

最新针灸的心得体会(模板5篇)

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。那么心得体会怎么写才恰当呢？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。

针灸的心得体会篇一

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”，在古代的那个时候，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。

针灸的心得体会篇二

刚开始做实验的时候，由于学生的理论知识基础不好，在实验过程遇到了许多的难题，也使学生们感到了理论知识的重要性。让学生在实验中发现问题的，自己看书，独立思考，最终解决问题，从而也就加深了学生对课本理论知识的理解，达到了双赢的效果。在做实验前，一定要将课本上的知识吃透，因为这是做实验的基础，实验前理论知识的准备，也就是要事前了解将要做的实验的有关资料，如：实验要求，实验内容，

实验步骤，最重要的是要记录实验现象等等。否则，老师讲解时就会听不懂，这将使做实验的难度加大，浪费做实验的宝贵时间。比如用电解饱和食盐水的方法制取氯气的实验要清楚各实验仪器的接法，如果不清楚，在做实验时才去摸索，这将使你极大地浪费时间，会事倍功半。虽然做实验时，老师会讲解一下实验步骤，但是如果自己没有一些基础知识，那时是很难作得下去的，惟有胡乱按老师指使做，其实自己也不知道做什么。做实验时，一定要亲力亲为，务必要将每个步骤，每个细节弄清楚，弄明白，实验后，还要复习，思考，这样，印象才深刻，记得才牢固，否则，过后不久就会忘得一干二净，这还不如不做。做实验时，老师会根据自己的亲身体会，将一些课本上没有的知识教给学生，拓宽学生的眼界，使学生认识到这门课程在生活中的应用是那么的广泛。

学生做实验绝对不能人云亦云，要有自己的看法，这样就要有充分的准备，若是做了也不知道是个什么实验，那么做了也是白做。实验总是与课本知识相关的在实验过程中，我们应该尽量减少操作的盲目性提高实验效率的保证，有的人一开始就赶着做，结果却越做越忙，主要就是这个原因。在做实验时，开始没有认真吃透实验步骤，忙着连接实验仪器、添加药品，结果实验失败，最后只好找其他同学帮忙。特别是在做实验报告时，因为实验现象出现很多问题，如果不解决的话，将会很难的继续下去，对于思考题，有不懂的地方，可以互相讨论，请教老师。

我们做实验不要一成不变和墨守成规，应该有改良创新的精神。实际上，在弄懂了实验原理的基础上，我们的时间是充分的，做实验应该是游刃有余的，如果说创新对于我们来说是件难事，那改良总是有可能的。比如说，在做金属铜与浓硫酸反应的实验中，我们可以通过自制装置将实验改进。

在实验的过程中要培养学生独立分析问题和解决问题的能力。培养这种能力的前题是学生对每次实验的态度。如果学生在实验这方面很随便，等老师教怎么做，拿同学的报告去抄，

尽管学生的成绩会很高，但对将来工作是不利的。

实验过程中培养了学生在实践中研究问题，分析问题和解决问题的能力以及培养了良好的探究能力和科学道德，例如团队精神、交流能力、独立思考、实验前沿信息的捕获能力等；提高了学生的动手能力，培养理论联系实际的作风，增强创新意识。

针灸的心得体会篇三

针灸是一种古老而神奇的中医疗法，对于保健和治疗疾病都有着卓越的效果。为了更好地理解和掌握针灸技术，我决定参加一次针灸培训。这次培训让我受益匪浅，对针灸的重要性和应用领域有了更深入的了解。在此，我将分享我在针灸培训过程中的心得体会。

首先，在针灸培训中，我深刻体会到了针灸的文化底蕴和历史渊源。针灸作为中华传统医学的重要组成部分，源远流长，始于我国几千年前的古代。参加培训课程，我们通过学习经典的《黄帝内经》等文献，了解针灸的起源和发展历程。同时，我们也了解到了针灸在西方国家的发展情况，以及其在世界范围内的影响力。通过这些了解，我不仅对针灸技术本身有了更深入的认识，还对中医文化有了更全面的了解。

其次，在培训过程中，我对针灸的原理和应用有了更系统的学习。针灸的原理是通过在特定的穴位上刺激，调节人体的阴阳平衡，以达到预防和治疗疾病的目的。培训课程中，我们学习了人体穴位和经络的相关知识，学会了针灸的基本技巧和方法。同时，我们还学习了针灸在不同疾病中的应用，包括消化系统、呼吸系统、神经系统等多个领域。这些知识的系统学习，使我能够更好地理解针灸的治疗原理和临床应用，并能够在实践中运用到更广泛的领域。

第三，针灸培训提供了实践的机会。通过实践，我对针灸技

术有了更深入的了解和掌握。我们在培训中进行了很多实际操作，通过模拟真实病例的场景，进行了针灸的操作和疗效观察。在实践中，我们有机会接触到真实的患者，观察和指导师傅进行针灸治疗。这种实践机会让我不仅能够学习到理论知识，更重要的是能够将理论知识应用到实际操作中，提升自己的技术水平。

第四，针灸培训让我意识到了针灸对健康的重要性。在现代社会，人们的生活节奏快，工作压力大，面临的健康问题也越来越多。参加针灸培训，让我深刻认识到针灸作为一种非药物治疗方式，在保健和疾病治疗上的重要性。针灸可以调整人体的机能，增强免疫力，改善身体状况，减轻疾病带来的痛苦。因此，我下定决心将所学的针灸技术应用到自己的生活和工作中，关注自己和身边人的健康问题，帮助他们改善身体状况，提高生活质量。

最后，针灸培训给我带来了良好的人际关系和学习氛围。在培训中，我们有机会结识来自不同领域、不同年龄的人，交流和分享彼此的学习经验和体会。培训期间，导师和同学之间形成了良好的互动和合作氛围，彼此之间互相激励，互相帮助。在这样的学习氛围中，我们能够更好地学习和成长，同时也感受到了针灸技术所倡导的互助与关爱之精神。

总之，参加针灸培训是一次有意义的经历，让我对针灸技术和中医文化有了更深入的认识。通过课堂学习和实践操作，我掌握了针灸的基本原理和技术，理解了其在治疗和保健中的重要性。同时，这次培训也让我体会到了互助与关爱的精神，培养了我对健康问题的关注和关心。我相信，在未来的学习和工作中，我将能够更好地运用所学的针灸技术，为社会健康事业贡献自己的一份力量。

针灸的心得体会篇四

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。

针灸的心得体会篇五

第一段：针灸医籍的必要性和价值（200字）

针灸医籍是中医学中的重要组成部分，它以经验总结为基础，记录和传承着中医针灸治疗的丰富经验和独特技巧。这些医籍中蕴含着古代医家的智慧和对本体的深刻理解，对于当代医学研究和实践具有重要意义。针灸医籍不仅可以帮助医生更好地理解 and 运用针灸疗法，还能促进学术交流和传承中医文化。因此，研究和体会针灸医籍的价值和意义，对于推动中医药事业的发展具有深远影响。

第二段：针灸医籍的特点和分类（250字）

针灸医籍具有丰富的内容和多样的形式。一方面，针灸医籍内容涵盖了针灸理论、经络学说、针灸穴位、针灸操作技术等方面的知识，不仅对针灸治疗的理论基础进行了深入的研究，还详细记录了临床实践中的各种病案和治疗方法。另一方面，针灸医籍包括了经典著作、临床医丹、名医方剂等形式，涵盖了古代到现代的不同时期和流派的针灸医术。

根据内容和形式的不同，针灸医籍可以分为《黄帝内经》、《伤寒杂病论》、《千金方》、《针灸甲乙经》等经典著作，以及《麻沸散证论》、《针经》、《刺经·刺山自刺法》等

专著和医方。这些医籍中的每一篇章都蕴含着深奥的理论和宝贵的经验，对于临床实践和研究具有重要参考价值。

第三段：研究针灸医籍的方法和技巧（300字）

研究和理解针灸医籍并非易事，需要医生具备扎实的针灸理论知识和良好的阅读能力。首先，医生要熟悉针灸医籍相关的基础理论知识，掌握基础术语和概念，对其描写的经络、穴位和操作方法有清晰的认识。其次，医生要学会运用古籍注释和研究成果，比如各种版本的注释、研究专著和相关论文等，这些可以帮助医生更好地理解古籍中的文字和观点。此外，医生还可以通过与其他医生或学者交流研讨，分享心得体会，不断完善自己的研究方法和思路。

研究针灸医籍还需要综合运用不同的研究方法和技巧。医生可以通过对比不同版本的医籍，梳理医籍内容的变动和演变；也可以通过经典篇章的解读和演绎，来进一步理解医籍中的理论和实践；此外，医生还可以通过临床实践，将经典医籍中的理论转化为实际的操作方法，进一步验证医籍的临床应用价值。

第四段：研究针灸医籍的收获和意义（250字）

通过研究和体会针灸医籍，医生可以不断深化对针灸治疗的理解和认识。这既有助于提高临床诊疗水平和疗效，也有助于开展针灸学科的科学研究和发​​展。通过研究医籍，医生可以发现古人的临床治疗方法和经验，将其应用于现代医疗实践中，发挥出更大的价值。此外，研究针灸医籍还能促进中医学学科的创新和发展，为中医药事业的传承和推广贡献力量。

第五段：继续推广和传承针灸医籍的意义（200字）

针灸医籍的研究和传承不仅是医生个人的追求，也是中医药事业的重要组成部分。我们应当积极推广和传承针灸医籍，

通过举办学术研讨会、培训班等形式，向更多的医生和学子传授针灸医籍的研究方法和技巧，帮助他们更好地理解 and 运用针灸疗法。同时，我们还应当加强针灸医籍的整理和翻译工作，使得针灸医籍更便于医生阅读和研究，促进针灸学科的发展。

在传承针灸医籍的过程中，我们要坚持科学思维和实践验证的原则，注重结合现代医学研究方法，发挥针灸治疗的优势和特点。只有不断推进针灸医籍的研究和传承，我们才能更好地挖掘中医针灸医术的精髓，使其在当代医学实践中发挥更大的治疗效果和价值。