

针灸面瘫心得体会 面瘫针灸心得体会 (优质5篇)

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看吧。

针灸面瘫心得体会篇一

面瘫是一种常见的疾病，给患者带来了巨大的身心痛苦。作为一种传统的中医疗法，针灸在面瘫治疗中起到了非常重要的作用。在我个人的经历中，针灸治疗确实有效，让我重新获得了面部的运动能力。下面我将从我自己的经验出发，谈谈关于面瘫针灸的心得体会。

首先，面瘫针灸前的心理准备非常重要。面瘫是一种外貌可见的疾病，严重影响了患者的形象和自信心。而针灸是一种刺激疗法，患者必须接受针刺的感觉和可能的疼痛。因此，在进行面瘫针灸前，我努力调整自己的心态，树立起积极的信念。我明白治疗需要时间和耐心，不能期望一次或者几次就能够解决问题。此外，我还积极寻求家人和朋友的支持和理解，增加自己的勇气和信心。

其次，面瘫针灸过程中的舒适感非常重要。针灸治疗面瘫的关键是针刺，在准备好心态后，医生用细长的针扎入面部的相应穴位。刺激穴位后，我会感受到针刺的一瞬间疼痛和刺激感，有时还会引发面部肌肉的微小颤动。面瘫针灸过程中，医生会根据我的感觉和反应进行调整，让我尽可能地舒适。我发现，面瘫针灸的疼痛感并不是无法忍受的，而是一种暂时的不适感。当我将目光转移到针灸所带来的好处和疗效时，就能更好地调整自己的状态，减轻疼痛的感受。

然后，面瘫针灸后的疗效是需要坚持的。面瘫的病因复杂多样，针灸治疗并不能立竿见影。在接受针灸治疗的几个月里，我每周都要去医院接受一次治疗。开始时，我并没有觉得有什么明显的改善，但随着时间的推移，我发现面部的表情开始回复，嘴角的扬起变得更容易，眨眼睛也不再困难。这时，我对针灸的疗效充满了信心，更加坚定了继续治疗的决心。通过耐心坚持的治疗，我获得了满意的疗效。这也让我明白，面瘫针灸作为一种温和而有效的治疗方法，需要患者始终保持坚持和耐心。

最后，面瘫针灸后的生活调整非常重要。通过针灸治疗，我成功地恢复了面部的运动能力。然而，我也意识到，保持疗效需要我在生活中做一些调整。首先，我改变了饮食习惯，增加了新鲜蔬菜和水果的摄入，减少了油腻和刺激性食物食用。其次，我加强了面部的运动锻炼，每天做一些面部拉伸和放松的动作。同时，我还坚持规律作息，避免熬夜和过度劳累。这些调整帮助我保持了良好的面部状态，并且进一步巩固了针灸治疗的效果。

综上所述，面瘫针灸是一个非常有效的治疗方法，给患者带来了巨大的改善。在治疗过程中，积极的心理准备、舒适的治疗感受、持续的治疗坚持和生活的调整都是非常重要的。通过个人的经验体会，我深刻地感受到了面瘫针灸的疗效，也希望更多的人能够了解和尝试这种传统的中医疗法，重获健康和自信。

针灸面瘫心得体会篇二

我所见习的__市中医院科室比较齐全，我们轮的科室有内儿科，中药房，放射科，急诊科，骨外科，妇产科，针灸科等七个科室。现在总结一下我的见习情况。

收获最大的课室是内儿科。

内儿科轮的三个星期中每天跟随带教老师查房，开医嘱，每天帮护士测体温量血压送报告。

最值得一提的科室是急诊科。

急诊科分有内外科，有幸的是我内外科的急诊都轮过。内科的急诊通常是固定哪段时间会很忙，哪段时间不忙的。忙起来时，病人可以把整个诊室挤满，而晚上是最多病人的。刚轮急诊的时候我会手忙脚乱的，不知道要怎样处理病人，于是带教老师就教我，先指引病人或其家属去挂号，如果是发烧，就预先给体温计测体温，如果病人病情比较急的，就先处理。从感冒发烧头痛头晕的病人到心悸腹痛尿血的病人，基本涵盖了内科的基本常见病种。在急诊就免不了要出车接病人，内科出车接的病人通常是脑血管意外，一次接回了一个被电击的病人，接回来时已经瞳孔散大了，于是所有的值班医生都来参加抢救，心肺复苏，电击复律……将近一个小时的抢救也没能把他救回来，带教医生于是叫我们见习医生上，继续进行心肺复苏，同时也给我们实践的机会。带教老师说，按压手势应该双手互扣，手指上翘，仅以掌根接触胸骨；按压深度应该下压胸廓三分之一，大约4-5公分；按压姿势为肩肘腕成一直线，身体微向前倾；按压速率为每分钟100次，口诀：1上，2上，……10上，11，12，… 26，27，28，29，30。每次按压之后必须让胸廓完全回弹到原来的高度，胸部按压与回弹的时间应该一致。相对来说，外科的急诊就相对比较单一，一般是外伤的病人，大多需要清洗伤口，进行清创缝合。车祸的病人比较多，有全身多处擦伤的，有骨折的，有脑震荡的……一般都需要做_线和ct检查以明确受伤部位和程度。

最有意思的科室是妇产科。

本来只是安排了一个星期的妇产科见习，而且我们还没有学习妇产科这一门课，但是本着对妇产科的好奇和喜欢，我选择了呆在妇产科两个星期，一周在妇产科住院部，一周跟妇科门诊。在住院部的一个星期里，我有幸见到了五次顺产，

三例剖宫产手术和一例全宫切除手术。第一次见到自然分娩，我当时非常兴奋，当见到产妇从开始规律宫缩，接着宫口扩张胎膜破裂，到产妇在医生和护士的指导下痛苦地屏气用力分娩，胎儿头部露出到整个娩出，最后胎盘完全剥离排出的整个自然分娩全过程，我的心情紧张地随着产妇的情绪变化和分娩过程的进行而一起起伏着，最后为能成功分娩出婴儿而兴奋万分。等护士将处理好的新生儿抱给母亲看的时候，母亲虚弱的脸上露出的那满足而幸福的笑容使我有深深的感触，母亲是如此的伟大，母爱如此的无边。接着一周在妇科门诊度过，我跟着带教老师，一周内接触到妇科的基本常见病，例如盆腔炎，子宫肌瘤，卵巢囊肿，老年性阴道炎，月经不调，不孕不育症……见识到妇检和产检的内容和操作。虽然我还没学习妇产科这门课程，但是在妇产科的所见所闻，让我留下了深刻的感性的认识，有助于以后我更好更直接的掌握这门课程。

美好的见习生涯，虽然告一段落了，但是我知道，我们漫长的学医的旅程才刚刚起步。重回校园，我才慢慢意识到，或许，见习最大的意义并不是在于你在这期间学到并掌握了多少医学知识和操作，而在于通过这短短的三个月时间你是否已经在思想上准备好当一名真正的医生并为此目标而努力前进。

针灸面瘫心得体会篇三

对于面瘫患者而言，面部表情的失调会带来庞大的心理和社会压力，也给治疗带来了极大的挑战。传统的针灸治疗，不仅能够缓解面瘫经过中的失落和焦虑，还具有较好的疗效。经过治疗和自我调整，我深刻地体会到了针灸面瘫的心得体会，愿意和大家分享。

一、寻找针灸治疗的正确途径

面瘫在诊断上分为两种类型：中枢性（脑源性）和周围性（神经源性）。中枢性多由中风、脑炎等引起，属于中央神经系统损伤所致，难以通过针灸治疗。周围性多由面神经本身的疾病引起，因为面神经是一条周围神经，本身能够修复，适当针灸治疗能够刺激面神经的生长，起到一定的促进作用。所以，在治疗面瘫时需要在医生的专业指导下，找到正确的针灸治疗途径。

二、调整心态，保持良好心态

长时间的面部未动，难免会引起面瘫患者的自卑和绝望，这时需要调整心态。尽量保持良好的心态，尝试积极面对治疗和生活，预防出现情绪低落的情况。如果感觉情绪受到了极大的影响，可以寻求心理咨询师的帮助，把内心的压力和苦闷向他们倾诉。

三、积极进行针灸治疗

在针灸治疗中，每个病人的治疗效果都不同。在每次的治疗前，需要详细了解自己的病情，跟医生沟通治疗方案和疗效预期，积极配合治疗。同时，在治疗过程中，病人需要耐心等待效果的呈现。在针灸治疗中，通过刺激人体穴位，刺激面神经的再生，来恢复面部表情，提高自身免疫力，治疗出现的症状，使身体得到更好的改善。

四、生活中的自我调整 and 维持

针灸治疗只是治疗面瘫的一种方法，如果治疗结束后，生活中仍需自我调整和维持。面瘫患者应该注意调整饮食，避免辛辣、酸甜等口感过强的食物，以免刺激面神经，产生意想不到的后果。此外，注意加强锻炼身体，强身健体，也是十分重要的。

五、注意治疗的周期问题

针灸治疗面瘫的周期和疗程是关键，需要合理分配治疗的时间，并注意过多的治疗期间所造成的身体负荷。目前多数临床医生建议，针灸治疗的疗程一般为28天，每次治疗都是一个疗程，再按疗程时间来调整治疗周期。

总之，面瘫患者不要放弃希望，不要对面部表情失调的现状产生过多的焦虑和自卑，针灸面瘫是一种比较理想的治疗方式。同时，建议在治疗前先了解诊病类型，选择适合的针灸治疗方案，配合治疗并注意自我调整和维持，最终达到比较理想的治疗效果。

针灸面瘫心得体会篇四

针灸学是我国的文化瑰宝，它是一门博大精深、体系完备、内容丰富的学问。你知道该怎么写针灸跟师学习心得吗？今天本站小编为大家整理了关于针灸跟师学习心得，欢迎大家阅读！

1、先要明白，针灸只是中医的一部分。

修修剪剪，装饰装饰，搞些表面文章是不行的，唯有在肥沃的土壤上把根扎深，才能日久弥香，长出属于自己的花朵。

肥沃的土壤就是中医理论。就是阴阳五行。从此入手，学中医，学针灸，方是正道。

本 针灸专业奉之如珍宝的是《灵枢》(最好是看马莒的版本《灵枢注证发微》)是一定要熟读，经典条文要背诵；《针灸大成》中很多经典条文也要熟悉，后面的一些歌赋也是必背，如《玉龙赋》《标幽赋》等；如果有机缘的话，能够遇到真正懂子午流注的老师，一定要好好珍惜，认真学习。这个要是能有点感悟体会，《易经》是一定要在老师的指导下学习(这个也是我实习最大的遗憾，没有珍惜机会)。

一是缪刺；二是在手法上采用合谷刺，患者治疗1次后，疼痛明显减轻。当时这个病例给我的震撼太大。所以，如果有机会接触信奉针刺手法的老师，那么恭喜，请务必静下心来，抓住机会，先模仿、学习。

3、不要过于偏执的学习针灸而忽视了中药、方剂。

临床上很多针灸大夫基本上只扎针不开中药，因为长时间不开中药，方剂背不出几首，《内经》《伤寒》《金匱》基本上没有研究，《温病》更不用说，这样其实是买椟还珠。真正合格的针灸大夫，不仅仅要擅长针灸，开汤药的思路应该要更具有特色。因为本身就是搞针灸的，对于经络辨证会有更深的体会，毕竟背了那么多年的“是动所生病是主所生病”，故在治疗一些内科疾病中，你的思路定当更加开阔。所以年轻的时候还是要背点东西的。《药性赋》《长沙方歌括》

《汤头歌诀》是基本功，《内经》《伤寒》《金匱》更是基础的基础，当然，能有一个好的老师领着入门是非常幸运的事情。

4、针灸针灸，要清楚，是针刺和艾灸。

时下，多是注重针刺，灸法开展唯有江西的陈日新独树一帜，在往前推，安徽的灸法也风光过一段时候，可如今人气逐渐流失。如对灸法感兴趣的看家，推荐2本书，值得一读。江西陈日新教授的《热敏灸》和安徽周楣声先生的《灸绳》。

中医的生命力是在临床的。

曾经治疗过一个病人，朋友的朋友，每每发脾气后就容易干咳数日，胸部ct、mri、痰涂片等检查都做过，无异常，学中医的都清楚，此是肝气犯肺，用药或用针皆可。简单的背膻按压，肝胆膻压痛尤为明显，针刺后，当夜咳嗽明显减轻。再举个例子，有次坐火车回家。途中遇到一个腹痛的病人。患者青年女性，既往有慢性胃炎的病史，此次疼痛部位是剑突

下，触诊，腹肌非常紧张，墨菲征及麦氏点无压痛，当时身上没有带针，患者双侧梁丘(是胃经的郄穴，“郄”是孔隙之意，病症的反应点，临床多可用来治疗急症)较足三里压痛更为明显，但患者穿牛窄裤，梁丘不太好按压，只能用手按压足三里，大约1分钟，患者疼痛明显缓解，嘱咐其下车后去正规医院行胃镜明确下诊断，建议其当地找中医治疗。再有急性腰扭伤，落枕等服用复方氯唑沙宗等不能缓解，针刺后多数症状能很大缓解(此时治疗尤其重视经络辨证，定好病变经络，循经远处取穴，疗效颇佳)，这样的例子针灸科能时时见到，不足为奇。所以，当我们能有幸跟位好的中医，亲眼见到仅仅凭中药、针灸，解决了些西医诊断治疗较为头痛的病例，我们就会有自信，才会由衷的喜欢上中医，就会自发的去专研中医。老师只是将我们引进门，指明方向，以后的路还长着呢，必须得靠自己走。

如今医患关系紧张，但我相信，随着全民素质的提高，而今的困境会慢慢好起来的。医生，本就需要能静下心来去专研的。其实中医也好，西医也罢，好医生的标准，无外乎业务和医德。作为一名中医不去夸大中医疗效，但也不要再在西医面前妄自菲薄，坚持下来，相信未来无论是名(在病人中的口碑)，还是利(说白了就是钱)，肯定会双收的。当然，初期还是要收敛性子，冷板凳做几年。毕竟，荣耀的背后必然刻着一道孤独。

一个年轻中医学习针灸的体会(二)：如何跟导师门诊

仅以此文怀恋对给我很大帮助的老师。

每个主任医生都是从实习医师开始的。学习道路上，能遇到和自己对味的老师是非常幸运的。现在，自己看门诊病人，很多时候都是这样来辨证思考的：以前跟老师时看过一个什么什么病例，现在这个有点类似，辨证如何抓，那个方子能不能套用?呵呵。基本上是照葫芦画瓢。跟导师门诊的那些日子教会我太多太多。每次导师的门诊都要从上午8点看到1点，

至少50个病人。病种广，内科杂病。师妹做在电脑前录药，我来维持就诊次序。站在老师身后，捧个小本，整理记录病案。一个病人就诊结束，另一个病人即将坐下，趁着这个功夫，赶快就刚刚这个病例中自己的疑问提出，门诊病人虽多，但导师总是会不急不躁的点拨我几句。有时候会恍然大悟，有时候不知所然。不管怎样，先记下来，等下门诊后，另外再找时间请教老师。这样的跟师，提高会非常快。

很多人抱怨，跟导师门诊，三年下来，就知道几个成方，可是等到自己在临床用时远远达不到导师那样的疗效。我觉得，这个是学习方法的问题。结合自己的经历，总结如下。

1、导师的文章，一定要熟悉。就文章中具体的治疗方法，处方用药，以及自己的疑惑，在门诊时有针对性的提出。

2、还在学校读理论课时候就要先向师兄师姐打听下，导师门诊病种，导师的习惯用药用方。如果导师是喜欢经方，伤寒赶紧的，拿出来背背，免得下了临床，时间不够用。

3、导师门诊的典型病例，自己要好好揣摩。辨证上有不明白的，下了门诊后，再找时间请教老师或是师兄师姐。

4、中医的疗效在辨证，所以跟师时，看见典型病例，一定要搞清楚老师从哪一方面入手治疗的。凭借患者哪一个症状辨证的，又或是舍证从舌脉来治疗的。譬如，一个患者辨证为阳虚血瘀，老师为什么这个时候要先以活血为主；或是为什么要先温阳；或是温阳的时候为什么在用药上各有不同。因为不同的导师性格不一，自己找到合适的提问方式。（这段写的很纠结，有点不通）

5、最后要强调，平时在病房的实习不要忽视。西医的基本功要趁此机会打扎实点。所以我导师门诊我一周只跟一次，觉得每次50个病例中自己有感悟每次2-3个，这样积累下来，分量很重的。其他时间一方面可以自己就着典型病例查点资料，

再找老师提问。另一方面要泡在病房。中医院的病房而今确实很西化，但肯定能遇见踏踏实实实用中医的带教老师。自己留心观察，用心记录，很多经验都是一点一点积累的。

个年轻中医学习针灸的体会(三)：怀恋针灸科的带教老师

这个周末上门诊，下午休息，刚刚整理东西，发现实习时的小本本，是在针灸科时用废弃的病历自个整出来的。上面记录的都是实习时候我带教老师的经验。

很好很强大，深深被折服。

毫无疑问，脉诊在中医学的诊断技术中占有重要的一席之地，而且在针灸的临床诊疗中，脉诊也有重要的地位，经典《灵枢》中对这一点重视散见各篇。如《灵枢·九针十二原》中说：“凡用针者，必先诊脉，视气之剧易，乃可以治”，在古代那个时候，对疾病的诊断和预后的判断，远没有现在的认识深刻，因此在针灸治疗之前，通过脉诊来判断病患的体质和疾病状态是否适合针灸是必要的。

如在《灵枢·刺节真邪》篇中说：“用针之类，在于调气”，如何判断气的状态呢？气的虚实逆顺，除了根据症状之外，再有较为客观的就是脉诊，脉的不同状态可以反应人体气的状态，有时症状可以和脉象同步，有时也可以不同步，因此对于针灸效果的情况判断，还需要脉症合参，《灵枢·终始》中说：“凡刺之道，气调而止”，“气调”二字应该包括了脉症综合的信息。

《灵枢·九针十二原》中说：“所谓气至而有效者，泻则益虚，虚者脉大如其故而不坚也；坚如其故者，适虽言故，病未去也。补则益实，实者脉大如其故而益坚也；夫如其故而不坚者，适虽言快，病未去也，故补则实，泻则虚，痛虽不随针，病必衰去。”这一段就是说明了针灸治疗之后脉症相应与否的问题。

《灵枢·热病》中说“无刺病与脉相逆者”、“身热甚，阴阳皆静者，勿刺也”，在古代，古人治疗疾病的技术缺乏，只有中药、针灸、按摩等手段，针灸算是比较快捷的治疗手段了，在临床应诊时，能否进行针灸治疗，需要做出合理的判断，在那个年代能够有这样的经验真是难能可贵的。在《灵枢》中，这样的记载还有很多，对现在的临床诊疗仍有重要的指导意义。

后世中，唐代孙思邈也十分重视脉诊在针灸中的作用。在《千金要方》和《千金翼方》中记载“凡欲针灸，必先看脉”，“脉恶勿乱下针也”，“凡微数之脉，慎不可灸”，“脉浮热甚，勿灸”，“脉好乃下针”，这些记载都说明药王对针灸治疗时对疾病选择的慎重。

近代陆瘦燕对脉诊也非常重视，如果出现弦脉，他认为是元阴不足，应取太溪、肾俞、关元等穴，严重出现结代脉时，还要大艾炷急灸关元、气海、命门、足三里等穴；他对冲阳、太溪、寸口、颌厌、太冲诸脉都有独到经验，如冲阳脉不衰，说明胃气犹存，生机未绝，但脉旺弦急，木来克土则预后多为不良；凡肝阳上逆时，颌厌脉往往搏动较甚，而寸口及太冲脉都相对弦细，临床当补涌泉导血下行，泻行间以平熄肝风，补太溪以滋水涵木，而脾肾两亏，中气下陷者则颌厌脉搏动常现微弱而不易触及，而寸口三部及太冲脉亦细小微弱，治疗应灸百会，导清阳之气上升，取脾俞、肾俞、足三里等穴，补益脾肾，以治其本。

业师赖新生教授更重视四诊合参，结合现代医学的诊断学内容，综合各类信息进行判断。赖老师说，切脉乃是中医学四种诊断技术之一，四诊合参获得人体整体信息后，通过归纳、推理，得出比较确切的患者疾病状态，再确立处方用药，取穴施法，而不可单凭脉诊确立对应穴位。脉诊是古老的获得人体信息的诊断技术，虽然现在仍有重大价值，但是随着现代医学的发展，各种技术手段日新月异，核磁[ct]各种化验等应互相参照，不能偏执一端，不可一味依赖脉诊。

脉象的浮沉迟数，弦滑芤弱，对应人体的外邪内伤，寒热虚实，与其他的诊断技术结合互参更能揭示人体的疾病状态，四诊结合得出的较为确切的体质证候类型。针灸取穴应该将证候和经络辨证结合，指导取穴，单纯以脉象指导取穴，有失偏颇。赖老师所创立通元针法正是基以对整体体质及证候类型的判断，以背俞穴和腹部募穴为调节具体脏腑的主要用穴，以任、督二脉及四肢五输穴做为整体调节的主要用穴的综合治疗方案。

近来，有一将脉诊深入探讨推广，并以脉象作为取穴根据的学派，名“切脉针灸”，其创立者俞云老先生以其切脉针灸结合中药治疗肿瘤取得成效。虽取名“切脉针灸”，但是其内容与传统取穴原则无异，唯按脉象的经验取穴乃是其特色之处，取穴也非常重视背部及经络之反应点取穴。临床治疗取穴较多，常以穴组出现如大腹四针包括中脘、双天枢、气海，痞五针包括上脘、中脘、双梁门、下脘五穴，脐四针，补肾四穴包括照海、太溪、复溜、三阴交，调理八穴包括中脘、阴都、育俞、气海、气旁等等，其他尚有排针奇穴等取穴方法，针具方面以金针为补，银针为泻，同时结合中药治疗，针药并用。俞老先生采用针药治疗肿瘤的实践是对针灸学发展有开创性意义。

1978年5月《光明日报》发表文章《实践是检验真理的唯一标准》，这句话对中医非常适用，只有在实践中不断检验，中医学的真理才能越来越熠熠闪光。

一、遵从中医整体观念，强化针灸疗效

嘱患者不要急于洗澡和吹风，以免加重病情。

二、掌握配穴原则，灵活取穴

1. 先后次序的灵活应用 由于人体每一个穴位的主治功用不同，因此取穴时有主穴和配穴之分。在我院朱宝医师的指导下，

我们掌握了针灸学的普遍应用的“八要穴歌”：肚腹三里留，腰背委中求，头项寻列缺，面口合谷收，心胸取内关，小腹三阴谋，坐骨刺环跳，腿痛阳陵透。这八句话，共四十个字。每一句讲了一个穴位，一句五个字，即讲了一穴位，又讲了它治疗的部位。对于初学针灸的我们在配穴方面有很大的启示。朱宝医师还特别强调取穴的先后次序，在临床应用时，应根据病人分清主次，灵活掌握取穴的先后顺序。如发作性痛症，易先刺远隔穴位，运用导气手法，通过经络的远隔诱导作用，使疼痛改善后，在刺痛处穴位，就可避免病变部位因疼痛过敏引起的肌肉紧张，造成进针困难，加重疼痛。又如胃痛时常先刺远端足三里穴，再刺中脘；三叉神经痛先泻合谷，再取头面部穴位。可见，取穴的先后顺序的不同直接影响着临床疗效。

上下、出入的处所，具有远近联系的功能，对本经头面、躯干、脏器等疾病，有直接的治疗作用。前面所提到的“八要穴歌”正是临床循经取穴法的高度概括。在临床应用中以本经取穴和他经取穴多见。如手厥阴经病变出现的心绞痛、心悸取内关，手太阴经病变的咳嗽取尺泽，咯血取孔最等。此外还有中病旁取，远近取穴法等多种取穴法，临床上根据病情酌情应用。

3. 疼痛选穴以“以痛为愉”的原则 在循经选穴的基础上，直接选取患部经脉循行所达的穴位，以局部选穴为主。如眼病取睛明，耳疾取听宫，膝痛刺犊鼻等。

4. 灵活补泻，辨证施治 在补泻手法的应用上，朱宝医师重视针刺手法，认为恰如其分的运用补泻手法是针灸疗效的关键，认为进针得气后，应根据个体生理、病理状态的不同和气血盛衰辨证施治，采用不同的用针强度、频率和持续时间，将补针和泻针分为轻、平、大三类，即轻补、大补、平补、轻泻、大泻、平泻、平补平泻等七法。对不同的病人甚至同一病人，都不应该是一成不变的，应根据病情变化辨证施治。如一例胆绞痛患者的治疗，初期采用大泻法针刺阳陵泉止痛

后，改用平泻法刺其他穴位，使经气保持畅通，从而达到治疗目的。

中医世界里，这些都只是皮毛，总结出一点体会与心得，与各位同仁共同学习，不足之处，请见谅。

随着社会竞争的日益激烈，人们的生活节奏也变得更加快速和紧凑，在长期的劳累中，人们才发现身体健康的重要性。因此，推拿在当今的社会中，广泛受到人们的青睐。

推拿按摩操作方便，不需要很多的时间，并且经济安全，不需要大笔的医药费，且不会产生药物的副作用，而且推拿对一些疾病还有显著的疗效，省去了吃药打针的麻烦。除此之外，推拿的保健作用更提升了它在人们头脑中的印象分。

当初我抱着极大的热情选了这门课程，就是因为我想通过这门学科的学习，获悉一些中医的文化和针灸推拿学概况，掌握一些按摩推拿的技巧，以此来强身健体，更主要的是我热爱为我的家人和身边的人按摩。很荣幸我们课程的张水生老师是临床经验丰富的教授，他向我们展示了很多关于同学们关心以及切身健康问题的解决之道。比如如何缓解痛经，调理内分泌，减肥，美容，预防和 治疗脊椎疼痛等等，这些都是相当实用的，以及按摩哪些具体的穴位，缓解什么病症等等，通过自身调节达到防病治病的目的。课余时间，老师还为学生提供了养生保健咨询，同学们受益匪浅。对于选学针灸(推拿)学这门课程，我兴趣于推拿这个部分，因为相较针灸来说，它更具有实际操作性，不像针灸需要专业的知识和精准的手法技法，以下为我对中医针灸推拿培训的心得体会针灸推拿学习心得针灸推拿学习心得。

首先什么是按摩呢？按摩为中医外治法，按摩即为用能量手进行技能操作，激发人体生物能量，平衡阴阳，改善相关病症的方法。中医博大精深，古老而神奇，是我国灿烂文化的重要组成部分，是中华民族四大国粹之一，在国际上有着

越来越重大的影响，深受大家的热爱和欢迎。当然也包括我们这 些业余爱好者。

五十年来中医药在各方面都取得了巨大的成就。 针灸的故乡在中国， 这让我感受到无比的自豪！ 至今日， 推拿学的存在历史已经很长了， 我国现存最早的医书 中， 就有关于保健按摩及推拿治疗的记载， 沿续至今， 在当代医学不断的研究发展中， 出现 了众多的操作方法， 得到了创新和更有针对性的突破， 特别是对一些疾病： 内分泌失调、精 神紧张、高血压、脾气不和、糖尿病、头痛失眠、腰酸背痛四肢风湿、体弱多病具有很好的 疗效。在保健功能上， 推拿能促进血液循环、肌肉活络、醒脑安神、舒肝顺气、还能高免疫力、健体增寿。

其实正确方法是按而留之， 刚中兼柔，不可 移动， 用力要由轻而重， 这是要吸取教训的。 所以说按摩也是一种学习的过程， 一份功力， 一份效验。 通过学习， 我知道了人体中有14 条经脉， 它内属于脏腹外络与沟通， 是运行气血的通路， 有运行气血、濡养全身、抗御外邪、保卫机体的作用。 在临床上能说明病理变化， 指导 辩证归经指导疗效及判断疾病预后。 针灸治病， 是要针灸在一定穴位上的， 这些施术点， 是指人体体表部位， 人体俯气血输注， 它大体分为经穴、经外穴和阿是穴腧穴， 有近治和远治 的作用， 当针刺某些腧穴， 对机体的不同状态可起双重良性， 另外， 有些腧穴还具有相对特 殊性的作用。

针灸面瘫心得体会篇五

面瘫是一种常见的神经系统疾病，患者会出现面部肌肉无力或麻痹的症状，严重影响了患者的生活质量。而针灸作为中医传统疗法之一，已经被广泛应用于面瘫的治疗中。我在一次针灸治疗中亲身感受到了针灸的神奇之处，使得我的面瘫症状得到了有效缓解。以下是我对于面瘫针灸的心得体会。

第一段：面瘫症状初现

一天，我突然发现自己的右脸部出现了肌肉无力的症状，表情无法正常展示，这让我非常担心和困扰。我赶紧去医院就诊，医生判断我是面瘫，但并未给出明确的治疗方案。不甘心于此，我决定寻求中医的帮助。

第二段：找到针灸治疗

经过一番了解，我知道了针灸在面瘫治疗中的广泛应用。它通过刺激人体的穴位，调节气血，促进血液循环，从而达到治疗面瘫的效果。为了寻求最佳的治疗效果，我选择了口碑较好的中医针灸医院。

第三段：面瘫针灸的治疗过程

在医生的指导下，我躺在针灸床上，静下心来等待治疗。医生为我选择了特定的穴位，并一针一线地进行了针刺。刚开始，我感觉到一些微痛，但随着时间的推移，这种感觉渐渐消失。接下来，医生为我进行了一系列的针灸操作，有的是拔罐、火罐，有的是扎小针，整个治疗过程没有丝毫的不适感。

第四段：面瘫症状逐渐缓解

在连续几天的针灸治疗后，我逐渐发现自己的面部肌肉有了明显的改善，右脸的肌肉开始逐渐恢复了力量。而且我还注意到，我的睡眠质量也有了明显提升，精神状态更加良好。这让我深深感受到了针灸的神奇之处。

第五段：针灸治疗的意义与感受

通过面瘫针灸的治疗，我深刻体会到了中医的传统疗法的独特魅力。传统针灸不仅能够缓解症状，更重要的是能够调理

人体内部的平衡，增强自身的抵抗力。这对于我来说是一次宝贵的治疗经历，也是对中医针灸的认可和肯定。

通过以上的经历，我深深地体会到了面瘫针灸的疗效，它不仅减轻了我的痛苦，而且提高了我的生活质量。针灸作为中医的传统疗法，具有独特的优势和效果，能够在治疗面瘫等疾病时发挥重要作用。希望越来越多的人能够关注和接受中医传统疗法，从针灸中收获健康与幸福。