

最新护士出科心得体会 康复科护士顶岗 实习心得体会(优秀5篇)

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

护士出科心得体会篇一

于__年4月22日，我踏上了由江西新余开往广东广州东得列车，人非常多，就那样颠簸了一夜，第二日终于到达了目的地，我们转乘555来到了距离珠江医院最近的一个站台，我们一起齐心协力的着珠江医院，一起扛着那些重重的行李，一会，一座城堡似的高楼呈现在我面前，上面屹然立着几个大字“南方医科大学珠江医院”心里真是苦尽甘来，由衷的高兴。接下来我们面临着一个巨大的问题，学校与医院在住房问题上没有达成协议，今晚该住哪里？我们暂时把东西放到了医院的宿舍师兄师姐们那，接着去教学处办完手续，之后去看了看康复治疗室并认识了康复科的老师，然后我们大家商量好分批找房子。我和琴琴一起，因为不熟，所以我们不敢走远，走了好多地方，也看了几处房子，但就是没有合适的。最后我和琴琴问一保安叔叔，他告诉我们去找租房中介，我们按保安叔叔指的路线，找到了中介公司。

中介把我们带到珠江医院后面的一个小区，叫基建新村。那里外表看上去很破，但里面还好还算宽敞，我们挤挤还是能住的下，当天我们商量还没有确定要不要租下这套房子，因为我们还是很期待着学校能联系好医院，让我们住医院宿舍。那晚我们打算住宾馆，可因为有的同学没有带身份证，也因为太贵，所以集体留宿网吧。

记得那晚我给吴主任打了一个电话，让她尽量帮我们要到医

院宿舍，然后我们在网吧憔悴的度过了一个通宵，那简直是要命埃第二天我们还是在继续找房子，到中午我们已经精疲力尽无精打采了，考虑到方便，我们已经决定租下基建新村的那套房子。而且我们在生活上面决定自己开火，吃饭问题自己解决。就这样我们开始大张旗鼓的搞卫生，买生活用品，很快我们的一个大家庭形成了，很热闹呵呵！

生活上我们很是团结，但也分工合作，我们八个女生轮流买菜、煮饭、洗碗、搞卫生。。。我们一起围着一张桌子吃饭，很像一大家子人，我们经常邀请老师及患者一起来吃饭，其乐融融呵呵，现在回想起还真怀念那段实习的日子！我们会经常一起逛街买日常用品，一起买衣服鞋子之类的，或者没事就出去磨鞋，就是什么都不买哈哈。也经常看书，加强理论知识，以免老师问起能答上一些问题就不会很丢脸了。偶尔搞点小兴趣，绣十字绣、钩鞋、织围巾、下象棋之类。。。但生活也并不是一帆风顺完美无缺的，有时我们会产生点小矛盾小意见什么的，但之后还是会换位思考，为对方着想，把事情看开，什么都不计较，所以我们很快就又一起了，一起坚持到了最后。在生活上我得到了很大的锻炼。。。

首先的实习科室是在言语室，刚开始还有点后怕，因为言语课上的不是很认真，心虚了担心老师提问答不上来。但还好，小静老师问的问题都不难，她是一个很随和的人，在教学上也很严肃并责任心很强，跟着她认真学习加上努力地复习课本，已经可以独立做失语症、构音障碍、吞咽障碍、神经功能障碍等一些患者，并进步越来越大。而且小静老师还夸奖我很适合做言语，我很是高兴，能取到良好的成绩最主要还是带教老师指导有方加上个人努力及兴趣。

第二个实习科室是在病房，由于科室安排，我在言语室多呆了一周，在该室就少呆了一周，在这里学会了床边的一些临床知识，了解如何预防并发症、懂得肢体被动活动、肢体正负压、中频治疗脑中风的病人。在这里各方面的能力也得到了锻炼。第三个实习科室是运动室，这里面很热闹带教老师

最多了，我的带教老师是汪老师，跟着他学到了很多临床实践知识，不一样患者病情他让我评估并做出治疗方案，就这样我对肌力的分级□bobath运动疗法□brounstrom的分级及运动疗法□rood刺激法□pnf技术□adl的评估□mrp治疗方案等又取得了一大进步。第四实习科室是针灸室，这里有两个带教老师，有他们的耐心指导加上自己的勤学好问，可以独立给偏瘫病人截瘫病人及适应症病人扎针灸，并了解此方法对面神经麻痹的病人非常有效，前提要是初期。

对一些调理内脏问题也可以通过做针灸，艾灸等方法来解决，对外感风寒，体内湿气重的病人可以进行拔火罐走火罐进行治疗。。。第五实习科室是作业室，跟着徐老师一起学习，他除了教我们手法另外还结合理论知识，这里主要是进行手法治疗，常见的有中风偏瘫后遗症患者(肩关节半脱位多见)，高位截瘫患者，及周围神经障碍患者。。。

主要治疗方法有关节松动，增加关节活动度，降低肌张力，增加肌力，手指的精细运动，手眼协调等。第六实习科室是理疗室，在这也有两位老师带我们，在这里各种理疗器材，并懂得了各个机器的适应症及禁忌症。如：高、中、低频，红、紫外线，超声药物导入，超声波等等。最后一个实习科室是推拿室，在这体会到推拿不仅仅是可以保健，更重要的是它还可以治疗疾病在这跟老师学习了很多的按摩手法，颈椎牵引，腰椎牵引的操作方法，按摩对一些颈肩腰腿痛的患者很有效果。

科里也经常聚会，搞业余活动，比如每星期打一次羽毛球，经常打乒乓球，出去野炊之类的来锻炼身体还可以联络感情。。。我们很幸运，正好赶上过年之前实习结束，记得我们康复科搞了一次大聚会，那就是一起吃年夜饭，摆酒设宴，配合节目，有奖活动等，吃完饭我们还一起去看了一部电影，由刘德华，谢霆锋，范冰冰主演的《新少林寺》。趁这次机会我们学校的学生一起给科主任送上一面彩亮锦旗以及感谢信以致感谢他为我们提供了一个优越平台并让我们在那里快

乐学习，那晚我们玩的都很开心很高兴。

通过这九个月的实习，我对自己的看待又不一样了，因为学会了很多人，学习知识，做人，做事。。。可以说进步了很多！在这里再一次感谢珠江医院康复科的全体老师们，谢谢你们的严谨教导，我将永记于心！

现在开始工作了，感受也很多。总之，道路是曲折的，前途不一定是光明的，所以需要我们坚持，至少坚持了还能有一丝希望，若不坚持就一定没有希望。我们要有的是一颗平凡的心，一颗宽阔的心，一颗不抱怨的心，所谓的公平是相对的公平，并没有绝对的公平与不公平，我们要看开，想开，不计较，这样才不会活的累！我们还年轻，应该充满活力，充满干劲，发挥自我的潜力。

护士出科心得体会篇二

首先感谢医院领导的安排，让我有机会参加了__省护理学会组织的第五届康复护理专科护士的培训班。通过这次学习，使本人无论从理念上还是业务上都有了很大的提高，增长了不少见识。可以说感受颇深、收益匪浅。在此，也谢谢各位为我们授课的老师们，你们辛苦了！

在理论学习阶段，我们用近乎封闭式培训的方式接受了省医学院教授、临床专家将近一个月的授课，学习内容主要包括康复科常见病的护理常规，护理要点，康复评定的内容，康复评定的方法，物理治疗，作业治疗，间歇导尿，良肢位摆放等等。

这次学习对我来说是理论与技能的提升，给我以往的工作起到了解疑答惑的作用，激发了我主动学习的兴趣。以往许多知识技能都是通过“传帮带”得到的，没有系统的学习相关的理论，以至于只会干而不知道为什么。最大的收获，是通

过学习使我认识到疾病早期康复的重要性，更新很多新的观念，掌握了新的技术如：间歇导尿，膀胱功能训练，直肠功能训练，良肢位摆放。通过学习把这些知识运用到以后工作中，让每一位病人都得到及时康复，恢复达到最佳状态，早日回归社会。

临床实习期间我们与各位带教老师相处的十分融洽，学生爱学，老师爱教。特别是__老师。她毫无保留的把所有的知识都讲给我们听。不管是专业上还是生活上的她都非常精通，从她身上学到了如何成为一名优秀的专科护士，如何管理病人，如何与病人建立关系，如何做好带教工作，如何成为一名优秀的管理者。

这次的学习也让我认识了很多优秀的护理工作者，她们有着扎实的理论知识，娴熟的操作技能，踏实的工作作风，谦逊的学习精神，特别是平和而乐观向上的生活态度！我从她们身上学到了如何去当老师的学生和如何去当学生的老师！衡量护理质量的好坏，不是评价一个护士的工作质量好坏，而是评价一个团队的工作质量的好坏。

作为受过专科培训的一名康复护士，，我深知自己的责任和使命，在加强自身学习的同时，通过言传身教，加强培训，为打造一支思想觉悟高、业务技术强的护理团队为康复事业发展贡献自己的一份力量。

护士出科心得体会篇三

第一段：引言（约200字）

医院是一个充满着生与死、希望与挣扎的地方。护士作为医院中最亲近患者的角色，承担着既重要又艰巨的责任。作为一名护士，经历了一次次出科实习，我踏入了这个医护的职业大门，并收获了许多宝贵的经验和体会。

第二段：临床理论与实践的结合（约300字）

无论是学习临床知识还是实践技巧，都离不开理论与实践的结合。在实际工作中，我发现自己曾经学过的临床理论只是一种基础，而要真正适应临床工作环境，还需要长时间的实践。在出科实习的过程中，我亲身参与各种各样的护理操作，像给患者测量血压、输液、更换敷料等等，这些经验使我对理论知识的应用更加熟练，同时也提高了自己的工作效率。

第三段：与患者的沟通与关怀（约300字）

作为一名护士，与患者的沟通与关怀是必不可少的。在我与患者的接触中，我深刻感受到一个温暖的笑容和真挚的问候是患者病情恢复的最好良药。而在实习中，我也遇到了一些困难的患者，他们可能因为病情的严重而情绪不稳定，或者缺乏对疾病的了解而心生畏惧。在面对这些患者时，我学会了用真心和耐心去倾听他们的抱怨和困扰，并尽力为他们提供安慰和支持。通过与患者的沟通与关怀，我帮助他们走出了心理的困境，让他们感到温暖和希望。

第四段：团队合作与协调（约200字）

医院是一个庞大的组织体系，护士工作需要与医生、技师、护士长、病房员等协作完成各项任务。在出科实习过程中，我深刻体会到团队合作的重要性。只有当每个角色都发挥自己的作用，并进行有效的协调与配合，才能保证医院的正常运转。通过与团队的合作，我学会了互相帮助，充分发挥团队的力量，为患者提供更好的医疗服务。

第五段：总结与展望（约200字）

通过这次出科实习，我不仅获取了实践经验，也意识到了作为一名护士需要不断学习和成长。医学知识和技巧是重要的基础，而与患者的沟通和团队合作则是提高工作质量和患者

满意度的关键。未来，我将继续不断提升自己的专业知识和技能，为每一位患者提供更优质的护理服务，并在与团队合作中不断学习与成长。

通过这篇文章的连贯叙述，我以自身经历为例，阐述了作为一名出科实习护士的体会与心得。在实践中，理论与实践结合、与患者的沟通与关怀以及团队合作与协调等方面，都是我在出科实习中所体会到的重要要素。这种连贯的叙述不仅有助于读者更好地理解护士的工作职责和责任，也反映了我作为一名护士的成长与进步。

护士出科心得体会篇四

第一段：引言（200字）

护士作为医疗团队的重要一员，承担着为患者提供全方位的护理服务的责任。在护理工作中，护士们面临着各种各样的挑战，其中之一是出科护理。出科是患者从住院转移到其他科室或出院的过程，这一过程对护士的专业知识和技能提出了更高的要求。在我作为一名护士的工作中，经历了很多次出科护理的经历，我深刻体会到了其中的重要性和挑战。本文将围绕出科护理的意义、挑战和应对方法展开讨论。

第二段：出科护理的意义和重要性（200字）

出科护理旨在确保患者在出科过程中得到全面、连续和安全的护理服务。在患者从住院转移到其他科室或出院的过程中，护士是患者的主要照顾者，他们负责监测患者的生命体征、疼痛管理、药物管理和协调患者的其他医疗需求。同时，护士还需要与医生、家属和其他卫生工作者合作，确保患者顺利地完成出科过程。出科护理的成功将为患者提供平稳、无痛苦的过渡，并避免出现并发症和不良事件。

第三段：出科护理的挑战（200字）

出科护理面临着许多挑战。首先，由于患者的病情复杂多变，护士必须具备丰富的专业知识和技能，以应对各种突发情况。其次，出科护理还需要护士具备良好的沟通和协调能力，以便与其他卫生工作者和家属保持良好的合作关系。此外，出科护理的任务繁重，护士需要合理分配和管理工作时间，以避免疲劳和工作失误。最后，由于时间紧迫，护士往往面临着压力和紧张情绪，这需要他们具备良好的应对能力和压力管理能力。

第四段：应对出科护理挑战的方法（300字）

为了应对出科护理的挑战，护士可以采取以下几种方法。首先，持续学习和提高自己的专业知识和技能，不断更新护理理论和实践。其次，加强与其他卫生工作者和家属的沟通和协调，建立互信和尊重的关系。同时，护士还可以通过合理的时间管理和任务分配，减轻工作压力，保持良好的身心健康。最后，护士可以通过参加培训和工作坊，学习应对压力和情绪的技巧，如放松训练和心理疏导等，以提高自己的应对能力。

第五段：结语（200字）

出科护理是护士工作中的重要组成部分，对于患者的顺利出科具有举足轻重的作用。在面对出科护理的挑战时，护士需要不断提升自己的专业知识和技能，加强与其他卫生工作者和家属的沟通和协调，合理管理工作时间和压力，同时注意保持良好的身心健康。通过不断努力和學習，护士可以成为一名出色的出科护理专家，为患者提供更好的护理服务。

护士出科心得体会篇五

在人类生命的不同阶段中，健康问题始终是众人关注的焦点。尤其是年长者，如何保持身体的健康状况和延缓身体的衰老已经成为了一道难题。而对于那些曾经处理过身体健康问题

的患者们，急诊、住院、术后康复等都将成为他们生命中的重要一步。作为一名医护工作者，在这样的工作环境下研究康复的心得体会，必然是一件很有价值的事情。在此我将分享我在工作中的体悟，希望从中得到更多的收获。

第一段：保持积极态度很重要

在一项康复工作中，患者的精神状态和情绪往往会直接影响到他们的康复进度和效果。因此，保持积极的心态尤为重要。即使是经过疾病和康复进程的考验，患者仍然需要积极面对康复阶段，认真参与治疗和康复训练，才能够尽快恢复健康。因此，鼓励患者保持积极乐观的心态是在康复过程中非常重要的一环。

第二段：定期进行康复训练

提高身体的免疫力和协调能力是基本康复训练的目的。常规康复训练包括说话和平衡双脚之类的简单练习，并且需要定期练习和检查。定期的康复训练可以有效地提高患者的身体素质，促进身体的自我修复和功能的恢复，缓解疾病后留下的后遗症。只有坚持培养和保持好身体的自我恢复能力，我们才能采取有效的预防和治疗方法，减少疾病和康复过程中对身体的损害。

第三段：正确的饮食习惯对身体康复有益

正确的饮食习惯不仅有助于我们维持健康，而且对身体康复过程中的恢复也有重要的价值。患者需要营养丰富的食物，尤其是一些富含蛋白质、维生素、碳水化合物和微量元素的食物，以促进身体的新陈代谢，缓解疾病后的虚弱状态，加快身体的康复进程。当然，饮食结构的问题也可以泛指人们生活中的饮食问题。保持良好的饮食结构和习惯，可以帮助患者在康复阶段中形成良好的生活习惯，并更有助于他们身体健康的维护。

第四段：积极参与社交活动

对于维持身体的健康状况，社交活动也有不小的帮助。研究发现，通过积极参与社交活动，可以促进人们的社交交往和情感沟通，帮助患者摆脱孤独、冷漠和焦虑的负面情绪，从而提高内分泌系统的生理功能，增强身体免疫力。此外，参与社交活动可以改善人们的心理状态，增强人们的幸福感和生命质量。

第五段：良好的睡眠习惯很重要

对于康复期患者来说，良好的睡眠习惯不仅有助于身体康复，还可以提高身体的免疫力和保护身体机能。遵循合理安排上下班或早晚锻炼的规律，保持好良好的睡觉时间和习惯，这些都有利于促进身体的康复和快速恢复到正常的状态。此外，改善晚上的睡眠环境也很重要，包括减少噪声、降低室内温度和增强睡眠的舒适性，以改善患者的睡眠状况，加速身体的恢复过程。

总之，在康复期间，除了吃药、康复训练等其他医学措施之外，患者自身所采取的多种方法和态度也能够影响他们的康复进程。宣传医学我们重要的使命之一就是帮助患者增强对康复期的认识，鼓励患者在医学措施的基础上，多采取一些积极和健康的生活方式，并在康复期间建立良好的生活习惯，以促进身体的全面恢复和延缓身体的衰老。