

最新中医护理学心得体会(实用5篇)

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？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。

中医护理学心得体会篇一

中医儿科学是一门运用中医理论体系研究小儿时期生理病理、生长发育、疾病预防、医疗和护理的临床学科。中医儿科学起源较早，早在隋唐就有专门教授中医儿科的少小科，中医儿科学专著及中医儿科医家为数亦多，使中医儿科学逐步发展壮大，对保障儿童的健康、中华民族的繁衍作出了巨大的贡献。

进入现代科技高度发展的信息社会，如何把传承了几千年的中医儿科学顺利发扬继承下去成为迫在眉睫的问题。在这一学期的中医儿科学的学习中，老师首先把中医儿科知识、技能高效地教授给我们。同时，老师结合临床教学的经验，让我们对中医儿科学产生浓厚的兴趣，对基本的中医儿科学的知识有了初步了解，如惊风包括了急惊风与慢惊风两种情况，急惊风主要有痰、热、惊、风四大特点，临床以高热、抽风、昏迷为主要表现；多见于高热惊厥及中毒性痢疾的发病过程中，昏迷、抽搐时间短暂，多为一过性发作；慢惊风是继发于其他疾病之后，临床常见于小脑共济失调症等。

在教学中，适当穿插医学典故，并突出中医儿科学与《内经》、《伤寒论》、《温病》等中医经典的渊源。中医典籍中有很多对儿科的精辟理论，如内经中的“骨弱肉脆”，温病条辨中把儿童的特点概括为“稚阴稚阳”等，这些经典医著，无疑是中医之本。对于学习中医的我们来说，在学习期

间多读一些中医儿科的经典典籍，对于传承中医的血脉，将来走向工作岗位具有重要的引领作用。

通过一个学期的学习我深刻体会到，学好中医儿科学仅仅依靠一本中医儿科学教材是远远不够的。而中医古籍浩如烟海，作为初学者的我们常常感到茫然，通过老师的介绍和自己学习的心得，我对部分以前阅读过的典籍、教材进行了总结，如讲到食积时，我们会想到毕可恩的《食湿与小儿疾病》；讲到时行疾病时，我们会想到《温病》的具体实例；讲到脾胃系统疾病时，我们会想到江育仁的“脾健不再补而贵在运”的经典理论。

综上，中医儿科学的发展继承需要我们的努力，经过一个学期老师深入、细致、生动的讲解，我们在学习知识的同时，也学习到了重要的学习方法，引领我们步入中医博大精深的殿堂，为以后的学习深造打下坚实的基础。

中医护理学心得体会篇二

中医学习是中国传统医学的一部分，具有悠久的历史和文化底蕴。它对维护人们的健康起到重要的作用，深受广大人民的喜爱。随着时代的发展，中医学习逐渐被更多的人所认识和接受，成为医学界不可忽视的一部分。在中医学习的过程中，我们不仅可以学到中医药的理论知识和诊疗技术，更能获得一种全新的思维方式和生活态度，让我们更好地了解自己的身体和健康。

第二段：中医学习的收获和意义

在中医学习的过程中，我们可以深入了解中医药的理论知识和临床实践，通过实践掌握中医药的诊疗技术，让我们更加了解人体的生理和病理过程。同时，中医文化也是中医学习的重要组成部分，它涵盖了丰富的哲学思想和文化背景，让

我们更好地理解中医药的精髓。中医学习也让我们更具有人文关怀和医学人道主义，让我们更加关注身心健康，提高自我素养和健康水平，使我们在日常生活中更好地关爱自己和别人。

第三段：中医学习的困难和挑战

中医学习并不易于掌握，尤其是对于初学者来说，其理论知识和诊疗技术都需要经过繁琐的学习和实践，才能真正掌握。中医药也存在着传承和教育上的困难和挑战，让我们更需要更加努力地学习和实践，不断提高自己的专业素养和能力水平。同时，不可避免地，中医药也有其难以被人理解和接受的问题，需要我们加强中医药文化的传播和交流，让更多的人了解和接受中医药文化。

第四段：中医学习的改变和希望

中医学习让我们可以改变我们的认知和行为习惯，让我们更加注重健康生活，更加重视身心健康的关系，开阔我们的视野。中医学习不仅可以让我们的掌握中医药的诊疗技术和理论知识，更能让我们更加注重个人生命的质量和生活方式，提高我们的健康水平和幸福感。同时，中医学习也让我们看到中医文化的美好和深刻内涵，让我们更有希望和动力去传承和发扬中医药文化。

第五段：总结，表达对中医学习的热爱和关注

中医学习是一项具有深远意义和历史传承的医学文化，它涵盖了中华民族丰富的文化底蕴和智慧。中医学习需要我们不断努力学习和实践，不断提高自己的专业素养和能力水平。在中医学习的过程中，我们需要保持热爱和兴趣，让中医药文化更好地服务于人类健康和幸福。让我们共同努力，传承和发扬中医药文化，促进中医药事业的发展 and 壮大。

中医护理学心得体会篇三

《黄帝内经》全面论述了中医学的思维方法，人与自然的关 系，人体的生理、病理及对疾病的诊断、防治等。不但为中 医学理论体系的确立奠定了基础，同时也是中医学在理论与 实践方面继续发展的基石。该书是对我国上古医学的第一次 总结。后世医学的发展都是建立在该书的理黄论基础上。可 以说，没有《黄帝内经》就没有传承了几千年的中医学，也 不会有中医学的辉煌成就。

《黄帝内经》受我国古代唯物的一元论哲学思想的影响，将 人看做整个物质世界的一部分，认为宇宙万物皆有其原初物质 “气”形成。并在人与天地相参，与日月相应的观念指导下 降人与自然紧密的联系在一起，这一思想历来是中医养生的 核心思想。《内经》学术思想十分丰富不能一一论述，我仅 从现代人十分关注的养生问题来谈自己的感受。

《内经》中关于健康养生的论述比比皆是，要求人们要顺应 四时休养生息，而不好的生活习惯在我们周围人的身上随时 能找到。比如，经常熬夜，暴饮暴食。而《黄帝内经》强调： “法于阴阳，和于术数”，它表现在我们每个人普普通通的 日常生活中，要求我们饮食有节、起居有常、不妄作劳、形 与神俱。只有做到了这些，并把它变成一种生活方式，变成 一种生活习惯，我们才会健康长寿。

《黄帝内经》，它更像一本养生宝典、一本哲学书，一本了 解自然，了解自身，关注自身，顺应自然法则，达到天人合 一从而使人生存的更好的养生哲学书。也使我悟到 “上穷 天纪，下极地理，远取诸物，近取诸身，更相问难” 的智 慧。《黄帝内经》流传千百年，是一本前无古人后无来者 的旷世经典，它的医学价值和哲学价值正在不断被后人挖掘 中，我也从这本书中得到不少的启发，也希望我能更深更好 的理解这本书，给我的生活工作带来更大的帮助。

《黄帝内经》对我们平时的工作和生活中调节情志有很大的帮助，由于现在生活节奏快，工作压力大，很多人难有一个平和的心态对人做事。《黄帝内经》就告诉我们要“志闲而少欲，心安而不惧，形劳而不倦，气从以顺”，要“恬淡虚无，真气从之”，从而使人少生病或不生病。有了好的身体，才能更好的工作。

《黄帝内经》还有很多的观点是非常经典和重要的，比如藏象学说、精、气、神、经脉等等，虽然我的知识水平还没有到达研究《黄帝内经》的高度，但是我看了这本书之后对我怎样在生活 and 工作中调节情志、建立良好生活习惯有很大帮助。

虽说我对此书只是读的这么浅薄，但是大家都知道他的内涵不仅仅而次，所以我以后还会慢慢品味。不过读此书的时候发现自己的古文好烂，所以此书还能锻炼我的阅读水平。

《黄帝内经》告诉我们要内求，是要我们往里求。这是提示我们每一个人都要关注自己，生命就在于自己手中，生命更在自己的内求当中，光靠外求是不能健康长寿的。关注养生，关注内在。

《内经》是中医学的基石，不懂《内经》的中医不是一个合格的中医，我喜欢中医，选择了中医，所以我必须把《内经》读好。

学生：乐观泽学号：20120303011912级专升本

中医护理学心得体会篇四

随着中国传统文化的不断传承和发展，中医学作为其中重要的组成部分，越来越受到人们的关注。在高考中，中医学也成为了考生需要学习和掌握的知识点之一。在经历了高考的洗礼后，不仅让我对中医学有了更深刻的认识，也让我深刻

地意识到学习中医学的重要性。

第一段：学习中医学的意义

中医学是中国传统文化中的重要组成部分，它是我国科学技术、哲学、文化等各个领域的重要组成部分之一。中医学在人们的健康保障中具有核心的作用，它强调维护人的整体健康，注重个性化的治疗方式，与现代医学形成了鲜明的对比。在高考中，学习中医学并不是为了应对考试，而是为了更好地了解自己的身体以及改善自己的生活习惯。在日常生活中，我们也可以通过学习中医学知识来更好地维护自身的健康。

第二段：中医学知识的掌握

学习中医学的过程需要认真学习，掌握中医学的基本知识和理论，了解中药的药性和配伍禁忌等内容。此外，还要了解各种中医治疗方法的适应症和治疗原理，学习如何制定中医治疗方案。在掌握了这些核心知识后，我们能够更好地理解中医学的思想以及中医药的采集、加工和使用方法。此外，还能够根据自身的身体状况来制定自己的健康保养计划。

第三段：学习中医学的应用

随着人们对健康和养生的重视，越来越多的人开始学习中医学知识，将中医学应用于日常的健康养生中。通过学习中医学知识，我们能够更好地应对生活中常见的身体不适，学习如何缓解自身的身体状况。比如，我们能够根据自身的舌苔颜色、脉搏等信息来了解自己的身体状况，制定针对性的调理方案。当我们遇到一些身体不适，也可以尝试中药的疗效来帮助缓解症状。

第四段：中医药的发展和应用

中医药是中医学的重要组成部分。随着人们对健康和中药的

重视，中医药的应用也得到了很大的发展。但是，在使用中药过程中，需要注意中药的配伍禁忌，使用不当可能会产生不良作用。因此，我们需要了解自己身体状况，掌握中药的使用方法和配伍规律，尽量减少中药使用中的风险。

第五段：结语

总之，学习中医学不仅能够提高我们的文化素养，还能够让我们更好地了解自身的身体状况，指导我们的健康养生。在日常生活中，我们也可以通过学习中医学知识来更好地维护自身的健康。所以，中医学不仅是高考的一种考试内容，更是我们日常生活中不可或缺的一部分。

中医护理学心得体会篇五

下面是小编为大家整理的,供大家参考。

中医学习心得体会 prepared on 22 november 2020

中医培训学习心得体会陈明松

一、中医是世界观，中医是方法论

世界观和方法论是哲学范畴，与中医有什么关系还是让我们先看看作为中医经典之首、理论之源的《黄帝内经》是怎样说的。《内经》有云：“阴阳者，天地之道也，万物之纲纪，变化之父母，生杀之本始，神明之府也。”中医典籍《内经》引入了阴阳学说，从对自然界的认识出发，构建了一整套的中医理论，包括阴阳五行、整体观念、脏腑气血、经络针灸、病因病机、诊断治疗、养生保健等等。这套理论的核心就是站在“天人合一”的角度，把人看作与自然界相联系的、本身既对立、又统一的整体，阴阳平衡就是健康，阴阳失调就会得病，阴离阳绝就会死人。可以说，建立在阴阳五行学说基础上的朴素的唯物观、矛盾观、系统观、演变观、整体观

构成了中医理论的基础。从这个角度说，中医首先表现为思辩之学，其次才是治病救人之学，说中医反映了一种世界观是丝毫不过分的。

同样，中医仍旧从朴素的唯物观出发，对人体生病这样的现象阐发出“有诸内必形于其外”、“治病必求于本”这样的朴素的认知。因此，中医临床必先望、闻、问、切，通过问寒热、察表里达到明虚实、辨阴阳的目的，这实际上是一个由症（外在表现）及证（病理）、由标（症状）到本（病因）的诊断过程。

二、中医探寻调理之法，中医追求养生之道

中医目前走下坡路是个不争的事实。对此痛心疾首之余也只能无可奈何。

我觉得中医本身的局限、现代中医学院教学方式的弊端、对中医理论不正确的阐发、片面强调“经典”或过于强调中西医结合、对现代“快”生活节奏的不适应等等都可能是造成中医目前面临困境的原因，但核心问题我认为还是没有很好地秉承中医传统。

我觉得中医有以下三个重要传统。

一是中医治未病。这是指中医讲究把握病机。正所谓“上工治未病，不治已病”。

二是中医重视辨证施治。中医的辨证包含了透过现象看本质、注重发展变化、抓主要矛盾、兼顾其他等几层意思。传统中医讲究望闻问切四诊合参，并考虑天时地理因素，再运用三焦、六经、八纲、卫气营血等辨证方法立法用药。《内经》中记载：黄帝问“医之治病也，一病而治各不同，皆愈，何也”，歧伯回答说：“地势使然。”这说明中医自始就不是“头痛医头，脚痛医脚”的，而是系统地、整体地看待人

体以及人与自然界的关系。

三是中医用药讲究配伍，对证下药，临症加减，极具灵活性。中药在性能上有四气、五味、升降沉浮和归经，因由各种草药构成，中药组方讲究君臣佐使，还要根据症状的改变随时作出变化，实际上就是讲究药物的有机结合、协同作用，这不是随意而为，而是非常严谨的。

平衡的状态。从这个意义上来说，中医实质上是重在“调理”而非“治病”，是把“养生”作为追求的最高目标。理顺了，养好了，百病自然不生。

三、中医力求和谐之美，中医成就生活方式

中医是很注重人与自然的关系的，同样也很注重人与人之间的关系。说到这里，似乎有点悬乎，但事实的确如此。

《内经》上说“人以天地之气生，四时之法成”，“天地之大纪，人神之通应也”。这里强调的是人与自然息息相通，人要与春生、夏长、秋收、冬藏的自然规律相协调、相统一，说白了就是要尊重自然规律。只有尊重自然规律，才能更好地适应自然规律。只有适应了自然规律，人体各项功能才能正常运行，精神活动才能正常。人是自然的产物，生命现象是自然现象的一部分，受自然界的影响是毫无疑问的。在现代，我们在掌握了更多的科技知识和对自然界的认识提高的同时，既不能夸大人自然界的同一性，更不能忽视自然界对人的影响。中医的很多观点是值得我们去琢磨一番的。

至于人与人的关系，《温病条辨·序》上载有“医，仁道也，而必智以先之，勇以副之，仁以成之。”所以首先是仁者才能为医。中医还认为情志与五脏疾病有关：喜伤肺（笑能死人），怒伤肝（大动肝火，眼珠突出），恐伤肾（吓得尿裤子），思伤脾（单相思吃不下饭），悲伤心（不用解释啦）。这些都说明什么问题啊这些是在教导人们相互间要控制好自

己的行为和情绪，彼此间要和和气气、快快乐乐地生活。

李恩庆老师的《中医药膳食疗法》课程

这学期有幸选到了李恩庆老师的《中医药膳食疗法》课程，一方面更体会到中医深邃的历史文化底蕴与博大精深，源远流长；另一方面，发现原来中医无时无刻的影响着我们的生活。

喜欢中医，因为它深邃的历史文化思想底蕴与健康的治疗之道。在一个学期的学习过程中，除概括了解中医的一些基本理论知识外，我最大的体会是明白了怎样在日常的点滴生活中贯穿中医食疗之道，有时候看上去“貌不惊人”的一些食材竟然对一个人的身体有如此深刻的潜移默化的影响，如我的家乡特产大枣，可以健脾益气、和胃生津。

但就像刘老师说的，一年的跟师学习还不够了解到具体全面的知识，我们的培训就是希望能够与对中医有兴趣的同学有所教导与交流。三十多个课时的课程中，优质、实用的中医膳食疗法令我感受颇深。

通过课堂上李老师的讲解我明白了，中医学的基本特点在于它的整体观念和辨证论治两个方面，比如，人体是有机的整体，它是由若干脏器和组织、器官所组成的，它们在生理上相互联系，在病理上相互影响；而且，人类生活在自然界中，其生理、病理无不受自然环境的影响；“证”与“症”的概念不同的，在中医治疗的过程中会“同病异治”或“异病同治”。

建议。中医药膳食保健是中医中的重要部分，在将来也必将为更多的人所了解，影响着我们的日常生活，在辅助治疗和调养中发挥出巨大的作用，并且会一代代的发展和流传下去。

中医学习心得

学习中医不同于学习现代医学，它的观点与现代医学有很大的不同。系统的观点和辨证的观点是它的特点。整体观点也是其特色。学习中医，入门不难，一般经中医学院四年的学习，可知其概要。然入精则不易。自古以来，医书充栋，立论繁琐。

将我之所学习的中医心得如下阐述。

一. 从论从门, 先难后易

本人意见，伤寒论是学习中医的内功根基，一定要狠下功夫。

1. 背诵《医宗金鉴. 伤寒心法》和《长沙方歌括》。

2. 看《伤寒论》白文，最少看它四五遍，并对六经提纲和一百一十三方的适应证都熟背牢记方有妙用。

3. 看注解成无己《注解伤寒论》。〈伤寒明理论〉〈方解〉。

二. 学习好辩证，明病因病理。

本人推荐：《内经》《难经》《四诊抉要》《温病条辨》重点：内经。

三. 学习好本草及方剂，用药如神。

本人推荐：《施今墨对药》〈虫类药的应用〉〈中药学〉〈方剂学〉〈删补名医方论〉

四. 学习名家医案，以广见识

其他如《医学心悟》《医门法律》《医宗必读》《傅青主男女科》《秦伯未医书系列》等等。

五. 勤于实践，不断提高。

学习中医药的心得体会

有人说：中医是宏观医学，西医是微观医学，中医他承载了中国人的智慧，中国的文化，中国的发展，并使我们可站在更高的角度观察人类的繁衍生息。

的治愈时间确是我回避的主要原因。中药我只知道是用一些特殊的花草和特殊的昆虫动物所制成的汤剂，疗效好。中药治病，但口感不好，使我更多地选择西药片。经过长时间的学习，我知道了什么是中医、中药，中医学是中华民族与疾病作斗争的智慧结晶，对于中华民族的繁衍昌盛做出了巨大贡献。其又是世界传统医学的重要组成部分，并对世界医学的发展产生了很大影响，迄今仍然为人类的医疗保健事业发挥着重要作用。

我国的中医中药经历数千年，通过历代无数医家的努力得以不断地丰富发展，从而逐渐形成其独具特色的理论体系，他融入了我国古代用以认识自然和解释自然的宇宙观和方法论——阴阳五行。阴阳之间的关系极其复杂，但也有规律可循。阴阳即对立又是统一的整体，他始终处于此消彼长或此长彼消的不断运动变化状态，并相互依存，相互促进，互为根基，且可相互转化。五行既木、火、土、金、水五种自然物质，它们相生相克也构成了对立统一的关系。

中医诊病则通过观察患者外在的局部的表现来推测内脏的变化，以确定病情，进而就产生了四诊，望、闻、问、切四种诊察病情的基本方法。我国老中医之所以神奇，能治百病，就在于他结合中医的理论把四诊运用到了极至，如东汉的华佗、张仲景，明代的李时珍，他们为中医、中药的发展完善作出了巨大的贡献。

连、附子，东北的人参、五味子，甘肃的当归，湖南地黄，山东的阿胶，广西

的肉桂等等。

近些年来，日本、韩国、加拿大等一些发达国家已把中药纳入其居民医疗保险

体系中，欧美很多医药学家也将目光投向了植物制药，中医药在预防、养身、

保健、康复等方面也显示出了其特有的优势，我相信中医药会像我国的经济发

展一样引领世界。我会认真的跟李冬黎老中医学习，继续钻研刻苦学习中医药

知识，掌握的更好更扎实。

第一章：理——中医学的基本观念

学习中医，正确掌握和运用中医知识与技能，有一个最重要的前提就是要明医理。医理不明，纵然知道很多中医学的知识，但使用起来可能会不得要领，甚至动手便错。中医的医理并不是一大套高深玄妙难以理解的专业术语，而是自然之道，就是人本来如此的、在这个地球上生存了千万年来都没更变过的那些生命规律。比如人总是要吃喝拉撒睡，这吃喝拉撒睡的规律或机制，也就是最基本的医理。失眠、便秘、厌食、胃肠疾病等等，都是这个时代常见的问题，各种对治的药品或保健品经常在各式的广告中出现，似乎也能够说明这些问题的普遍性和对治的乏效。我们如果不清楚这些问题出现的原因和机制，就不知道如何调节以帮助身体回归到常态，也就无法断绝出现问题的原因。原因没有解决，只在业已出现的结果上大做文章，怎么能够有效地解决问题呢就像一边在治理污染，一边无视污染源的继续活动一样，其治理当然是乏效的。并且这种无视根本的治理过程本身很可能也是一种污染方式，这样的话，这种所谓的治理也只是治理者

一厢情愿地自以为是罢了，对于被治理的对象而言，其实是在承受着更加深重的污染。很不幸的是，这种情况在现实中并不罕见，在医疗领域内可以说是时有发生，我们所能见到的辗转求医、久治乏效或病情反复的病人，大多都在不同程度上经历了“治疗”名誉的“污染”。就像美国的一项研究所显示的一样：每年由于医生误诊、用药错误以及药物不良反应和手术失误造成的死亡人数达到了225400人。临床医疗差错已经成为美国第三大死亡原因，仅仅排在癌症和心脏病之后。其中最重大的一类死亡原因是住院患者死于“药物的有害、意外或不良作用”，而且发生在用药剂量正常的情况下。尽管所使用的是经过严格审批的药物，用药的程序也是严格无误的，但是每年仍然有10万多患者死于这种药物意外反应。这篇报告总结分析了39项研究工作后，发现大约有7%的住院患者，即每15个住院患者中就有1人曾经历过严重的药物不良反应，“需要住院，延长住院时间，导致永久性残疾或死亡”。在此类病例中，患者都是按照医嘱用药的。上述数字并不包括那些给药或用药方式错误的受害者，也不包括“可能”属于不良药物反应的受害者，也不包括那些未能达到预期疗效的用药患者。换句话说，“每15个住院患者中就有1位患者经历过不良药物反应”还属于非常保守的估计数字。

国。这说明了什么呢如此的治疗当然是在其医学理论指导下进行的。那么，这样的事实是不是足以提醒我们反思作为指导医疗的理论的重要性呢在当代，这样的事实并不是只发生在美国，如果指导医疗的理论、观念出现了偏差，类似的事件可以发生在任何方式的医疗活动中。所以中国有一句古语：“有病不治，常得中医”，意思是有病时不要盲目地求治，只靠着自身的调整与修复机能，自己会康复过来，不过可能会康复得慢一点或辛苦一些，但也相当于一个中等水平的医生在给治疗了。言外之意是如果遇到了一个中等以下的医生，那就不如不治了。可见我们学医，最起码要当个“中等”以上的医生。很显然，中等以上的医生至少应当知道人体自身的功能及其机制，从而保护、帮助它而不是破坏、扰乱它。

中等以下的医生往往是那些骄傲无知地干扰破坏人体的人，就像《灵枢》所说的“下工绝气危生”，等而下之的医生更是时常会做出灭绝人体正气，危害病人生机的事情。这并不是因为他们很坏，根本原因在于他们不明医理。我们学习和运用中医的人应该时刻谨慎地观察自己是不是沦为下工之列，观察的标准就是中医的医理。一个好的医生不仅在于他治好了多少病人，更在于他明了多少医理。那么，中医的医理是什么呢就是中医对人体及人体生命规律的认识。我们学习中医也就是要如实地了解一直以来能够经得住时间和实践检验的传统中医学对这些认识的描述，然后通过实践来验证我们的学习与理解是否正确。