

# 2023年推拿治疗心得体会(优秀9篇)

心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解 and 领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？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。

## 推拿治疗心得体会篇一

在学习的过程中，我深感小儿推拿的魅力与其在实践中的广泛应用。这次的学习经历，不仅增强了我对小儿推拿的认知，也提升了我的专业技能。

首先，我对小儿推拿的基本原理有了更深的理解。小儿推拿通过对特定穴位进行推拿按摩，可以调节孩子的气血运行，平衡阴阳，从而达到治疗疾病的目的。这种治疗方法具有安全、无副作用等优点，特别适合儿童。

在实践操作中，我学会了如何准确找到穴位，并熟练地运用各种推拿技巧。通过模拟孩子的实际情况，我更加明白了如何调整力度和推拿方式，以适应每个孩子的独特需求。

学习过程中，我也深刻体验到与孩子互动的重要性。孩子们的配合度可能会影响推拿的效果，因此，我学会了如何与孩子建立信任，让他们在舒适的氛围中接受推拿。

同时，我也意识到了掌握小儿推拿知识的价值。一旦回到工作岗位，我将能更好地为社区儿童提供服务，帮助他们远离疾病困扰。同时，我也将更有信心和底气，对小儿推拿这一领域进行深入研究，提升其应用范围。

总结，这次学习让我深刻认识到，小儿推拿不仅是一门技术，

更是一种关爱。我希望将来能将这份关爱传递给更多的孩子，帮助他们健康成长。同时，我也期待继续提升自己的专业技能，将小儿推拿的价值发挥到极致。

## 推拿治疗心得体会篇二

推拿师是一项古老而神奇的职业，他们以手法疗法为基础，帮助人们缓解身体的不适和痛苦。作为一个推拿师，我有幸与许多人交流和互动，从中我对推拿的理念和技术有了更深入的理解。在这篇文章中，我将分享我作为推拿师的心得体会。

首先，推拿师需要有一颗善良而敏感的心。每个来到我这里的人都有自己的痛苦和困惑。有些人可能因为长期的劳累而感到疲惫不堪，有些人可能因为运动过度而导致肌肉酸痛。无论是身体上的痛苦还是精神上的压力，我都需要耐心聆听并理解他们的需求。在推拿的过程中，我会用手按摩特定的穴位和经络，通过调理人体的能量流动，促进血液循环和淋巴系统的排毒，从而解决他们的痛苦。这个过程需要推拿师与客户之间的相互理解和信任，而我坚信，只有真正关心他人的人才能成为一名出色的推拿师。

其次，作为一名推拿师，我深知技术的重要性。推拿技术是我职业中最关键的部分之一，技术的熟练和精益求精是我每天工作的基础。通过系统性的学习和长时间的实践，我掌握了丰富的手法和技巧。在实际操作中，我要灵活运用这些技术，根据每个客户的需要制定个性化的推拿方案。而要做到这一点，我需要不断地提升自己的技术水平，学习新的推拿方法和理论。只有不断追求进步，才能为客户提供更高质量的推拿服务。

然后，我发现推拿师不仅需要关注个体治疗，还需要关心人们的整体健康。通过与客户交流，我了解到很多人在日常生活中存在着一些不良的生活习惯和饮食习惯。这些不良习惯

会对人们的身体健康产生负面影响。因此，作为一名推拿师，我会为我的客户提供一些建议和指导，帮助他们改善生活方式。比如，我会建议他们定期进行锻炼，保持身体健康；同时也会建议他们调整饮食结构，避免不健康的食物。通过这样的关注和指导，我希望能够让每个人都能拥有健康的生活习惯，并从根本上改善他们的身体状况。

最后，作为一名推拿师，我深知自我保健的重要性。推拿师在工作中要承受大量的体力劳动和精神压力，长期下来容易导致身体和精神疲劳。为了保持自己的健康和良好的工作状态，我也要时刻关注自己的身心健康。每天，我都会进行一些针对自己身体部位的推拿，帮助释放肌肉紧张和疲劳。同时，我也积极参加一些有益身心健康的活动，如瑜伽和冥想。通过这些自我保健的方式，我能够在工作中更好地为客户提供服务，同时也能保持自己的健康和快乐。

推拿师这个职业是一个充满挑战和成就感的职业。通过自己的付出和努力，我能够帮助人们改善身体健康，让他们重新找回快乐和自信。我相信，只要我坚持不懈地提升自己的技术水平和关注客户的需求，我将成为一名优秀的推拿师，并继续为更多的人带来健康和快乐。

## 推拿治疗心得体会篇三

您好！

我名叫李xx男，现年xx岁，xx省xxx县人，系xxx学校的针灸推拿专业毕业生，现在省三级甲等医院xxx脑病科工作，我一个人担负着xxx多个病床，每天有xxx多人要做针灸等康复治疗，我全心全意，积极工作，认真负责，受到病人和同事的一致好评。

200x年x月，来到医院康复科学习，实习结业，医院几位正、副科长、脑病科主任推荐，院长表态——留院继续搞康复科

工作，后到八病室脑病科。

学医是我多年梦寐以求的心愿，在高校受到了良好的教育，尤其是在知识渊博且教学经验丰富的xxx□xxx等老师们谆谆不倦的教导下，系统地学习了《中医理论》、《经络腧穴学》、《针法灸法学》、《针灸治疗学》、《推拿手法学》、《推拿治疗学》等等全部课文，我认真听课、阅读、领会、理解，不懂之处利用空闲时间及节假日，刻苦钻研，不断学会和掌握了理论知识、专业知识和技术操作等，提高了专业知识和技术水平。

为了做到学以致用□20xx年x月来到了xxx院实习，又得到了教授、医师的教导，还得到了xxx省针灸协会副会长□xxx省中医药研究院针灸科科长、著名教授xxx大师的亲自指导，进行针灸、推拿、穴位注射、刺络拔罐、刮痧等等技术和知识传授，使专业和技术大有长进。

从入院至今，我接纳了针灸、牵引、拔罐、刮痧、穴位注射等等病人，都是认认真真的细心工作，和和气气的热情相待，病人高兴满意，身体不断得到康复。

经过三年的学习和四年医院工作，有了一定的业务素质，增长了知识，开阔了视野，学会了技术，提高了办事能力，增强了业务水平，由于该医院工资太低，我来到了长沙市年轮骨科医院当医师。

贵单位需要人才，是我的机会，贵院如能录用，我将万分感谢!我保证一定兢兢业业、踏踏实实，出色完成领导交给的工作业务，为卫生事业，为医院争光添彩!

盼予回复!

此致

敬礼

求职人□xxx

20xx年xx月xx日

## 推拿治疗心得体会篇四

在推拿实训中，我体会到了推拿的魅力，也遇到了一些挑战。推拿的技巧对于缓解身体疾病、改善健康状况有着显著的效果，这使我非常开心能够学习和运用这门技术。然而，我也不可避免地面临推拿过程中的困难和压力。推拿需要准确地找到人体的穴位，并应用适当的力度和技巧，这需要细心观察和不断练习。这导致我有时候会感到紧张和不安。不过，通过坚持不懈的努力和导师的指导，我逐渐克服了这些困难，并对推拿有了更深入的了解。

### 段二：沟通与倾听的重要性

在推拿实训中，我意识到与客户的沟通和倾听是非常重要的。每个人的身体状态和需求都各不相同，因此，在进行推拿之前，了解客户的健康状况和需求对于提供有效的帮助至关重要。我学会了如何与客户进行有效的沟通，倾听他们的诉求和反馈。有时候，客户可能对推拿的过程和力度有所顾虑或不适应，这时候，我的沟通和倾听能力就显得尤为重要。通过与客户的沟通，我可以根据他们的反馈做出相应的调整，以确保他们获得最佳的推拿效果。

### 段三：关注细节与专业知识

推拿是一个需要专业知识和技能领域，对细节的关注是不可或缺的。在实训的过程中，我深刻体会到对于穴位的准确把握、施力的精确度以及推拿动作的流畅性等细节都对推拿效果产生着重要影响。专业知识是不断学习和积累的过程，

我了解到推拿并非只有技术，还需要对肌肉、经络和身体结构的理解。在这个过程中，我重视学习，通过阅读各种相关书籍、观看推拿技术视频以及与同学的互相学习，来提升自己的专业知识。

#### 段四：责任与自我提升

推拿实训让我深刻地体会到作为一名推拿师的责任和使命感。相对于其他的保健和按摩技术，推拿更注重与客户的交流和互动，推拿师需要为客户提供身体健康上的帮助和支持。这个过程需要我们不断提升自己的技术和专业水平，且要保持积极乐观的心态。作为一名推拿师，我的自我提升不能止步于学校的实训，我要不断学习和探索，广泛阅读相关的专业书籍和论文，参与学术交流会议和培训，以提升自己的推拿技术和知识水平。

#### 段五：感恩与成就感

在推拿实训中，我对推拿的价值和重要性有了更深的认识，也收获了很多成就感。从一开始的迷茫和紧张到如今的自信和成熟，我感受到了自己在这个过程中的成长。同时，我也懂得了感恩的重要性。身为推拿师，我们能够通过推拿技巧给予他人身体和心灵上的舒缓，这是一种幸福和满足的感觉。我要感谢我的导师和同学们的帮助和支持，没有他们的鼓励和指导，我无法取得今天的进步和成就。

总结：通过推拿实训，我更加深入地了解了推拿技术的本质和价值，同时也明白了推拿师所需具备的专业知识和技能。不断学习和提升自己对于在实践中更好地为客户提供服务至关重要。推拿实训让我感受到了自己的成长和成就，同时也让我体会到了感恩的重要性。我相信，通过不断学习和努力，我将成为一名优秀的推拿师，为更多人的健康和幸福贡献自己的力量。

## 推拿治疗心得体会篇五

本校为技能培训学校，不同于学员教学的是：本门课程以掌握技能为目的，理论与实践成4:6的比例，为的是从我校毕业的学员，可在学满结业时，轻松接诊患儿。

本门课程学期为10天，共计80课时，课程设置为四大部分：

一、讲小儿推拿概要：包括小儿推拿学的发展史及前景介绍；小儿的生理特点，病理特点，生长发育特点；小儿四诊的要点（望诊、闻诊、问诊、切诊）。小儿推拿治疗概要讲：适应症、禁忌症、注意事项、基本要求推拿处方，常用介质。

二、讲儿推手法，以常用手法为主（推法、拿法、按法、摩法、揉法、运法、掐法、捏法8法）以复式手法为辅。

三、讲儿推常用穴位，含头面部、胸腹部、上肢部、腰背部、下肢部共计76个。包括取穴，操作方法，主治与临床应用。

四、讲常见病症的治疗：有感冒、发热、咳嗽、哮喘、婴幼儿腹泻、腹痛、呕吐、疳症、便秘、遗尿、惊风、夜啼、小儿肌性斜颈等十几种临床效果显著的疾病。同时会结合一些病例及临床经验介绍。另外。我们还总结出一套小儿保健手法，用以强身健体，促进小儿生长发育。练功：是专门为从事本行业的人员所设定的一门课程，此课程可历练从业人员的自我保护技能以及专业掌握技能。

## 推拿治疗心得体会篇六

推拿作为一种传统的中医疗法，历史悠久并在世界各地广泛应用。在我个人的体会中，推拿不仅仅是一种治疗手法，更是一种与身体和心灵沟通的方式。从体验中，我感悟到推拿能够促进身体的自我修复和平衡，并在心灵上给予我放松和安宁。以下是我对推拿的五段式心得体会。

首先，推拿能够促进身体的自我修复。通过手法的推拿以及经络的刺激，推拿能够促进血液循环，达到舒筋活络的作用。在我进行推拿时，我能够明显感受到手指在经络上的按揉和推动，从而加速了血液的循环流动。这不仅能够有效缓解肌肉的疲劳和紧张，还能够促进新陈代谢和废物的排出。经过推拿的治疗，我感觉身体的各个部位得到了舒缓和放松，特别是对于常常感觉疲劳和不适的部位，推拿更是能够使其恢复活力。

其次，推拿有助于平衡身体的能量。中医理论认为，人体的健康与身体内能量的流动有着密切的关系。推拿作为一种能量调节的方法，通过按摩和推拿特定的穴位和经络，可以调整体内的阴阳平衡，促进能量的流动。在推拿过程中，我常常能够感到身体的能量在不断流动，特别是在一些经络、穴位被按摩过程中，我能够感到一种温热的感觉，仿佛有一股能量在体内流动。这种能量的平衡和流动，使我感到身心愉悦和有活力。

第三，推拿能够调整情绪，给予内心的放松和安宁。我们的身体和心灵是相互联系的，当身体不适时，心情也容易受到影响。推拿通过调节身体的能量和气血流动，可以缓解紧张和焦虑的情绪，使心灵得到放松。在推拿的过程中，我常常感到身体和思维逐渐平静下来，烦躁的情绪也随之消散。感受到推拿带给我的内心宁静和平和，我对生活的态度也变得更加积极和乐观。

第四，推拿能够增强身体的抵抗力和自愈能力。推拿通过调整血液循环和能量平衡，能够提高身体免疫力，并对疾病起到预防和辅助治疗的作用。在我长期进行推拿的过程中，我能够明显感觉到自身的抵抗力增强了许多。以前容易感冒和疲劳的问题也有所改善。推拿对于一些慢性疼痛和疾病也有很好的缓解效果，推拿后我的身体感觉更加舒服和健康。

最后，我感受到推拿不仅仅是一种疗法，更是一种艺术。推



推拿需要从医者对患者的体察到推拿手法的施展，需要经验、技巧和洞察力。推拿的艺术之美体现在医者对人体的细致观察和敏感感知上，与患者的心理交流和配合上。在我接受推拿的过程中，我能够感受到治疗师通过手的触碰和推拿来表达关爱和疗愈，这种人与人之间的感知和交流，使我对推拿抱有一种敬畏的心情。

总体来说，通过推拿的治疗和体验，我感受到了身体和心灵得到了修复和平衡。推拿让我明白了身心是相互关联的，只有当身体和心灵都达到平衡和放松，我们才能够拥有健康和幸福的生活。同时，我也深刻体会到推拿带给我的愉悦和安宁。推拿不仅仅是一种疗法，更是一种艺术和对生命的关怀和呵护。我对推拿的认识和理解仍在不断深化，我希望能够更好地将推拿方法应用于自己的日常生活，并分享给更多需要的人。

## 推拿治疗心得体会篇七

1. 祖传绝技秘笈，舒筋活络保健。
2. 推拿按摩，舒筋活络，祖传秘方，养生保健。
3. 古法推拿，保健养生。
4. 享中医推拿，品传统文化，带健康回家。
5. 古法传承健康，拿捏恰到好处。
6. 传千年绝技，承百年养生。
7. 华夏绝技，国医传承。
8. 按摩推拿柳安堂，正元养生保健康。

9. 古法推拿养生，绝技品质健康。
  10. 承祖传绝技，师天地造化。
  11. 传统中医柳安堂，祖传绝技保健康。
  12. 仁心圣手，携古法祛除酸麻肿痛；和气生财，通八脉愉悦春夏秋冬。
1. 专业揉捏，百年传承。
  2. 绝技“留安康”，推拿柳安堂。
  3. 骨正筋柔，精神长存。
  4. 上下五千年，妙手寿比天。
  5. 弘扬中医传统文化，传承柳氏推拿疗法。
  6. “留安康”，柳安堂。
  7. 中华古法推拿保健养生。
  8. 传承中医文化，共筑健康中华。
  9. 传承古法推拿，保健养生天下。
  10. 妙手通经络，德心理乾坤。
  11. 享精妙推拿，品传统文化，带健康回家。
  12. 按摩祛病一点通，培本固元显神功。
  13. 祖传按摩绝技，正元养生保健。

14. 祖传绝技推拿，服务养生保健。
  15. 中医文化源远流长，祖传绝技呵护健康。
  16. 世家手法，传承运道。
  17. 上下五千年，推拿寿延年。
- 1、 养生精髓，正气活元。
  - 2、 自然好疗法，古方保平安。
  - 3、 传承古法，弘扬国粹。
  - 4、 邀您遛遛，柳安堂，古技推拿，颐养天年。
  - 5、 光大祖传绝技，健康天下百姓。
  - 6、 妙手通经络，仁心理乾坤。
  - 7、 手法独而不同，技艺古尔高超。
  - 8、 中医有方，把握健康。
  - 9、 古法推拿，服务至上
  - 10、 国医绝技，推陈出新。
  - 11、 古法推拿，疗效第一。
  - 12、 推拿保健，好运相连。
  - 13、 光大祖传绝技，倡领绿色疗法。
  - 14、 中医文化源远流长，推拿按摩呵护健康。

- 15、千年古秘方，一品柳安堂。
- 16、妙手推拿针按，复古养生洪福齐天。
- 17、古法推拿，国医长技。
- 18、推拿按摩，固本培元。
- 19、中华古医传承，保健堂堂柳安。
- 20、中医古方传承，推拿固本培元。

共2页，当前第2页12

## 推拿治疗心得体会篇八

当我决定去学习儿科推拿时，我已经是一名注册的按摩师了。我认为，学会儿科推拿可能还要花费一段时间，但它将为我的职业生涯带来新的机遇和技能。现在，我已经从儿科推拿中获取了不少于我所预期的东西。在这篇文章中，我将分享一下我的心得体会，以及一些我在学习过程中的收获和挑战。

### 第一段：学习儿科推拿所带来的好处

在我学习儿科推拿之前，我已经完成了按摩学校的课程，并且有一些半年的临床经验。然而，我仍然感到我还有很多要学习的，我想要选择一个让我可以在整个职业生涯中受益的方向。儿科推拿是我很长时间以来一直想要学习的技巧之一。学习儿科推拿不仅可以让我更好的理解儿童的生长和发育，还可以结合以前学习到的按摩技巧，让我为孩子提供一个更为安全和温馨的治疗环境。

### 第二段：气候和循序渐进性

在六个月的学习和实践过程中，我发现了一些好的和不好的

方面。儿科推拿不是按摩学校中的一门常规课程，所以我需要去一个专门提供这门课程的学校。另外，由于我是大一学生，因此我听从了那些有经验的学生的建议，就好像我选择入门课程之前也需要核实教师的实践经验一样。在这个学科中，我们需要考虑发育和自然的身体改变，以及如何在不同的年龄段为孩子提供更好的治疗；同时，热情和爱心也是这个领域中不可或缺的部分。

### 第三段：实践的重要性

虽然课程中需要了解许多理论知识和方法，但儿科推拿对于学生的训练也需要实践。为了做好准备，我必须带着舒适的服装，准备好各种评估和常见问题的基本技能，才能让孩子们放松和乖巧。在一天充满高强度的课程之后，我仍然需要独立地按摩一些练习对象。通过实践，我可以感受到孩子们的身体动态和他们的反应，所以我可以更好地了解有适合儿童的按摩方法，并及早预防疾病。

### 第四段：对我职业生涯的影响

通过学习儿科推拿，我可以更好地为我的按摩职业生涯选择一条更具专业性的道路。儿科推拿在按摩领域有着自己的领域，医生和护士会将他们的患者推荐给有专业资质的按摩师，这使我可以为儿童提供更为复杂的治疗体验。我也希望将儿科推拿的技能和知识应用于社区资源计划，以帮助那些无法得到温暖和关爱的家庭和组织。

### 第五段：结论

学习儿科推拿并不轻松，而且我并没有预料到它会如此具有挑战性。但是，对于每一个挑战都有新的机遇。通过努力和坚持，我可以为其他有需要的妇女和儿童提供治疗。此外，通过这个行业，我可以结交新朋友，了解专业人士的建议，提高自己的技能和知识。这是一条用心而感性的课程，我希

望我的神奇经验可以鼓励更多人去学习儿科推拿。

## 推拿治疗心得体会篇九

您好！

感谢您在百忙之中抽出时间垂阅我的自荐信，为一个充满激情，斗志昂扬的大学生开启了一扇希望之门，相信我一定不会让你失望。

我叫李明，是怀化医学高等专科学校针灸推拿的学生。在校期间，我非常注重自己全面能力的培养和综合素质的提高，担任了校社团——青云求职社的社长，校招生就业处的学生助理，班级学习委员以及寝室长，还参加了大量的课外兼职工作。通过这些锻炼，我现在已收获了与他人良好合作沟通的能力，过硬的心理素质，广泛和谐的人际关系，吃苦耐劳的精神，以及老师，同学对我的充分肯定和赞扬。在学习方面，我不仅很好的掌握了针灸推拿的理论和动手操作技能，以及中药方剂等知识，也很好的培养了我强大的自学能力和良好的思维习惯，能很快的接受新思想，新知识。对针灸推拿具有浓厚的兴趣。为了进一步提高自己的医技和积累相应的临床经验，在校期间曾参加了多次对怀化广大市民进行颈肩腰腿痛的治疗，并取得了良好的疗效，也积累了一定的临床经验。为了能在实习期间尽可能多的锻炼自己的针灸推拿能力，本人在岳阳市中医院针灸推拿科实习了长达5个月之久，在老师的指导下进行了更高难度的颈肩腰腿痛的治疗，也很好的掌握了岳阳市中医院针灸推拿科的一些特色疗法，比如说“颈椎病穴治疗颈椎病，深刺关元俞治疗腰突症等。

本人深知自己积累的临床经验与贵院要求的临床经验有一定差距，但请相信：我自信我的自学能力和勤奋好学，吃苦耐劳的精神，在不久的将来一定能为贵院的康复理疗科撑起一片蔚蓝的天空针灸推拿专业求职信针灸推拿专业求职信。如果贵院能接纳我，给我一个机会，我将努力工作，将自己的

青春和热血奉献给贵院，为贵院更辉煌的明天贡献自己全身心的力量。如果贵院能接纳我，给我一个机会，我将与贵院苦乐与共，兴衰与共。静候你的回音。祝领导身体健康，工作顺利，合家幸福。祝贵院的明天更加辉煌灿烂针灸推拿专业求职信文章针灸推拿专业求职信出。

此致

敬礼

XXX

XXXX年XX月XX日