

最新普外肝胆心得体会(通用10篇)

心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解 and 领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。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。

普外肝胆心得体会篇一

在这个火热的七月，我们暂别象牙塔中舒适的生活，带着青年人特有的蓬勃朝气，走入社会，了解社会，深入社会。

暑期社会实践活动一直是我校大学生投身社会、体验生活、服务大众的真实契机。

暑假假一放，经过一番准备，我便来到台州临海的杜桥开始了一种全新的生活——社会实践。我的实践时间从7月17日到7月31日。作为一名大一学生，就快要步入社会的我带着学习和好奇的心情去迎接第一天的实践，在这之前我是一点实践经验也没有。虽说只是实践，但生活的方式却已完全不同于学校里的生活，从早上6:20到晚上20:30，一直有大大小小的活动在开展着，对留守儿童进行义务家教，进小区和街道收集废品，卖到废品回收站，用筹集的钱购买书签，在书签上写关于关爱留守儿童的标语，在街心公园设点，拉横幅，标注“携手关爱留守儿童”，邀路人签名，发放写有关于关爱留守儿童标语的书签。进行全民总动员的游戏，从培养孩子团队合作精神、信任他人、学会独立、互相帮助等几个方面设计活动内容。

“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。这

次实践后才能深刻体会这句话的含义。除了计算机操作外，课本上学的理论知识用到的很少很少。刚开始去的时候，还真有点不习惯。很多东西都不懂，幸好有叔叔、阿姨们的耐心帮助，让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

第一次参加社会实践，我明白大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式；是促使大学生投身改革开放，向工农群众学习，培养锻炼才干的好渠道；是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。通过参加社会实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。近一个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。

社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

转眼间，已经在三高中度过了一个月的时间，有欢笑，有泪水，在过了3年沉寂的大学生活后，我的生活多了一些改变，在这里，我每天过着朝五晚九的生活，虽然很累，但很充实，很满足。

在这里我接触时间最长的人莫过于我的学生了，每每谈起他们，我就有很多话要说。一个月的时间把我和同学们之间最

初的师生关系变成了朋友关系，我与每位同学都进行过交谈并且能马上叫出他们的名字。由最初的惜字如金变成了现在的无话不谈，每每都会被他们逗的哈哈大笑。

9月1号，我参加了xx三高的开学典礼，内容跟每年的开学典礼基本一样，但最大的不同是参加的身份变了，我不再是搬着板凳跑去操场的学生，而是以一个老师的身份坐在那里，意义不一样。

来到这，还有一个不同的是每周一都要参加升旗仪式，一直都觉得升国旗是一项庄严地事情，每次都很享受那个过程，看着自己国家的国旗升起，每次都觉得很骄傲，自豪。

最近一直都在忙着十一国庆晚会和月底运动会的事情，第一次接受这样的工作，工作中碰到了好多问题，每次都觉得好难，好想放弃，但看到我们班的孩子们，我又不忍心，于是告诉自己坚持下去，正是因为他们，我有了解决问题的动力，可能结果并不是我想要的，但我至少努力过。

最近由于班级里有打仗的情况，也跟着指导老师学着怎么样处理这方面的问题。

除了在班级管理上的进步，我也跟着指导老师听了一个月的英语课，还听了10节其他老师的公开课，每节课都不落，只要有机会我就要去听，多听老师讲课，并自己思考，如果我是站在前面的老师，我该怎么讲，我怎么能讲的让同学们都听懂，我认真揣摩指导教师的每个教学细节，并用积累本记录下来，努力学习。

这一个月用充实、刺激形容一点也不为过。我很满足这里的生活，并且很期待接下来的日子，不管艰苦还是高兴，我都很期待，很期待接下来的惊喜和挑战。马上就要召开运动会了，祝愿我的班级可以取得好成绩呦。

我于8月12号从西安坐火车于13号怀着复杂的心情来到唐山，14号正式在唐山冀东乐业维修车间实习。初到这里，这边饮食习惯跟西安差别比较大，住宿条件也不太理想，心中多少有点失落感。但我也做好了心理准备，毕竟我来这边不是为了旅游玩耍，是来实习学东西，条件越是艰苦，就越发要好好实习，好好学东西，不然对不起自己大老远的辛苦的跑过来，也对不起公司的栽培。所以在这边我没有载声怨道，而是默默无闻的向这边的师傅们学习。所以工作热情高涨、积极性很高，为能够多学点东西工作也更勤奋。这边维修师傅人也挺好的，对我也比较照顾，对此我表示感谢。

来唐山至今已有一个来月了，再苦再累都熬过来了，通过一个多月的实习在这边学到了太多太多东西，使我受益匪浅。刚来这边车间里面工作流程跟我在西安工作单位差别比较大，而且从西安来这边的师傅工作经验都非常丰富，而我工作经验比较短，唯一的优点就是理论知识比他们丰富，所以刚来这边的时候压力比较大。

但是来了这长时间这种压力渐渐的减轻许多，因为来了这长时间学的东西实在太多，对奥迪车辆的维修流程渐渐的了解和接受。对奥迪车辆的常见维修保养也基本了解，所以回西安工作我也不会因此手忙脚乱。所以来唐山冀东乐业实习收获是极大的，付出是值得的。在此我把我在唐山冀东乐业实习心得和体会和大家一起分享。

首先，这一个来月的实习让我对奥迪4s店特别是冀东乐业维修车间工作流程大致了解熟悉了，特别是从维修车辆进入维修工位开始、经过车辆内外和底盘检查、常规保养维修操作流程、领料流程、打保养表、填写保养表、填写诊断报告书以及交前台跟前台沟通流程、直至最后交质检验车整个流程有了一个清晰的认识和了解。对整个车间的日常运作流程也大致能够了解。

之前我在西安工作4s店跟这边的工作流程模式区别很大，现

在对冀东乐业这种工作流程已经深入我心。还有对奥迪车系有了更全面的认识和了解，之前对奥迪车系也知道但只是一点皮毛，现在对奥迪车系的了解更加全面，从奥迪a4、a4l、a6、a6l、a8、q7以及新款奥迪a5的认识更加深刻，对这些车系的仪表使用、mmi使用更加熟悉，以及对这些车系的维修保养也更加了解，这些车系维修保养相同和不同之处认识也更加全面，比如老款a6清洗喷油嘴跟其他车系不一样，因为老款a6燃油系统有个回油管，所以清洗喷油嘴的时候必须拿一个卡子把回油管卡住，不让清洗液回流，记得有一次师傅没有把回油管卡死，结果几秒钟时间清洗液全部流回油箱了。

还有奥迪a6l2.8清洗喷油嘴也很特别，别的车系清洗喷油嘴在发动机里面把进油管接好就行，而这款车清洗喷油嘴须在底盘下面跟汽油滤芯进油管接口接在一起清洗。还有对于奥迪车系每款车机油加入量也有一个大致的了解，对于四缸发动机老款加入量不到4升、新款发动机4升多一点，对于六缸发动机一般都是6.5升左右。

还有不同车系加入的机油也不一样，对于进口车奥迪a8、q7加的是高档机油金嘉护机油，记得有次去库房给奥迪a8打料，库房人把机油给错了，给的是奥迪原装机油，结果可想而知，我把机油给加错了。对于这种错误今后我一辈子都不会再犯。

其次通过这一个来月的实习使我的思想感悟极深，使我的工作态度更加端正、提高了我今后工作的责任心，对我今后的职业生涯规划有及其重要的影响。在这一个多月的实习期内我也犯过不少小错误，比如加机油有几次加多了、观擦不够仔细误导师傅工作，现在想起这些错误简直不可思议、不相信自己会犯如此低级的错误，有时候这些小错误会给我这天的工作带来非常不愉快的影响。现在想想其实人都有犯错误的时候，犯错误不要紧，关键是遇到错误要不断的进行自我反省，为什么会发生那样的错误，怎样才能避免发生那样的错误，做到杜绝老错误，尽量避免新的错误的发生。记得我

这组吴师傅给了我一句很经典的评价：“你用心去观察去学习，但是观察的还不够仔细不够专一”。

这句话对我来刻骨铭心，时常在我脑海里荡漾，想想这一个来月犯的错误都可以用这句话来总结了。这句话对我以后的工作包括我回西安工作都将产生重大的影响，它就想一个警钟随时提醒我无论以后何时何地任何工作都要做到用心、仔细、专一的.去工作才能把工作做好，特别是汽车维修，作为一个技术岗位，由于其岗位的特殊性、给人感觉又脏又累，甚至在某些人眼里是很“低卑的工作”，所以要求从事该工作者还要有不怕苦不怕累的品质，以该工作为荣。我虽是一名大学生，我记得教育部部长周济说过一句话“今后的大学生要把自己定位为普通的劳动者”。

我一直把自己定位为普通的劳动者，尊重该岗位，工作没有贵贱之分，之前我这种信念不是太强烈，有点轻视汽车维修工作，认为没什么了不起的，只是换件，技术含量不是太高，可来这之后我出现我许多低级的错误才知道想把汽车维修干好不容易，用一句话形容最恰当不过了“看起来简单做起来难”，只有把平凡的工作做好才是不平凡。说到这里我得向冀东乐业维修车间里面的师傅学习，想当初他们能够达到现在的水平他们付出了很多很多，学习他们那种对待工作认真谨慎的态度。

庆幸的是我现在明白这个道理，其实应该这样说，之前我也明白这个道理，只是现在用教训明白的更加深刻。所以以后回西安庞大乐业工作我得吸取教训，对于任何简单的工作都得以认真的态度去对待，做到心无杂念，戒骄戒躁。这样才能把简单的工作做好，接着师傅领导都放心把复杂的工作交给我，我的工作能力才能不断得到提高。

本人于2013年7月10日来到东莞长发光电科技有限公司开始了为期20天的暑期认识实习。最后由于该企业设备的维修以及车间的装修，本次实习被提前至7月29日结束返校。虽然只有

短短的20天时间，但是在这段时间里，在企业导师、员工师傅的耐心指导和自己的虚心学习下，对于一些平常的理论知识终于有了一定的感性认识，这对我们以后的学习和工作有很大的帮助。下面是我此次实习总的心得体会，希望给师弟师妹们一些启发。

1. 上学与上班的区别

上学的时候，自由支配的时间很充裕，可以适时偷懒、放松、外出等；上班的时候，每天都有要完成的任务，同时有一种责任抗在肩上，即使没任务也要到点才能下班。上学的时候可以很有个性，但上班就必须融入企业、融入社会的文化氛围中，否则很快就会被淘汰。上学的时候很自信，觉得自己将来能干一番事业；上班了，才觉得自己需要学习的东西太多了。在学校，直来直往，犯点错误只会受点教训；出来社会，犯错会比错误本身要承受更大的责任，所以必须少说话，多办事。上了班才知道什么叫做现实，上了班才知道什么叫做生活的艰辛。所以总结下来，个人觉得能作为一名大学生是幸福的，我们需要好好地珍惜大学生生活，让大学生涯充实无憾。

2. 适应

从学校走到社会，环境、人群、责任都一下子发生了变化。对于大学生来说确实要做到尽快转换角色，去适应急速的工作时间和节奏，不然很有可能会影响你在工作上的状态。

3. 坚持大三暑期实习心得体会

我们不管到哪家公司，一开始都不会立刻给我们工作做，一般是先让我们看或是做杂货，时间短的要几天，时间长的要几周，在这段时间里很有可能会产生厌倦或乏味无聊的感觉，便产生离开的想法，在这个时候一定要坚持，轻易放弃只会一直恶性循环，更不用提什么晋升了。

4. 多做事，少说话

我们到企业工作以后，要知道自己能否胜任这份工作，关键是看你自己对待工作的态度，态度认真了，工作就不会乏味，学习和工作也就事半功倍。我觉得作为一名社会工作者，需要怀有多听、多看、多想、多做、多请教、少说话这一“五多一少的”态度。工作如此，为人处事也是如此。

普外肝胆心得体会篇二

肝胆外科胆囊结石是一个常见的疾病，治疗方式有很多，如手术治疗、药物治疗等。我曾经亲身经历了这个病痛，通过接受手术治疗成功摘除胆囊结石，并经过一段康复期的护理和调养，我对胆囊结石的认识更进一步，也有了一些体会和心得。以下是我的五段式文章。

第一段：胆囊结石的形成及症状

胆囊结石是由胆固醇、胆固醇酯等组成的囊状结石，在胆囊内形成，并引起一系列症状。胆囊结石常常会引起上腹部疼痛，疼痛程度不一，有时候还会向背部放射。胆囊结石还可能引起恶心、呕吐、胃肠胀气和消化不良等胃肠道问题。严重的情况下，胆囊结石会导致胆囊炎、胆道感染等并发症，给患者的健康和生活带来很大的困扰。

第二段：选择手术治疗的原因

胆囊结石的治疗方式有很多，如药物治疗、胆道镜取石术以及胆囊切除术等。针对我的情况，我选择了胆囊切除术。我选择手术治疗的原因有以下几点：首先，手术是一个直接、彻底的治疗方式，能够彻底摘除囊结石，减少复发的可能性。其次，手术治疗对于长期存在胆囊结石且有症状的患者来说，是一个较为理想的选择。尽管手术带来了一定的风险和不适，

但从治疗效果和患者福利来看，手术治疗是最有效的方式。

第三段：手术治疗的过程和注意事项

手术治疗是一个需要在专业医生的指导下进行的过程。在接受手术治疗之前，医生会给患者进行详细的检查，确保患者的身体状况适宜手术。手术中，胆囊会被完全摘除，来实现对胆囊结石的治疗。手术结束后，患者需要严格遵循医生的建议进行术后护理。术后疼痛、饮食等方面都需要进行注意，以促进伤口的愈合和康复。此外，术后还需要继续定期随访，避免并发症的发生。

术后的康复期是非常关键的，对于恢复身体和避免并发症都起着重要的作用。在康复期，我按照医生的建议进行了一系列的饮食和生活方式的改变。我遵循低脂饮食，减少油脂和刺激性食物摄入，尽量选择健康的食材和做法。同时，我也逐渐恢复了适度的运动，促进了血液循环和肌肉的恢复。在康复期，关键要保持愉快的心情和积极乐观的态度，这对于身体的恢复和健康的保持都有很大帮助。

经历了胆囊结石的治疗和康复，我对胆囊结石有了更加深刻的认识。首先，保持健康的生活方式是重要的，良好的饮食和规律的运动有助于预防胆囊结石的发生。其次，对于有症状和复发的情况，及时就医并进行有效的治疗非常重要，以免给身体带来更大的损害。最后，术后的康复期也是需要重视和保持的，修复以及维护身体功能需要一定时间和耐心。

总结起来，通过亲身经历肝胆外科胆囊结石的治疗和康复，我对这个疾病有了更深入的了解。对于胆囊结石的治疗，手术是比药物治疗更为彻底的方式，但需要注意术后的康复和调养。同时，保持健康的生活方式和及时就医也是预防和治疗胆囊结石的重要方法。通过这次经历，我更加明白了健康的重要性和生活方式的影响，也更加重视了自己的健康。

普外肝胆心得体会篇三

大家知道护士的实习日记怎么写吗？一起来看看。身为实习护士，刚进入病房的那一刻，总有一种茫然的感觉，对于护理的工作完全处于陌生的状态。你是否在找正准备撰写“肝胆脾胰护士实习日记”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！

今天是实习的第一天，昨晚兴奋得睡不着觉……

来到医院第一天我们六名同学留下帮了老师整理了一天的档案，大家说说笑笑，虽然手都抄酸了，眼睛也疲倦了，但还是挺开心的。中午，我们品尝了食堂的饭菜，呵呵，比学校食堂的稍好一些，之后熟悉了下环境，这里风景不错！加油吧！实习的第一站——妇产科！

到了妇产科，一开始挺紧张的，因为今天的病人很多，产科的床位都满了。一开始老师让我熟悉了下环境，让我到每个病房转转。今天的主要任务就是跟着带我的老师学习了下整理入院与出院病人的一些相关病历，护理记录拉，如何执行长期医嘱，还有学会写药瓶签等等，其余的时间给刚入院的病人量了血压、体温，帮助一些病人换药，拔针，最后，我们中医学院的一位师姐教我如何摆药，如何帖签，和一些药的禁忌以及注意事项。总之，今天学到了很多，挺开心的。

在妇产科让我最开心的是不用上夜班，还有双休，因为带我的老师她不上夜班，呵呵！！

结束了短暂的双休后继续学习。今天中午，老师带着我去产房看生小孩，一开始还没勇气进去，进去之后觉得也没有想像中的恐怖，这个产妇侧切生下一个可爱的女婴。后来跑到婴儿沐浴间看老师给小婴儿洗澡，完后看老师为这个小毛毛（金阳医院对小婴儿的称呼）注射了卡介苗和乙肝疫苗，如

果是剖宫产剖下出的小孩，还需要注射维生素k1和青霉素(不需要做皮试)。

下午还学习了静脉抽血，但还没亲自动手，今天还学写了护理记录，为病人发药，还有一些药物的名称和用途。

今天早上8:30就跟着老师去接班了，第一件事，跟老师检查了毒麻药数量□icu监护的抢救药品是否备齐。之后我利用了空闲的时间在配药间学习了一些药物的药理作用。如丹参(活血化瘀)、硝普钠(用于高血压急症和急性心衰)、盐酸肾上腺素(抢救过敏休克等)、头孢二代(抗感染药)缩宫素(催产和引产、控制出血 1ml:10单位)西地兰(治疗妊娠高血压)，今天学会了这几种，还有很多药需要再去学习。

今天还学习了这样做一份完整的体温单，以前在学校学过，不过已经忘得差不多了，今天老师认真的给我讲了一遍，终于搞懂了。

下午量了几个刚手术后的病人血压，脉搏。特级护理1小时量一次bp.t.p;一级护理每两小时监测一次、二级护理每4小时监测一次，刚手术后的病人为特级护理。

采血：血液分析(紫);肝肾功能、传染病、电解质紊乱(深绿);血凝试验(浅蓝);血沉化验(黑，速配血);生化浆□hcg(红);血流变、生化类(浅绿);血沉、配血(深蓝色)。

老师教我如何书写护理记录、如何执行遗嘱，交接班应注意些什么。如何为病人上心电监测仪。老师将她平时积累的笔记借我抄了抄，都是些特有用的笔记，太感谢了，亲爱的老师，呵呵。

普外肝胆心得体会篇四

肝胆是人体内一对重要的脏器，肝脏位于人体右上腹部，是最大的内脏器官。而胆囊则紧邻肝脏，负责储存并排泄胆汁。肝胆功能紧密相连，也相辅相成。肝胆的健康与我们的生活息息相关。因此，我们应该认识到肝胆的重要性，并从日常生活中加以保护与呵护。

第二段：保护肝脏，保持身体健康

肝脏是人体内最大的脏器，具有解毒、储能、产生胆汁等多项重要功能。然而，肝脏也是容易受到伤害的器官，不良的生活习惯及饮食结构，容易对肝脏造成伤害。因此，我们要采取措施来保护肝脏的健康。首先，要注意饮食的均衡，减少油腻和含有毒物质的食品摄入。其次，远离毒品、酒精和烟草等对肝脏有害的物质。最后，要养成良好的作息习惯，保证充足的睡眠时间。这些措施将有助于保护肝脏的健康。

第三段：关注胆囊健康，远离胆结石病

胆囊是储存并排泄胆汁的重要器官，胆汁的正常流动对身体健康非常重要。然而，不规律的饮食和生活作息容易导致胆囊结石病的发生。为了保护胆囊的健康，我们应该保持良好的饮食习惯，适量摄入富含纤维素的食物，并避免过量摄入含胆固醇的食物。此外，合理安排餐食时间，避免长时间的空腹和暴饮暴食。另外，还可以适量增加体育锻炼，提高身体免疫力，预防胆囊结石的发生。

第四段：情绪管理，关心内心健康

除了饮食与生活方式的调整外，情绪的管理也对肝胆的健康起到重要作用。长期面对压力和负面情绪，容易导致肝胆的功能失调。因此，我们应该学会合理处理压力，保持良好的心态。可以通过运动、读书、听音乐等方式来缓解压力，注

意自己的情绪变化，并及时寻求帮助。内心的健康与肝胆的健康是相辅相成的，只有保持积极乐观的心态，才能拥有健康的肝胆。

第五段：呵护肝胆，关爱自己

人生只有一次，拥有健康的身体才有可能去创造美好的生活。因此，我们要时刻关注肝胆的健康，呵护自己的身体。保持健康的生活习惯，饮食合理，养成良好的作息规律，保持充足的睡眠时间。此外，适时进行体检，及早发现异常情况。多关注自己的身体状况，了解肝胆的知识，并咨询专业医师的意见。只有这样，我们才能关爱自己的肝胆，关爱自己的身体，为自己的人生增添更多健康和幸福。

总结：保护肝胆不仅是对自己身体的呵护，更是对于健康生活的追求。通过了解肝胆的重要性以及采取相应的保护措施，我们可以拥有健康的身体和幸福的人生。呵护肝胆，关爱自己，让我们共同享受健康生活的美好！

普外肝胆心得体会篇五

人生快事，莫如读书。它能让我们知天地、晓人生。它能让我们陶冶性情，不以物喜，不以物悲。书是我们精神的巢穴，生命的源泉。古今中外有成就的人，到与书结下了不解之缘，并善于从书中汲取营养。

我的书有很多，如“《哆啦a梦》、《十万个为什么》、《老夫子》……”

在《名人传》这本书中，我最敬佩的名名人是达芬奇：达芬奇在学画画的时候，老师总是叫达芬奇画鸡蛋，达芬奇觉得有点不耐烦了，就想让老师让他画另一些物品，老师就拿出各不相同的鸡蛋出来，让达芬奇观察这些鸡蛋有什么不同，达芬奇最后发现，全部的鸡蛋都是各不相同的，虽然看起来

是个很小的鸡蛋。从此，达芬奇都很认真地观察身旁的物品，凭他的努力，最后成为了一名著名的绘画师。

正是达芬奇这种精神让我懂得了只要认真仔细地观察身旁的物品，凡事从小做起，才能发现更有趣的事情，也会取得更大的成功。

朋友们，快来进入书的海洋吧，你会获得更多。

普外肝胆心得体会篇六

中医肝胆学是中医重要分支之一，它涉及肝、胆、胃、肠等器官的疾病。通过学习和实践，我深刻认识到中医肝胆学的重要性，掌握了许多有效的治疗方法和调理技巧，使我在临床实践中取得了一定的成效。本文将重点讲述我在学习中医肝胆学中的体会和心得，希望能够对读者有所启示。

第二段：中医肝胆学的基本概念和诊断方法

中医肝胆学认为，肝为水平之官，与人体筋脉、情感、决断等有关，胆为垂直之官，与人体眼睛、乳房、口舌等有关。中医肝胆学的诊断方法主要包括望诊、闻诊、问诊和切诊等，其中脉诊是中医肝胆学诊断的重要手段。在临床实践中，我注意观察舌质、舌苔、脉象等，辅助诊断肝胆疾病，为患者开具合适的中药方剂。

第三段：中医肝胆疾病的治疗方法和调理技巧

中医肝胆疾病的治疗方法主要以中药调理为主，包括清热解毒、祛瘀活血、滋阴养肝等。对于一些严重的疾病如肝硬化、胆囊炎等，我们采用针灸、推拿等方法，通过刺激经络，促进机体自身的抵抗力，达到治疗效果。另外，中医肝胆学还注重调理功夫，如饮食调理、情志调理等，这对于肝胆疾病的康复十分重要。

第四段：案例分析

我曾经接诊过一位患有慢性胆囊炎的患者，她主要表现为反复发作的右上腹部疼痛，伴有恶心、呕吐等症状。我通过详细的问诊和望诊，发现她的口唇发白，舌质较淡，并且脉弦。通过综合分析，我判断她属于肝胆湿热之体质，开具了一剂清热解毒的中药方，并建议她多进行思想放松和情绪调节。经过一个疗程的治疗，患者的症状明显减轻。

第五段：总结

通过学习中医肝胆学，我深入了解了肝、胆、胃、肠等器官的生理变化和疾病机理，在临床实践中积累了一定的治疗经验。但同时也发现，在实践中仍然存在一些困惑和疑惑，如疾病的诊断和疗效的评估等方面需要进一步探讨和研究。我会继续学习和实践，不断提高自己的医疗水平，为患者的健康保驾护航。

普外肝胆心得体会篇七

通过这次国培，收获颇丰、感想颇深、眼界开阔了、思考问题能站在更高的境界。心中的困惑、教学中的疑难、成功的经验都是我们热心交流的话题。这是一个畅所欲言、平等交流的地方，使我对教育与新课程又有了一个新的认识，不断完善自己，多多吸取别人的经验，使自己在国培中成长。

“一个人能走多远，看他与谁同行，一个人有多优秀，看他有什么人指点，一个人有多成功，看他与什么人相伴，有几位好同伴，将会成就你的一生。”当我听了几位专家的讲座，真是受益匪浅。激起我心中的许多感想，让我树立了新的正确的教育观，感悟到要善待学生，尊重生命。学到了自信，学到了方法，感悟至深。作为一名教师，我认为这种观念的形成是很重要的。有了这个观念的引导，在今后课程改革中

尽管可能会碰到各种各样的问题、挫折，坚信我会去探索、解决！

作为一名教师，不能只是课堂技术的机械执行者，而必须是课堂实践的自觉反思者。一定要在课堂教学中保证“教师主导”“学生主体”的地位，深深地感到教法要结合实际，就地取材，灵活机动，要因人而异、因生而异，生源不同，各有千秋，要针对学生，因材施教。教学有法，教无定法，贵在得法；形成自己的教法，形成自己的特色，形成自己的风格，教出自己的风采。教师必须要有开发课程和整合课程内容的能力。只有这样才能用好教材、活用教材。还应该不断的学习，不断的增加、更新自己的知识，在教学中预设与生成的矛盾，这样才能将教材中有限的知识拓展到无限的生活当中去。

通过学习，让我清醒地认识到，专家与名师，之所以能成为专家与名师，他们那广博的知识积累和深厚的文化底蕴。能够“恰当把握教学生成”，是与他们辛勤的付出、不断地积累总结分不开的，“不经一番寒彻骨，哪得梅花扑鼻香”是他们的最好写照。作为一名参加教育教学能力提升提升工程省级培训的教师，要想以高贵的姿态行走，就要在教学中学会反思，在反思中总结，真正提高教学能力，做一个智慧型的老师。

社会在发展，科技在进步，也就要求教育的不断更新，需要可持续性的发展。能否对学生实施高素质的教育，促进学生主动、活泼、生动地发展关键在于教师的素质。只有通过在教育中不断学习，在学生实际情况的基础上对教学有所创新，才能逐渐提高教学水平。教育将更进一步注重对学生创新和实践能力的培养，进一步接受以人为本的理念；听了专家的报告，使我明白每个学生都能够学习，并且能够学好，成为优秀的学生和未来社会的成员。“老师的能耐是让一个不爱学习的孩子爱学习了”。因此，教师就应着力于将经验内容转化为学生容易理解和接受的内容与形式。专家的讲座，让我

认识到教师应由经验型向专业型转化，传统型的教师已不适合新形势的需要。因此我们要不断提高自身素质，不断地用知识来充实自己，并逐步向专业化教师转化。

兴趣是最好的老师。老师的引导和鼓励让他们在学习中获得快乐。把价值引导和孩子的自由发展结合起来，体现了价值引导，同时又注重学生快乐的学习，不强迫学生去被动的接受，而是满足学生的需求。学生不但主动快乐的学习了知识，努力创造一个想说、敢说、喜欢说、有机会说，并能得到积极的应答的环境，学生在交往中，在生活中交流和表达，不仅语言得到发展，其他各方面的能力也得到发展。为此，教师必须转变自己的角色地位，顺应课改的需求，把放飞心灵的空间和时间留给学生，营造宽松自由的氛围。在这种轻松的氛围里真正地引导学生们积极、主动地学习，鼓励学生大胆去学，真正让学生成为主宰学习的主人，学习活动参与者、探索者与研究者。只有这样，才能培养出新时期“发现型、发明型、创造型、创新型”的学生。

要想成为一名优秀的人民教师，我们首先要爱学生。因为，我们每天面对的是一个一个有着鲜活生活，一个个正在茁壮成长的学生，我们要把他当作一个能动的人，给他们一个自由的空间，尊重平等地对待他们、关心他们，和他们成为无话不说的好朋友；从而缩小师生间心灵上的距离，使他们产生“向师性”。然后运用激励机制，加以充分的肯定和激励，让学生感到温暖，增强自信，这样，才会在他们成长与发展的道路上有一个质的飞跃，更会使教学效果收到事半功倍的作用。

教师要以自身的行为去影响学生，真正成为学生的表率，使学生从教师身上懂得什么应为之，什么不可为。因此，教师的教学，待人接物，行为举止，一言一行都必须认真、稳重、规范、得体，切不可马虎、轻率、任性、不负责任。此外，教师还应和学生进行经常性的心灵沟通，向学生畅开心灵，既可以向学生谈自己从人生中取得的宝贵经验，也可以向学

生坦诚地公开自己的生活教训，使学生真正感受到你不仅是良师还是益友。

上课是一门艺术，除了有一定的知识结构外，还要有一些技巧和方法。教师上好一堂课，最主要就是有自己的特色，有自己的灵魂，不同的方法可以学习、借鉴。国培活动是短暂的，但无论是从思想上，还是专业上，对我而言，都是一个很大的提高。专家结合自身的成长给我们做的一场场精彩讲座，为每一位潜心求学者提供了丰盛的教学营养大餐，为我们教师的健康成长又一次指明了方向。愿我们的教师像大海那样敞开胸怀容纳百川，像太阳那样，不断地进行新的核聚变，积蓄新能量，做一支永远燃烧不尽的蜡烛，去照亮人类，照亮未来。为了我们的教育，为了我们的学生，也为了我们自己，时时处处都要注重自己的师德修养和人格塑造，并加强自己的理论素养和专业技能的学习和提高，一切从实际出发，切实担负起教师应尽的责任和义务。

教育的与时俱进，也许这就是脚踏实地走出的第一步。教育的改革任重道远，教师是主力军，课堂是主阵地，没有高素质的教师就没有高质量的中国教育，为了中国教育的发展，作为一名教师，我发自内心的说一句：国培，你是一道亮丽的风景线！

人们都说教师是人类灵魂的工程师。这是对老师的最高赞誉，使我对当初多选择感到无怨无悔。一年树谷，十年树木，百年树人。可见我们的工作任重道远的。一个人长时间重复着某一项工作，容易产生职业倦怠，这是人之常情。但我们的工作，关系到孩子们的健康成长，关系到整个国家的前途和命运。是儿戏不得的，我们必须从思想上彻底改变过去陈旧的教学观念，以全新的姿态去投入到轰轰烈烈的教育事业当中去。

二. 学习党的教育方针和政策，不断更新自己的知识。我们的工作不能两耳不闻窗外事，一心只教圣贤书。我们要认真

学习党的教育方针和政策，了解社会发展动向，紧跟时代脉搏，从而使我国立于民族不败之林。我们要不断地学习专业知识和教学的技能，使自己成为一个学识渊博的人。学习古今中外，上至天文，下至地理的知识，懂得各科知识之间的联系，形成游刃有余的教学技能。 三. 充分了解学生，成为他们的良师益友，恰当运用教学方法。

我们工作的对象是活泼可爱的孩子们，在不同阶段，他们有不同的年龄特征。世界上决不能找到两片相同的树叶，他们每个人的家庭环境和性格特点各不相同。古代的大教育家孔子曾经说过，教学要因材施教，我们要经常和孩子们谈心，不断地进行家访工作，了解他们的心声，真正成为他们最知心的朋友，灵活运用地各种教学方法和教学技巧。多表扬，少批评，及时发现他们身上的缺点和错误，进行循循善诱地指导。晓之以理，动之以情，导之以行，使错误消灭于萌芽之中。让孩子们之间互相帮助，形成温暖的大家庭，使每一个孩子都能健康成长。在教学中把学习的主动权交给学生，在必要的时候，进行恰当地指导，让他们培养探究合作的学习方法，使学生具有开拓创新的精神，培养成可持续发展型人才，真正成为社会的主人。 四. 学以致用，使学生把知识转化成为能力。

我国的教育，与发达国家相比，孩子们缺乏创新精神，学生容易造成高分低能的现象，成为无用的书呆子。在学习的过程中，开展丰富多彩的第二课堂，让学生走进生活，进行恰当地运用，真正把知识转化成为能力。培养孩子的观察能力，交际能力，动手操作的能力，让他们多问为什么，养成爱动脑筋的好习惯。使他们在生活中不断地锻炼自己，真正成为一只只翱翔在天空中的雄鹰，长大以后才能投入社会，进行很好地工作，才能为人类创造出更多的财富，成为一个有益于社会的人，从而更好的实现自己的人生价值。

我们教师的职业是伟大的，在平凡的工作岗位上，做出不平凡的业绩。真正成为人类灵魂的工程师，严格要求自己，做

好学生的表率，兢兢业业，把每天都当成最后一天去过，增加使命感，以阳光的心态去工作。不管自己的年龄有多大，都要以积极的心态去工作，充分发挥自己作为女性的天性，像对待自己孩子一样的，平等地对待每一个孩子，用一片爱心去关爱每一个学生，使他们都能茁壮成长，真正成为一名教学的艺术家的，与孩子们在一起真是其乐无穷。

普外肝胆心得体会篇八

近年来，肝胆疾病的发病率不断上升，给人们的健康带来了一系列的问题。肝胆门诊作为医院中重要的科室之一，承担着诊断和治疗肝胆疾病的重要任务。我作为一名实习生，在肝胆门诊实习期间，深刻体会到了这个科室的重要性，也积累了一些宝贵的经验。

第二段：肝胆门诊的工作内容和特点

肝胆门诊是医院内的一个重要单元，其工作涉及到高血压肝炎、黄疸、肝功能异常等多种疾病的诊断和治疗。与其他门诊相比，肝胆门诊的特点主要表现在三个方面。首先，肝胆门诊的患者往往是一些严重的疾病患者，他们的病情较为复杂，需要医生细致入微的观察和治疗。其次，肝胆门诊的工作需要医生拥有较高的专业水平和丰富的临床经验，因为各种肝胆疾病的表现形式各异，需要医生对不同疾病进行准确的诊断和判断。最后，肝胆门诊的工作强度较大，医生需要在繁忙的工作中处理好与患者的关系，承受较大的心理压力。

第三段：肝胆门诊的挑战和应对方法

肝胆门诊的工作不可避免地面临各种困难和挑战。首先，患者病情复杂多样，不同疾病对应的治疗方法也各不相同，这就要求医生及时更新知识，提高专业水平。其次，肝胆门诊的工作量大，医生需要合理安排时间，高效地完成工作任务。还有，患者的心理状态也是肝胆门诊需要关注的重要方面，

医生需要与患者建立良好的沟通和信任关系。面对这些挑战，医生们需要不断学习和提高，与同事们进行交流和分享经验，从而更好地应对各种困难。

第四段：肝胆门诊的经验与教训

通过实习期间的学习和观察，我深刻体会到了以下几个方面的心得和教训。首先，良好的沟通和信任关系是医患之间最基本的要求，医生要尊重患者的感受，积极解答他们的疑问，给予他们足够的关注和支持。其次，临床实践和学习要结合起来，不仅要加强理论学习，还要注重实践操作，提高自己的实践能力。此外，与同事的良好合作是肝胆门诊工作的重要保障，大家可以互相帮助，相互学习，共同进步。

第五段：对肝胆门诊的展望和期待

作为一名实习生，通过实践和学习，我对肝胆门诊工作有了更深入的了解，并且对未来该科室的发展充满期待。希望门诊能进一步增加科技化设备，提高各项技术指标，更好地为患者提供诊疗服务。同时，也希望肝胆门诊能加强与其他科室的协作，形成协同效应，提高对肝胆疾病的综合治疗能力。

总结：通过实习期间在肝胆门诊的实践和观察，我对该科室的工作内容和特点有了更全面的了解。肝胆门诊的工作虽然具有一定的挑战性，但通过不断学习和提高，医生们能够更好地应对各种困难，为患者提供更好的诊疗服务。我期待未来该科室能进一步发展，更好地满足患者的需求，并为肝胆疾病的防治做出更大的贡献。

普外肝胆心得体会篇九

面对20××年繁重的护理工作，你们顾全大局，任劳任怨，恪尽职守，精神饱满，把辛劳与困难留给了自己，而把幸福与微笑让给了患者。你们在神圣的工作岗位上，以自己的实

际行动，践行着“以爱心、耐心、细心、责任心，护理患者，治愈疾病，恢复健康”的南丁格尔誓言。

你们是我院成功创建级甲等中医医院的重要力量；你们是抢救病人参与者，全年抢救病人、特护病人例；你们是达标竞赛活动的生力军，推出了一系列服务新措施：编印了《病区服务指南》；实施了出院病人回访制，发放了医患连心卡多张，名片近张；推行了健康教育处方，向1万多名住院患者实施了健康教育；改善了急诊科病人输液流程，使病人的治疗更科学、更合理。

你们是我院精神文明建设的生力军，无论是x大学运动会还是卫生局运动会，无论是歌咏比赛，还是演讲比赛，你们护士不仅是参赛者，还有获奖者。

在你们中间，有维持多年的省级“青年文明号”，有新增的省级“巾帼示范岗”，有科研课题的设计者，有国家专利的申请者，有实习护士的优秀带教者，更多的是，我院医疗规范与制度的实践者。

你们用白衣天使良好职业道德和崇高思想品质，赢得了病人的赞誉，赢得了医院的声誉，赢得了中医护理的美誉；优化了我院的良好形象，推进了我院的业务发展，提高了我院的服务品位。

同志们，中医护理是中医临床工作中不可或缺的一部分，是提高中医临床诊疗水平的重要环节，是体现中医特色与优势的重要内涵，以辨证施护为特色的中医临床护理程序正在逐步完善，中医护理工作标准化、规范化新一页正在展开。

20×x年，我院要全力打造基本现代化综合性中医医院，全面提升医院综合实力；要以新一轮改革为动力，推进医院运行机制改革；要以确保医疗安全为重点，全面加强医疗质量管理；要以实施“三名战略”为目标，加快专科建设步伐；要以

“四中全会”精神为要求，加强党建与精神文明建设。我们有理由相信，我院这支技术精湛、医德优良的护理队伍，将会以更昂扬的斗志投入工作、更博大的胸怀实施服务、更扎实的工作，作出更出色的成绩！

最后，祝全体护士同志新春快乐，身体健康，阖家幸福！

普外肝胆心得体会篇十

近年来，肝胆疾病的发病率逐渐上升，给人们的健康造成了严重威胁。在肝胆重症ICU岗位上，我有幸参与了许多病人的抢救工作。通过这些经历，我深刻认识到了肝胆重症患者的特殊性和护理的重要性。在这篇文章中，我将会分享我的心得体会，希望对其他ICU护士和相关人士有所启示。

首先，对肝胆疾病重症患者的护理需要高度的专业能力和责任心。肝胆疾病患者因为病情的复杂性和可变性，护理过程中需要我们有出色的解决问题的能力。尤其是在重症ICU工作，患者的病情变化迅速，护士需要迅速作出判断并采取相应的护理措施。同时，我们还需要密切监测患者的生命体征、药物治疗和治疗效果等方面，以确保患者能够及时得到有效的护理和治疗。

其次，心理护理在肝胆重症ICU中尤为重要。肝胆疾病的患者往往面临许多身体和心理上的困扰。他们可能会对自己的疾病感到无助、焦虑和恐惧。所以，作为护士，我们需要给予他们足够的关心和支持，并设法减轻他们的心理负担。在我实践中的过程中，我经常与患者沟通交流，倾听他们的心声，帮助他们树立起战胜疾病的信心。这些细微的关怀与陪伴，对患者的康复起到了积极的作用。

另外，肝胆重症ICU工作需要团队合作精神。在这个岗位中，我们必须与其他医护人员密切配合，建立起一个高效的合作

机制。由于患者的病情复杂且变化多端，不同专业的医护人员起到了各自重要的作用。合理的分工与协作可以提高我们的工作效率和质量，最大限度地保证患者的安全和护理质量。在团队合作的过程中，我学会了更好地倾听他人的意见和建议，并提供自己的专业知识来指导和帮助他人。

最后，持续的职业发展对于肝胆重症ICU护士来说至关重要。由于肝胆疾病的治疗方法和技术在不断发展，我们需要跟上这些最新的进展，提升自己的专业水平和技能。我们可以通过参加学术会议、培训课程和与其他专业人员交流来不断提高自己的学术能力和护理水平。这样，我们才能更好地应对病情变化、提供更好的护理服务，同时也为自己的职业发展打下坚实的基础。

总之，肝胆重症ICU工作需要我们具备高超的护理技巧、丰富的护理经验以及良好的团队合作精神。同时，我们还需要关注患者的心理健康和持续学习的职业发展。希望通过我的分享，能够给其他人提供一些有益的启示，让我们共同为肝胆疾病的患者提供更好的护理。