# 2024年中医心得感悟(优秀8篇)

来源：网络 作者：情深意重 更新时间：2024-09-15

*从某件事情上得到收获以后，写一篇心得感悟，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。我们想要好好写一篇心得感悟，可是却无从下手吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得感悟吧，我们一起来看一看吧。中医心得感悟篇一请在批评中医之前问问...*

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得感悟，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。我们想要好好写一篇心得感悟，可是却无从下手吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得感悟吧，我们一起来看一看吧。

**中医心得感悟篇一**

请在批评中医之前问问自己是否真的认识中医，如果不认识，请保持宽容，而不是批评诋毁。那些说中医看不好病的的人，请明白，中医是理论，医生是道具，道具错了，不代表理论错了。好比以精密科学仪器，你不会用，测出来暑假错了，你能说是仪器错了吗?最后在此粘贴梁漱溟先生《中西学术之不同》一节内容，里面谈到的一些跟本书观点有妙曲同工之处，最后，一味诋毁中医的人，也请自问自己学问是否比得上梁老。

“在我思想中的根本观念是“生命”、“自然”，看宇宙是活的，一切以自然为宗。仿佛有点看重自然，不看重人为。这个路数是中国的路数。中国两个重要的学派――儒家和道家，差不多都以生命为其根本。如四书上说：“天何言哉?四时行焉，百物生焉，”“致中和，天地位焉，万物育焉”，都是充分表现生命自然的意思。在儒家宗，尤其孟子所传的一派，更是这个路数。仿佛只要他本来的，不想于此外更有什么。例如，发挥本性，尽量充实自己原有的可能性等，都是如此。我曾有一个时期致力过佛学，然后转到儒家。于初转入儒家，给我启发最大，使我得门而入得，是名儒王心斋先生;他最称颂自然，我便是如此而对儒家的意思有所理会。开始理会甚粗浅，但无粗浅则不能入门。后来再与西洋思想印证，觉得最能发挥尽致，使我深感兴趣的是生命派哲学，其主要代表者位柏格森。记得二十年前，余购读柏氏名著，读时甚慢。当时尝有愿心，愿有从容时间尽读柏氏书，氏为人生一大乐事。柏氏说理最痛快、透彻、聪明。美国詹姆斯·杜威与柏氏，虽非同一学派，但皆曾得力于生命观念，受生物学影响，而后成其所学。苟细读杜氏书，自可发见其根本观念之所在，即可知其说来说去者之为何。凡真学问家，必皆有其根本观念，有其到处运用之方法，或到处运用的眼光;否则便不足以称为学问家，特记诵之学耳!真学问家再方法上，必有其独到处，不同学派即不同方法。在学问上，结论并不很重要，犹之数学上算式列对，得数并不很重要一样。

再则，对于我用思想作学问之有帮助者，厥为读医书(我读医书与读佛书同样无师承)。医书所启发于我者仍为生命。我对医学所明白的，就是明白了生命，知道生病时要多靠自己，不要过信医生，药物的力量原是有限的，简言之，恢复身体健康，须完全靠生命自己的力量，别无外物可靠。外力仅可多少有一点帮助，药物如果有灵，是因其恰好用得合适，把生命力开出来。如用之不当，不但不能开出生命力，反要妨碍生命的。用药不是好就是坏，不好不坏者甚少，不好不坏不算药，仅等于喝水而已。内经：有病不医，常得中医。

中国儒家、西洋生命派哲学和医学三者，是我思想所从来之根底。在医学上，我同样也可说两句有关于不同学派或不同方法的话;中西医都是治病，其对象应是一个。所以我最初曾想：“如果都只在一个对象上研究，虽其见解说法不同，但总可发现有其相同相通之处。”所以虽今人仍多有在我未读医书前，常想沟通中西医学。不料及读后，始知这观念不正确，中西医竟是无法可以沟通的。欲沟通者(如丁福保著《中西医通》，日人对此用功夫者亦甚多)。但结果亦只是在枝节处，偶然发现中医书上某句话合于科学，或发现某种药物经化验认为可用，又或发现中医所用单方有效，可以来用等。然都不能算是沟通，因站在西医科学立场上，说中医某条是对了，这不能算是已融取了中医的长处。若仅依西医的根本态度与方法，而零碎的东拾西捡，那只能算是整理中医，给中医一点说明，并没有把中医根本容纳进来。要把中医根本容纳进来确实不行;那样，西医便须放弃其自己的根本方法，则又不称其为西医了。所以，最后我是明白了沟通中西医为不可能。

如问我：中西医根本不同之点既在方法，将来是否永为两套?我与此虽难作肯定的答复，但比较可相信的是，最后是可以沟通的，不过须在较远的将来。较远到何时?要在西医根本转变到可以接近或至沟通中医时。中医大概不能转变，因其没有办法，不能说明自己，不能整理自己，故不能进步，恐其只有这个样子了。只有待西医根本方法转变，能与其接近，从西医来说明他，认识他。否则中医将是打不倒也立不起来的。

说西医转变接近中医，仿佛是说西医失败，实则倒是中医归了西医。因中医不能解释自己，认识自己，从人家才得到解释和认识，系统自然还是人家的。须在以西医系统扩大时才能容纳中医，这须有待于较远的将来。此将来究有多远?依我看，必须待西医对生命有所悟，能依生命作研究对象时;亦即现在以西医研究的对象为身体而非生命，再前进如对生命能更有了解认识时。依我观察，现在西医对生命认识不足，实其大短。因其比较看人为各部机关所合成，故其治病几与修理机器相近。中医还能算是学问，和其还能站得住者，即再其彻头彻尾为一生命观念，与西医恰好是两套。试举一例：我的第一个男孩，六岁得病，迁延甚久，最后是肚子大，腹膜中有水，送入日本医院就医，主治大夫是专门研究儿科的医学博士，他说必须水消腹小才好，这话当然不错。他遂用多方让水消，最后果然水消腹小，他以为是病好了，不料出院不到二十分钟即死去。这便是他只注意部分的肚子，而不注意整个生命的明证。西医也切脉，但与中医切脉不同。中医切脉，如人将死，一定知道，西医则否。中医切脉，是验生命力量的盛衰，着意整个生命。西医则只注意部分机关，对整个生命之变化消息，注意不够。中西医之不同，可以从许多地方比较，此不过略示一例。再如眼睛有病，在西医只说是眼睛有病，中医则说是整个身体失调。通俗的见解是外科找西医，内科找中医，此见解虽不高明，但亦有其来源。盖外科是比较偏于局部的，内科这时关于整个生命。西医除对中毒一项，认为是全身之事外，其他任何病症，皆必求其病灶，往往于死后剖视其病灶所在。将病与症候分开，此方法原来是很精确的，但惜其失处即在于局部观察。中医常是囫囵不分的，没有西医精确，如对咳嗽吐血发烧等都看作病，其实这些只是病的症候，未能将病与症候分开。普通中国医生，只知其当然，而不知其所以然，只知道一些从古相传的方法;这在学理上说，当然不够，但这些方法固亦有其学理上的根据。凡是学问，皆有其根本方法与眼光，而不在乎得数，中医是有其根本方法与眼光的，无奈普通医生只会用古人的得数，所以不能算是学问。

大概中国种种学术――尤其医学与拳术，往深处追求，都可发见其根本方法眼光是归根于道家。凡古代名医都是神仙家之流，如葛洪、陶弘景、华佗等，他们不单是有一些零碎的技巧法子，实是有其根本所在，仿佛庄子所说“技而近乎道矣”。他们技巧的根本所在，是能与道相通。道者何?道即是宇宙的大生命，通乎道，即与宇宙大生命相通。在中西医学上的不同，实可以代表中西一切学术的不同：西医是走科学的路，中医是走玄学的路。科学之所以为科学，即在其站在静的地方去客观地观察，他没有宇宙实体，只能立于外面来观察现象，故一切皆化为静;最后将一切现象，都化为数学方式表示出来，科学即是一切数学化。一切可以数学表示，便是一切都纳入科学之时，这种一切静化数学化，是人类为要操纵控制自然所必走的路子;但这仅是一种方法，而非真实。真实是动的不可分的(整个一体的)。在科学中恰没有此“动”，没有此“不可分”;所谓“动”，“整个一体不可分”，“通宇宙生命为一体”等，全是不能用眼向外看，用手向外摸，用耳向外听，乃至用心向外想所能得到的。反是必须收视返听，向内用力而后可。本来生命是盲目，普通人的智慧，每为盲目的生命所用，故智慧亦每变为盲目的，表现出有很大的机械性。但在中国与印度则恰不然，他是要人智慧不向外用，而返用之于自己生命，使生命成为智慧的，而非智慧为役于生命。印度且不说，在中国儒家道家都是如此。儒家之所谓圣人者，就在于对自己不了解，对自己没办法，只往前盲目地机械的生活，走到哪里是哪里。儒家所谓“从心所欲不逾矩”，便是表示生命已成功为智慧的――仿佛通体透明似的。

道家与儒家，本是同样地要求了解自己，其分别处，在儒家是用全副力量求能了解自己的心理，如所谓反省等。(此处不能细说，细说则必与现代心理学作一比较才可明白，现代心理学最反对内省法，但内省法与反省不同。)道家则是要求能了解自己的生理，其主要的功夫是静坐，静坐就是收视返听，不用眼看耳听外面，而看听内里――看听乃是譬喻，真意指了解认识。开始注意认识的人手处在呼吸、血液循环、消化等。注意呼吸，使所有呼吸处都能觉察出来。呼吸、血液循环、消化等，是不随意肌的活动;关乎这些，人平常多不甘用心去管他，道家反是将心跟着呼吸、血液循环、消化等去走，以求了解他。譬如呼吸——通体(皮肤)都有呼吸，他都要求了解认识，而后才能慢慢地操纵呼吸，血液循环，消化营养等也全是如此。他都有一种细微而清楚的觉察。平常人不自觉地活动着的地方，他都有一个觉察，这同样是将智慧返用诸本身。于此才可以产生高明的医学。中国医学之根本在此。高明医学家，大多都是相传的神仙之流的原因亦在此。神仙，我们虽然不曾见过。但据我推想，他可以有其与平常人之不同处，不吃饭也许是可能的。他可以见得远，听的细，闻人所未闻，见人所未见。蚂蚁走路虽细，但总有声音当是可信的，以其——神仙——是静极了，能听见蚂蚁走路，应亦是可能的。人的智慧真了不起，用到哪里，则哪里的作用便特别发达，有为人所想象不到的奇妙。

道家完全是以养生术为根本，中国拳术亦必与道家相通，否则便不成其为拳术。这种养生术很接近玄学，或可谓之为玄学的初步，或差不多就是玄学。所谓“差不多”者，因这种收视返听，还不能算是内观;比较着向内，可说是向内观，但其所观仍“是外而非内，似内而仍为外”。如所观察之呼吸，血液循环，消化等，仍非生命本体。人的生命，本与宇宙大生命为整个一体，契而无间，无彼此相对，无能观与所观，如此方是真的玄学，玄学才到家。道家还是两面，虽最后也许没有两面，但开头却是有的。他所体察者是返观而非反省，因其有能知与所知两面，故仍不是一体。以上是推论的话，但也只能作此推论。我们从古人书籍中所能理解的古人造诣，深觉得道家的返观仍甚粗浅，虽最后也可以由粗浅而即于高深。

道家对呼吸，消化，循环等之能认识了解，操纵运用，其在医学上的贡献，真是了不得。西医无论如何解剖，但其所能看到的仍仅是生命活动剩下的痕迹，而非生命活动的本身，无由去推论其变化。在解剖上，无论用怎样精致的显微镜，结果所见仍是粗浅的;无论用如何最高等的工夫，结果所产生的观念亦终是想象的，而非整个一体的生命。道家则是从生命正在活动时，就参加体验，故其所得者仍为生命之活体。

总之，东西是两条不同的路。

一面的根本方法与眼光是静的，科学的，数学化的，可分的。

一面的根本方法与眼光是动的，玄学的，正在运动中不可分的。

这两条路，结果中国的这个方法倒会占优胜。无奈现在还是没有办法，不用说现在无神仙之流的高明医生，即有，他站在现在学术的面前，亦将毫无办法，结果恐亦只能如变戏法似的玩一套把戏，使人惊异而已。因其不能说明自己，即说，人家也不能了解，也不信服。所以说中医是有其学术上的价值与地位，惜其莫能自明。中西医学现在实无法沟通。能沟通，亦须在较远的将来始有可能。而此可能之机在西医，在其能慢慢地研究、进步、转变、渐与中医方法接近，将中医收容起来;中医只有站在被动的地位等人来认识他。所以从这一点说，西洋科学的路子，是学问的正统，从此前进可转出与科学不同的东西来;但必须从此处转，才有途径可循。我常说中国文化是人类文化的早熟，没有经过许多层次阶段，一步登天;所以现在只有等着人家前来接受它。否则只是一个古董，人家拿它无办法，自己亦无办法。

中西医比较着看，西医之最大所长，而为中医之最大所短的，是西医能发见病菌，中医则未能。中医是从整个生命的变化消长上来论病，是以人为单位，这样固对。但他不知道有时则其中并不是一个单位，而是有两个能变化消长的力量。一则是身体的强弱虚实，一则是病菌。病菌是活的，同样能繁殖变化消长。此两者应当分开，不能混作一团看。西医是能看见两个重要因素的，但偏重于病菌;中医则除注意身体的强弱虚实外，对于病菌，完全没有看到。病菌的发现，真是西医的最大贡献。”

**中医心得感悟篇二**

在我没有真正的接触美容这一行业之前，我一直都认为美容就是让人的脸部更加的靓丽、有光泽。可当我真正的去学习时才知道那已是美容行业的过去时了，现在中医养生美容才是美容行业的领航军。

当我接触了这种理论的时候我方知其实我们成年人是没有正直的阴阳平衡的，也就是说没有人处于真正的健康之中，也就是说我们每个人都需要自我或是外在的调理、调养。而中医养生美容也就是针对这一情况应运而生的。我们掌握一些这方面的知道起码自己受益、周围的人受益。所以我想多学点理论知识和技术手法，越是掌握的知识多，知识牢做出的效果也就越明显。

中医养生美容的理念是“清纯始于天然，美丽源于健康”，这明显的可以看出是以天然的产品为基础，以健康为美丽的源泉，以就是通过疏通经脉、调节五脏六腑的阴阳平衡、补充一定的营养，再持续养护的过程，使人达到身体的营养渠道通畅，补给的方式，身体通畅健康了，那么反应在外表的皮肤、毛发等也就有光泽度，看上去年轻靓丽了。所以我现在越发的想自己回到家乡开个美容店让更多的人能够调节亚健康免得引发病变而进医院，同时也满足了更多爱美的女性，使她们真正的健康美丽，让她们都具有自我调节，保养的能力，不再用美白等产品掩盖脸上的瑕疵。而同时她们学习中医医生的常识后能去调理家人，尤其是在饮食上和生活方式上和一些养生器材上。我想做的就是让她一人和我们沟通全家受益。

**中医心得感悟篇三**

要在较短的时间内学好这些知识，如果不采取一些有效的方法来进行学习，单靠刻苦，显然是不行的，在前面的章节，曾经谈到过有关搞好实习的经验，本章将进一步和同学们谈谈有关搞好实习的方法，相信这些方法同样能够为同学们搞好实习起到一些启迪作用。

一、很抓基本技能的训练

作一名医生首先需要掌握一些必备的基本技能，这是做好医生的基础，作为进入临床实习的实习医生来说，首先应该搞好这些基本技能的训练，这是今后进一步发展的基础，如果基础打得不牢，今后的提高只能是一句空话。可以所本篇所涉及到的内容都与基本技能有关，如接触病人、询问病史、体格检查、病历书写、申请单的书写、处方的书写、病史汇报、诊断分析、管理病人的方法等等。这些都是作医生必须具备的基本技能，而且这些技能不是通过看书、或“见习”就能掌握的，必须通过不断的锻炼才能熟练掌握。因此，同学们应该在练好这些技能上下功夫。

二、重视“方法”的学习

实习学什么?许多大部分同学都认为是学疾病，临床上许多同学对于遇见一个少见病，发现一个少见的临床体征而津津乐道，而很少思考这个少见病或体征是如何诊断或发现的，这实际上是同学们实习中常常出现的误区，关于实习学什么?教员的观点则认为：实习学的主要是“方法”，而不是疾病。

理由很简单，熟悉和掌握了一个疾病，终究只是一个疾病，而掌握了认识疾病的方法，就可以发现更多的疾病，从而认识和掌握更多的疾病。所以说学习和掌握认识疾病的方法比认识一个或几个疾病更为重要。因此，同学们在实习应该在学习或掌握“方法”上下功夫。

三、找共同点法

**中医心得感悟篇四**

第一段：介绍中医培训的背景和目的（200字）

中医作为中国传统医学的重要组成部分，拥有悠久的历史和丰富的理论体系，一直以来深受人们的关注和借鉴。然而，中医的疗效和治疗方法也一直备受争议。为了更好地传承和发扬中医的优秀传统和精髓，越来越多的人参加中医培训。我也有幸参加了一次中医培训，这次培训经历让我受益匪浅，深深感悟到了中医的独特之处和潜力。

第二段：分享中医培训的实践体验（300字）

在这次中医培训中，最令我印象深刻的是实践环节。通过观察和亲身操作，我深刻认识到中医倡导的“辨证论治”的重要性。在实际操作过程中，我们要综合患者面色、舌苔、脉象等多种信息，运用中医的方法与技巧进行辨证论治。这种方法不仅能发现疾病的根本原因，还可以指导我们制定更科学合理的治疗方案。同时，实践环节也让我更好地理解中医的“阴阳”理论，明白了平衡与调和的重要性，在实际操作中更能够根据患者的实际情况，选择适当的治疗方法。

第三段：探讨中医培训对我个人的影响（300字）

参加中医培训，让我深刻认识到中医的独特之处和潜力。中医强调“调理”而不是“拔草”，注重整体的身心健康，而不仅仅是治疗症状。与西医注重疾病治疗不同，中医更注重疾病的预防和调节。这种治未病的理念给了我很多启示，让我更加关注自身身体的健康，调整生活和饮食习惯，从而预防疾病的发生。

此外，中医的独特理论和治疗方法，也让我对传统医学产生了更深的兴趣。我开始主动学习中医经典著作，深入了解中医的起源和发展。这不仅使我在中医领域有了更深入的探索，还让我对中医的科学性和实用性有了更加深刻的认识。

第四段：反思中医培训对现代医学的启示（200字）

中医培训让我意识到传统医学的重要性和现代医学的不足之处。虽然现代医学在医疗技术和药物研发方面取得了巨大的进步，但在个体化、整体性和长期效果方面仍存在一定的局限性。与之相比，中医注重整体调理，强调“天人合一”。它的目标是平衡和调和，使人体恢复自身的平衡和自愈能力。这给现代医学提供了重要的启示，即在疾病治疗中应该综合运用中医和现代医学的优势，更加关注个体差异，维护人体整体健康。

第五段：总结中医培训的意义和价值（200字）

参加中医培训不仅让我对中医有了更深入的了解，也让我对现代医学有了更深刻的认识。中医的独特理论和治疗方法为我提供了预防疾病和维护身体健康的重要思路。我将在今后的实践中更加注重个体差异，合理运用中医的方法和技巧，为疾病的治疗和预防贡献自己的一份力量。同时，我也会积极探索中医和现代医学的结合，为推动医学的发展做出自己的贡献。

**中医心得感悟篇五**

工欲善其事，必先利其器，中医的学习方法与路径，是一个需要首先探讨的问题。很多朋友学习中医之前没有很好地思考这个问题，入门的方式五花八门，有的一头扎进伤寒论等经典里，苦读了数年，出口成章，大段的经文背得烂熟，临床时，边都摸不着，开口动手便错，进而怀疑经典，怀疑中医。

有的执迷于药物学里，变成了草药医生，单方医生，把个别中药和处方视为绝密，越求越奇，以为不是深山老林里的神药或者异人奇方就不能治病。

还有的求于易，求于道，将中医和气功，宗教混于一谈，强词夺理，故弄玄虚，不提也罢。

我想，这些不应该是朋友们学医的初衷。

我虽然出生在中医世家，却也在医学上走了很多弯路，对临床疗效的追求也曾经让我倍感艰辛，回首这20多年的学医路途，我的最大感悟就是-------------------中医本来是一个简单明白，好学易用的学科，却被有意无意的蒙上一层又一层的神秘面纱。

在这个处处追求效率的时代，还原中医的本来面目，破除中医迷信，节约后来者的精力和时间，就是我现在觉得最有意义的事情。唯其如此，中医界方可吸引优秀的年轻人，才能发扬光大。

学习的方法和路径---先从端正态度开始。

这个问题已经有很多人说过，而且各有各的道理，我要强调的是，下面这种学习方式适合有一定基础，希望深入系统掌握中医体系的人，也适合已经学医几年，或者读完了中医院校还一头雾水，愿意重新钻研的情况。

一，先宏观后微观。

一定要先对中医的学术体系有一个整体的大概印象，先通过走马观花式的浏览，然后再去学习具体的知识而不是一下就陷入到各种秘方，技法当中，纷纷扰扰，一锅浆糊。

二，培养提高思辨能力，不要强调死记硬背。

中医学让人望而生畏的原因之一就是要背诵大量的内容，而这是否有必要呢?我的体会是中医学里需要死记硬背的东西其实是不多的。远远不如法律，外语等专业。

很多内容，理解以后就会记得，而没有理解，记来何用?当然，理解也是分层次来的，先浅后深，先一般后特殊。

中医知识浩如烟海，人的精力时间都有限，一个医生不可能面面俱到的学，也不可能什么病都会治，关键是能构建自己的学术体系，在一定的范围内有所建树，善莫大焉。

我记得当年背了好几百个处方，但是临床根本不怎么用，现在还能背的处方不会超过50个吧，也没有临床开不出方的情况，呵呵。

学习方剂的问题，我以后会单独论述。总结起来一句话就是--------------一个临床医生真的不需要学那么多处方。千招会，不如一招精。一方融会可变数方，一法学透可变数法。

很多老医生喜欢炫耀自己当年是如何过目不忘，博闻强记。先大量的背诵，以后慢慢理解，对于幼儿学医，这个当然是有道理的。

但如果是成年人记忆力差，理解力强，就不应该这样学。何况这些出口成章的老先生很多人临床水平真心不怎么样，可惜了背书受的那些罪哟。

传统的学习方法，打杂三年，抓药三年，抄方三年，动不动十几年以上才可以出师。真正学医的时间并不多，这些规矩里面，包含着对学徒劳动力的残酷盘剥。

而我以为，一个完全没有医学基础的人，中等资质，学习条件和方法合适，三年就可以达到一个比较高的水平。

这是我通过实践得出的结论。至于执业医师考试，我指导的几个学生都能超分数线近一百分过关。也可以证明这一套方法对付应试教育还是同样有效。

三，保持批判的精神学中医。

一定在建立好自己的医学体系以后，再去研究各家学术

对前辈的经验，带着怀疑的态度学习，以临床疗效来验证。

凡是科学的体系，一定有可以理解的逻辑，无法理解的东西，可以存疑，先放一放。

这是因为你没有一定的基础，无法分辨是非，轻易转进中医各家学术的嘴仗里，除了更糊涂，没有别的收获。

我常常说看一个人学医的水平，看看他买了些什么书，可以得知，也是这个意思。

**中医心得感悟篇六**

中医是中华民族传统医学，拥有悠久的历史和深厚的文化底蕴，是中华文化的一个重要组成部分。在我国，中医历史悠久，被广泛应用于疾病的治疗、预防和保健等方面。近年来，中医在国际上的影响力也逐渐扩大，成为越来越多人关注的话题。

第二段：中医传统

中医从根本上认为人体是一个有机整体，部分与整体相互关联，而且相互影响。中医通过中药、针灸、推拿、气功等多种手段来调节和平衡身体内部的能量，从而达到治疗疾病的目的。比如，许多疾病的发生往往与人体内部的阴阳失衡有关，中医会通过脉诊、观察舌苔、询问病史等方式，来判断体内的阴阳平衡状况，然后进行合适的调理。

第三段：中医现状

随着时代的变迁，社会发展和科技进步，人们的生活方式和健康需求正在发生巨大变化，中医的发展也因此面临着机遇和挑战。尽管中医在我国有着广泛的应用和认可，但是在现代医疗体系中，中医与西医之间的碰撞和融合依然存在很多问题，这也限制了中医在全球范围内的发展。

第四段：从中医中体会到的思考

百年大计，教育为本。要想推广和普及中医，需要从根本上改变人们对中医的认识和态度。中医教育的改革和创新也是非常必要的，我们需要探索更加先进的教育模式和教育理念，培养更多具有专业知识和实践能力的中医人才。与此同时，政府也应该加大对中医事业的支持和投入，为中医的技术研究和发展提供更广阔的空间和良好的条件。

第五段：总结

中医是一门深奥的科学，它与西医相辅相成，共同服务于人类的健康事业。发掘和挖掘中医的深刻内涵，推动中医事业的发展，将是我们努力的方向。只有通过不断地砥砺前行，我们才能够更好地传承中医文化的精髓，为人类健康事业作出更大的贡献。

**中医心得感悟篇七**

我自取得小学一级教师资格以来，以“立足第一线，立志成为科研型学者”为工作宗旨，忠诚党的教育事业，坚持理论联系实际，更新教育管理观念，做到依法治校，依法治教，敬业勤政，廉洁奉公，民主管理，关心教师，热爱学生，用知识与智慧尽心尽力尽职履行本职工作，以真挚的事业心、务实求真的工作态度，奉献自己的光和热，在教育系统中树立了榜样。

十多年来，我以“立志成为科研型学者”为工作动力，转变教学观念，积极通过各种继续教育、业务提高等活动，加强业务水平的提高。在学习中，我勤奋钻研、勇于进取，积极寻求教育活动的客观规律，始终把新课程改革工作放在首位，用爱心、信心、诚心、真心去面对每一位师生，从师生教与学中由于不断学习，不断探索，掌握新课程背景下教学模式和经验，主持完成了学校b类课题《探索宽带网下小学课堂教学模式的研究》的开题、论证和结题工作，通过调查研究撰写的论文《真心面对，创建和谐》《‘俯下身子’给学生一个希望》《创新班级管理策略的探究与实践》获得了广西教育研究会和南宁市教育学会的奖励，通过学习研究，自己的专业知识水平得到不断提高，为新课程改革下教育教学工作的推进奠定了坚实的基础。

教学工作中，我坚持立足教学工作第一线，自1991年参加工作以来，请缨担当班主任工作，我以自己过硬的业务知识、强烈的事业心和高度的责任感赢得同事的敬仰和领导的赞许。十多年的班主任工作中，我了解学生，因人施教，调动他们的积极性，善于培养管理班级的得力助手;我尊重学生，以诚相待，树立教师在学生当中的崇高的威信;我真诚守信，表里如一，以慈母严父般的关爱去点燃他们心灵的火花，以“许人一诺，千金不移”工作作风滋润着学生的心田;我“亲其师，信其道”身体力行，言传身教，为学生铺就通往是成功的道路。几年来，每一届的毕业生毕业率都达到百分之一百，犯罪率为零。在教学第一线工作中，我以严肃、科学、认真的态度和灵活高超的教育艺术为班主任工作树立起了一面旗帜，体现了新课程下一个科研型的教师形象。学校管理中，我坚持德育为首，教学为先，把科研工作放在首位。，我走上教导主任工作岗位，在这个岗位中，我热爱、信任、关心、爱护每一位师生，让师生之间的关系处于一种民主和谐的状态，建立起新型的师生之间平等、民主的关系。特别是在新课程改革背景下，我努力抓好学校教学研究工作，为新课标下的教学工作铺桥引路。通过集体备课-上课-听课—评课的研讨活动，让更多的教师参与到教学活动中来，增强了教研活动的实效性，提高了教师的课堂教学水平。多年来，通过开展各种教科研活动涌现了一批又一批活跃在教改第一线的年轻骨干教师，教师们总结发表了许多关于教改方面的论文，为学校的教改积累了宝贵的经验，学校的教学工作取得了较好的发展。，我被委任为南康村委小学校长，在校长岗位上，我仍坚持以“科研兴校”为学校发展方向。以办“人民满意的学校，创人才摇篮的基地”为目标，以“立足农村，展望末来，培养具有创新精神的新一代劳动者”为学校的工作思路。工作中，加强领导班子和教师队伍建设，推进领导班子成员及教师队伍的政风和行风建设，提高学校教育教学工作效率。做到每周一次例会制度，使领导班子既分工又合作，步调一致地抓好学校的管理工作。学校领导班子成员在任职期间都能勤政敬业，廉洁奉公，在全体教师中树立了较高的威信，提高了管理效率。在教师队伍建设上我加强教师职业道素质教育和现代意识教育。坚持每日晨会制度，周一升国旗制度，周五例会制度;做到周周有计划，每日一小结，每周一总结，把思想统一到与上级保持高度一致;并且经常对教职工进行爱岗敬业教育，廉洁自律教育，无私奉献、为人师表的教师形象教育，有效提高了领导的凝聚力和教师的向心力，通过教师队伍行风建设，取得了较好的成绩，涌现了一批批在教育教学工作第一线默默耕耘的先进教师，体现了学校“立足农村，展望末来，培养具有创新精神的新一代劳动者”的办学策略和一切为了学生的教育管理观。

十多年来，我以“立足教学第一线，立志成为科研型学者”为工作宗旨，在工作中，严于律己，以身作则，团结民主，务实求真，勇于开拓，勇于进取，刻苦学习，博采众长，认真进行教学实践与科学研究，取得了较好的成绩，月获全国小学数学教改研究会自治区级广西小学数学竞赛指导一等奖;年9月被南宁市人民政府授予南宁市优秀教师称号;9月获横县人民政府授予横县—优秀教师称号和横县20“非典”防治先进个人称号;12月评为横县月“校园安全教育活动”知识竞赛指导优秀奖;209月获得云表镇—优秀教师等光荣称号。在十多年的专业技术工作中，多次代表学校开展学校展示课、示范课、优质课等活动，担任过班主任、教研组长、办公室主任、教导主任和校长职务。在不同的岗位中，我总是以身作则，兢兢业业，博学善教，以强烈的事业心和高度的责任感，用自己过硬的专业知识和科学的管理观，理论与实践相结合去践行自己的工作职责，赢得了上级教育部门的信任和认可，在社会、教育系统中得到了家长的赞誉和同行的敬仰，体现了新课程改革下一位新型教师与管理者的风范，我以真诚、实干的的工作作风在教育系统中树立起了一面旗帜。在以后的工作中，在上级有关部门的领导、关心下，我将不断开拓进取，为取更大的进步而努力。

关于教师专业技术工作心得

从我第一次走上讲台初为人师到现在，已经一个学年过去了。回首这一个学年的教学工作，我成长了不少，受益匪浅。作为一名刚踏上工作岗位的青年新教师，一开始我心中不禁有些忐忑。幸运的是，学校各位领导和许多老师对我的工作给予很多的关心和帮助，而我本人也倍加努力，本学年我的各项工作都有条不紊的开展，顺利完成了学校的各项教学任务和教学目标。同时，经过一个学年的实践，我获取了很多宝贵的工作经验。以下是我在本学年的工作情况总结。

一、教学工作方面

1、必须以新理念指导教育教学。充分备课，吃透课标和教材，力求每节课，突出重点，突破难点，排除疑点，根据新教师的校本培训计划，做到“一课一备”。认真参与集体备课，精益求精，多参加听课评课活动，虚心向老前辈老教师学习，取长补短，不断提高教学水平。

2、认真学习新课标理论，做到学会每一种教学模式，不断模仿创新提高，从而形成自己的讲课风格，认为七年级刚接触到地理课，对地理的知识了解不是很多，因此采取自主学习模式，部分内容可以用探究式和创新教学模式，做到灵活变动，通过课本知识内容，在基础上扩展开来。每周写总结并做好下周的计划。

3、抓好常规地理课堂教学。认真备好每一节课，努力讲好每一节课;根据内容的安排，上课讲的时间不超过半个小时，保障每节有十分钟课堂练习。作业安排方面，在非周末时候学生作业时间安排在20分钟以上，作业以基础知识点为主，适当安排一些创新题目或者趣味地理题目，扩展学生思维。最后，及时批改学生作业，找出存在问题，进行评讲，巩固学生基础知识。

4、对于学生课外阅读方面，推荐学生阅读有名的地理书籍，主要是《中国国家地理》系列、房龙写的《人类的家园》、《地理未解之谜》这三本书，都是关于地理的，讲述的都是世界地理、中国地理的概况和国家风俗习惯等，地理未解之谜则是让学生视野开阔，培养对地理科学现象的探索、思考，增加兴趣。

5、拟好复习计划，制定复习提纲，认真组织复习，做好配套练习。坚持按照每周的限时测试以及每月月考要求，提高学生做题能力。周测是每隔两周一次，每月月考，题目安排是所学的内容，难度比例为3：5：2，做到所有知识点都考到，并有适当的创造性思维题目。在平时还可以通过引发一些题目资料发给学生课余时间来练习。每次单元考试后，全面做好每个学生，每个班级的质量分析。注意发现教学和学生学习中存在的问题并及时解决。

6、要对地理科的尖子生进行辅导，加强他们的基础的同时，对一些难题或者知识点，做充分的辅导，另外加强他们的课外阅读量，经常组织他们进行谈话，及时了解他们的学习进度和状况;对于学困生，这部分对七年级来说，估计要到其中考试后进行，观察学困生的状况，进行个别的辅导，引发一些他们觉得有困难的知识点，或者是题目，进行专项训练，各个击破。以争取赶上其他学生的进度。要做到不能忽略任何一个学生，要平等对待，学习不好的，只是暂时的，稍加引导，可以在下次考试弥补回来。争取所有学困生成绩都在及格以上，甚至上到中等以上水平。

7、根据学生的兴趣，组织建立好地理学科兴趣小组。通过兴趣小组，加强辅导他们更广阔的地理知识，以及通过一些竞赛题目，培养参加青少年科技创新大赛的人才，以及地理小博士竞赛，还有我校的地理活动周。这些，都将通过地理活动兴趣小组来牵头。

二、思想政治上

作为一名新教师，我对自己严格要求，积极学习了解国家的教育改革方针，自觉学习政治理论，尤其注重对“三个代表”重要思想的学习，努力提高自己的政治理论修养，努力实践“三个代表”的重要思想，思想上行动上同党中央保持一致。具有较强的大局意识和组织观念，工作上以教学事业为重，把学生的学习发展放在首位。在工作中做到公平公正、公道正派，具有较强的敬业精神和奉献精神，工作中吃苦耐劳，积极主动，作风踏实，不推诿扯皮，讲求效率。同时注重教师职业道德的修养，遵守学校的各项管理事项，严格要求自己。

继续教育学习方面

作为刚进入教师行业的我，为了更好地适应当前的教学工作，在努力做好本职工作的同时。我十分注重继续再教育学习，积极参加学校组织的新教师继续教育的技术培训，并顺利完成各项学习任务，取得专业合格证书。同时，利用课余时间，积极学习有关地理专业方面的知识，加强提高自己的知识范畴和自己的专业技术水平。此外，多次参加学校组织的外出听课学习，听取经验丰富的教师讲课精华，不断改进自己，提高自己。

四、专业科技成果方面

自参加工作一年以来，本人积极组织学生参加有关中学地理知识竞赛，在第六届全国地理小博士知识竞赛中，辅导的学生取得优异的成绩，自己也被评为“优秀科技辅导老师”称号。同时，积极撰写有关本专业的教学论文《浅谈初中地理教学中的趣味导入》，以更好的指导自己今后的教学任务，提高教学水平。

以上是我一年以来主要工作的情况，通过从书本上学习、从实践中学习、从他人那里学习，再加之自己的分析和思考，确实有了较大的收获和进步。由于教学时间短，经验不足，所以成绩和不足是同时存在的，经验和教训也是相伴而行。我将继续努力，克服不足，总结经验，吸取教训，把自己的工作做的更好。

教师专业技术工作心得

参加工作以来，一直从事初中思想品德课教学和班主任工作，1992年任出岸中学德育主任参与学校管理，12月取得了中学一级专业技术职称，被聘用至今。下面就从专业技术角度对任职以来的工作做一次全面总结：

一、学习专业知识，提高岗位技能。

教师这个职业是爱的职业，是终身学习的职业。工作伊始就认识到了自己专业知识方面的差距，为了尽快转变角色适应工作的要求，为了使自己更好地担负起教书育人的重任，加强业务进修，提高专业技能;为了使自己的工作更富有成效，研究青少年思想道德教育的途径和方法，利用书信和日记接近学生，争做学生的知心人;为了搞好学校德育工作，把思想品德教育寓于各项活动之中，提出并实践了利用“三个结合”搞好学生政治思想工作;为了搞好教学工作，在94年就确定了以“少、精、活”为原则的教改方向，近年来不断探索形成了理论写出了《浅谈初中思想品德课教学的精新实》在《考试周刊》上发表;为了促进学校各项活动的开展，在积极为各级报刊、台站撰写稿件的同时，组建了广播组、文学社、音乐队推动了学校教育教学工作的开展。

二、加强师德修养，履行教育职责

教师要承担起教育的责任，完成教育的使命，在必须加强业务学习的同时，要加强政治学习。我深入学习邓小平理论、“三个代表”重要思想，积极践行科学发展观，坚持用发展着的马克思主义武装自己的头脑，把党的教育方针贯穿于学校教育教学工作的始终，努力做学校健康发展的推动者。学生教育和管理是一项工程，我始终站在教育教学改革的前沿，通过教育理论的学习，提高学校决策科学化水平，先后参加了两次校长论坛，分别以“明明白白当校长、踏踏实实干教育”、“用爱托企事业的蓝天”为题发表演讲，受到了领导和与会者的好评。明《明白白当校长、踏踏实实干教育》是一种感悟，一种思考，结合自己的工作实践进行了解读;《用爱托起事业的蓝天》则是一种探讨、一种实践，反映了我的追求和努力，现已被百度文库。

三、加强自身修养，提高业务能力

遵纪守法、爱岗敬业，是对教师的基本要求。加强自身修养，提高业务能力是教师完成教育教学任务的前提条件，任职以来，我一直从事初中思想品德课教学工作和学校的德育工作，确立了“精、新、实”的课改方向，重视把教育寓于活动之中。积极参加高效课堂构建活动，学习《纲要》研读《新课标》，以此推动学校教育教学活动的深入开展，在教研教改工作中起到了模范带头作用，在工作任务较为繁重的条件下出色的完成了各项教育教学任务，多次在各级组织的教育教研活动中获奖。因良好的政治素质和职业道德先后被评为任丘市“师德标兵”和关心下一代先进工作者。

四、潜心教育教学，彰显业绩成果

任职以来凭着自己对教育事业的爱，潜心研究教学，组织参加了多种教育教学研究活动，探讨新时期未成年人思想品德教育的途径和方法用真诚与创新开拓了学校德育工作的新局面，学校先后获得，任丘市德育工作先进单位、沧州市“精神文明学校”、河北省“校园文化建设先进单位”等荣誉。潜心课改，提出了“开展自己的教学研究，解决自己的教学问题，改善自己的教学实践，构建科学的高校课堂”的教研目标，推动了学校教研工作的开展，追求卓越，积极参加各种培训，提高自身素质，在组织实施的“弘扬西柏坡精神加强未成年人思想道德”项目中荣获沧州市德育工作创新案例二等奖。

五、精心教学研究，学术成果显著

我紧跟时代潮流，建立了自己的教育博客，精心教育教学研究。《从青少年思想状况看加强德育工作的紧迫性》在沧州市思想政治教育工作优秀论文评选中获三等奖;《贯彻纲要校长应做好十个字》、《立足基础教育工作，做纲要的践行者》分别在河北省第六届教育教学征文中获一等奖;《坚持“三贴近”原则上好思想品德课》、《浅谈初中思想品德课教学的精新实》先后在学术期刊《考试周刊》上发表;《贯彻《纲要》校长应做好十个字：忠、悟、德、容、情、思、博、精、勤、新》、《利用“三个结合”加强和改进未成年人思想道德建设》在国家新闻出版署批准备案国内外公开发行的《中学生导报生命教育》上发表。

任职来，做出了自己应有的努力，我将更加严格要求自己，加强学习，提高素质，不断创新，追求卓越，为农村基层教育的发展做出应有的贡献。

**中医心得感悟篇八**

我从20\_年\_月\_日至20\_年\_月\_日在\_x医院实习。回想这一年的实习，从当初对刚进临床对未知的恐惧和能及早成为一名合格的临床医生的期待，到融入医院环境和职场文化，并能单独去接触病人，询问病史，为病人做一些自己力所能及的事，努力同院内工作人员建立良好的关系，这些都是我们医学生必不可少的一次历练。一年的实习生活，让我成长了很多，学到了很多，懂得了如何做好一名医生，学会了怎样把理论和临床实际相结合，怎样去搭建与患者沟通的桥梁。

实习期间，我在医院众多主任及全体带教老师的悉心培养和指导下积极参加医院开展和组织的病历讨论、学术讲座及实习生教学查房等各种教学活动，学习如何操作各种穿刺、清创缝合术及换药拆线等临床技能操作，跟随的带教老师们学习如何完成阑尾切除、石膏外固定等简单手术，每一项操作程序都能严格按照无菌操作进行，熟悉并掌握各种常见疾病整体诊疗流程。记得有一次做手术时由于紧张，和老师换位时没按照背对背的要求换位，结果主任叫我把手套和手术衣全换掉再上台，就那一次，我把无菌观念深深刻在脑子里，时时刻刻提醒着自己。同时也告诫自己要善于接受批评，在错误中成长，这是我们作为一名实习生必备的素质，同样重要的一点就是培养临床思维，我们不应该只是坐在教室里枯燥地看着课本，被动的听取知识的学生，而是要学会认真详尽的翻阅资料课本，积极主动的提问，尽努力把理论知识与临床实际相结合的临床医生。

临床上我们偶尔会遇到某些家属的无理取闹和蛮横跋扈，那时我们会质疑我们的付出是否值得。但是，换个角度来说，当看到病人痊愈出院，尤其是病人带着笑容跟你说声“谢谢”时，我们却可以获得那无法用言语形容的成就感，那是对我们的尊重。作为一名医生，有些东西需要我们去承受，病人态度不好，我们更多是应该去反思我们有哪些没做好，怎样去做到更好。西方医学之父希波克拉底曾经讲过一句名言，他说医生有三大谎言：第一是语言，第二是药物，第三是手术刀。语言就是态度，医生的态度决定一切。在当今的医疗卫生界，很多的医患关系皆起因于医生的态度不好，解释工作做得不够多。病人来求医问药，我们觉得是小病，三言两语就打发了，就会让病人觉得医生态度不好，一旦出些差错，病人铁定投诉。我们应从患者的角度出发，病无大小，都应认真对待，态度诚恳，为病人提出的治疗方案。人心都是肉长的，你对病人付出的点点滴滴，病人是看得到的，自然就会对你抱着宽容之心。总而言之，医生不光要医病，还要医心。不是有技术或有能力就能做好工作，更要有良好的服务态度。也许你心情不好，或很疲劳，但作为医生，你面对病人就要有慈爱之心，要有耐心，不可将自己放在高高的位臵上俯视芸芸众生，更不能用高傲的态度对待病人，这是医生应具备的基本素质的职业道德。

有人说一名优秀的医生就应以病人的痛苦为痛苦，真诚地对待每一位病人，尽我们的努力，提高他们生活的品质，延长他们的生命。而我们需要做到的是，一是精心医治，认真地以知识和经验服务于病人，尽可能地作出准确诊断、施之有效地治疗，让病人感到不虚此行;二是诚心对待，态度要好，即使很忙、很累，即使病人很啰嗦以致出现误解也要尽力克制，让病人有亲切感、放心感;三是耐心倾听，保持对病人不厌其烦的态度。出于对病情的关心、疑心，病人及其亲属会问这问那，医生要坐得住、听得进，逐一作出回应;四是恻隐之心，关心帮助病人，有些大病经常使得农民们经济拮据，药费都得东挪西借。所以，为其看病时应尽量进行合理检查、合理用药，心慈点，手软点，能省就帮着省点，让患者带来的不多的钱能帮其解决大问题。

如果说实习有哪些遗憾，那就是在中医方面没得到较好的锻炼，很多人并不认可中西结合这个专业，刚开始我也是那样觉得，因为当今社会更偏向于西医，但我看到了中医在某些领域的优越性，例如在肿瘤治疗方面，西医的主要手段有手术、放疗和化疗，虽然取得了很好的近期疗效，可是给患者带来的痛苦也很大，而且惊人的费用也不是普通老百姓承担得起的;中医治疗肿瘤的效果我还不是很确定，但在缓解患者经西医治疗后的不良反应以及恢复正气方面却卓有成效。在防治心血管疾病方面也有进展，如活血化瘀治疗冠心病、益气活血治疗心肌梗塞或心功能不全、益气通脉温阳治疗心律失常等方面皆有显著疗效。尽管其针对某个病理环节的作用强度不如化学合成药物，但在防治心血管系统方面，还是有一定优势。如果把两者结合起来，互补不足，一定能取得更好的疗效。我对医学没有偏爱，中医是一门技能，更是一种文化，博大精深，像一杯茶，需要我们慢慢去品味;西医是一门科学，精准客观，像机器，让我们把一切看得更清楚。五年学医，只是让我们对中医、西医都有一些基础的了解，我们还要学得更精，用我们的经验和努力，去寻找中西医的结合点，展现出更高的医疗水准。未来我有一个方向，就是希望在某一专科，能真正地把中医应用在临床上，辅助西医以达到更好的治疗效果，让病人更好更快地恢复。

实习不仅培养了我们更为扎实牢固的操作技能及丰富深厚的理论知识，还建立了我们更为开阔流畅的交际能力，从而为我们今后工作和学习打下良好的基础。同时让我们意识到医学的进程是永无止境的，在以后的医生生涯中，我们要不停地学习，提高自己的临床水平，刻苦专研医疗技术;在临床实践中，应全面思考病情的发展，考虑每一种疾病存在的可能性，做出最精准的诊断;在人际交往中，应做到态度可亲，待人诚恳，言语谦逊，耐心细致，认真负责，感化患者，赢得信任和尊重;在工作上，做到有时去治愈，常常去帮助，总是去安慰;在态度上，要热情主动，耐心细致，面带微笑给患者以战胜病魔的勇气和信心。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn