

# 最新推拿学心得体会(大全5篇)

当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

## 推拿学心得体会篇一

有机会能接触到苏永泉老中医的婴幼儿太极按摩术真是十分幸运，虽然不是亲炙，但是从现在的临床效果看，苏老的按摩术确实很好用，尤其适合没有什么中医基础普通家长，专业人士琢磨半天就够了，所谓大道至简嘛！很讨厌那些故弄玄虚的家伙。现在苏老的婴幼儿太极按摩专著也已经出来了，感兴趣的可以购买。

### 一、背景与意义

婴幼儿太极按摩术来源于山西民间一位叫任化天的老中医，当地流传有“小儿若要安，离不了任化天”之语，可见其影响之大。它主要调治小儿脾胃失调，能够起到培扶元气作用。这种手法极为简单，每个妈妈都能学会，可以彻底提高小儿体质，让孩子少得病不得病，能为家庭和国家省下大量医药费。

对5岁以下小儿有特效。主治消化系统疾病，辅助呼吸系统疾病。

### 二、命名

太极穴：即神阙、肚脐。太极按摩就是在太极穴施用的一种手法，能培扶元气而行气化功能，鼓舞中气，增强升降出入之气机。加长加深自然呼吸，使大气壮旺，血脉畅荣，五脏

六腑得以自然呼吸之按摩，充分发挥了人体的自然疗能。

### 三、基本手法

这是一个在小儿肚脐以轻微的、随着呼吸的频率而按摩的手法，它直接调整气血运行，提高脏腑功能，最大限度地提高人体固有的自然疗病能力。

手要热，心要静，一手按脐或按摩肾，万念悉捐，凝注于手。如鸡温卵，一刻不可闪失，如猫捕鼠，一心注意在手，随着病儿呼吸，不即不离而行按摩之。

妈妈平膝而坐，将小儿托放其上或仰卧床上，医生将手烤热，一手的内劳宫对准小儿太极穴，施一个与小儿腹式呼吸腹壁起伏的频率相等的外力。用力极其微弱，重在意，在合拍，使其产生共振的效应，于20分钟左右可见效。施术后打断一切恶性刺激，使患儿进入睡眠。

### 四、施术反应

在过程中如果小儿出现深呼吸一次或者长吁一口气，就说明手法成功了。

如果胃气不降，胃里有宿食，食积会出现暖气现象，甚则呕吐。

如果胃功能不强或有腹胀，就会觉得手下有动气或排气。

### 五、注意事项

5岁以上小儿，需配合中药其他疗法。

不要频繁给小儿按摩，应以调养为主。

重症可加长按摩时间。

## 推拿学心得体会篇二

自从我开始学习小儿推拿以来，我的生活发生了翻天覆地的变化。我开始这门课程的时候，带着许多疑问和期待，现在，我可以很自信地说，我不仅解答了我自己的疑问，而且更加深刻地理解了这门神奇的艺术。

学习小儿推拿的过程并不轻松。我必须熟记各种穴位的位置，理解并掌握推拿的技巧。在这个过程中，我遇到了许多困难，如穴位定位的准确性、推拿力度的掌握等。但是，我坚信每一次的失败都是我前进的动力，每一次的困难都是我成长的磨砺。

在学习过程中，我不仅提高了自己的技术，也更加了解了孩子的身体。每个孩子都是一本不易读懂的书，每个身体症状都可能预示着某种疾病。我学会了用最少的痛苦来处理他们的问题，用最温柔的力量来恢复他们的健康。

我也收获了更多的爱与尊重。我开始明白，作为父母，我们有多么希望能保护我们的孩子，让他们健康快乐。而作为小儿推拿师，我有能力、有责任去帮助孩子和他们的家庭。每一次成功的推拿，都让我感到无比的成就和满足。

总的来说，学习小儿推拿使我更深入地理解了健康与疾病，也让我更加珍视我所做的工作。我深感自己责任的重大，也更加热爱我所做的事情。我期待着在未来的日子里，我可以用我所学的知识，帮助更多的孩子，让他们的生活充满阳光和活力。

## 推拿学心得体会篇三

小儿推拿是以中医理论为基础，结合现代医学知识，通过推拿手法治疗儿童疾病的专门技术。经过一段时间的小儿推拿学习，我对此有了深入的了解和体验，现分享一下我的学习心得。

首先，我认识到小儿推拿作为中医特色疗法之一，具有独特的理论体系和操作技巧。通过学习，我了解到小儿推拿的治疗原理是通过刺激穴位，促进儿童身体内部气血流通，以达到调整机体功能、治疗疾病的目的。同时，小儿推拿对儿童无副作用，安全可靠，对某些疾病具有较好的治疗效果。

其次，我在学习过程中逐渐熟悉了各种小儿推拿手法。如捏脊、推拿、穴位按摩等，以及不同病症对应的推拿技巧。通过实践，我感受到小儿推拿的柔和与舒适，同时也了解到不同推拿方法的特点和适用范围。

在学习过程中，我也深刻体会到小儿推拿的严谨性。每一个穴位的位置、名称，以及推拿手法都有严格的规定，需要专业人员进行操作。同时，我在学习中了解到，小儿推拿治疗需要与患儿建立良好的沟通，了解其身体状况和需求，才能更好地达到治疗效果。

总之，通过学习小儿推拿，我深入了解了这一中医特色疗法，并亲身感受到了其治疗原理和技巧。这让我对中医有了更深入的了解，也为我以后的工作提供了新的思路和方法。同时，我也意识到，作为一名小儿推拿师，需要具备专业知识和技能，以及深厚的医学伦理和人文关怀精神，才能更好地为儿童健康服务。

## 推拿学心得体会篇四

自从我开始学习小儿推拿以来，我的生活发生了翻天覆地的

变化。我开始这门课程的时候，带着许多疑问和期待，现在，我可以很自信地说，我不仅解答了我自己的疑问，而且更加深入地理解了这项古老而实用的技艺。

学习小儿推拿的过程并不轻松。我必须熟记各种穴位的位置，理解并运用不同的推拿技巧。每个穴位都代表了一个特定的身体部位，每个推拿都带有特定的目的。我开始明白，尽管小儿推拿的技巧看似简单，但背后蕴含的深意和科学原理却是非常复杂和精密的。

我开始上实践课程，并且通过反复的练习，逐渐找到了手感。每一次成功地推拿给宝宝舒适，我都感到深深的满足感和成就感。我发现，我不仅在帮助宝宝缓解疼痛，更在传递爱和关怀。

学习小儿推拿，让我更深入地理解了父母的爱。他们的焦虑，他们的期待，他们的喜悦，都深深地打动了我。我更加明白了，作为一名推拿师，我不仅需要专业的技术，更需要一颗关心和爱护的心。

总的来说，学习小儿推拿的经历是我人生中非常宝贵的一部分。它不仅让我掌握了一项技能，更让我理解了生活的苦与乐，理解了人与人之间的情感交流。我将珍视这次的学习经历，用我新学到的知识，尽我所能，给更多的小宝宝带去安慰和健康。

## 推拿学心得体会篇五

跟着社会合作的日趋剧烈，人们的糊口节拍也变患上愈加疾速以及松散，正在临时的劳顿中，人们才发明身材安康的患上要性，因而，按摩正在现今的社会中，普遍受的到人们的喜爱。的按摩是甚么呢？按摩便是使用一些特定的伎俩感化于人体外表的部位或者穴位，活动人的肢体，改动以及调理机体病理以及心理情况，停止防治疾病的一种疗法。

按摩之所以是被人们喜爱，是由于按摩推拿操纵便当，没有需求良多的工夫，而且经济平安，没有需求年夜笔的医药费，且没有会发生药物的反作用，并且按摩对于一些疾病另有明显的疗效，省往了吃药注射的费事。除了此以外，按摩的保健感化更晋升了它正在人们脑筋中的印像分，这也是我挑选这一学科的一个缘由之一吧。

直至昔日，按摩学的存正在汗青曾经很长了，我国现存最先的医书中，就无关于保健推拿及按摩医治的记录，沿续至今，正在今世医学不时的研讨开展中，呈现了浩繁的操纵办法，失掉了立异以及更有针对于性的打破，出格是对于一些疾病：内排泄平衡、肉体告急、高血压、脾性和睦、糖尿病、头痛失眠、腰酸背痛四肢风湿、体弱多病具备很好的疗效。正在保健功用上，按摩能增进血液轮回、肌肉灵敏、醒脑安神、舒肝顺气、还能高免疫力、健体增寿，能到达摄生地。

经过进修，我晓得了人体中有14条经脉，它内属于脏腹外络与相同，是运转气血的通路，有运转气血、濡养满身、防备外邪、捍卫机体的感化。正在临床上能阐明病理变革，指点辩证回经指点疗效及判别疾病预治。针灸治病，是要针灸正在必定穴位上的，这些施术点，是指人体体表部位，人体俯气血输注，它大要分为经穴、经外穴以及阿是穴腧穴，有近治以及远治的感化，当针刺某些腧穴，对于机体的差别形态可起两重良性，别的，有些腧穴还具备绝对非凡性的感化。

腧穴的地位没有像阿是穴那样好断定，找对于压痛点就找到了它的地位，是很难断定准确的地位，医学上使用人体体表剖解标记定位法（如神门穴的定位，它正在伎俩部，腕侧横纹尺侧端，尺侧腕屈肌腱的桡侧凸起处）、骨度折量定位法，（如劳宫穴，定位于正在手掌第2、三掌骨之间，偏偏于第三掌骨，握拳屈指时中指指尖处）、及指寸定位法（如天枢穴的定位，正在腹中部，距脐中两寸，人的年夜拇指宽为一寸）拟取腧穴。每个穴位城市有一个主治功用，如劳宫穴，主治中暑、中风苏醒、口臭等病症。腧穴又分为手太阳肺经、手

少阴经、足太阳经、手少阴三焦经、足少阴胆经等等。

按摩的伎俩因此手或者肢体的其余部位，采纳各类特定的本领举措，依照必定的技能请求施加于患者的身材，从而完成其防病目地。请求术者伎俩要耐久、无力，使劲温和而且平均，因部位的差别可挑选差别的肢体部位挑选差别的伎俩，如颈部可挑选小鱼际揉法、拿法挤法等，肌肉饱满处可用臂滚、掌根揉、肘推等。

按摩虽好，但也不克不及滥用，关于一些非凡状况是不克不及用按摩的或许说是按摩是有效的，共有9种忌讳情状况。

- 一、某些传染性疾病，如丹毒、骨髓炎、化脓性枢纽关头炎；
- 二、各类出血症，如便血、尿血等；
- 三、烫伤或者溃疡性皮炎或者皮疹的部分；
- 四、某些急性流行症，如肝炎、肺结核等；
- 五、结核病、肿瘤及脓毒血症；
- 六、内伤出血，骨折晚期，处截瘫早期；
- 七、妊妇的腰骶部、臀部以及腹部等禁用按摩。主妇月经期没有宜用按摩或者慎用；
- 九、严峻的心脏病或者病情严峻者禁用。

经过进修按摩这门课程，我学会了一些一样平常保健以及小缺点的处理方法，能使用一些伎俩往减缓疲惫。糊口，进修让人繁忙，更该当往维护本人的身材，维护本人便是维护好本人的反动成本，使用学会的常识，保护身材吧！