

2023年幼儿园后勤技能大赛主持台词 幼儿园国庆合唱比赛活动方案(大全8篇)

心得体会是对一段经历、学习或思考的总结和感悟。优质的心得体会该怎么样去写呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

关于专升本心得体会篇一

医学院学生医院实习心得体会

白云浮动，传奇被停留在过往，落叶沉睡于大地，孕育着一个希望的诞生。200#年的冬天，这是我进入石大的第一个寒假，美丽的石大，承载着我的梦想——去当一名光荣的白衣战士。生命的意义是由自己定义的，为了给自己医学知识充电，而实践的过程是所有课本不能给予的，短暂的寒假便来到新城红十字医院(原八毛职工医院)实习。对于我这个只有半年学医经历的学生来说，应该从医院中最基础的护理工作开始。来到医院，我对一切都感到新鲜和畏惧，即使自己曾以病人的身份到过此地。

镜中的我，穿着干净的白大褂，戴着洁白的帽子和口罩，想想自己第一次穿着白大褂的那份自豪，心底的那份坚定与自信油然而生！看起来很简单的护理工作，让我开始有些手忙脚乱。原本的自信荡然无存。我开始虚心向护士学习，紧紧地跟着护士，寸步不离，年轻的护士耐心地给我讲解着关于护理的知识。慢慢地，我穿梭在各个病房，了解了她们的护理术语和一些日常工作。

我协助护士接诊病员，做好四测(测血压、测体温、测脉搏、测体重)，熟练地掌握了血压及体温的测量方法，接触配液环节，在严格坚持“三查七对”(三查：操作前查、操作中查、操作后查；七对：对床号、对姓名、对药名、对浓度、对剂量、

对方法、对时间)的原则下,并为病员配液。终于有了我实践的机会,想着护士叮嘱我的操作要领,端着装有止血带、胶布、碘付的器皿,来到病房。面带着微笑:“阿姨,该打针了!”我给病人绑上止血带,用碘付进行消毒,然后拿起针头,小心翼翼地扎入病人的血管中。看见管中有回血,一种如释重负的感觉蔓延全身。想不到,身平第一次扎针竟然会如此的顺利!护士在休息的时候,给我讲着因为静脉注射的输液管中一个小小的气泡,而使病人死亡的真实事例后,我大为震惊,不免开始崇敬这些平凡的护士们。

200

5、2、21在医院领导的同意下,我观摩了一例左下肢静脉曲张高位结扎及剥脱术!手术前病人的家属用充满期待的目光注视着主刀的医生,顿时让我感到医生的伟大责任。手术的时间大约两个小时,主刀医生精湛的医技,让我了解到医学基础知识的重要性,他的细心,仿佛把病人当成自己的家人一样精心地照料,就好象生理老师曾经说过:虽然你们是用动物做实验,但以后你们却是要给人看病!因此,使我是深深体会到,我们要提高自己的职业素质。

短短的15天医院实习结束,终于可以喘一口气了。想想这么多天的忙碌,再想想每日辛苦战斗的护士们,才知道护理工作的不易。我觉得护理工作不仅需要熟练的技巧,而且同样需要优秀的职业素质: 1. 思想素质: 要教育和培养每一个护理人员热爱护理工作,献身护理事业,树立牢固的专业思想;要有崇高的道德品质、高尚的情操和良好的医德修养,以白求恩为榜样,发扬救死扶伤,实行革命的人道主义精神:真诚坦率,精神饱满,谦虚谨慎,认真负责;要高度的组织性、纪律性和集体主义精神,团结协作,爱护集体,爱护公物。

2. 专业素质: 护理人员要对病人极端负责,态度诚恳,和蔼热情,关心体贴病人,掌握病人的心理特点,给予细致的身心护理;严格执行各项规章制度,坚守岗位,按章办事,操作

正规，有条不紊，执行医嘱和从事一切操作要思想集中，技术熟练，做到准确、安全、及时，精益求精；要有敏锐的观察力，善于发现病情变化，遇有病情突变，既要沉着冷静，机智灵活，又要在抢救中敏捷、准确、果断；做好心理护理，要求语言亲切，解释耐心，要有针对性地做了病人的思想工作，增强其向疾病做斗争的勇气和信心；保持衣着整齐，仪表端庄，举止稳重，礼貌待人，朴素大方；作风正派，对病人一视同仁，对工作严肃认真。

3. 科学素质：护理人员要具有实事求是、勇于探索的精神，要认真掌握本学科基本理论，每项护理技术操作都要知其然并知其所以然；护理学是一门应用学科，必须注意在实践中积累丰富的临床经验，要掌握熟练的技术和过硬的本领；要刻苦钻研业务，不断学习和引进国内外先进的护理技术；要善于总结经验，不断探索，开展研究，勇于创新，努力提高业务技术水平，不断推动护理事业的发展；要积极努力学习和了解社会学、心理学、伦理学等知识，拓宽自己的知识面，更好地为病人的身心健康服务。

同样，即将成为口腔医生的我们也应该充分认识到：

白云浮动，传奇被停留在过往，落叶沉睡于大地，孕育着一个希望的诞生。200#年的冬天，这是我进入石大的第一个寒假，美丽的石大，承载着我的梦想——去当一名光荣的白衣战士。生命的意义是由自己定义的，为了给自己医学知识充电，而实践的过程是所有课本不能给予的，短暂的寒假便来到新城红十字医院(原八毛职工医院)实习。对于我这个只有半年学医经历的学生来说，应该从医院中最基础的护理工作开始。来到医院，我对一切都感到新鲜和畏惧，即使自己曾以病人的身份到过此地。

镜中的我，穿着干净的白大褂，戴着洁白的帽子和口罩，想想自己第一次穿着白大褂的那份自豪，心底的那份坚定与自信油然而生！看起来很简单的护理工作，让我开始有些手忙脚乱。原本的自信荡然无存。我开始虚心向护士学习，紧紧地跟着护士，寸步不离，年轻的护士耐心地给我讲解着关于护

理的知识。慢慢地，我穿梭在各个病房，了解了她们的护理术语和一些日常工作。

我协助护士接诊病员，做好四测(测血压、测体温、测脉搏、测体重)，熟练地掌握了血压及体温的测量方法，接触配液环节，在严格坚持“三查七对”(三查：操作前查、操作中查、操作后查;七对：对床号、对姓名、对药名、对浓度、对剂量、对方法、对时间)的原则下，并为病员配液。

终于有了我实践的机会，想着护士叮嘱我的操作要领，端着装有止血带、胶布、碘付的器皿，来到病房。面带着微笑：“阿姨，该打针了!”我给病人绑上止血带，用碘付进行消毒，然后拿起针头，小心翼翼地扎入病人的血管中。看见管中有回血，一种如释重负的感觉蔓延全身。想不到，身平第一次扎针竟然会如此的顺利!护士在休息的时候，给我讲着因为静脉注射的输液管中一个小小的气泡，而使病人死亡的真实事例后，我大为震惊，不免开始崇敬这些平凡的护士们。

200

5、2、21在医院领导的同意下，我观摩了一例左下肢静脉曲张高位结扎及剥脱术!手术前病人的家属用充满期待的目光注视着主刀的医生，顿时让我感到医生的伟大责任。手术的时间大约两个小时，主刀医生精湛的医技，让我了解到医学基础知识的重要性，他的细心，仿佛把病人当成自己的家人一样精心地照料，就好象生理老师曾经说过：虽然你们是用动物做实验，但以后你们却是要给人看病!因此，使我是深深体会到，我们要提高自己的职业素质。

短短的15天医院实习结束，终于可以喘一口气了。想想这么多天的忙碌，再想想每日辛苦战斗的护士们，才知道护理工作的不易。我觉得护理工作不仅需要熟练的技巧，而且同样需要优秀的职业素质： 1. 思想素质：要教育和培养每一个护理人员热爱护理工作，献身护理事业，树立牢固的专业思想；

要有崇高的道德品质、高尚的情操和良好的医德修养，以白求恩为榜样，发扬救死扶伤，实行革命的人道主义精神：真诚坦率，精神饱满，谦虚谨慎，认真负责；要高度的组织性、纪律性和集体主义精神，团结协作，爱护集体，爱护公物。

2. 专业素质：护理人员要对病人极端负责，态度诚恳，和蔼热情，关心体贴病人，掌握病人的心理特点，给予细致的身心护理；严格执行各项规章制度，坚守岗位，按章办事，操作正规，有条不紊，执行医嘱和从事一切操作要思想集中，技术熟练，做到准确、安全、及时，精益求精；要有敏锐的观察力，善于发现病情变化，遇有病情突变，既要沉着冷静，机智灵活，又要在抢救中敏捷、准确、果断；做好心理护理，要求语言亲切，解释耐心，要有针对性地做了病人的思想工作，增强其向疾病做斗争的勇气和信心；保持衣着整齐，仪表端庄，举止稳重，礼貌待人，朴素大方；作风正派，对病人一视同仁，对工作严肃认真。

3. 科学素质：护理人员要具有实事求是、勇于探索的精神，要认真掌握本学科基本理论，每项护理技术操作都要知其然并知其所以然；护理学是一门应用学科，必须注意在实践中积累丰富的临床经验，要掌握熟练的技术和过硬的本领；要刻苦钻研业务，不断学习和引进国内外先进的护理技术；要善于总结经验，不断探索，开展研究，勇于创新，努力提高业务技术水平，不断推动护理事业的发展；要积极努力学习和了解社会学、心理学、伦理学等知识，拓宽自己的知识面，更好地为病人的身心健康服务。同样，即将成为口腔医生的我们也应该充分认识到：

1. 医生是一个很平凡的职业，他的责任就是救死扶伤，挽救病人的生命。 2. 医生也同样应该具备一定的思想素质、专业素质和科学素质，要有一定的责任心，把病人的生命看作是自己的生命。 3. 医生要有创新和探索的能力，积极为医学的未来作出贡献。

白云浮动，传奇被停留在过往，落叶沉睡于大地，孕育着一个希望的诞生□xx年的冬天，这是我进入石大的第一个寒假，

美丽的石大，承载着我的梦想——去当一名光荣的白衣战士。生命的意义是由自己定义的，为了给自己医学知识充电，而实践的过程是所有课本不能给予的，短暂的寒假便来到新城红十字医院(原八毛职工医院)实习。

对于我这个只有半年学医经历的学生来说，应该从医院中最基础的护理工作开始。来到医院，我对一切都感到新鲜和畏惧，即使自己曾以病人的身份到过此地。

镜中的我，穿着干净的白大褂，戴着洁白的帽子和口罩，想想自己第一次穿着白大褂的那份自豪，心底的那份坚定与自信油然而生!看起来很简单的护理工作，让我开始有些手忙脚乱。原本的自信荡然无存。我开始虚心向护士学习，紧紧地跟着护士，寸步不离，年轻的护士耐心地给我讲解着关于护理的知识。慢慢地，我穿梭在各个病房，了解了她们的护理术语和一些日常工作。

我协助护士接诊病员，做好四测(测血压、测体温、测脉搏、测体重)，熟练地掌握了血压及体温的测量方法，接触配液环节，在严格坚持“三查七对”(三查：操作前查、操作中查、操作后查;七对：对床号、对姓名、对药名、对浓度、对剂量、对方法、对时间)的原则下，并为病员配液。

终于有了我实践的机会，想着护士叮嘱我的操作要领，端着装有止血带、胶布、碘付的器皿，来到病房。面带着微笑：“阿姨，该打针了!”我给病人绑上止血带，用碘付进行消毒，然后拿起针头，小心翼翼地扎入病人的血管中。看见管中有回血，一种如释重负的感觉蔓延全身。想不到，身平第一次扎针竟然会如此的顺利!护士在休息的时候，给我讲着因为静脉注射的输液管中一个小小的气泡，而使病人死亡的真实事例后，我大为震惊，不免开始崇敬这些平凡的护士们。

xx02021在医院领导的同意下，我观摩了一例左下肢静脉曲张高位结扎及剥脱术!手术前病人的家属用充满期待的目光注

视着主刀的医生，顿时让我感到医生的伟大责任。手术的时间大约两个小时，主刀医生精湛的医技，让我了解到医学基础知识的重要性，他的细心，仿佛把病人当成自己的家人一样精心地照料，就好象生理老师曾经说过：虽然你们是用动物做实验，但以后你们却是要给人看病！因此，使我是深深体会到，我们要提高自己的职业素质。

短短的15天医院实习结束，终于可以喘一口气了。想想这么多天的忙碌，再想想每日辛苦战斗的护士们，才知道护理工作的不易。我觉得护理工作不仅需要熟练的技巧，而且同样需要优秀的职业素质： 1. 思想素质：要教育和培养每一个护理人员热爱护理工作，献身护理事业，树立牢固的专业思想；要有崇高的道德品质、高尚的情操和良好的医德修养，以白求恩为榜样，发扬救死扶伤，实行革命的人道主义精神；真诚坦率，精神饱满，谦虚谨慎，认真负责；要高度的组织性、纪律性和集体主义精神，团结协作，爱护集体，爱护公物。

2. 专业素质：护理人员要对病人极端负责，态度诚恳，和蔼热情，关心体贴病人，掌握病人的心理特点，给予细致的身心护理；严格执行各项规章制度，坚守岗位，按章办事，操作正规，有条不紊，执行医嘱和从事一切操作要思想集中，技术熟练，做到准确、安全、及时，精益求精；要有敏锐的观察力，善于发现病情变化，遇有病情突变，既要沉着冷静，机智灵活，又要在抢救中敏捷、准确、果断；做好心理护理，要求语言亲切，解释耐心，要有针对性地做了病人的思想工作，增强其向疾病做斗争的勇气和信心；保持衣着整齐，仪表端庄，举止稳重，礼貌待人，朴素大方；作风正派，对病人一视同仁，对工作严肃认真。 3. 科学素质：护理人员要具有实事求是、勇于探索的精神，要认真掌握本学科基本理论，每项护理技术操作都要知其然并知其所以然；护理学是一门应用学科，必须注意在实践中积累丰富的临床经验，要掌握熟练的技术和过硬的本领；要刻苦钻研业务，不断学习和引进国内外先进的护理技术；要善于总结经验，不断探索，开展研究，勇于创新，努力提高业务技术水平，不断推动护理事业的发展；要积极努

力学习和了解社会学、心理学、伦理学等知识，拓宽自己的知识面，更好地为病人的身心健康服务。

同样，即将成为口腔医生的我们也应该充分认识到：

科学素质，要有一定的责任心，把病人的生命看作是自己的生命。3. 医生要有创新和探索的能力，积极为医学的未来作出贡献。

关于专升本心得体会篇二

等待成绩的日子真的是度日如年，成绩出来的那天同学给我打电话问我成绩是否已经出来了，我说不知道，后来同学告诉我可以查成绩了，我的心情很忐忑，因为当时我在宿舍，所以请同学帮我查了下，等待的过程总是漫长的，当同学告诉我达线时，真的很激动，大半年的努力总算没有白费。

这半年的旅程有得到也有失去，我对这个结果是很欣慰的，感觉到这正是我想要的，这才是我的成绩。专升本的历程是对一个人的历练，让我们在一种及其痛苦的环境中锻炼自己的心态，在这个过程中不断地成长，成熟，改变自己的世界观，人生观与价值观，经历过的人对好多事情绝对会有不一样的理解与体会，正所谓敢于直面惨淡人生，敢于正视淋漓的鲜血，让我们变得更坚强，变得无所畏惧，我想这正是无数专升本学子心声的反映。

大学的时光总是流逝的飞快，转眼间两年的时间过去了，而大多数同学都选择了实习，我又一次走到了十字路口，是工作还是继续呆在学校继续考专升本。最终还是决定了考专升本。我选择这条路的原因有两个：首先是觉得自己学的专业课还不错，不想就这么放弃了；其次是心态吧，那时离专升本的时间还有半年左右吧，就是考不上也不差这半年的时间去找工作。就这样开始我的专升本之路。

在上专升本的课程中，每天都是起早贪黑的，当时还是冬天，早上根本就起不来，但是因为有好几个同学一起上课，就这样硬逼着自己早起，而且去的迟了就没座位了，那么大个教室，可是上课的人总是很多，现在想想当时也真够惨的。不过，又考虑到如果考上的话，对自己的未来必定是有益的，再加上课堂上老师也不停的鼓励，就这样坚持了下来。

的话就不甘心，但是我很庆幸自己当时报考了专升本，专升本首先要有一个良好的心态，如果真的打算专升本的话就不要被外界的一些话干扰，当同学们都去找工作而自己还在教室里学习时，一定要静下心来，不可心浮气躁；其次是要选择好的培训班，好的培训班你可以得到准确的考试信息和相关教材，这对考生来说非常重要；最后就是英语了，英语如果做不到给你提分，最起码不会给你拉分，因为英语是必考科目，如果英语很差的话就得好好努力了。

生命不在于有多少岁月，而在于岁月里有多少生命。成功并不遥远，只要能脚踏实地地走到最后，我们就已经战胜了自己，走向了成功。最后希望以后参加专升本的学子都能美梦成真！

关于专升本心得体会篇三

中医学的心得体会要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的中医学的心得体会样本能让你事半功倍，下面分享【中医学的心得体会通用5篇】，供你选择借鉴。

我所见习的____市中医院科室比较齐全，我们轮的科室有内儿科，中药房，放射科，急诊科，骨外科，妇产科，针灸科等七个科室。现在总结一下我的见习情况。

最值得一提的科室是急诊科。

急诊科分有内科外科，有幸的是我内外科的急诊都轮过。内科的急诊通常是固定哪段时间会很忙，哪段时间不忙的。忙起来时，病人可以把整个诊室挤满，而晚上是最多病人的。刚轮急诊的时候我会手忙脚乱的，不知道要怎样处理病人，于是带教老师就教我，先指引病人或其家属去挂号，如果是发烧，就预先给体温计测体温，如果病人病情比较急的，就先处理。从感冒发烧头痛头晕的病人到心悸腹痛尿血的病人，基本涵盖了内科的基本常见病种。

在急诊就免不了要出车接病人，内科出车接的病人通常是脑血管意外，一次接回了一个被电击的病人，接回来时已经瞳孔散大了，于是所有的值班医生都来参加抢救，心肺复苏，电击复律……将近一个小时的抢救也没能把他救回来，带教医生于是叫我们见习医生上，继续进行心肺复苏，同时也给我们实践的机会。带教老师说，按压手势应该双手互扣，手指上翘，仅以掌根接触胸骨；按压深度应该下压胸廓三分之一，大约4-5公分；按压姿势为肩肘腕成一直线，身体微向前倾；按压速率为每分钟100次，口诀：1上，2上，……10上，11，12，……26，27，28，29，30。每次按压之后必须让胸廓完全回弹到原来的高度，胸部按压与回弹的时间应该一致。

相对来说，外科的急诊就相对比较单一，一般是外伤的病人，大多需要清洗伤口，进行清创缝合。车祸的病人比较多，有全身多处擦伤的，有骨折的，有脑震荡的……一般都需要做X线和CT检查以明确受伤部位和程度。

最有意思的科室是妇产科。

本来只是安排了一个星期的妇产科见习，而且我们还没有学习妇产科这一门课，但是本着对妇产科的好奇和喜欢，我选择了呆在妇产科两个星期，一周在妇产科住院部，一周跟妇科门诊。

在住院部的一个星期里，我有幸见到了五次顺产，三例剖宫

产手术和一例全宫切除手术。第一次见到自然分娩，我当时非常兴奋，当见到产妇从开始规律宫缩，接着宫口扩张胎膜破裂，到产妇在医生和护士的指导下痛苦地屏气用力分娩，胎儿头部露出到整个娩出，最后胎盘完全剥离排出的整个自然分娩全过程，我的心情紧张地随着产妇的情绪变化和分娩过程的进行而一起起伏着，最后为能成功分娩出婴儿而兴奋万分。等护士将处理好的新生儿抱给母亲看的时候，母亲虚弱的脸上露出的那满足而幸福的笑容使我有深深的感触，母亲是如此的伟大，母爱如此的无边。

接着一周在妇科门诊度过，我跟着带教老师，一周内接触到妇科的基本常见病，例如盆腔炎，子宫肌瘤，卵巢囊肿，老年性阴道炎，月经不调，不孕不育症……见识到妇检和产检的内容和操作。虽然我还没学习妇产科这门课程，但是在妇产科的所见所闻，让我留下了深刻的感性的认识，有助于以后我更好更直接的掌握这门课程。

收获最大的课室是内儿科。

内儿科轮的三个星期中每天跟随带教老师查房，开医嘱，每天帮护士测体温量血压送报告。

在内儿科最重要的一项任务是学习如何书写病历，像住院病历，病程记录，出院记录，会诊申请单……每一样我们都从一窍不通，到慢慢上手，再到驾轻就熟，写错了超过三个字，重抄一份，于是一张张的病历纸变成了我们的草稿纸被塞到白大褂的口袋里，不到几天这口袋的分量就像发酵的馒头一样慢慢的膨胀起来了。

其中，我收获最大的是开中药处方，对病人望闻问切后，辨清寒热虚实表里，抓住主要方面，选方用药，开好处方后交给带教老师过目，这时也是自己收获最多的时候，因为带教老师通常会对所开的方药进行加减，同时解说病人现在的情况如何，为何要增加这些药，为何要去掉某些药。我的带教

老师管有一个肺癌末期并且脑转移的病人，病人已经在这间医院已经住了三个月了，情况时好时坏，瘦的只剩下皮包骨，经常发烧，只靠鼻饲和点滴维持生命，他的哥哥是个退伍军人，每天早晨我们来查房的时候，他都会立即站立起来深深地向我们敬个军礼，他说，虽然他知道自己弟弟已经没有希望了，但是他还是为医生能细心照料他弟弟而深深的感动，此时此刻我深深地体会到当一名富有爱心的医生是多么受人尊敬。

美好的见习生涯，虽然告一段落了，但是我知道，我们漫长的学医的旅程才刚刚起步。重回校园，我才慢慢意识到，或许，见习最大的意义并不是在于你在这期间学到并掌握了多少医学知识和操作，而在于通过这短短的三个月时间你是否已经在思想上准备好当一名真正的医生并为此目标而努力前进。

不知不觉中，就已经走完了大里的第一学期。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。

一、了解中医发展

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。

二、从中医到哲学

精气学说、阴阳学说和五行学说，是中国古代有关世界本原和发展变化的宇宙观和方法论，是对中医学理论体系的形成和发展最有影响的古代哲学思想，也是中医学的重要思维方法。这部分内容深奥而且没有条理性，学好这部分知识需要的是有中医学独特的思维方式，然而世界观是思维方式的基础，它为人们认识和把握外部世界提供了思维背景和认识框架，从而决定了人们的四维空间和思维内容。所以我们需要通过看更多的相关书籍从而去深入地了解中国古人的世界观以及他们独特的思维方式，自己对内容的足够了解和熟悉再加上老师生动的讲解，这看似深奥的中医哲学相信也不在话下了。

三、深入个体

想必学中医的我们知道精、气、血、津液、神在人体生命活动中占有重要位置，而藏象学说中所说的五脏六腑以及奇恒之腑又是人体不可或缺的内脏器官，所以针对这一部分我们

需要做的是深入个体，将每一个个体的基本概念、生理机能、生理特性以及个体之间的关系都整理出来，这样就能够有清晰地条理，以便我们掌握。

四、联系生活实际

我们学习医学无非就是想通过自己的双手救死扶伤，为人类出去病痛，让世人都拥有健康的身体，幸福的生活。而疾病源于生活，是生活中一些因素引起的，病因的种类很多，如七情内伤、饮食失宜、劳逸失度等，均可导致发病而成为病因，而这些都是我们在生活中常见的，或者有的不那么常见，但是这都不妨碍我们通过结合生活实际来学习这部分内容，所以当我们把病因与生活一一对应的时候我们会发现病因其实很好掌握。而病机部分需要我们在联系生活实际的同时，再结合精气阴阳五行学说，以及精、气、血、津液、神，相信如果我们能将哲学、藏象部分学好，那么病机也不会有什么问题了。

以上便是我学习《中医基础理论》的心得体会了，希望能够对同学们有所帮助。最后我还想说一句我相信兴趣是最好的老师，如果你对你学的内容有足够的兴趣，相信你一定会学好的。

我认为其重要原因是中医的理论整体性使然。因为并不是这些疾病只要杀死了寄生虫或者将某些传染源清除掉以后就能使身体马上回复到健康的阴平阳秘的状态，因为在这些疾病的发病的过程中已经造成了机体内阴阳脏腑气血的病理改变，所以中医还会在杀灭这些治病因素的同时，还要增加调理已经由于这些疾病导致的阴阳气血脏腑失衡的改变，从而来进一步扶正祛邪，尽快使机体康复。比如在治疗肠道寄生虫服用清除寄生虫的专用方剂的同时，还会从中医湿热生虫的病证辩证认识论上着手清热祛湿，用以调理机体。

再有就是，或者病变的体征表现正好就是这些疾病从健康发

展到初病再到病情一步步严重的病理环境。如肠道寄生虫病的病症可见有湿热表现，或者湿热正好产生比健康状态更趋偏碱性或者偏酸性的肠道寄生虫优势生存繁殖环境，这同样也是机体调节或者说是正邪交争最终正不胜邪而发病的明显病症表现。所以，中医治疗此类疾病即从清除寄生虫卵入手又从调理机体阴阳脏腑扶正祛邪平衡阴阳提高机体机能入手。

分别此类疾病的标和本，从致病因素说寄生虫卵是本，体征表现是标。从脏腑机能来说湿热是本，寄生虫卵是标。在发病的过程中，从初病到病症严重两者标本可以互相转化，中医恰恰是从标本兼治的理念全面进行治疗的。

有幸在正安学院参加了一期中医基础理论的课程，无法用言语形容学习感想。因为有一种强大的力量充斥着内心。从18岁学习中医药到中途转针灸专业，可能是开悟较慢，也可能是意识到自己真正喜欢的专业太晚，但好在我一直坚持着自己的梦想，不曾放弃，直到找到。可以说直到近两年才开始感受着中医学的魅力，在这场学习的革命中我似乎意识到，我是在以学习中医的形式来进行着这场生命的“修行”。有幸！必将加倍珍惜！

如何认识中医？学习中医？怎么走好这条路是我一直思考的问题：有种担心，在正安这个高平台上，我的“非零基础”既是优势也是劣势。优势：10多年的学习路程，耳濡目染地“正规”学习中医，是一种幸运。但也因为受过那么多年“学院派”理论体系的影响，思路不免局限、偏激，兼容并包的空间领域越来越小，突然扭转很多想法、思路不容易。在课上我提出了这个问题：“我怎么走好这条中医的路？”也是这个问题让我有切入点的去“享受”两天的课程。

首先：我们必须要有自己的“见地”，就是要对自己身体出现的现象，生命本质、价值有正确的“认识”。只有具备了这样的“能力”，才能正确的面对自己和将来的病人。

其次:理解“象”。在生活中找寻“答案”，大自然告诉了我们所有的解决办法，没有发现、开启的，只是我们不知晓、无法感知到罢了。但并不代表答案没在那里。

三：尽量用古人的思维方式想问题，我想这应该是一种“意识”，建立起来很困难，但也要迫使自己回溯到以前去体会。

四：中医是一种生活态度，用中医的理念影响生活，同样：生活中的经历更能深刻地体验中医。活里顺境时，学会告诉自己，这是人生曲折的缓冲。在逆境时候，也要告诉自己，这个时候正好磨练心境，人生用功正在此时。

似乎觉得中医之路刚刚开启，不徐不疾，稳步的前进吧！

感恩让我有幸来体会这次课程的所有人。

在学习了两年中医课程之后，我渐渐意识到中医基础理论是讲述中医如何思考的，中医诊断学是讲述中医如何看病的，中药学和方剂学是讲述中医如何治病的，这四门课程理法方药环环相扣，构成一个中医学生对中医的完整认知，也构成一个中医医生看病的的全过程。思考可以是多角度、多层次的、多广度的，诊断可以是多方面的，中西医结合似乎是现代临床。的趋势，而治疗更可以是多种的。针灸推拿作为一种在国际上更为被认可和广泛通行，更有甚者认为扎针就是中国。除了在学校学习之外，我更希望可以实际操作一下，通过实践加深理解，以丰富我的中医素养。于是，我到我们当地中医院针灸科见习三周。

到针灸科的第一天，这与我在学校所见到的针法有所不同。我在学校所看到的只有下针，过20分钟之后起针。而在这里，我了解到医生会根据病情的不同，选穴组方，如同我所熟悉的组药成方一般，再一一施针，同时要配合上电疗机以代替医生间断行针来给病人持续有效刺激，再加上烤灯给针扎处强有力的渗透治疗。此外还会根据病情的不同，加以或推拿

按摩、或艾灸、或拔罐等来辅助治疗，以使病人尽快缓解病痛，达到康复的目的。

在实际操作中，我在老师的指导下学会了电疗机的连接。根据不同病情给予不同波形，如一般情况下是连续波，而对于初期面瘫、腹部因肚凉二扎针者就不需要用电疗机，中后期的面瘫患者则需要给予疏密波；根据施针部位不同给予不同的连接方式，如上肢、脖子、背部、腰部一般同侧连接，不可跨越心脏，而下肢可以在同一条腿上横向连接，是膝关节疼痛处更应如此连接；根据病人对针跳动的耐受程度给予不同大小的电流刺激，如年老体弱者、女性、小儿一般用较小的电流，而体格强壮之人或疼痛部位日久麻木者就要给予较强的刺激，电流大小要以病人可以耐受为好，不可太大以使扎针处感到疼痛而不可忍受，也不可太小已起不到治疗效果。

此外，还应间隔一段时间询问一下病人感受来调整电流大小。同样，烤灯的摆放也需要根据施针部位、病人耐受程度来灵活调整。看到老师们的治疗过程，我也深切感受到要一病人为中心，以病人为学习对象，不断调整自己的治疗方式手段。

除此之外，我也学会了一些推拿手法，经过练习，在爸妈身上得到较好的效果，使其疼痛减轻，身体轻松。拔火罐、熏艾条等这些我早已熟识的方法也有机会大展身手。大椎放血、梅花针放血，耳穴压豆等只听过没见过的治疗手法也得以见识，可以说在针灸科的见习让我对中医有了更加立体丰富的感知。

暑假见习期间正值三伏天，是冬病夏治的好时间，我也有幸参与到三伏天的贴敷工作中。早上不到六点钟，科室还没有开门，已有不少病人来准备贴敷。我们立即展开工作，把一卷卷医用胶布撕成分别适合大人小孩两种大小的正方形，准备待用，根据每一次贴敷位置的不同，依次选穴，扎梅花针，拔罐放血，再放上小药丸，贴上胶布，就可以了。如有鼻炎，还要带上两个药丸，每晚各贴印堂一次，连贴两天。小孩一

般不用扎梅花针，身体强壮的、年龄较大的可以拔罐，年龄较小的可以直接放药丸贴胶布。

有些病人对医用胶布过敏，可以用麝香壮骨膏等膏药代替，贴敷24~48小时就可以撕下来，期间尽量少出汗，以防止胶布不粘而掉下来。三伏贴用于治疗鼻炎、哮喘、气管炎、支气管炎、等呼吸系统疾病，以及小儿体质弱易感冒，一般三年为一个疗程。有些病人三年就好了，好了之后也可以再贴以加以巩固效果，而有的病人甚至贴了一年就病愈，不再复发，不少小朋友贴了之后冬季感冒次数也大大减少，这些都证明三伏贴是有确实确实的疗效的。

在见习期间，通过阅读一些与医学相关的书籍，我了解到中国最顶尖的医学院中国协和医科大学就一直坚持医教研三位一体模式，医学生进入协和后要经过八年学习，十余年住院医师的培养才可能成为独当一面的合格医生。而现在，我正处于医这一阶段，应该不断加强学习，向书本学习，向老师学习，向临床学习，向病人学习，已得到知识、能力，形成自然科学与人文科学双方面的素养，努力进步争取早日成为一名合格的临床中医生。

中医是有用的，它带给人们以健康，帮助人们减少病痛，并且在现代社会中做出了适应性的改变，我相信这样的科学不会消失，因为有一代代的学子在学习、教授、研究它，有越来越多的病人在选择相信中医，这也激励着我们更好的传承它，发扬它。

关于专升本心得体会篇四

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，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。

当前我们中医院实现跨越式发展，实现一年一个新台阶，我们忘不了医院里的中医前辈们。是你们展现了中医学术的博大精深和救死扶伤的人格魅力；是你们兢兢业业，无私奉献，视医院为家，风里来雨里去，一心一意赴在工作上，为医院的发展作出了巨大的牺牲。我们忘不了工作在最前线，温柔大方又能干的护士天使们，不分天寒酷暑而坚守在自己的岗位上，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2015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。

关于专升本心得体会篇五

所有人的青春,从一开始的空白无物,到后来的极欲飞扬,阴霾满地,再到现在的尘埃落定.一切都在发生,一切都在结束.美好而缤纷的大学生活,就这样画上了句号,真有些难忘和难舍。我是一个专升本应届毕业生。只可惜短短的两年大学生活即将过去，在菁菁校园中，老师的教诲，同学的友爱，朋友的关怀以及各方面的熏陶中，使我获得了许多知识，懂得了许多道理。这可能就是我读书生涯的最后一篇自我评定了。

诚信、坚毅是我最引以为豪的优点，也为我争取来了别人的尊重。在父母的严格要求下，我从小就以主动承认错误、言而有信为荣，以不守时、阿谀虚伪为耻。我一直追求人格的升华，注重自我的品行。我认为，品德不仅是本身的素质修养，更是个人对整个社会的责任。我们享受了活在这个世界上权利，就有义务对社会为自我的言行负责。高尚的品德，

是我们在贡献中实现自身的价值的基本要求，是我们不辜负父母养育和祖国期望的前提。

我个人认为，自我最大的缺点就是过于执着，有时甚至可以说有些固执。这可能与我在w中爱动脑筋、常钻牛角尖有关。这在某些方面确实有些裨益，但是很多时侯，这也会影响到对事物的全面认识，甚至不经意地会在某些程度上伤害到他人。我应该学会变通，不能古板得像不谙世事的书呆子。

本科w的两年，塑造了一个健康的我；塑造了一个积极向上的我；塑造了一个崭新的我，塑造了一个对社会有用的我。作为积极乐观新时代青年，我不会因为自我的大专文凭而失去信心，反而我会更加迫切要求自己充实再充实，完善自我的未来目标，而且我相信用心一定能精彩！

关于专升本心得体会篇六

所有人的青春，从一开始的空白无物，到后来的极欲飞扬，阴霾满地，再到现在的尘埃落定。一切都在发生，一切都在结束。美好而缤纷的学生活，就这样画上了句号，真有些难忘和难舍。我是一个专升本本站。只可惜短短的两年学生活即将过去，在菁菁校园中，老师的教诲，同学的友爱，朋友的关怀以及各方面的'熏陶中，使我获得了许多知识，懂得了许多道理。这可能就是我读书生涯的最后一篇自我评定了。

诚信、坚毅是我最引以为豪的优点，也为我争取来了别人的尊重。在父母的严格要求下，我从小就以主动承认错误、言而有信为荣，以不守时、阿谀虚伪为耻。我一直追求人格的升华，注重自己的品行。我认为，品德不仅是本身的素质修养，更是个人对整个社会的责任。我们享受了活在这个世界上权利，就有义务对社会为自己的言行负责。高尚的品德，是我们在贡献中实现自身的价值的基本要求，是我们不辜负父母养育和祖国期望的前提。

我个人认为，自己最大的缺点就数于执着，有时甚至可以说有些固执。这可能与我在学习中爱动脑筋、常钻牛角尖有关。这在某些方面确实有些裨益，但是很多时候，这也会影响到对事物的全面认识，甚至不经意地会在某些程度上伤害到他人。我应该学会变通，不能古板得像不谙世事的书呆子。

本科学习的两年，塑造了一个健康的我；塑造了一个积极向上的我；塑造了一个崭新的我，塑造了一个对社会有用的我。作为积极乐观新时代青年，我不会因为自己的专文凭而失去信心，而我会更加迫切要求自己充实再充实，完善自我的未来目标，而且我相信用心一定能精彩！