

脊柱心得体会(汇总8篇)

心得体会是对一段经历、学习或思考的总结和感悟。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。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。

脊柱心得体会篇一

近日，我们学校邀请了一位脊柱专家来为我们举行讲座，我参加了这次讲座，并受益匪浅。通过这次讲座，我对脊柱的重要性有了更深刻的认识，也明白了如何正确保护脊柱。在这篇文章中，我将分享自己的心得体会。

首先，在讲座中我了解到脊柱是人体最重要的一个部位，它不仅仅起到了支撑身体的作用，还起到了保护神经的作用。脊柱由多个椎骨组成，这些椎骨之间有着弹性的软骨相连，能够减轻身体运动时的冲击。而且，脊髓是人体神经系统的重要部分，负责传递大脑发出的指令。可以说，如果脊柱出了问题，我们的身体和神经系统就会受到很大的影响。

其次，通过讲座，我了解到脊柱健康与我们的生活习惯息息相关。坐姿不正确是导致脊柱问题的一个重要原因。长时间低头看手机或电脑，都会导致脊柱产生过多的压力。正确的坐姿是身体前倾、双脚平放、背部挺直，适当伸展拉伸身体可以缓解脊柱压力。此外，过度的运动也会对脊柱造成伤害。我们要适度运动，不仅要注重锻炼脊柱周围的肌肉，还要避免一些高强度的运动，比如长时间重物提起等。保持良好的坐姿和适度的运动习惯对脊柱健康至关重要。

另外，在讲座中我还了解到了一些保护脊柱的方法和技巧。正确的站姿是保护脊柱的一种重要方法。站姿要保持挺胸抬

头，双脚分开与肩同宽，重心平衡。另外，我们还可以通过几个简单的拉伸动作和按摩来舒缓脊柱压力。比如，向后仰头，伸展脊柱；用手指按压脊柱两侧的穴位，能够舒缓脊柱肌肉的紧张。这些方法简单易行，但效果显著。

最后，讲座给我留下了深刻的印象，也提醒了我要加强脊柱保护的意识。我将从日常生活中的细节入手，改正不良的坐姿习惯，注意运动的方式和强度。此外，还会定期进行一些脊柱锻炼，增强脊柱周围的肌肉，提高脊柱的稳定性和健康程度。

总之，这次脊柱讲座让我对脊柱健康有了更全面的了解，也提醒了我生活中应该如何正确保护脊柱。我将认真落实所学知识，并在日常生活中加以实践。相信随着时间的推移，我的脊柱健康将得到持续改善，身体也将更加健康。同时，我也愿意与身边的同学分享这些方法和技巧，让更多的人了解正确保护脊柱的重要性。希望通过我们的共同努力，能够推动脊柱健康的重要性得到更广泛的认知和重视。

脊柱心得体会篇二

心 得 体 会

水利股王聪娥

廉政风险防控机制建设

廉政风险防控机制建设是以防控权力运行中的风险点为核心，针对可能诱发腐败的关键环节和重要部位，用制度最大限度地控制风险发生的危害程度，促进权力规范、安全、高效运行。按照中央、省上要求，今年以来，庆阳市以全面开展廉政风险防控机制建设为抓手，把反腐倡廉建设融入全市经济、政治、文化、生态文明建设和党的建设之中，有针对性地健全完善重点领域、重点环节、重要岗位的权力制约、运行、

监督等方面的机制制度，用制度构筑防范腐败发生的权力、动机、机会“三道防线”，着力打造改革开放的“放心区”和干部干事创业的“安全区”。

一是全面“清”权，针对廉政风险点健全完善防控措施。全市上下对照单位的主要职能和 workflows，按照全员参与的要求，以岗位为点、程序为线、制度为面，深入查找思想道德、岗位职责、业务流程、制度机制、外部环境等方面的廉政风险点，对权力内容和制度建设现状进行了全面梳理。对排查到的风险点按照发生概率和危害程度，科学界定等级，实行三级管理，并逐一登记汇总，建立台账，有针对性地进行制度的“废、改、立”，健全完善缺失和漏洞，制定相应的防控措施。目前，全市共排查各类廉政风险点6317个，通过“废、改、立”制定防控措施6191条，出台制度规定407项，厘清了权力清单和运行程序，为有效控制风险打下了基础。

二是公开“晾”权，通过群众监督促权力透明运行。对权力运行的程序、各个岗位工作人员的职责、廉政风险的等级以及防范措施，各级各部门都建立了廉政“风险库”，并通过大会公告、在公共场所设立公示牌、监督牌等形式向社会公开，接受评议和监督。据此，不仅使廉政风险点成为时时悬在干部头上的警示之剑，促其知道“危险”、防范“风险”、不敢“冒险”、力求“保险”，自觉遵守党纪政规，规范和约束职务行为，也使群众找到了监督党政部门和公务人员的依据和平台，调动了群众参与党风廉政建设的积极性。

三是有效“规”权，依靠制度创新促反腐倡廉科学化。积极推行分权制约和相互制衡原则，促进决策权、执行权、监督权相互制约、相互协调，进一步规范了人权、事权、财等重点权力的运行，建立了教育、制度、监督、改革、纠风、惩处相结合的惩防体系。一些单位通过制度创新，有效约束“一把手”的权力，一些单位用制度固化廉政宣传教育、责任制落实等工作环节，一些单位采用人脑+制度+电脑，等等。这些手段有效减少了制度操作中的人为因素，拓宽了制

度创新领域，提高了反腐倡廉科学化水平。开展廉政风险防控机制建设工作，使干部职工普遍接受了一次系统的廉政教育，把党风廉政建设的任务真正落实到了每个人的肩上。特别是通过有针对性地建立健全规章制度，进一步规范了部门权责，促进了职能转变，提高了工作效率和服务质量，也使干部职工从被动接受监督转变为主动防范风险，对违纪违规事件由事后的惩处转变为事前、事中监督和警示提醒，真正把党风廉政建设工作任务融入了部门、单位的业务工作之中。

为了有效预防和减少腐败的可能性，近年来各地各部门根据中央的要求和部署，对廉政风险防控机制建设做了一些有益的实践探索。在实际工作中，预防关口前移，通过查找风险部位、评估风险指数、界定风险等级、建立预警系统、完善相关制度、反馈实施结果等，建立健全融教育、制度、监督于一体的有效防控廉政风险新机制，进一步加强了从源头上防治腐败工作，取得了较好成效。

推进廉政风险防控机制建设是落实“三个更加注重”要求、拓展预防腐败工作领域的有效措施。党的十七大报告强调，在坚决惩治腐败的同时，更加注重治本，更加注重预防，更加注重制度建设，拓展从源头上防治腐败工作领域。这“三个更加注重”，从本质上说是要求超前化解权力运行过程中各种容易诱发腐败的风险，使腐败行为不发生或者少发生。在反腐倡廉形势依然严峻、任务依然艰巨的情况下，只有坚持预防在先，防患于未然，大力推进廉政风险防范机制建设，才能减少和控制诱发腐败的风险。

推进廉政风险防控机制建设是加强领导干部作风建设、促进领导干部廉洁自律的客观需要。应当看到，党员干部特别是各级领导干部大多掌管着一定的权力和资源，不同程度地面临着诱惑和考验，而且掌管的权力越大、资源越多，受腐蚀的风险就越大。这就要求把更多的时间和精力用在预防腐败的环节上，督促领导干部树立廉政风险防控意识，筑牢拒腐防变的思想道德防线，从而最大限度地降低腐败和不正之风

发生的概率。这也是从根本上爱护和保护党员干部的具体体现。

推进廉政风险防控机制建设是创新纪检监察工作方式、提高反腐倡廉建设科学化水平的有益探索。推进廉政风险防控机制建设，突破了传统思维和习惯做法，将“风险管理”等现代管理理念和科学方法引入反腐倡廉建设实践，将预防腐败工作落实到权力运行的全过程，具有很强的创新性、科学性和可操作性，体现了党风廉政建设和反腐败斗争正在向科学化、制度化、规范化推进，是用发展的思路和改革的办法推进反腐倡廉建设的积极探索，为有效预防腐败开辟出一条新路。

进一步推进廉政风险防控机制建设，在实践中应遵循科学评估、超前预防、实事求是、改革创新、务求实效等基本原则，重点抓好“六个环节”。一是抓好教育环节。教育和引导广大党员干部特别是领导干部牢固树立廉政风险防控意识，主动参与廉政风险防控工作。二是抓好组织协调环节。建立健全各级党政主要领导负总责、主管领导具体抓、纪检监察机关协调推进、各个部门共同参与，多方联动、上下协同的领导体制和工作机制。三是抓好查找环节。突出重要岗位，采取自己查找、群众帮助、社会评议、领导提示、组织审定等方式，深入查找风险部位，制定防控措施和实施细则，做到岗位职责明确、廉政风险清楚、防控措施得力。四是抓好公开环节。通过设立廉政风险举报箱、公开监督举报电话、开设网上投诉专栏等方式，健全廉政风险防控网络，及时收集干部群众意见。五是抓好整改环节。定期汇总风险防控情况，研究风险处置任务，及时整改存在的问题，不断完善风险防控措施。六是抓好考核环节。将廉政风险防控管理情况作为评价落实党风廉政建设的重要内容。

脊柱心得体会篇三

脊柱触诊作为一种重要的临床检查手段，对于脊柱相关疾病

的诊断和治疗至关重要。通过手指的触感，医生可以感知到患者脊柱的各种变化，如异常的凸起、凹陷、僵硬等，并进一步判断是否存在脊柱病变。通过多年的临床实践，我深刻体会到脊柱触诊在临床工作中的重要性和价值。

第二段：丰富经验

长期从事脊柱触诊工作，让我对于脊柱的正常和异常情况有了更深入的了解。通过触诊，可以感受到患者脊柱的弯曲程度、骨骼的畸形、肌肉的僵硬等。例如，当脊柱呈现凸起的异常情况时，结合患者的临床表现和其他辅助检查结果，可以判断出是否存在脊柱侧弯等病变。同时，触诊还能帮助鉴别脊柱骨折、椎间盘突出等疾病，为进一步的治疗方案提供依据。

第三段：精确判断

脊柱触诊的关键在于医生的经验和技巧。通过触诊的手法和力度的调整，可以更加精确地判断脊柱异常变化的程度和范围。例如，当脊柱出现凸起时，触诊时可以轻轻滑过凸起部位，感受到形态的改变，并观察患者是否有疼痛等不适感觉。在进行脊柱触诊过程中，我们还可以通过皮肤温度、湿润程度来识别脊柱的病变情况，这需要经过长期实践的积累和经验的磨砺。

第四段：与病人的沟通

脊柱触诊作为一种近距离接触患者身体的检查手段，需要医生与病人之间良好沟通和信任。在检查前，我们需要向患者详细解释检查的目的和过程，并征得患者的同意。在触诊的过程中，我们需要与患者保持良好的互动，通过询问患者的感受来了解他们的病情。此外，在触诊时我们也需要注意力度的控制，避免给患者带来过度的疼痛或不适感觉，而产生病人对进一步检查的抵触情绪。

第五段：结语

脊柱触诊作为临床诊断的重要环节，对于脊柱相关疾病的准确诊断和治疗起着重要作用。通过多年的实践和经验总结，我真切地感受到脊柱触诊的价值和意义。通过触诊，我们可以发现脊柱异常变化，帮助患者早期发现和治疗相关疾病。与此同时，我们需要通过与患者的沟通和信任建立良好的关系，关注患者的病情变化，为他们提供更加精确有效的医疗服务，从而帮助他们早日恢复健康。

综上所述，作为临床工作中重要的检查手段之一，脊柱触诊经验的积累和技巧的熟练运用对于疾病的准确诊断和治疗起着关键作用。通过与患者的互动和沟通，我们可以更好地了解他们的病情，给予他们更好的治疗和照顾。因此，我相信通过不断的学习和训练，我们将能够更加精准地进行脊柱触诊，为患者带来更多福祉。

脊柱心得体会篇四

在脊柱关节外科实习期间，多于患者多多沟通，多了解她的病情及其它信息，使患者信任并且积极配合你的工作，也可以使护患关系得到些改善。下面是本站小编为大家收集整理 的脊柱关节外科实习心得，欢迎大家阅读。

护理礼仪 端庄的仪表与优美的体态.实际上是一种无声的语言,再加上和蔼的态度、微笑的表情、动听的语言,不但能留给患者良好的第一印象.而且能引发患者精神上积极的情感体验,同时增强患者对实习生的信任感。因此,要对实习生诸如从打接电话、迎送病人到护理操作、着装礼仪等细节多做示范,并要求实习生掌握服务用语和禁语。

基本理论和基本操作 带教老师进行各项基础护理知识及专科疾病护理常规的讲解,如肌肉注射,静脉输液,皮试的做法,

颅骨牵引的护理、脊柱患者翻身方法，颈椎，腰椎术前术后常规护理，带教老师讲解、示范为主，鼓励护生多看、多问、多动手。基础操作在示范操作规程的同时，尽量多传授临床经验，着重突出遇到问题的解决办法，强调三查七对，无菌原则和爱伤观念。

双向反馈告诉学生， 科室在每批学生实习完出科前，必须进行理论及操作技能考核，由护士长与带教老师参加监考及问卷，记录成绩，并请各带教教师对学生的政治思想、工作作风、劳动纪律、实习态度、业务水平进行总结。评选优秀学生，实习结束上报护理部。根据激励理论，一定的外部刺激可以激发人的行为动机。征求护生对带教的意见和要求，分析总结，改进、促进了护理教学质量的不断提高。

充分有效的入科教育可以增强师生之间的感情. 促进学生良好的依从性;增强学生的纪律观念，有效减少违纪事件和医疗纠纷的发生;增强学生对职业特点和职业道德的认识;加快学生适应临床护理。因此，入科教育在护理临床带教中是必不可少的. 是护生实习的第一步，且是极其重要的一步，带教教师要引起足够重视。

时光飞逝，在骨科医院实习的四个多月转眼就过去了，在这四个月里我学到了很多课本上学不到的东西，而且不仅仅是在医学方面上的，还有做人和办事能力方面。

记得刚到医院的时候，我们都是怀着好奇与忐忑的心情去科里报道，刚进科里的时候也不知道做什么，怕反而帮了倒忙，但随着老师耐心的教导我慢慢熟悉的在医院的一些工作。算起来我在医院上过的手术差不多能有一百多例了，小到内踝骨折，锁骨骨折，还有掌骨骨折;大到人工全髋关节置换术，颈椎手术，腰椎手术。其实说大小只是相对来说，在医生的眼中所有的手术都应该是大手术，应该相等对待。说到手术记得我的第一台手术时在和老师出急诊夜班的时候来的一个胫骨远端开放骨折合并胫距关节脱位的患者，当把他腿上包

扎的纱布打开的时候，看见了骨折端刺破了皮肤穿了出来。那是我第一次看见活生生的骨头，跟在解剖实验室看见的骨头一点都不一样，但没感到那么的恐怖。给患者做了些处理和抽血化验之后就进手术室了。手术从零点一直做到两点多。感觉从手术室出来后腿都软乎了。第一次上手术的感觉就是累啊，而且还是半夜该睡觉的时候上的，当时我就感觉，做个医生不容易啊，不仅要随时做好上手术的准备，而且还要有足够的精神意志力。

髌骨骨折，胫骨平台骨折，胫骨骨折，内外踝、三踝骨折，皮隆骨折、跖骨骨折，掌骨骨折，人工全(半)髋关节置换术，颈椎滑脱和颈间盘突出，腰椎压缩、爆裂骨折，腰间盘突出。从第一次上手术时的忙手忙脚到后来成为老师的得力助手与平时的多看有着莫大的关系，在手术室做手术前的准备的时候，多看护士和麻醉师都干什么，在手术的时候多看老师在做什么，在手术后多看看患者的状态，回学校后多看看医学书籍和视频。这些对我们所有的实习生都很适用，不仅仅是对骨科实习生。在经历了一段时间后就可以适当的帮着干一些活了，比如在手术室的准备阶段，可以帮护士连接心电监护、血压计和脉氧夹，麻醉的时候帮助麻醉师摆体位，可以让麻醉进行的更顺利；在手术的时候思路要跟着老师走，尽量要做到老师做到哪差就应该知道老师应该做什么的程度；手术过后记得隔天给患者换药，询问患者的状态，多跟患者交流，减轻患者的心理负担，发现异常及时向带教老师汇报。

弓根钉，之后用棘突剪刀剪掉病椎的棘突再用咬骨钳、枪钳子除去椎管占位的骨块以解放脊神经，显露脊神经后检查硬膜囊是否有破裂，如果有破裂用结扎线缝合。最后连接椎弓根钉尾棒和横连，清点纱布器械后将肌肉组织覆盖于椎弓根钉，连接负压引流装置，固定，逐层缝合，关闭切口，以无菌敷料覆盖伤口，手术结束。术中要彻底止血，注意保护神经，缝合时要注意不要将引流管缝合。术后第一天更换敷料，第二天如果引流出血性液体小于50毫升，予以将引流拔出，之后隔日换药，术后14天拆线。拆线后即可出院。这就是一

个腰椎爆裂骨折患者从入院后到出院的过程，患者最少需要住院十六七天，也就是半个月的时间，在这半个月的时间里主治大夫是患者心理最大的精神支柱，所以，我们在这半个月的时间里要把患者当做亲人一样对待。

生因此挨过不少骂，我就是其中一个，但是挨骂也是有好处的，因为这样就能让你一直深刻的记住这件事，不致于再犯第二次错误。

在骨科医院实习已经结束，在这四个多月的实习期间，我遵纪守法，遵守医院及医院各科室的各项规章制度，尊敬师长，团结同学，严格要求自己，努力做到不迟到、不早退、不无故旷工及擅自离开工作岗位。对待病人和蔼可亲，态度良好，努力将所学理论知识和基本技能应用于实践。在此过程中我不断总结学习方法和临床经验，尽力提高独立思考、独立解决问题、独立工作的能力，不断培养自己全心全意为人民服务的崇高思想和良好的职业道德。以前在学校所学都是理论上的，现在接触临床才发现实际工作所见并非想象那么简单，并非如书上说写那么典型，好多时候都是要靠自己平时在工作中的经验积累，所以只有扎实投入实习，好好体会才能慢慢积累经验。配得上洁白的白大衣！

在骨科的实习即将结束，在这一个多月的实习期间，我遵纪守法，遵守医院及医院各科室的各项规章制度，尊敬师长，严格要求自己，努力做到不迟到、不早退、不无故旷工及擅自离开工作岗位。对待病人态度良好，努力将所学理论知识和基本技能应用于实践。

转眼间实习一个多月了，时光飞逝，回首这一个多月的实习生活，我学到很多感触很多。回想起实习的第一天刚进入病房，总有一种茫然的感觉，对于护理的工作处于比较陌生的状态，也对于自己在这样的新环境中能够做的事还是没有一种成型的概念，庆幸的是我们有老师为我们介绍病房结构，介绍各班工作，带教老师们的丰富经验，让我们可以较快地

适应医院各科护理工作 and 环境。

是我实习的第一个科室，它是由骨科、脊柱科与烧伤整形科组成的。刚得知将会来到这个科室的时候，我的心情是紧张而又期待的，入科第一天，护士长带我们了解了医院的环境与布局，我们的科室是在住院部的八楼，进入科室，培训了一个星期，使我深深得感受到自己的茫然与无知，虽然培训的只是基本操作，可是我们却做得乱七八糟，虽然学校里面有学，可是不大一样，时代一直在进步，知识一直在更新，我们向我们的总带教老师黄老师学习得更加完善。更加规范，更加严格遵守三查八对。遵守无菌观念及无菌操作，老师还特别强调了要人文关怀，多于患者多多沟通，多了解她的病情及其它信息，使患者信任并且积极配合你的工作，也可以使护患关系得到些改善。

骨科，占了总人数的一大半，大多是骨折，老年人最常见的事股骨颈骨折，皮肤牵引是老年人中做的比较多的，目的只要是关节制动，缓解疼痛，纠正嵌插骨骨折或者其它比较稳定性的骨折，也可防止它不会损伤到神经与血管等，也可作手术，手术的患者手术前要进食禁饮12h，术后去枕平卧，遵医嘱给予心电监护吸氧及药物治疗，术后护理和病人的随时观察尿管，引流管是偶通畅，心理与饮食护理也很重要。对于卧床病人，我们也必须随时为患者翻身，防止压疮的发生，观察四感觉运动及肢末梢血运，脊柱科，最多见的，大概指的就是腰椎键盘突出，肩周炎，这些疾病非常常见，大多都是慢性的，长期性的。

整形科，里面的病人最多见得是烫伤，烧伤，硫酸泼伤等，医生根据患者的烧伤面积也分为了三个期：轻度(9%) 中度(10%~29%) 重度(30%~49%)，烧伤病人饮食，需要吃些高蛋白高热量高维生素的饮食，蔬菜水果、鱼汤，瘦肉、米饭等食物。

现在写护理文书都是在电脑上书写，体温单，画起来看起来

都简单明了，老师们也是在电脑上查对医嘱，然后打印接着遵医嘱执行，一些常用药也能说出其作用与用法。

我在科室里面跟了三个老师，黄老师，朱老师以及刘老师，她们都是各个方面都非常优秀的本站老师，扎实的基础知识以及熟练的技术操作，更是积累的丰富的临床经验，原本茫然与无知的我，经过老师们的教导，现在满载而归，感谢所有的带教老师对我们的辛勤教导，让我们在踏上岗位之前拥有了如此良好的实践机会，临床的实习是对理论学习阶段的巩固与加强，也是对护理技能操作的培养和锻炼，同时也是我们就业前的最佳训练，尽管这段时间很短，但对我们每个人都很重要。

我现在学到的理解到的知识还很少，我会继续努力去学习，去积累，利用这有限的时间，学到更多的东西，我会努力成为一名优秀的医务人员。

脊柱心得体会篇五

脊柱是人体重要的支撑结构之一，它的健康与我们的身体状况紧密相关。脊柱检查是一种评估脊柱健康状况的方法，旨在及早发现和诊断脊柱问题，防止疾病的进一步恶化。通过脊柱检查，我们可以了解到自己的脊柱是否存在问题，及时采取有效的治疗和预防措施，维护脊柱的健康。

第二段：述说我的脊柱检查经历和感受

我最近进行了一次脊柱检查，这是我第一次接受这样的检查。一开始，我对脊柱检查的程度和过程并不了解，有点紧张和担忧。但是，当我和医生进行沟通后，我的担忧得到了消解。医生很耐心地解释了检查的目的和步骤，并告诉我不用过于紧张。在检查过程中，医生采取了一系列的身体姿势，从不同的角度仔细检查了我的脊柱。最终，医生告诉我我的脊柱

很健康，这让我非常欣慰。

第三段：谈谈脊柱检查的优势和意义

通过这次脊柱检查，我深刻体会到了它的优势和意义。首先，脊柱检查可以帮助我们及早发现脊柱问题。有些脊柱问题潜伏在我们体内很长时间，并没有明显的症状，只有通过检查才能发现。其次，脊柱检查可以帮助我们了解到脊柱的健康状况，包括是否有脊柱畸形、脊椎关节是否稳定等。这些信息有助于我们及时采取相应的治疗和康复措施，避免疾病的进一步发展。最后，脊柱检查还可以为我们的日常生活指导提供依据，比如如何保持正确的坐姿、站姿等。

第四段：提出一些建议和注意事项

基于我的经历，我想给大家提一些建议和注意事项。首先，脊柱检查是一项正常的医疗过程，不必过于紧张和担心。在接受检查前，可以多了解一些有关脊柱检查的知识，这样可以更好地与医生沟通。其次，选择一家正规和专业的医疗机构进行脊柱检查非常重要。只有专业的医生才能准确地评估脊柱的健康状况。最后，每个人在日常生活中都要注意保持良好的脊柱卫生习惯，比如坚持正确的坐姿、站姿，避免长时间低头等不良姿势。

第五段：总结脊柱检查的重要性

总之，脊柱检查对于我们维护脊柱健康非常重要。通过及时发现和诊断脊柱问题，我们可以采取针对性的治疗和康复措施，预防疾病的进一步恶化。同时，我们也要注重日常生活中的脊柱卫生习惯，保持正确的姿势和运动习惯。只有这样，我们才能在工作 and 生活中健康快乐地与脊柱共处。

脊柱心得体会篇六

护理礼仪 端庄的仪表与优美的体态. 实际上是一种无声的语言, 再加上和蔼的态度、微笑的表情、动听的语言, 不但能留给患者良好的第一印象. 而且能引发患者精神上积极的情感体验, 同时增强患者对实习生的信任感。因此, 要对实习生诸如从打接电话、迎送病人到护理操作、着装礼仪等细节多做示范, 并要求实习生掌握服务用语和禁语。

基本理论和基本操作 带教老师进行各项基础护理知识及专科疾病护理常规的讲解, 如肌肉注射, 静脉输液, 皮试的做法, 颅骨牵引的护理、脊柱患者翻身方法, 颈椎, 腰椎术前术后常规护理, 带教老师讲解、示范为主, 鼓励护生多看、多问、多动手。基础操作在示范操作规程的同时, 尽量多传授临床经验, 着重突出遇到问题的解决办法, 强调三查七对, 无菌原则和爱伤观念。

双向反馈告诉学生, 科室在每批学生实习完出科前, 必须进行理论及操作技能考核, 由护士长与带教老师参加监考及问卷, 记录成绩, 并请各带教教师对学生的政治思想、工作作风、劳动纪律、实习态度、业务水平进行总结。评选优秀学生, 实习结束上报护理部。根据激励理论, 一定的外部刺激可以激发人的行为动机。征求护生对带教的意见和要求, 分析总结, 改进、促进了护理教学质量的不断提高。

充分有效的入科教育可以增强师生之间的感情. 促进学生良好的依从性; 增强学生的纪律观念, 有效减少违纪事件和医疗纠纷的发生; 增强学生对职业特点和职业道德的认识; 加快学生适应临床护理。因此, 入科教育在护理临床带教中是不可避免的. 是护生实习的第一步, 且是极其重要的一步, 带教教师要引起足够重视。

脊柱心得体会篇七

第一段：引言（诱发读者兴趣）

中医脊柱骨科是中医学中的一个重要分支，主要研究诊断和治疗脊柱及相关疾病。多年来，我一直对中医脊柱骨科颇感兴趣，并积累了一些心得体会。在这篇文章中，我将分享这些体会，并希望能让更多人了解中医脊柱骨科的魅力。

第二段：中医脊柱骨科的理论基础（介绍中医脊柱骨科的理论基础）

中医脊柱骨科的理论基础主要包括经络学说、阴阳学说和五行学说。经络学说认为人体各种组织器官之间通过经络相联，形成了一个系统。脊柱作为人体的主要支撑结构，与各个经络有着密切的联系。而阴阳学说则强调人体内外的阴阳平衡，脊柱的健康与平衡直接影响着人体气血的流通。此外，五行学说也指出不同脊椎节位与五行相应，进一步揭示了脊柱与人体其他器官的关系。

第三段：中医脊柱骨科的诊断与治疗（详细介绍中医脊柱骨科的诊断与治疗手段）

中医脊柱骨科的诊断主要依靠中医特有的望、闻、问、切方法。医生通过观察病人的面色、舌苔、脉搏等，结合病史和症状，可以初步确定脊柱疾病的类型和严重程度。接下来，医生根据诊断结果选择不同的治疗手段。中医脊柱骨科常用的治疗方法包括推拿、针灸、拔罐、艾灸等。推拿是最为常见的治疗手段之一，通过按摩和推拿可以舒缓肌肉紧张，调整脊柱的位置和功能。针灸则通过在关键穴位插入针具，调节脊柱和脏腑的平衡。拔罐和艾灸则可以通过疏通经络和温热作用促进血液循环和修复。

第四段：中医脊柱骨科的优势和独特之处（深入探讨中医脊

柱骨科的优势和独特之处)

中医脊柱骨科与西医脊柱骨科相比，有着独特的优势。首先，中医脊柱骨科注重整体观察和辨证施治，不仅关注脊柱病变本身，还将其与人体其他器官相互关联考虑。其次，中医脊柱骨科倡导个性化治疗，相同疾病可能因人而异的特点被重视。重视个体差异的处理，极大地提高了治愈率。此外，中医脊柱骨科强调运用自然疗法，采用无副作用、自然疗法，可以减少药物依赖和不良反应。

第五段：总结（总结中医脊柱骨科的心得体会）

中医脊柱骨科是一门博大精深的学科，深受人们的喜爱。通过理论的指导和方法的应用，实现了对脊柱疾病的诊断和治疗，取得了显著的疗效。它与西医脊柱骨科相辅相成，各有所长。通过对中医脊柱骨科的研究和实践，我深深感受到中医脊柱骨科的独特魅力和实用价值。希望这些心得体会能够引起更多人对中医脊柱骨科的关注和学习。

脊柱心得体会篇八

通过脊柱外科实习，尽力提高独立思考、独立解决问题、独立工作的能力，不断培养自己全心全意为人民服务的崇高思想和良好的职业道德。下面是本站小编为大家收集整理脊柱外科实习心得，欢迎大家阅读。

在骨科的实习即将结束，在这一个多月的实习期间，我遵纪守法，遵守医院及医院各科室的各项规章制度，尊敬师长，严格要求自己，努力做到不迟到、不早退、不无故旷工及擅自离开工作岗位。对待病人态度良好，努力将所学理论知识和基本技能应用于实践。

转眼间实习一个多月了，时光飞逝，回首这一个多月的实习

生活，我学到很多感触很多。回想起实习的第一天刚进入病房，总有一种茫然的感觉，对于护理的工作处于比较陌生的状态，也对于自己在这样的新环境中能够做的事还是没有一种成型的概念，庆幸的是我们有老师为我们介绍病房结构，介绍各班工作，带教老师们的丰富经验，让我们可以较快地适应医院各科护理工作和环境。

是我实习的第一个科室，它是由骨科、脊柱科与烧伤整形科组成的。刚得知将会来到这个科室的时候，我的心情是紧张而又期待的，入科第一天，护士长带我们了解了医院的环境与布局，我们的科室是在住院部的八楼，进入科室，培训了一个星期，使我深深得感受到自己的茫然与无知，虽然培训的只是基本操作，可是我们却做得乱七八糟，虽然学校里面有学，可是不大一样，时代一直在进步，知识一直在更新，我们向我们的总带教老师黄老师学习得更加完善。更加规范，更加严格遵守三查八对。遵守无菌观念及无菌操作，老师还特别强调了要人文关怀，多于患者多多沟通，多了解她的病情及其它信息，使患者信任并且积极配合你的工作，也可以使护患关系得到些改善。

骨科，占了总人数的一大半，大多是骨折，老年人最常见的事股骨颈骨折，皮肤牵引是老年人中做的比较多的，目的只要是关节制动，缓解疼痛，纠正嵌插骨骨折或者其它比较稳定性的骨折，也可防止它不会损伤到神经与血管等，也可作手术，手术的患者手术前要进食禁饮12h□术后去枕平卧，遵医嘱给予心电监护吸氧及药物治疗，术后护理和病人的随时观察尿管，引流管是偶通畅，心理与饮食护理也很重要。对于卧床病人，我们也必须随时为患者翻身，防止压疮的发生，观察四感觉运动及肢末梢血运，脊柱科，最多见的，大概指的就是腰椎键盘突出，肩周炎，这些疾病非常常见，大多都是慢性的，长期性的。

整形科，里面的病人最多见得是烫伤，烧伤，硫酸泼伤等，医生根据患者的烧伤面积也分为了三个期：轻度(9%) 中

度(10%~29%) 重度(30%~49%)，烧伤病人饮食，需要吃些高蛋白高热量高维生素的饮食，蔬菜水果、鱼汤，瘦肉、米饭等食物。

现在写护理文书都是在电脑上书写，体温单，画起来看起来都简单明了，老师们也是在电脑上查对医嘱，然后打印接着遵医嘱执行，一些常用药也能说出其作用与用法。

我在科室里面跟了三个老师，黄老师，朱老师以及刘老师，她们都是各个方面都非常优秀的本站老师，扎实的基础知识以及熟练的技术操作，更是积累的丰富的临床经验，原本茫然与无知的我，经过老师们的教导，现在满载而归，感谢所有的带教老师对我们的辛勤教导，让我们在踏上岗位之前拥有了如此良好的实践机会，临床的实习是对理论学习阶段的巩固与加强，也是对护理技能操作的培养和锻炼，同时也是我们就业前的最佳训练，尽管这段时间很短，但对我们每个人都很重要。

我现在学到的理解到的知识还很少，我会继续努力去学习，去积累，利用这有限的时间，学到更多的东西，我会努力成为一名优秀的医务人员。

护理礼仪 端庄的仪表与优美的体态.实际上是一种无声的语言，再加上和蔼的态度、微笑的表情、动听的语言，不但能留给患者良好的第一印象.而且能引发患者精神上积极的情感体验，同时增强患者对实习生的信任感。因此，要对实习生诸如从打电话、迎送病人到护理操作、着装礼仪等细节多做示范，并要求实习生掌握服务用语和禁语。

基本理论和基本操作 带教老师进行各项基础护理知识及专科疾病护理常规的讲解,如肌肉注射，静脉输液，皮试的做法，颅骨牵引的护理、脊柱患者翻身方法，颈椎，腰椎术前术后常规护理，带教老师讲解、示范为主，鼓励护生多看、多问、多动手。基础操作在示范操作规程的同时，尽量多传授临床

经验，着重突出遇到问题的解决办法，强调三查七对，无菌原则和爱伤观念。

双向反馈告诉学生，科室在每批学生实习完出科前，必须进行理论及操作技能考核，由护士长与带教老师参加监考及问卷，记录成绩，并请各带教教师对学生的政治思想、工作作风、劳动纪律、实习态度、业务水平进行总结。评选优秀学生，实习结束上报护理部。根据激励理论，一定的外部刺激可以激发人的行为动机。征求护生对带教的意见和要求，分析总结，改进、促进了护理教学质量的不断提高。

充分有效的入科教育可以增强师生之间的感情. 促进学生良好的依从性;增强学生的纪律观念, 有效减少违纪事件和医疗纠纷的发生;增强学生对职业特点和职业道德的认识;加快学生适应临床护理。因此, 入科教育在护理临床带教中是必不可少的. 是护生实习的第一步, 且是极其重要的一步, 带教教师要引起足够重视。

时光飞逝, 在骨科医院实习的四个多月转眼就过去了, 在这四个月里我学到了很多课本上学不到的东西, 而且不仅仅是在医学方面上的, 还有做人和办事能力方面。

记得刚到医院的时候, 我们都是怀着好奇与忐忑的心情去科里报道, 刚进科里的时候也不知道做什么, 怕反而帮了倒忙, 但随着老师耐心的教导我慢慢熟悉的在医院的一些工作。算起来我在医院上过的手术差不多能有一百多例了, 小到内踝骨折, 锁骨骨折, 还有掌骨骨折;大到人工全髋关节置换术, 颈椎手术, 腰椎手术。其实说大小只是相对来说, 在医生的眼中所有的手术都应该是大手术, 应该相等对待。说到手术记得我的第一台手术时在和老师出急诊夜班的时候来的一个胫骨远端开放骨折合并胫距关节脱位的患者, 当把他腿上包扎的纱布打开的时候, 看见了骨折端刺破了皮肤穿了出来。那是我第一次看见活生生的骨头, 跟在解剖实验室看见的骨头一点都不一样, 但没感到那么的恐怖。给患者做了些处理

和抽血化验之后就进手术室了。手术从零点一直做到两点多。感觉从手术室出来后腿都软乎了。第一次上手术的感觉就是累啊，而且还是半夜该睡觉的时候上的，当时我就感觉，做个医生不容易啊，不仅要随时做好上手术的准备，而且还要有足够的精神意志力。

髌骨骨折，胫骨平台骨折，胫骨骨折，内外踝、三踝骨折，皮隆骨折、跖骨骨折，掌骨骨折，人工全(半)髋关节置换术，颈椎滑脱和颈间盘突出，腰椎压缩、爆裂骨折，腰间盘突出。从第一次上手术时的忙手忙脚到后来成为老师的得力助手与平时的多看有着莫大的关系，在手术室做手术前的准备的时候，多看护士和麻醉师都干什么，在手术的时候多看老师在做什么，在手术后多看看患者的状态，回学校后多看看医学书籍和视频。这些对我们所有的实习生都很适用，不仅仅是对骨科实习生。在经历了一段时间后就可以适当的帮着干一些活了，比如在手术室的准备阶段，可以帮护士连接心电监护、血压计和脉氧夹，麻醉的时候帮助麻醉师摆体位，可以让麻醉进行的更顺利；在手术的时候思路要跟着老师走，尽量要做到老师做到哪差就应该知道老师应该做什么的程度；手术过后记得隔天给患者换药，询问患者的状态，多跟患者交流，减轻患者的心里负担，发现异常及时向带教老师汇报。

弓根钉，之后用棘突剪刀剪掉病椎的棘突再用咬骨钳、枪钳子除去椎管占位的骨块以解放脊神经，显露脊神经后检查硬膜囊是否有破裂，如果有破裂用结扎线缝合。最后连接椎弓根钉尾棒和横连，清点纱布器械后将肌肉组织覆盖于椎弓根钉，连接负压引流装置，固定，逐层缝合，关闭切口，以无菌敷料覆盖伤口，手术结束。术中要彻底止血，注意保护神经，缝合时要注意不要将引流管缝合。术后第一天更换敷料，第二天如果引流出血性液体小于50毫升，予以将引流拔出，之后隔日换药，术后14天拆线。拆线后即可出院。这就是一个腰椎爆裂骨折患者从入院后到出院的过程，患者最少需要住院十六七天，也就是半个月的时间，在这半个月的时间里主治大夫是患者心理最大的精神支柱，所以，我们在这半个

月的时间里要把患者当做亲人一样对待。

生因此挨过不少骂，我就是其中一个，但是挨骂也是有好处的，因为这样就能让你一直深刻的记住这件事，不致于再犯第二次错误。

在骨科医院实习已经结束，在这四个多月的实习期间，我遵纪守法，遵守医院及医院各科室的各项规章制度，尊敬师长，团结同学，严格要求自己，努力做到不迟到、不早退、不无故旷工及擅自离开工作岗位。对待病人和蔼可亲，态度良好，努力将所学理论知识和基本技能应用于实践。在此过程中我不断总结学习方法和临床经验，尽力提高独立思考、独立解决问题、独立工作的能力，不断培养自己全心全意为人民服务的崇高思想和良好的职业道德。以前在学校所学都是理论上的，现在接触临床才发现实际工作所见并非想象那么简单，并非如书上说写那么典型，好多时候都是要靠自己平时在工作中的经验积累，所以只有扎实投入实习，好好体会才能慢慢积累经验。配得上洁白的白大衣！