

# 最新中医护理艾灸的心得体会(汇总5篇)

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

## 中医护理艾灸的心得体会篇一

艾灸作为中医疗法的一种，已有数千年的历史。相传艾灸是黄帝内经记载的神农氏所创，被誉为“中医四大疗法”之一。它是在身体穴位上点燃小艾，通过烟气和热力刺激穴位，调节人体气血功能，达到治疗疾病的目的。在我的临床护理工作中，也有过多次参与艾灸的经验，下面我将分享一些关于艾灸的心得体会。

### 一、对疾病的疗效

艾灸作为一种传统疗法，被广泛应用于各种疾病的治疗中。在我工作的实践中，艾灸能够治疗许多慢性疾病和神经系统疾病，如关节炎、腰椎间盘突出、颈椎病、失眠等多种疾病。通过调节人体的气血运行和恢复体内的阴阳平衡，艾灸能有效地缓解症状，改善疾病。同时，艾灸还有助于提高患者的免疫力，预防疾病的发生和复发。

### 二、关于穴位和火龙罐

艾灸的效果和穴位的选择密不可分。在进行艾灸前，需要对患者的身体情况和疾病做出准确分析，进行合理的穴位选择。艾灸中常用的穴位有“足三里”、“关元”等，根据病情不同可以灸不同部位的穴位。同时，作为辅助治疗，火龙罐也是艾灸的重要组成部分。火龙罐能够起到气功排毒、促进血液循环等作用，而且用法简单，易于操作，是家庭常备的良

品。

### 三、 注意事项

在实施艾灸疗法时，需要注意一些关键点。首先，需要对艾灸的灸点、时间、灸量进行精确掌握，以避免过度刺激皮肤和肌肉。其次，要注意患者的体位和心理，避免造成恐惧和不适的情况。最后，需要按照规范的操作流程进行，包括消毒、穴位放置和灸具准备等，确保艾灸的安全和有效。

现代科技的不断进步，使得中医的治疗方法也得到了更新。水晶艾灸作为新型的艾灸方式，融合了现代技术和传统中药的精髓。它利用高品质的水晶作为艾点，加上天然中药包，通过发热、热穴刺激和药物效应三重作用，进而调理和治疗身体问题。除了在治疗效果上取得优化，水晶艾灸还在操作方便以及消费群体上得到了拓宽，是一种值得长期推广的艾灸方式。

### 五、 技巧和操作经验

艾灸技术不仅考验医护人员的专业知识，也需要掌握丰富的操作经验和技巧。在实践中，我总结了一些艾灸操作的技巧。首先，要选好艾杆，避免灸点渗水影响效果。其次，要在灸前准备好灸具以及必要的消毒工具和药物。第三，要根据症状和体位选择恰当的灸点，并且注意灸点之间的距离和穴位的紧密联系。最后，要通过贴艾灸、拔罐子等方法加强效果，或者通过艾叶垫热敷和艾泡浴配合使用，达到更加理想的疗效。

总的来说，艾灸疗法是一种安全、无副作用且疗效显著的传统治疗方法，对于亚健康、疾病的康复以及强化体质方面均有益处。通过不断地实践，患者的反馈也进一步证实了艾灸疗法的疗效和广阔的应用前景，相信不久的将来，艾灸将会成为中医传统疗法中不可或缺的一部分。

## 中医护理艾灸的心得体会篇二

感谢院领导给我的这次进修学习机会，感谢\_省\_人民医院各位领导为我们提供良好的平台，感谢各位老师让我们获得了更多的知识。通过这次进修学习，在很大程度上开拓了我的眼界、增强了自己的业务能力，认清了我院与国内大型高级别医院专业技术上存在的差距，明确了自己今后的学习发展方向，为今后的学习和业务技能培训奠定了坚实的基础。

\_省\_人民医院是我省唯一所集肿瘤诊疗、科研、防控为一体的三级甲等肿瘤专科医院，同时也是全省肿瘤防治的中心机构，承担了政府肿瘤防治相关指令性工作，在全省肿瘤防治工作中发挥着重要的中心作用。服务范围覆盖全省并辐射到甘肃、山西、内蒙等邻近省区。

在\_省\_人民医院为期3个月的进修学习期间，在诸多带教老师的热情关怀帮助下，我顺利完成了进修学习工作。通过学习进一步巩固了肿瘤内科的常见疾病的护理常规知识，着重学习了picc置管的维护及换药技术，进一步学习了无菌技术的重要性，通过值24小时急诊班的同时也提高了自己对急诊病例的认识，对今后遇到同样的急诊病例增强了自己诊断的信心，希望回到原单位也能开展更多这些方面的工作，也为临床工作提供更多、更准确的辅助资料。非常值得一提的是在如此忙碌的工作中每周仍然定期开展一周疑难病例的讨论，同时也给我们进修学习的同学讲解各章节的知识，使全体学员及自己都获益非浅，这种大家相互学习的良好氛围非常值得大学借鉴学习。

三个月的进修学习，非常感谢\_省\_人民医院各位老师的倾囊相授，让我在理论知识以及专业技能上有了很大的提高，实现了既定的学习目标，圆满完成了规定的进修任务，同时也赢得了带教老师的一致好评。在今后的工作当中，我将自己所学的专业知识运用于临床实践中，希望为病人提供更多的服务。在此，对各位老师无私的奉献，再一次表示诚致的

谢意！

## 中医护理艾灸的心得体会篇三

中医护理艾灸作为一种传统的中医疗法，已经历了数千年的发展和改良。艾灸能够调节人体的气血和阴阳，促进健康，预防和治疗疾病。今天，我想分享一下我在学习中医护理艾灸时的心得体会。

### 第二段：了解艾灸的基本知识

在学习艾灸之前，我们需要了解艾灸的基本知识，比如选择艾草的种类和制作方法，灸疗时的注意事项，以及对身体的穴位进行诊断和操作技巧。在我的学习过程中，我发现熟练的技巧和正确的操作既能提高疗效，又能减少不必要的伤害。

在我的实践中，我不仅亲身感受到了艾灸对身体的健康益处，还了解到艾灸疗法对许多常见疾病的治疗效果。例如，艾灸可以有效缓解肩颈酸痛、抑郁症、胃疼、失眠等健康问题。艾灸的疗效是显著和持久的，而且艾灸的疗效远远不仅局限于疾病治疗上，它还可以促进人体防御能力的提高。

### 第四段：艾灸的重要性

艾灸是一种持久性的中医疗法，它也是传统中医的重要组成部分。相比于其他疗法，艾灸的疗效显著，花费也更为合理，是广泛应用于中医护理的疗法。而且，艾灸可以在人体的不同阶段进行，坚持长期的艾灸能够起到相当强的福利作用。

### 第五段：我的收获

在学习艾灸疗法的过程中，我深刻认识到艾灸对人体的健康、幸福、平衡和发展有着重要的意义。我在艾灸实践中深深体会到了中国传统医学难以替代的独特魅力和价值。我相信，

随着更多的人了解和实践艾灸，传统中医疗法必将得到长足的发展，并会建立起更合理的医疗体系，造福人类的健康发展。

## 中医护理艾灸的心得体会篇四

凉爽的初夏，我们有幸作为医联体成员单位代表参加了贵州省人民医院举办的2014年护士长及护理骨干培训班。作为踏上护理管理工作岗位一段时间的我们，这样的培训及时地解答了我们在管理工作中遇到的许多问题，让我们体会尤为深刻。

### 夯实基础，感受团队文化

本次学习，理论联系实际，一改以往专题学习的常规，上午进入临床观摩学习，下午专家理论授课。这样的形式使得学习者在夯实管理基础的同时，又触摸到了省医人精诚、求实、创新、奋进的精神面貌。

### 内容丰富，实用性较强

本次为我们授课的孙兆林院长、赵莉书记、张湘燕副院长、李勇兰主任、方茜副主任及护理部的各位护士长们精心准备了丰富的课程，内容涵盖范围广，深入浅出地为我们诠释了护理管理各方面的知识。专家们从当前医疗卫生需求形势多方位思考，进行新形势下护理工作面临的形势与任务的识别指导；从护士长工作任务需要出发，进行了护理管理者职业素养与护士长素质要求、护士长工作重点与流程进行了讲解；从医院护理工作核心出发，进行了质量管理、护理安全管理与风险管理、目标管理、人力资源管理到成本核算等指导；从如何提高护士长素质，展开了从基本沟通技巧、护理文件管理、人员培训到质量监督乃至现代管理工具的使用等进行了耐心详细的讲解。本次授课内容囊括了新时代护理管理者所需具备的全部知识。作为一名合格的护理管理者，不仅要

有一套严格的管理制度，还要对护士尊重、理解、关心、爱护及信任，促进他们自身的发展，以情感人，以情动人，以情留人，运用管理艺术，处理好护士长与护士，护士与护士，护士与医生之间的关系，为护士的发展搭建好情感的平台，增加科室的凝聚力，创造团队的力量，方主任的讲课中，有一句话说得非常好，“成功的团队造就无数人的成功，失败的团队没有一人成功”，我们现在就急需这样的团队精神，这是我们的努力方向。

## 无私奉献，传经验

各位专家在讲课中不但紧紧围绕课件内容，还无私地结合自己的工作经验，举实例。不仅使授课生动，激发学习者的兴趣，还切实地把个人卓有成效的经验向外传播。省人民医院护理部李勇兰主任讲述《如何做一名新时期的优秀护理管理者》一课时，讲到关于护士职业礼仪时，她展现出的魅力，让我们看到省医护理团队的朝气蓬勃、积极向上的精神，从而认识到礼仪在护理工作的重要性。方茜副主任讲到《如何做承上启下的管理者》一课时，她说的“文化可以管理人的思想”等等让我们值得深思。看到贵州省人民医院手术室今天能成为那么优秀的护理团队，她们以护理团队为主体的管理理念、管理方法，以提升团队的凝聚力、学习力、创新力、价值力为管理目标，在提升整个护理队伍的能力方面起着重要的作用，让我们看到今后努力学习的典范和标杆。要带领出一个优秀的护理团队，与护理管理者良好的身体素质、心理素质、知识素质、能力素质有很大的关系。没有不优秀的团队，只有不优秀的护理管理者。这让我们认识到，作为一名优秀的护理管理者，要合理利用和分配人力资源，适当授权，用人之长，善于发现有能力强的人，最大限度地调动护士的主观能动性，发挥护士的潜能和团队精神。鼓励护士参与和关心科室的护理管理工作，做到人人有职责，最大限度地提高护理质量。

## 有章可循，处处讲规范

在临床观摩中看到：科室按护理质量管理要求，制度规范、流程健全，临床护理人员在工作中特别重视制度的落实，从小事做起，严格执行规范、流程；护士长管理紧紧围绕目标管理适时落实护理管理者的职责，不讲形式，不做假；创新思维模式，护士长根据科室特点，开阔视野，创新思路，改进护理方法及应用灵活的管理技巧，更大限度地做到“以人为本”，取得较好的效果。省医的这种有章可循、处处讲规范、层层抓落实、不断创新的精神值得学习及借鉴。

## 重教学，育人才

护理部教学风格及临床护生教学实践，充分体现了省医注重人才的培养。教学工作是为提高护理队伍素质，实现高效护理服务的一项重要工程，是新时期护理事业发展之需。我们要加以传承和学习。

为期两周的讲座结束了，感谢省人民医院护理部给我们此次宝贵的学习机会，让我们意识到要学习的知识还很多。从现在开始，结合我们在护理工作中遇到的问题，将学习到的理念、经验、知识传授给科室的护理人员，在我们医院进行传播，在护理管理的道路上不断创新，不断突破。我们相信，在省人民医院这个优秀护理团队的带领下，我们将不断学习，勤于思考，在探索中解决问题，在前进中锻炼成长，不断完善医院护理工作，做到更好。

护士的责任感是做好本质工作必不可少的，但仅仅有责任感还不够，应该在责任感的基础上，并紧紧围绕责任感创造性地拓展工作。这个“拓展”就是由护士单方面努力，一厢情愿的工作，变成护士与病人之间的相互配合和相互协调。而护士与病人之间的密切协作的主动权、选择权在于护士这方。护士工作如何才能适应、迎合并受到病人的支持，确立平等意识是其关键，即护士对待病人采用平等的观念，不仅对待所有病人一碗水端平，而且时时处处与病人平等相处，护士不能有居高临下之感。

在病房里护士是相对固定的，病人是流动的，选择住院的权力在病人手里，若把护士比作主人，那么病人就可比作客人。护士与病人彼此之间的关系就应该是“主便客勤”。主人怎样接待客人，方便客人呢？首先要尊重病人，重视对方的存在，象招待客人一样热情地招待每一位病人，力争使病人感觉到主人待客热情、随和，服务周到。做到这些，主要体现在护士的服务态度上，护士应该做到“说话轻，走路轻，操作轻”。培训心得体会范文节选！

护士的工作对象是一个活生生的生命，平等意识也应包含对生命的尊重。病人在生理上与健康人有区别，但在人格上与健康人是一样的、平等的。如果护士在思想上确立了这种意识，那么在对待病人的态度上就不会有居高临下的表现，代之的是说话和蔼可亲，做事轻巧灵敏。但有时也会有这样情形的发生，当护士好声好气地对病人说话，回报的却是恶言恶语或是不理不睬，从现象上来讲就是用平等没有换来平等，这是什么原因呢？很显然这是因为病人的心理状态发生了改变。

当人受到疾病侵扰时，机体的正常组织细胞受到损伤，影响人的正常活动，打乱了多年的生活规律，从而产生烦躁情绪，这时病人也许正沉浸在痛苦和烦恼之中，所以也就不会对护士的好声好语给予应有的重视和回报。如果我们能够想到，当我们护士自己遇到不愉快的事时，也会有这种表现，也许比他表现还差呢，那么我们也就能够理解他们了。这就要求护士有了平等意识，还要有同情心和宽容心。现在病人到新闻媒介投诉我们护士的主要理由是态度问题，占85%以上。从中说明病人对护士的态度是非常在乎的，也说明护士的态度对病人病情的发展和转归起着重要的影响。

以平等的态度对待病人，并不降低护士身份，相反能够促进护士与病人之间的协调工作，相互交流，相互沟通，使病人信任护士，积极配合医护人员治疗疾病。同时，病人得到了平等相待，受到了尊重，减少了因病而带来的失落感，本身就是自我的生理、心理乃至精神状态的有益调理，极大地增



强了自觉抵制疾病侵蚀的信心。因此，我们认为，护士在责任意识的基础上确立平等意识是高质量完成本职工作的重要一环。

从心做起，听似简单，其实不简单，如何才能够从心出发把我们的工作护士做得更好呢？好，即完美，完美的工作就要求我们全心投入，真诚相待。

记得在我的孩提时代有着这样的记忆：因为生病，心急如焚的父母把我送进了医院，本来就对医院有恐惧感，刚一进医院大门，就一直哭嚷着要回家，医生还说需要打针，于是在爸爸妈妈软硬兼施的诱逼下，来到了打针的地方，就见有位阿姨穿立脚点白大褂，戴着白口罩，头上还戴着一顶白色的帽子，全身上下都是白色，一手举着针，一手拿着棉签，面无表情地来到了我的面前，我越发害怕，吓得一直往后退，虽然被父母强行按住身体，但还是不停地扭动，就这样，折腾了老半天，那阿姨急了，大嚷道：“你再动，再动就给你多打几针！”还边责令母亲将我按得动弹不得，现在想来，如果当时那个护士不是那么凶，而是微笑着鼓励我，也许我就不会那么害怕了吧！

随着时光的推移，我慢慢地长大了，面对人生选择时竟然也戏剧化地做了一名护士，成了人们眼中的“白衣天使”，当我成为儿科护士的第一天起，我就告诉自己说：既然我也是一名儿科护士，就一定要用我的微笑来面对生病的孩子，改变我孩提时脑海中那咱面无表情，看上去让人生畏的护士形象。前不久，有一位6~7岁的小男孩的一句话让我更坚信我这样做是对的。第一次给这个小男孩做治疗的时候，我就像平时一样面带微笑一样走进病房，他就总是盯着我看，到了第二年，他哭吵着奶奶要找我给他打针，听他奶奶说本来有护士准备给他打针的，可他硬是不肯，握着小拳头不让人碰，偏要找我，于是我就去了，他看到我之后竟然不器了，只是乖乖地伸出两只小手由我挑选，我很诧异，为什么这个小男孩会有这样的举动，但当时没有问，只是在思考，接下来几

天的治疗都由我为他进行的，可由于工作忙，打完了他的针，我便忙着我自己班上的事儿去了，好久没看到我，他就说打针的部位很痛，要奶奶找我去看他，我去了之后，边微笑着轻轻抚摸，边细声问道：还痛吗？他眨眨眼望着我说：不痛，其实一点都不痛。到了他出院的时候，我就问他，为什么每次打针都找我，而他说了句让我非常感动的話，阿姨，因为我想看见你对我笑。

人们常说：“眼睛是人类心灵的窗户”，人类情绪中的喜怒误用东都可以从眼神中表现出来，而人们更希望看到的是医务工作者炽热的眼神和那张被蒙在白色口罩后面真诚的笑脸，要塑造一个城市的新形象，离不开各行各业的形象建设，更离不开一个个行业的新变化，卫生部门作为“窗口”行业影响和反映了一个地方的新形象，要塑造医务人员新形象，离不开医生护士的共同努力，必须要以敏锐的洞察力和灵敏的观察力，弃旧图新，锐意进取，并要有顽强的意志和坚忍不拔的毅力，脚踏实地，奋力拼搏，不断地完善自己，充实自己，解放思想，转变观念，善于学习，借鉴，取长补短，实践着护理模式由个案护理，小组护理到功能制护理，责任制护理及现在的系统化整体护理，不再是像以前那么单纯的头痛医头，脚痛医脚，而是将病当作一个整体的人来进行护理。这每一个新的工作方式都是在原有护理工作方式的继承，者是为了让病人得到更全面，更整体，更系统化的服务！

作为新时代的护士，作为xx医务人员中的一员，我一定顺应时代的要求，坚持不懈的努力，为塑造xx医务人员新形象贡献一份力量，为提升xx医务人员整体形象建设增光添彩，紧跟卫生改革发展的步代，为实现xx在中部地区崛起的宏伟大业而努力奋斗。

## 中医护理艾灸的心得体会篇五

现代人在生活中，经常会遇到各种健康问题和疾病，长时间

的工作压力和不良的生活习惯，使身体处于亚健康的状态，降低了身体的免疫力，在这种情况下，中医护理艾灸成为一种非常有效的治疗方式。本文将从个人实践中，分享一些中医护理艾灸的心得体会，以期对于需要使用艾灸的人士有所帮助。

艾灸作为中医护理领域的一种疗法，其治疗原理是通过一种特殊的技术，将中药材艾叶加热，然后置于人体特定的穴道上，利用其特殊的药效，进入人体内部，起到疏通经络，促进气血流通，增强人体免疫力等一系列作用。在艾灸的治疗过程中，艾叶释放出的药物成分，可以通过循环系统进入人体内部，有效地缓解各种身体疾病和不适症状，具有很强的疗效和治疗效果。

### 第三段：艾灸的正确方法

在进行艾灸治疗的过程中，我们需要先了解其正确的治疗方法。首先，我们需要选择正确的艾绒，艾绒应该是新鲜的，具有一定的含油量，防止艾叶在进行过程中过度的烧焦，同时也能够释放出更多的药物成分。其次，我们需要选择正确的穴位，根据病症或者需要治疗的部位进行选择，在艾灸的过程中，我们需要注意艾绒的温度以及艾灸的时间，避免出现任何烫伤或者不适的症状。

### 第四段：艾灸的应用范围

艾灸是一种广泛应用于各种疾病和不适症状的疗法，可以用于治疗多种疾病，比如风湿关节炎，颈椎病等骨科疾病，也可以用于治疗其他各种疾病，比如失眠，亚健康等等，艾灸针对的症状具有非常广泛的应用范围，对于身体的免疫力和健康状态都有很好的作用。

### 第五段：结尾

艾灸作为一种较为传统的中医护理疗法，近年来越来越受到人们的喜爱，它具有疗效明显、无创伤、不依赖药物、安全方便等特点，尤其是在缓解长期疲劳和亚健康状态的人群中优势明显，希望通过本篇文章的分享，能够更好地帮助人们了解艾灸的正确用法，从而更好地对一些身体不适症状做出正确的选择和治疗。