

# 护理实训之后的心得体会(模板5篇)

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 护理实训之后的心得体会篇一

我们在北大人民医院进修学习已经一个月了。北大人民医院是一所集医疗、教学、科研、管理于一体，与国际接轨的现代化大型医院，医院重人文教育，有着悠久的历史 and 深厚的文化底蕴。能在这里进修学习，我们感到非常的荣幸。进科后，我们的总体感觉是：她们的护理工作细致、全面、周到，这与1：0.8的床护比有着密切的关系。充足的人员配置能够满足临床的需要，同时这也是做好工作的前提，病人的满意度相对也很高。

北大人民医院是一个很好的平台，在这里有很多值得我们学习的东西。总结一下，北大人民医院有以下几个特色：

这是她们花了300多万从新加坡买回来的，通过解析阶段（由新加坡专家解析，她们格式化入新模块内比较分析）院内讨论小组内部讨论征求意见实施阶段，最好应用于临床。目前她们优化再造的流程有200多条，每项操作都有具体详细的规范与流程，使你在做每件事时都有理可据，有法可依。这为优质护理工作奠定了坚实的基础，使护理工作迈向精细化、专业化、科学化。

这也是她们花很大代价才实现的。在每个科室你都可以看到几台掌上电脑，每台大概一万多。与之对应的就是每个病人办好住院手续后住院处就给打印带有二维条形码的防水腕带，

到病房经核对后戴到手腕上，直至病人出院。在住院期间对病人做任何治疗、检查之前都要进行腕带扫描，作为对病人身份的识别，相符无误后才可以进行操作。pda的功能很多：可以输入病人的基本信息、医嘱信息，质量控制；用于检验报告的查询；生命体征的录入、查询；进行护理评估；护理记录单的填写等等，对于当天未完成的工作及异常信息还具有提示功能。

pda的使用确实使好多工作更加方便，它的优势在于：

- 1、使电子病历从桌面推向移动应用优化了护理相关信息的存取流程，增加了护士在病人床边的时间，真正体现了以病人为中心的理念。
- 2、减少差错事故的发生通过腕带识别作为各项诊疗操作前辨识病人的一种手段。
- 3、利于护理管理因为护士在做操作之前要扫一下腕带，操作之后还有再次扫腕带。因此通过pda的使用，护士每项操作时间，后台都可以看得清晰明了。同时可以自动统计工作量，使护理工作量化，可追溯。

北大人民医院配有中央运送公司。如果病房缺什么东西，打一下4900他们就会上门服务。把“领”服务改为“送”服务，减少了护士非护理工作时间。同时对病人方面的服务也很到位，病人检查单开出来之后放在护士站，服务中心有专人主动过来拿去预约再按时陪检，方便了护士，也解除了家属的后顾之忧。还有病人的血尿化验，随时打一个电话就会有个人来取送。

病人呼叫时闪红灯，护士进病房后按灯会闪绿灯，这样特别是在晚上护士较少的情况下，可以一目了然的知道护士在哪个房间，避免了在走廊里大声喊叫的情况。

北大人民医院是一个教学医院，她们的带教做的非常系统完善。学生进科室后由总带教分给具体的带教老师，每位带教老师会有计划的给学生做ppt小讲课。每个学生出科之前要有理论、操作考试，完成一份护理病历，同时还要有一个本专科的ppt讲课。在带教方面她们确实做的很到位。

北大人民医院的营养科也是很有特色的。新病人的饮食医嘱下来后，她们会主动到病房给病人订饭。根据不同疾病的需要配送合适的膳食，按时送到病房。让病人感觉很方便，很放心，也很实惠。

医院整体病房环境给人感觉整洁、舒适。这主要有赖于两个方面的原因：

- 1、护工待遇高，积极主动的做好工作。
- 2、医院严格的探陪制度也是做好病房管理的一个重要前提。

短期的进修学习拓宽了我们的视野，丰富了专业知识，同时也存在着护理管理方面学习的不足。护理管理是一门学问、艺术，不是一朝一夕就能掌握的，我们只有在今后的工作中不断去领悟、摸索。我们会将目前学到的知识和理念带回到自己工作岗位中，有选择的吸收、借鉴来做出我们自己的特色，使我们医院的护理工作更上一个新的台阶。

## **护理实训之后的心得体会篇二**

头发是人们外貌的重要组成部分，对于形象的塑造起着至关重要的作用。因此，头发护理成为了现代人非常关注的一个领域。为了提升学生的专业水平，我们学校设立了头发护理的实训课程。在这门课程中，我们学到了许多关于头发护理的知识和技巧，也有许多实践操作，今天我将分享我在实训过程中的心得体会。

## 第二段：头发护理的基本知识和技巧

在实训课程中，我们首先学习了头发护理的基本知识和技巧。我们了解到头发的构造和生长周期，学会了正确的洗发、护发和造型方法。例如，我之前常常使用热气吹风机吹干头发，但在课程中我才意识到这样会损伤头发，因为高温会使头发变干，脆弱易断。现在，我知道要尽量使用低温吹风机，并保持适当的距离。另外，我们还学会了如何进行头皮按摩和护理，这对头发的生长和健康也有很大的帮助。

## 第三段：实训操作的重要性和收获

在实训课程中，我们进行了许多实践操作，例如洗发、护发、染发、烫发等。通过亲自操作，我们更加深入地理解了前面学到的知识和技巧。我记得第一次给人洗头发时手忙脚乱，根本不知道如何正确地按摩头皮和清洗头发。但在不断的练习和师傅的指导下，我渐渐掌握了正确的方法和节奏。通过实践操作，我还学会了如何进行发型设计和剪发，掌握了一些基本的修剪技巧。这些实际操作的经验，提升了我的自信心，并且让我更好地理解和应用头发护理知识。

## 第四段：坚持不懈的努力和积极的心态

在头发护理的实训过程中，我们遇到了许多困难和挑战。有时，实践操作并不如自己预期的那样顺利，某种技巧往往需要反复练习和改善。但是，我坚持不懈地努力，并保持积极的心态。我用每一次失败或挫折都当作是一个学习机会，用每一次成功都当作是一次进步的肯定。正是这种坚持不懈的努力和积极的心态，让我收获了更多的知识和技能。

## 第五段：头发护理的实践与未来发展

通过头发护理的实训课程，我不仅掌握了头发护理的基本知识和技巧，还获得了宝贵的实践经验和自信心。这些都为我

未来的发展打下了坚实的基础，不仅可以为他人提供优质的头发护理服务，也可以在这个领域中不断提升自己。我还将继续学习和探索头发护理的新知识和技术，不断完善自己，为头发护理的事业做出更大的贡献。

总结：

通过头发护理的实训课程，我不仅学到了很多关于头发护理的知识和技巧，还获得了宝贵的实践经验和自信心。不断努力和提升自己的头发护理能力，将为我未来的发展带来更广阔的空间。头发护理不仅是一门技术活，更是一门艺术。我相信，只要我坚持不懈，不断学习和探索，我一定能在头发护理领域中取得更大的成就。

## 护理实训之后的心得体会篇三

第一段：引言（100字）

头发作为人们形象的重要组成部分，对于个人形象的塑造和表达起着非常重要的作用。因此，头发的护理备受关注。在经历了为期两个月的头发护理实训后，我深深地体会到护理头发的重要性。在实训中，我学到了许多关于头发护理的技巧和方法，也积累了一些实际操作的经验。在这篇文章里，我将分享我在实训中的体会与收获。

第二段：优秀的头发护理的重要性（300字）

头发护理是保持头发健康和美丽的关键。头发遭受各种环境因素的破坏，例如阳光、污染物和化学品等，而这些因素可能导致头发变得干燥、毛躁、易断等。因此，采取正确的护理方法对头发的综合健康至关重要。经过实训，我深深认识到合理的洗发、护发和造型能够为头发提供充足的水分和营养，使其更加健康、有光泽和易于管理。

### 第三段：实训过程中的困难与解决方法（300字）

在实训过程中，我遇到了一些困难。首先，我对于不同类型的头发护理产品的选择和使用存在一些迷茫。然而，通过阅读相关的文献资料和向老师请教，我了解到不同的头发类型需要不同的产品质地和功能。其次，我在理解一些复杂的护理步骤时可能会感到困难。有时，我会将步骤颠倒，导致护理效果不佳。为了解决这些问题，我积极寻求帮助，主动与同学和老师探讨，不断学习和改进自己的技能。

### 第四段：实训的收获（300字）

在实训过程中，我从两个方面收获了很多。首先，我学到了许多关于头发护理的专业知识和技能。例如，我学会了如何选择适合不同类型头发的洗发水和护发素，如何正确使用热工具进行造型，如何进行头皮按摩等。这些知识和技能对我今后的职业生涯有着重要意义。另一方面，实训还锻炼了我的团队合作能力和沟通能力。每次实训课程中，我们都需要分组合作，共同完成任务。通过与同学们的合作，我学会了共同努力、相互配合的重要性，并且提高了自己的沟通和领导能力。

### 第五段：总结（200字）

通过头发护理的实训，我深刻理解了护理头发的重要性。头发护理不仅仅是简单的过程，它需要耐心、技巧和科学的方法。通过实际操作，我不仅学到了许多专业知识和技能，还提高了自己的团队合作和沟通能力。我相信这些经验和收获将对我今后的工作和生活有着积极的影响。在未来，我将继续努力学习和提升自己的专业能力，为更多的人提供优质的头发护理服务。

## 护理实训之后的心得体会篇四

### 第一段：介绍头发护理的重要性和实训内容（约200字）

头发是人们外貌的重要组成部分，对于形象的塑造起着至关重要的作用。然而，由于种种原因，如户外活动、化学处理、热 styling 等，头发常常会受到损伤。为了学习如何正确护理头发，我们进行了实训。实训内容包括洗发、护发和造型术等。

### 第二段：介绍洗发的实训体会（约200字）

洗发是头发护理中的基本环节，同时也是最容易忽视的部分。通过实训，我深刻体会到正确的洗发方法对于头发健康的重要性。首先，要合理选择洗发产品。针对不同的头皮和头发类型，选用适合自己的洗发水和护发素。其次，要掌握正确的洗发手法，将洗发水融入水中，避免直接倒在头皮上，并用指腹轻柔地按摩。最后，要彻底冲洗洗发水，避免残留引起头皮发痒。通过实践，我学到了如何正确洗发，有助于保持头发的健康和光泽。

### 第三段：介绍护发的实训体会（约200字）

护发是头发保持健康的关键环节。在实训中，我们学习了一些常见的护发方法。首先，要养成定期使用护发素的习惯。护发素可以为头发提供充足的营养，同时还具有修复和保护的功能。此外，定期使用发膜可以提供更深层次的滋养，修复受损的发丝。在实训过程中，我还了解到使用热毛巾、面膜等热敷可以促进血液循环，进一步加强护发效果。通过这些实践，我学到了如何正确地护理头发，使其保持柔顺、光泽。

### 第四段：介绍造型术的实训体会（约200字）

造型术在头发护理中起到重要的作用，它可以为头发增添个性和时尚感，同时还能使整个形象更为完美。在实训中，我们学习了一些基本的造型技巧。首先，要选择适合自己头发类型和脸型的发型，避免盲目追求时尚而忽略个人特点。另外，要掌握使用卷发棒、直发夹等工具的正确方法，避免损伤头发。最后，要使用适量的发胶或发腊进行造型，避免使用过多导致头发油腻。通过实践，我掌握了一些基本的造型术，让我的头发更加时尚有型。

#### 第五段：总结实训的收获和重要性（约200字）

通过这次头发护理的实训，我不仅了解了正确的头发护理方法，也学到了如何根据不同的需求和场合进行发型设计。这些知识和技巧将对我今后的生活和工作有很大的帮助。同时，实训还增强了我们的团队合作能力和沟通能力，提高了我们的综合素质。头发护理看似简单，但实际操作起来并不容易，需要细心和耐心。通过实训，我明白了头发护理的重要性，以及如何正确地护理头发，使其保持健康和美丽。这不仅仅是个人形象的追求，更是一种对自己的疼爱 and 尊重。

## 护理实训之后的心得体会篇五

在心血管内科的实习即将结束，在这段时间里，我严格遵守医院和科室的规章制度，严格要求自己，不迟到早退，团结同学，尊敬师长，严格要求自己，学习态度端正，工作作风严谨，认真听取老师教诲，总是做到理论联系实际，在带教老师的耐心指导下，我顺利完成了在本科的实习任务和要求，基本掌握了该科一些常见病的护理和基本操作。

心血管内科主要是些循环系统疾病，且死亡率最高，由于心内科疾病复杂且症状常不典型，如果不仔细观察耐心询问并及时反馈给医生，就会贻误病情，必须遵守严格的用药准则。心脏病病人输液时，应遵医嘱严格掌握滴数，监测血压及脉搏。由于心内科某些药物的治疗剂量与中毒剂量相当接近，因此



应密切注意病人用药前后的反应。由于实习时间较短，带教老师先向我介绍正常的心电图，在此基础上再讲解临床常见的异常心电图。结合临床患者的实际心电图加深印象，反复讲解，直到我都能正确识别一些常见的心电图，并教会我有关监测仪器的常识性知识。

在这一个月的实习期间，我一直在住院部实习，是我见到的疾病特别多，对心血管疾病的各种类型都见到了，老师对病人的心里教导一直让我难忘，心力衰竭、冠心病、先心病、肺心病、室上速、等疾病的治疗和用药护理，通过我再与书本的理论知识结合，我对此加以巩固，现在还记忆犹新。能准确及时的检测血糖和血压的变化，并及时反馈给带教老师。

累、忙使我在这个月已经精疲力尽了，我身体上的困反而使我的心里特别的舒服，因为我觉得自己很充实。在科室里很忙，我所做的一切好像都是在长见识与知识。所以我很乐意为每一位老师做他们需要我做的事。

特效中药验方二香萎蛭汤治疗冠心病、缺血性心肌病等心脏病从整体调节入手，作用于冠心病、缺血性心肌病等心脏病的多个病理环节。二香萎蛭汤作为大复方制剂，可根据患者实际情况辨证调配用药，并可做到随症加减变化，随时做到最有效的治疗。其具有活血通脉、化瘀止痛之功效，使瘀血消散，气血调达而治疗胸痹心痛的作用。

护理实训心得体会3