推拿等相应的治疗方法。

第三段：中医的优势和局限（300字）。

中医作为一门博大精深的学科，有着众多的优势。首先，中医以预防为主，注重平衡，强调调理人体内部的功能和环境与外部的关系。其次，中医治疗疾病从“根本”上入手，不仅仅关注疾病症状的消除，更注重病因的防治。此外，中医药作为一种天然疗法，具有较少的副作用和毒性。然而，中医也有其局限性，例如，中医的治疗速度相对较慢，容易被患者所忽视和误解；同时，中医的理论和治疗方法也存在一定的争议，需要更多的科学研究来证明其疗效。

第四段：中医带来的启发和体会（300字）。

通过与患者的沟通和观察，我深刻体会到中医的独特魅力。中医不仅仅是治病的一种方法，更是一种生活态度。它教会我关注患者的整体健康状态，而不只是局限于症状的治疗。中医的理论告诉我们，人体是一个复杂的有机体，疾病往往是多因素作用的结果。因此，治疗疾病需要在整体上进行考虑，关注患者的体质、环境、饮食等方面。此外，中医对于调理内在机能的思路也给了我很大的启发，让我更加注重平衡自己的生活和工作，保持身心健康。

第五段：结语（200字）。

总而言之，中医是中国文化的瑰宝，其独特的理念和治疗方法给我们带来了许多启迪和体会。作为一名中医医生，我深信中医的价值和潜力。虽然中医仍面临一些挑战和争议，但我相信科学和实践会为中医带来更多的认可和。我将继续学习和传承中医，为更多的患者带来健康和福祉。同时，我也希望更多的人能够关注中医、了解中医，共同为中医的发展贡献力量。中医的

价值不仅仅体现在治疗疾病上，更体现在保持身心健康、平衡人与环境关系上，我们应该将中医理念应用到生活中的方方面面。

更多 范文大全 请访问 <https://xiaorob.com/zhuanti/fanwen/>

文章生成PDF付费下载功能，由[ECMS帝国之家](#)开发