

# 最新护理心得体会 护理师心得体会(优质7篇)

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 护理心得体会篇一

第一段：引言（200字）

护理师是医疗团队中至关重要的一员，她们通过为患者提供个性化的护理服务，关注他们的身心健康，为患者提供舒适的环境和照料。作为一名护理师，我有幸参与了多年的护理工作，在与无数患者的接触中积累了丰富的经验和感悟。在这篇文章中，我将分享我作为护理师的心得体会。

第二段：提供关怀与安慰（200字）

在为患者提供护理过程中，我学会了更加关怀和体贴患者。患者通常是在身体上或心理上遭受了巨大的伤害，他们需要更多的关心和安慰。我经常与患者进行沟通，询问他们的需求和感受，并给予积极的回应。我发现，一个简单的微笑，一句鼓励的话语，甚至一个温暖的拥抱，都能够给患者带来巨大的安慰。通过我的关怀，我帮助患者建立了积极的信任关系，从而更好地为他们提供护理服务。

第三段：技术与经验（200字）

在护理领域中，技术和经验是至关重要的。通过多年的实践，我积累了丰富的护理经验，并提高了我的技术水平。我学会了如何正确地实施各种操作，例如静脉置管、导尿等，并且

能够根据患者的需求进行个性化的护理。随着经验的积累，我学会了更好地解读患者的病情和需求，并能够快速作出正确的判断和处理。技术和经验的提高让我更加自信地面对各种挑战，为患者提供更好的护理服务。

#### 第四段：应对压力与困难（200字）

作为护理师，我们经常面对各种压力和困难。工作中的压力、患者的抱怨、医疗错误等问题时常出现。然而，我意识到应对这些压力和困难是必要的。我学会了如何自我调节，保持积极乐观的态度，并寻求同事的支持和帮助。通过与同事的合作与交流，我能够更好地应对挑战，积极回应患者的抱怨，并从错误中吸取教训。困难和挫折使我成长为更加坚韧和有担当的护理师。

#### 第五段：掌握护理核心价值观（200字）

在我的护理师之旅中，我发现掌握护理核心价值观是至关重要的。尊重患者的人格尊严，维护患者的隐私权和自主权，是我作为护理师的基本职责。我始终与患者保持良好的沟通，并尊重他们的意愿和决策。同时，我也要遵守职业道德规范，提供专业、安全和负责任的护理服务。尽管在工作中可能遇到各种困难和限制，但我会始终坚守对患者的责任和义务，不断提升自己的职业素养和专业能力。

#### 结论（100字）

作为一名护理师，我深知自己的工作充满挑战和责任。然而，通过我的努力和成长，我学会了如何成为一名全面发展的护理师。通过提供关怀与安慰、提升技术与经验、应对压力与困难，并掌握护理核心价值观，我为患者带来了温暖和希望。我将继续努力提高自己的专业水平，更好地为患者提供优质的护理服务。护理师是一个伟大的职业，让我感到骄傲和满足。

## 护理心得体会篇二

第一段：介绍护理师的职业特点及心得的重要性（字数：200）

作为护理师，我们在医疗行业中具有重要的角色和责任。我们的工作涉及到照顾病人的健康和福祉，帮助他们恢复，减轻他们的痛苦。然而，护理工作的实际操作和医疗技能只是我们工作的一部分。护理师的心得体会是在实践中积累的宝贵经验，它们对我们的个人和职业生涯发展起到了至关重要的作用。

第二段：情感与沟通的重要性（字数：250）

在护理工作中，情感与沟通是至关重要的。护理师是病患第一时间接触的医疗人员，他们需要以温暖、关爱和尊重的态度面对病患。这种积极沟通有助于建立稳固的护患关系，并促进病人的康复过程。通过与病患的沟通，护理师能够更好地了解他们的需求和担忧，并提供恰当的支持和关怀。因此，护理师要不断提高自己的沟通技巧，学会倾听和表达，以使护理工作更为有效和有意义。

第三段：团队合作的意义（字数：250）

在医疗团队中，护理师与其他医疗专业人员密切合作。团队合作对于病患的照顾至关重要，它能够提供全面的医疗服务。作为护理师，我们需要与医生、实习生、药剂师等其他专业人员紧密合作，共同制定和实施病患的治疗计划。在团队合作中，互相尊重和信任是关键。每个人的专业知识和经验都是宝贵的财富，护理师应该充分发挥自己的专长，并能够有效地与其他团队成员进行协作。

第四段：实践中的挑战与成长（字数：250）

护理工作是一个不断面临挑战并不断学习的职业。在日常工

作中，我们可能会遇到各种复杂的医疗情况和紧急情况。此时，我们需要保持冷静和专业，迅速作出正确的决策并行动。面对这些挑战，护理师可以通过持续学习和不断的实践来发展自己的技能和知识。同时，挑战也是成长的机会。每一次经历都使我们更加成熟和坚强，让我们成为更优秀的护理师。

#### 第五段：结语（字数：150）

护理师的职业需要不断地思考和总结。在实践中我们能够获得宝贵的心得体会，这些经验不仅对个人的发展有益，也对整个护理行业的进步具有积极的影响。通过注重情感与沟通、团队合作，以及在面对挑战时的积极态度，我们将成为患者信任和依赖的工作者。作为一名护理师，我将继续学习和成长，为病患提供更好的护理服务。

### 护理心得体会篇三

在工作的几年中，慢慢体会到需要不断的累积自己的护理经验，这样在日常的护理工作中，自然可以得心应手。其实护士作为一个帮助者，有责任使其护理工作达到积极的、建设性的效果，而起到治疗的作用，护患关系也就成为治疗性的关系。治疗性的护患关系不是一种普通的关系，它是一种有目标的、需要谨慎执行、认真促成的关系。由于治疗性关系是以患者的需要为中心，除了一般生活经验等上列因素有影响外，护士的素质、专业知识和技术也将影响到治疗护理过程与患者良好的护患关系上。

如何建立良好的护患关系，我觉得应该多注重一些细节方面的服务，在与病人的交往中，我认为细节主要表现在：爱心多点，耐心好点，责任心强点，对病人热心点，护理精心点，动作轻点，考虑周到点，态度认真点，表情丰富点以及对人尊重些、体贴些、理解些、礼貌些、真诚些、关心些、大度些、原则些。

近几年，我们手术室将整体化、人性化的观念融入了护理工作，收到了可喜的成效。我们开展了术前、术后的护理访视和心理疏导工作。手术前一天，我作为手术室护士兼手术中的巡回护士要到病房了解病人的病情、身体状况和心理状态，告知病人术前、术中的注意事项，了解病人的特殊需求。手术前访视工作开展以后，病人提前有了思想准备，通过自我克制及术中镇静药物的合理应用，基本都能情绪平静、顺利地度过这一阶段。术前访视还能满足病人的一些特殊要求，排除了病人对手术的顾虑和心理压力。

总之，上述事例从心理学的角度分析来看，手术室的温度凉或不凉我们健康的医护人员和病人的体会是不同的，有时病人会因心理因素和情绪上的过度紧张、忧虑而产生一系列的神经官能症样的、非病理改变的临床表现，最终给手术正常进行造成了障碍，我们为病人准备这一块纱布的作用实际上体现的是一种关怀和心理暗示，通过我们的护理活动与病人建立起一种很人性化的、亲密的、信赖的关系。术前访视不仅达成了护患沟通，同时我们还提前查看了病人将在手术中需要穿刺的静脉血管，并记录在访视单上备案，这样在病人进入手术室后就能很顺利地进行静脉套管针穿刺，大大提高了护理操作的便利、效率和质量，保证了手术中液体、药品和血液通过静脉通道的及时补给。总之，术前访视对顺利手术进行良好铺垫，而坚持术后访视制度则有利于我们总结和改进工作。通过术后访视，病人对我们的术中护理工作都很满意。

我欣赏这样一段话：“什么叫不简单？能够把简单的事情千百次做好，就是不简单。什么叫不容易？大家公认的非常容易的事情，非常认真地做好它，就是不容易。”我们的护理工作就是这样平凡而“简单”，每天都做好这些看似“简单”的工作，那么一定是不简单的人，我们的队伍一定是一个不简单的群体和团队。

我也曾语出轻狂，我也曾怨言满腹，然而抱恩和反对并没无

改观什么。我开始置信人的终身分该无一类对峙，分该无一些东西会令咱们冲动，会令咱们沸腾，会令咱们热泪亏眶。

一天的工做，紧驰而无序地进行灭，不消分是立灭或是坐灭，医。学教诲网搜集整理坐一坐，走一走，感想每天都过得那么的充分和谐。从事好个人的事情，养好精力，保持劣秀的心态工做，别人睡觉，咱们工做；别人工做，咱们栖息，“三班倒”，虽不固定，却无规律的工做时间，知晓不光是咱们才上“三班护理工作心得体会平凡护士的护理心得倒”，不上“三班倒”的人，未必比咱们轻松。

照顾护士工做心得体会一句话，能够反应出一个人的修养；一个动做，能够合射出一个人的量量，而一件小事，把咱们医院印正在了病人的心外。

护理工作心得体会平凡护士的护理心得，用心照顾护士每位病人，不仅要无劣秀心态，而且必要丰富的知识、娴熟的技术做基础，“学而知不脚”，也使学习工做无了进步的动力。预防疾病，遵循科学知识的规律性，灵性，一视同仁地使用知识，把控制的康健知识传播给别人，使每个人都能更好地维护自己和家人的康健。

我也无梦想，我的梦想也美丽美丽，然而它不是飘浮正在空外，它是踏实而沉稳的。咱们认实地做好每一件事，无论巨细。就像一朵小花，不必去扮演春天，只要灿烂的开放，自能报春。就如孙外山先生说的：“不管什么事情，能够从头到尾做彻底的即是大事。”

用心照顾护士每位病人，尊师也苦于无药可敌天下之英豪，以病回报核心，协帮病人，促进康健，协帮病愈和减轻痛苦，是很有意思的工做，“送人玫瑰，手完好喷鼻香”。当一个被病痛合磨的患者经过咱们的精心照顾护士而规复了康健时，当看到病人一封封发自内心的谢谢冲动信时，咱们会心得笑了，由于咱们付出的辛苦是无价值的，就如园丁看到了

自己栽类的花草一片生机勃勃而脸色愉悦一样，很多的成绩激不禁自主，咱们该当感到自豪和快乐。

照顾护士工做是一项无原则无方式灵性强的工做，能够训练咱们的头脑威力、创制力，从而发掘自己的潜力，最末成为名副其实的**天使**。

正在临床工做的几年外，“工欲善其身，必先利其器”深知肩上的权利和沉担，天使欠好当。都说照顾护士工做很累很苦，实在也会带来很多的快乐，带来更多的**心得体会**。

咱们不克不及取舍生，但咱们能取舍。让咱们献出自己的热力，如烈日之壮烈，展开自己的热忱，如春花之绚丽，让咱们踏踏实实做好每一件事情，让咱们的**芳华飞扬**！照顾护士同行们，让咱们挥动**天使的翅膀**为咱们共同的**事业**而自正在飞翔吧。

从我科成为“优质护理服务示范工程”试点病区以来，在院领导、护理部、科主任大力支持，护士长带领下，全科护士积极开展“优质护理服务”工作。如今，走进示范病区的病房，各个责任护士不仅为自己每位患者打针、发药、铺床、输液，更是更加细心，真诚的照顾自己的患者，照顾患者的生活，耐心的为患者健康指导，用心灵去沟通心灵，用生命去温暖生命，用自己的挚爱帮助患者，把人文精神引入到了整体护理之中。

从患者一入院起，责任护士就会热心的将他领进病房开始详细的介绍环境，介绍主管医生和自己，还有同病房病友，用餐、打水，洗漱一一到来，极为自然的为其修甲、洗头，转瞬间患者的陌生感消失，拉近了护患距离。清晨，病床前护士一声轻柔地问候“睡醒了，可以洗漱了吗？我来帮您！”，如此亲人般的关切带给患者们怎样的感动！输液了，护士详细地告诉患者每一瓶药水的功效和使用目的，患者心中的茫然消除了。检查前，护士把检查的目的、配合等注意事项一一

告知，患者内心的恐惧不见了。晚间，忙碌了一天的护士纷纷来到患者床前指导或协助他们洗漱，贴心的言行让患者和家属看在眼里，记在心上。感慨动容之间，心的距离已经不远了。

我们开始意识到，通过我们自己掌握的专业知识，在照顾病人的过程中，不但能及时发现问题变化，同时可起到心理安慰的效果。我们科外地病人较多，他们由于社会地位。经济地位和生理变化会产生一些相应的心理问题的特点，对此就要求护士多与这些病人交谈，并尊重理解他们，以减轻其心理压力。几个月的工作下来，病房大部分的病人都说：“你们上班挺辛苦的，工作量那么大，可你们没有怨言，而且服务质量也是一流的。”这就是我们最好的奖励和最大的鼓舞和动力。

工作总是痛并快乐着的，无论如何，调整好自己的状态，开心工作每一天是我的宗旨！希望在“优质护理服务示范工程”今后的实践途中继续坚持。继续努力、继续加油，把工作做好，用爱心。耐心。细心。责任心串连我们的工作，体现全程。优质。高效的护理服务，打造温馨病房的服务品牌！

## 护理心得体会篇四

非常有幸，护理部安排我6月28号、29号参加了大讲堂在xx电子科大举办的《护理专业的挑战——改变的力量》的培训班。当我踏进xx电子科大的校园看见大学生在绿树成荫的校园浪漫的散步；在宽敞明亮的教室全神贯注的上课、考试；在运动场上挥汗如雨的打球、跑步；在校园里穿着学位服朝气蓬勃的照毕业照留念，唉！我真想回到二十多岁，回到校园！

给我们授课的老师是xx科技大学的张xx教授，她气质不凡、温文尔雅、生动严谨，尤其是那幽默诙谐的讲解和抑扬顿挫的声音深深地吸引了我。我作为一名高年资带教组长要努力向张教授学习她的讲课方式，实实在在的为实习生和低年资

护士讲好每一堂课。经过2天的培训让我有了一些心得和体会：

4个意识（细节意识、服务意识、规则意识、系统意识）；2大原则（立足专业原则、科学量化原则）。

通过学习让我感受到精细化管理就是把“精、细、实、严”落实到管理工作中的每个环节，作为一名责任组长应该将这种意识落实到患者实处，认真学习专业知识，耐心细致的为患儿做好服务，真正去为患者解决问题。除此之外，还要带领好我们年轻的队伍，同时协助护士长做好科室管理工作。

我不是领导，但我是一位护理专业的老同志、责任组长，我会把科室的每一位年轻人当成大家庭里的一员，关心她们、爱护她们、帮助她们。当遇到困难、委屈时我会心痛、开导她们，与她们沟通；在护理危、急、重患儿茫然失措的时候我会与大家一起面对困难、解决困难，努力做到忙而不乱、紧张而有序；在生活、学习中不知所措时我会用自己的阅历和经验关爱她们，和大家一起面对挫折、战胜困难。

我科在上半年开展了品管圈活动，当时还觉得不错较满意，但通过这次学习我深刻的认识到不足。品管圈可深可浅、可复杂可简单，其中有许多需要深思熟虑的地方。我科第2期品管圈活动已经开展了，我会把学到的知识运用到这次活动中，争取做得更好。

张教授叫我们每位学员填了一张表《樊式压力检测表》，我得了3分，张教授说：“3分以下的人生活在天堂里，当然是开玩笑啦！”我工作了30多年怎会没有压力呢？是因为我学会了分解压力，变压力为动力。但是科室刚来的低年资护士感觉工作压力较大。分析了以下原因：

- 1、儿外专业病种多、家属要求高。
- 2、专业技能不娴熟，特别是小儿静脉穿刺。

3、刚入科专业知识缺乏。

4、不知怎样与患儿及家属沟通、交流。在这个时候作为一名责任组长、大家庭的一位长辈我会与她们一起提升业务水平和专业技能，结合自己所管床位的病种加强专科理论学习，理论联系实际，不断提升自己的综合素质，加强自身内涵建设。

我是一个急性子，我时刻牢记：解决事情先处理情绪，情绪影响判断和行为，盛怒之下少说话、少做决定，世上让你不快乐的人只有你自己。

以上是我学习后的一些心得体会，感谢护理部给我这次外出学习的机会，感谢我们一起出去学习的妹妹们，特别是xxx护士长□xxx护士长把一切事情都安排的妥妥当当，真心的感谢大家一路的关照。

## 护理心得体会篇五

时光飞纵，转眼在口腔科工作两年了，在这两年中让我学到了很多知识，特别是我的良师益友护士长，每一次的谈话和沟通，我都深深地印在脑海！我知道自己有很多不足的地方，但是她对我的淳淳教导，让我深刻地认识了自己，让我懂得作为一名护士真正要做的是什么呢？对于这次的自我工作总结，我不知从何说起，也许是因为自己一直以来没有做出真正的成绩而感到内心的羞愧吧！

当护士长实施责任护士责任到每一个人的时候，我第一次感受到自己成为一名责任护士的重要性，对于这份全新的挑战我开始有压力，也许是经验不足的原因让我内心多少有点惶恐不安吧！但是对于这份工作我有信心去胜任，对待病人，更多的时候是当做自己的家人一般，我以笑脸相迎，每一次进入病房关心和看望他们的时候，那一声“小张”让我倍感亲切，我相信只有默默地付出才会得到同样的认可，人与人之

间的感情是相互的，更何况我的工作是一名护士，护士的职责就是关心呵护他们，让他们在住院期间能感受到温暖、感受到爱！

以前我不懂得怎么样和病人去相处，只是把工作当成一种任务，任务完成就没有后续思想了，然而时间能让一个人成长起来，所以我渐渐地改变了自己，改变了对病人的态度，更多是关心和疼爱！每个人都有生病的时候，当一个人因生病感到痛苦的时候，他内心渴望的是什么呢？他会强烈地渴望自己从痛苦中快速地挣脱出来，但是这种痛苦更多的是希望有一股精神力量支撑着自己，而我们护士却是他们强大的精神支柱！我们要让他们感受到爱的力量，感受到我们无私奉献的精神。所以优质护理的开展的目的也就是让我更加明白护理的意义，更加地让我懂得用自己的爱心去服务好每一个病人！

或许我现在做的远远还不够，但时间会让一个人沉淀，会让我明白活着是为了什么？活着不仅仅是为了自己，而是用自己的那份的爱心去感染身边的每一个人，只有当自己真正用心了才会做好每一件事情！所以对于这次优质护理的开展工作，我要做到心中有工作，心中有病人，从内心深处去认识自己，寻找自身的缺点，不断地改进自己！当内心升华到一定的高度得时候，我才会做的更好，才会让每位病人满意！

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

## 护理心得体会篇六

座位姿势是我们平时工作和学习中经常忽略的一项重要细节，然而正确的坐姿不仅能提高我们的工作效率，还能保护我们的身体健康。在长时间的工作或学习过程中，我们常常感到疲倦、腰酸背痛。要改善这些问题，正确的座位姿势尤为重要。在本文中，我将分享我在护理座位上的一些心得体会。

首先，选择合适的座椅和桌子非常关键。一个能够支持我们腰部和背部的座椅可以帮助我们维持正确的坐姿，减轻背部压力。而桌子的高度应该与座椅相匹配，使得我们的手腕和臂部得到正确的支撑。这样可以避免长时间使用电脑或写字导致的手腕疼痛和酸痛。

其次，正确的身体姿势是保持正确座位的关键。当我们坐着工作时，坐得笔直是最好的姿势。我们的背部应该靠着椅背，并与之保持贴合。颈部应该保持放松状态，不要向前或向后过度伸展。头部应该保持面向正前方，不要偏向一侧。腿部应该保持舒适的角度，脚平放在地面上。这些姿势的调整可以减少腰椎和颈椎的压力，使我们的身体更加舒适。

第三，经常改变坐姿也是保持舒适的重要方面。长时间保持同一种姿势容易造成身体的疲劳和肌肉的僵硬。我们可以每隔一段时间就起身活动一下，进行一些简单的伸展运动，像是转动脖子、上下扭动肩膀和臀部。这些小动作可以促进血液循环，缓解身体疲劳，提高工作效率。

另外，为了进一步保护和舒缓我们的身体，使用座垫和腰垫也是一个不错的选择。座垫可以提供额外的支撑和缓冲，减少腰部的压力。腰垫可以帮助我们保持腰部的曲线，预防腰椎前屈和腰痛。这些辅助装置可以根据个人需求进行选择，

以提供最佳的舒适度。

最后，定期休息也是非常重要的。不管我们的座位姿势多么正确，长时间连续工作或学习也会使我们感到疲倦和乏力。定期休息可以让我们的身体得到放松，重新调整和恢复能量。在休息时，可以进行一些伸展运动或放松活动，像是深呼吸几次或闭目放松。这样不仅可以提高工作效率，还能保持身体和心理的健康。

总之，正确的座位姿势对于我们的身体健康和工作效率有着重要的影响。选择合适的座椅和桌子，保持正确的身体姿势，经常改变坐姿，使用辅助装置，以及定期休息都是保持舒适和健康的重要方面。在今后的工作和学习中，我将更加重视和改善自己的坐姿，以保护我的身体和提高效率。希望这些心得体会对读者们的座位选择和健康有所帮助。

## 护理心得体会篇七

随着社会的发展，现代人的生活节奏越来越快，工作压力也越来越大。很多人每天长时间坐在办公室里，导致身体出现各种问题。如何通过正确的坐姿和护理座来解决这些问题成为了大家关注的焦点。在我多年的护理座实践中，我深深感受到护理座的益处，并形成了自己的一些心得体会。

首先，正确的坐姿是护理座的基础。许多人习惯于弯腰驼背地坐在椅子上。这种坐姿不仅对脊椎造成了很大的压力，而且容易导致颈椎病和腰椎病的发生。因此，要想使用护理座，首先要掌握正确的坐姿。我每天在办公室里都会调整椅子的高度，使得双脚可以平稳地踩在地面上。然后，我会用护理座调整椅背的角度，使之与我的脊椎曲线相吻合。如此一来，我就能保持一个相对舒适的坐姿，减轻脊椎受压的程度。

其次，定期休息是护理座的重要一环。长时间坐在椅子上不仅会让人感到疲劳，而且还会导致肌肉酸痛。为了解决这个

问题，我会每隔一个小时就站起来活动一下。我会利用这段时间散步或者做一些简单的体操，以缓解身体的疲劳感。同时，我也会通过做一些拉伸运动来放松紧张的肌肉。通过这种方式，在办公室里坐一整天也不再觉得压抑和疲惫。

此外，采取正确的护理座用法也是非常重要的。在市面上有很多种护理座可供选择，但不同的工作需要不同的护理座。对于我而言，我选择了一款具备透气性和弹性的护理座。这样能够让我感受到更好的支撑和舒适度，减少坐下去的冲击感。这款护理座还设计有空气孔，可以保持臀部的透气性，避免长时间坐着导致的汗湿和不适感。通过选择合适的护理座，我能够更好地享受坐姿带来的舒适和减压。

最后，良好的生活习惯也是维持健康坐姿的关键。虽然护理座可以提供舒适的坐姿支持，但并不能代替良好的生活习惯。在我的生活中，我会时常关注自己的饮食和运动习惯。我坚持每天保持三餐规律，注意摄入均衡的营养物质。此外，我每周都会进行几次有氧运动，如慢跑和游泳，以增强身体的耐力和灵活性。有了良好的生活习惯的支持，再加上护理座的辅助，我能够保持一个健康的坐姿状态。

通过多年的护理座实践，我深切体会到了护理座的重要性。正确的坐姿、定期休息、正确的护理座用法以及良好的生活习惯是保持健康坐姿的关键。在实践中，我不仅收到了身体上的益处，也对生活的品质和工作的效率有了明显的提升。希望通过我的体会和这篇文章能够帮助更多的人认识到护理座的价值，并从中受益。让我们共同努力，追求美好的生活和健康的工作状态。