

# 最新中医实训心得(实用9篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 中医实训心得篇一

临沂市中医医院是目前山东省市地级规模最大的综合性中医医院, 国家三级甲等中医医院, 爱婴医院, 全省重点中医医院, 山东中医药大学附属医院, 临沂市红十字会医院, 临沂市创伤急救中心, 又是省级文明单位, 山东省100家文明行业示范点之一、10家文明服务示范医院之一, 是鲁南中医、中西医结合的医疗、急救、康复、科研、教学和技术指导中心。

经过在日照的见习, 我在临沂实习的要自在很多, 工作流程都清楚嘛。第一个科是儿科, 实习方式是一对人, 我的带教老师是赵长华。赵老师三十五六岁, 体格健硕, 古铜肤色, 一身正气, 很有阳刚之美; 在科里嬉笑怒骂, 逍遥快活得很。跟着赵老师最大的好处是他会让你清楚的知道疾病的来龙去脉。每天早晨查房后, 他总会拉着我细致的讲解查房时患者所反应的病情进展该如何处理, 特别是有新来的病号时, 他还要带着我仔细的为患儿查体, 有时竟完全放手给我。在儿科实习期间, 恰逢手足口病流行, 赵老师还让我专门写了点对这一传染病的总结, 概括述说了本病的发病因素、鉴别诊断、并发症及治疗。在赵老师的调教下, 我基本熟悉了儿科常见病如新生儿黄疸、缺血缺氧性脑病、上感、小儿肺炎、急慢性肠炎、心肌炎、各型传染病等的断诊和治疗。

中医中药治疗消化系统疾病有其独有的优势, 这一优势在临沂

市中医院的消化科得到了很好的体现,科里中医氛围浓厚,云集了医院里的好多名老中医。常见疾病有急慢性胃炎、胃溃疡、胆囊炎、胰腺炎、急慢性肠炎、病毒性肝炎等。中国人讲“有病无病,吃饭为证”,中医里讲脾胃乃后天之本,很多时候身体的不平衡首先会在饮食上表现出来。常见的致病因素有思虑过度、饮食不当、外感六淫邪气,治疗中多脾胃兼顾,以恢复脾升胃降的生理功能为基本原则。

针灸推拿可以疏通淤阻的经络,调气活血,并有保健养生的作用。消化科后我转到针灸推拿科,中医针灸推拿的神奇疗效让人惊讶,特别是对各型疼痛、颈椎病、腰椎病、中风后遗症及面瘫等的治疗。针灸科特色明显,疗效确切,已经成为中医院的特色科室之一。在实习期间,老师给我很多动手针灸的机会。还记得第一次在很多人面前为患者施针的时候,可能因为太紧张,竟在同一位置扎了两次才把针扎好。后来每天手不离针,现在应该不会再有那次的尴尬了吧。

我现在实习的科室是骨科,下个科室是内分泌。小儿科后去的是普外,学习了基本的缝合与打结,而且在手术台上拉过几次勾,本以为会害怕手术,可在台上的兴奋感和求知欲把恐惧赶的不见踪影。现在我已经可以独自熟练的缝合、拆线与换药。简单的石膏固定也可以做的不错。

现在的我回家经常可以为周围的人解决些小毛病,自觉效果还好,已经获得不少信任;现在的我也不再为中西医的矛盾斗争而劳累,我要做的是可以把病看好的医生,让喜欢理论的去理论吧;现在的我找到了学以致用乐趣。在临沂的这段日子里,我过得很开心,很充实。

## 中医学实习心得体会(七)

### 中医实训心得篇二

中医学是我一直向往的专业，入学后，我充满了对中医学的好奇与热爱。为了更好地学习和理解中医学知识，我积极阅读各种相关的书籍，通过阅读，我有了更多的体会和心得。

#### 第一段：读书观念的改变

我从小就养成了读书的好习惯，但刚开始读中医学相关的书籍时，我还是用以往的读书方法来阅读。然而，我很快发现，中医学是一门极富于实践性和经验性的学科，仅仅依靠纸面上的理论是无法真正理解中医学知识的。因此，我逐渐改变了读书观念，不再仅仅停留在纸面上的理论知识，而是将其与实践相结合。我会选取一些典型的中医案例，结合书中的理论，去思考和分析病情，并尝试给出合理的中医治疗方案。通过这种读书方法，我可以更好地理解和应用中医学知识。

#### 第二段：师傅的指点与启示

除了阅读书籍，我还有幸得到了一位中医大师的指点与启示。在与师傅的交流中，我深深感受到中医学的深奥和博大精深。师傅告诉我，中医学是需要丰富的实践经验和观察力的，而光靠纸面上的知识是无法真正掌握中医学精髓的。他也鼓励我多读一些医案和师承经典，通过对病例的分析，加深对中医学原理的理解。

#### 第三段：多学科的知识拓展

中医学是一门综合学科，需要涉猎多种学科知识。因此，我在阅读中还不断拓展自己的知识面。我会选择读一些与中医学相关的解剖学、生理学和病理学等书籍，以加深对中医学

的理解。此外，我还会读一些与中医养生、中药学相关的书籍，以便更好地应用中医学知识于日常生活中。

#### 第四段：文化的融入与影响

中医学是中国传统医学的重要组成部分，具有深厚的文化底蕴。因此，我在阅读中也逐渐感受到了中医学对于传统文化的影响。中医学不仅在医疗方面具有独特的理论体系和实践方法，更与中国传统文化、哲学思想紧密相连。通过阅读相关的书籍，我更加了解了中医学的思维方式和治疗理念，也更清晰地认识到了中医学对于传统文化的贡献。

#### 第五段：启发与信心的获得

通过多年的阅读与学习，我深深感觉到中医学是一门博大精深的学问。阅读中医学书籍，不仅让我获得了丰富的知识，更是收获了一种对中医学的信心和启发。我相信，在不断的学习与实践中，我能够更好地理解和掌握中医学知识，并为推广中医文化贡献自己的力量。

阅读中医学的书籍不仅是学习中医学知识的途径，更是探索中医学深奥世界的窗口。我会继续坚持阅读，不断拓展和深化自己的中医学知识，为传承和发展中医学贡献自己的力量。

### 中医实训心得篇三

中医学生作为中医学专业的学生，在学习过程中必读中医经典，掌握中医理论。下面就中医学生读书心得进行一些讨论。

首先，在读书过程中我深深的体会到了中医学的博大精深。古人云：“医者三分治，七分养”，中医强调“阳盛阴衰，则病从盛而起；阳衰阴盛，则病从衰而起”，这些都给我留下了深刻的印象。通过学习《黄帝内经》、《伤寒杂病论》等古籍，我对中医的理论有了更加全面的了解。我深深地感

受到了中医学的系统性和整体性，它不仅仅是一门学科，更是一门以人的整体健康为出发点的综合性科学。我相信只有深入理解和掌握中医的理论，才能更好地运用中医的方法来治病救人。

其次，中医学的研究和实践是不断发展的。中医医学是一门几千年传承下来的宝贵遗产，但不能靠停留在古书中。中医的诊疗方法和治疗方案是根据时代的变化不断发展演变的。我们应该加强对于中医的学习和研究，与时俱进，从中获取有效的治疗方法和经验。现代中医研究已经突破了传统的观念和方法，结合了现代医学的技术和理论，发展出了一系列新的治疗手段和药物。尤其是中药的研究，不仅从传统的中药理论出发，更加注重了中药的活性成分和药物机制的研究。我在读书的过程中也能够感受到中医学的科研工作的重要性，我在课余时间也经常参与到中医的科研项目中。

第三，中医学的学习需要耐心和细心。中医学是一门综合性学科，其中的理论和知识非常多，涉及范围广。因此在学习的过程中，我常常需要花费很多时间和精力去整理和梳理相关的知识。而且中医学的理论知识需要细细品读，需要掌握很多专门的名词和术语，这对学生来说是一定的挑战。尽管中医学的学习过程有些困难，但只要我们保持耐心，有毅力，与探索和实践精神，相信会有突破和进步。

第四，学习中医学有助于提高自身的医学素养。中医学是一门古老而神秘的学问，它注重大医精诚的思想，强调医学是一门医养结合的科学，人与自然的和谐也是中医学的核心内容。在学习中医学的过程中，通过了解和掌握中医的相关知识，我对人体的结构和功能、疾病的发生和演变等有了更深入的了解。这使我对医学的素养有了很大的提高。

最后，中医学乃中华民族的瑰宝，作为中医学的学生，我们有责任和义务去继承和发扬中医学的优秀传统，为中医学的发展贡献自己的力量。在学习中医学的过程中，我们应该不

断学习、创新，以提高我们的医疗水平和治疗能力，更好地服务社会大众。同时，我们还要积极参与到中医的研究工作中，增强中医学的科研实力，为中医学的创新和发展做出贡献。

总之，中医学生读书心得体会让我深刻体会到了中医学的博大精深、学习的耐心和细心、实践的重要性和责任感。相信只要我们充满热情、保持谦虚的学习态度，坚持不懈地学习，不断提高自身素质，一定能够成为有德有才的中医专业人才，为中医事业的繁荣和发展做出我们的贡献。

## 中医实训心得篇四

不知不觉已经在附一实习结束，这也是我在大学四年来，第一次真正的上临床，对于我来说，一切都是那么新鲜，离开了枯燥的书本，面对着的是活生生的病人，而我也充当了一回冒牌的实习医生。在我们下科之前经过简单的培训，可是这些培训对于我们从来都没有接触过临床工作的我们，是远远不够的，我们还需要适应和学习很多东西。我把在中医内科学学习的心得总结如下：

- 1、继承创新文明务实 校训短短的八个字，就是出入校门前永远的记忆，所需继承的太多太多，前辈们的精神，乃重中之重，而后才是思维方式，最后才是药房等等，创新，思维方式与药剂的创新，文明，谦而有理，务实，踏踏实实，无论做哪一行，哪一业，做好脚下，我觉得这八个字不光是运用在学习医学，在各行各业中，都应该有这种精神，前辈们一步步辛勤的走下的路，我们应该走的更加辉煌。如此一来，这大学，也算得上并未白上了。

- 2、医人医心 现如今太多病从心起，我们只能医人的躯壳，

医人心，却是另一项浩瀚渺茫的工程，在这段时间的学习中，我不断的在思考这一问题，如何医人心？以佛心观人，人人为佛，以魔心观人，人人为魔，花开生两面，佛魔一念间。世事洞明皆学问，人情练达即文章。最终的答案，是以自性悟本真。自己要做一个榜样，不是时代，历史的榜样，而是自己的榜样，做好自己，自然会有人来拜访你，你由着他拜访，给他提点，解惑，自然能够医人心结，路还很长，无论是否从医，应有一颗医者之心。

3、目标 在医院实习的同学很多，有很多同学都有考研的打算，这就意味着我们要好好的安排好自己的时间，对于我来说，是把实习放在首位的，毕竟只有那么一次，时间是那么的珍贵，岂能浪费，正因为这样我下定决心一定在实习期间好好锻炼自己，无论自己今后是否从医，都要在学习的道路上打下坚实的基础，以应对日后生活中出现的各种困难。在实习期间订个目标很重要，没有目标，我们就没有进取的方向，而我的目标是：在实习过程中培养自己临床思维、掌握临床常见病、多发病的诊疗、掌握各项临床操作技术、掌握各项急诊的处理，能中西医结合治疗一些杂病。定下目标之后，就向着目标努力，有目标的做事情比毫无目的可以取得事半功倍的效果。

4、适应 医院的学习和课堂学习不同，刚刚实习的同学可能很深有体会，没有课室，没有教材，没有作业，没有考试。我刚开始也晕了，感觉自己太多东西不会了，又有太多的活儿等着我们去做了。

我认为：边干边学，干就是学。既然在临床学习就是应该是“实践第一”，它意味着你要去干有关诊断、抢救、观察、治疗一切大大小小的事情，在科里绝大多数时间是在干活，而不是在看书，这就需要我们去适应在临床上的学习方式，

并不是像有些同学说的一样，在病房工作又忙又累，啥都学不到，其实这是方法不得当。我的适应方法是，看书结合临床，上班看病，下班看书；比如来了一个类风湿关节炎的患者，我会先把类风湿关节炎这章看一遍，掌握其诊疗规范标准，然后再观察类风湿关节炎病人的情况，对照书本，书本-实践-书本-再实践。事先看书可以指导你的临床实践，事后看书可以对你的临床实践予以校正、补充和深化。对于我们这些初出校门的实习生，在学校里看书是为了学习，而在临床工作中看书则是为了实践。

5、注重细节 在病房里工作，不但要记住病人的主要症状、体征和辅助检查，而且要记住治疗的具体方法和全部细节：药名、剂型、剂量、给药途径和给药方法等等，这就需要我们注重细节。我们得经常去查房，和患者交流，了解患者病情变化情况，了解患者的既往史、药物过敏史等等。给血压高的患者量血压，给糖尿病患者制定膳食方案，给有损伤的患者包扎换药等等。

6、培养思维 在临床工作，我觉得要培养严谨的临床思维，这点也是我有所欠缺的，临床思维是临床医生接触病人后形成初步临床诊断和制定合理治疗方案的基本思维形式，是临床医生的基本功。要培养严谨的临床思维，就要求实习医生详细正确的询问病史和体格检查，尽量掌握病人所有疾病的相关信息是进行正确临床思维的关键，尽管现在先进检查设备很多，但是辅助检查只能起到辅助诊断，印证结果的作用，只有详细的病史和可靠的体征才是对疾病推理性分析的客观依据。此外，还要建立严密的逻辑思考，在实习的过程中，我们实习生要善于思考，勤于思辨，但切忌不科学，不严谨的“联想”，应对病人信息进行选择性编码，结合病人主要表现及其相关的背景因素，将各个方面的“症状”整合起来思考，抓住问题的实质，有限度地寻找相关理论来解释，而最终获得正确的诊断和治疗方案。

世人多疾苦，在医院实习的时间，自己看到了许多病人背后的事，家境，付出，责任，承担，辛勤，汗水，泪水，荣耀，使命。哎，以善人心观世人，世人皆善！以魔人心观世人，世人皆疯！

一花一世界，一叶一菩提，心之所向，即为天堂。

本学期前，我曾上过武当山·太子洞拜访过洞中唯一的道人，贾爷爷，那双澄澈的眼神，仿佛洞穿了我的灵魂，发自肺腑的言论，讲述着我们身上的责任，我心之所向，我心之所念，是为世界，人类，动物，植物，大的阴阳。历史留下精华，遗毒，责任，都将一代代传下，由我们承担！

壮哉我大中医！以蓬勃的文化，思维，带这个世界走向光明。

中医学实习心得体会(二)

## 中医实训心得篇五

第一次是在内科门诊与中医老教授抄方学习，让我受益匪浅。我经常与肾病的中医专家王荣欣老师谈论中医的各种学术问题。我们畅所欲言，我的很多问题也得到了解决。最后我们既是师生，又是好友。她常借我买的一些书看，我也经常到她的门诊去听她看完书后的体会，我就能比拟和我看完书后的体会有何不同。那三周和后来的几次拜访是我学到东西最多的时间。

在神经二病房的时候，我的同学因没在带教老师陪同下去与患者交流而被主任痛骂。他只是想去补充收集一下老师没有收集完整的中医四诊资料而已。

学校要求我们要写16篇临床病历。我虽然觉得抄这些病历几乎提高不了自身的什么修为，但还是决定硬着头皮抄两篇交差。还没等下笔就被主任痛骂，说些什么这是患者的隐私，不能让你抄之类的。看来她对我印象不怎么样。骂得好！我本就觉得这是浪费我时间，不抄了。

当我要转到普外实习的时候，我终于忍不住了。我断然回绝了医院的安排，自己去找了内科门诊的主任——大连治脾胃病最有名的中医——李吉彦教授。他平时是不带学生的。但看到我的诚意，又经我跟科教那边多方协谈，他终于同意了。我终于感觉到我开始学中医了。他先看一个患者，写方，递给我，我抄，我再重新看一遍那个患者（这时他看另一个患者），望，闻，问，切，自己来一遍，再自己开个方，跟老师的比一下。幸亏老师看得很慢，我有足够时间做这些。当抄了差不多一个月的方，我渐渐明白了这位老师的思路和用方习惯，我也向他提出了一些见解，有些也被他采纳了。我感觉我突然进步了很多，心里有股说不出的喜悦。

传统中医，很多人很奇怪，这是什么科室，一般医院似乎好似都没这个科室的。是的，好似只有在我们医院才有。虽然省人是中医院，但其实基本上已经西化了吧。为了保存，或者说是特色，或者说是应付检查，设立了这么个科室，治疗疾病时，保存中医传统特色，辨证论治。确实，在这里感受到了比在其他任何一个科室都要浓郁的中医气氛，也只有在这里有这种气氛吧。这里的病人在治疗上首选是中药治疗，不得不成认，主任开得方是在是好，很多西医无法诊断的疾病，在这里都得到很好的解决。但也不得不否认，传统病房给我感觉，像是个养老院，很多老人常年累月住在这里不肯走，有些是绝症患者，在这里等待那天。

这三周，真的是很好的休息了下，实在是太闲了，跟之前的科室打仗似的工作状态比起来。我跟的这个带教因为一些个人的原因这几周都没有收病人，我就只好守着手这两三个少的可怜的病人。还好其他组的老师有收病人，可以学习学

习。在这里，闲也有闲的好处，赶上专业认证的关口，非常多的考试和培训，正好趁这三周好好看了看书，充实了这几周都没有收病人，我就只好守着手上这两三个少的可怜的病人。还好其他组的老师有收病人，可以学习学习。在这里，闲也有闲的好处，赶上专业认证的关口，非常多的考试和培训，正好趁这三周好好看了看书，充实了下理论根底。其实我们一直在抱怨说考试太多，培训太多，还让不让我们好好实习？其实仔细想一下，这样也很好，理论知识的强化对上临床的我们是很有必要的，此外，我们还有很多临床技能方面的培训，突然觉得自己能在这里实习，是多么幸运，不能再这么一次次的应付，应该认真对待！

这个科室实习完毕，就意味我要正式开始大内科的轮转了。后面的安排是呼吸内科，心内科，肾内科，内分泌科，过年，消化内科，神经内科，急诊科。真正充实忙碌，真正要认真学习的时候来了，终于要来了。前两天心内科的病例讨论，着实让我着急了一把，对于那个讨论的病例，我是如此的一头雾水，太久没看西内了，什么心梗、心绞痛，稳定型不稳定型，诊断鉴别诊断，评级等，居然一窍不通，真的真的觉得好难过，觉得自己要学习的东西真的还好多好多。一定要好好认真的血，不喜欢那种一无所知，不知所措的感觉。

## 中医实训心得篇六

本学期前，我曾上过武当山·太子洞拜访过洞中唯一的道人，贾爷爷，那双澄澈的眼神，仿佛洞穿了我的灵魂，发自肺腑的言论，讲述着我们身上的责任，我心之所向，我心之所念，是为世界，人类，动物，植物，大的阴阳。历史留下精华，遗毒，责任，都将一代代传下，由我们承当！

壮哉我大中医！以蓬勃的文化，思维，带这个世界走向光明。寒假的中医实习，我在按摩室学会了颈椎病，腰椎病的推拿按摩治疗手法，而且病人都很喜欢我的治疗，出科后还有病人说我的手法好，这点我不自夸，今天指导医师还说我在的

时候人气很旺，好多病患都来治疗，不过我出科后好似病患就少了很多，这是实情，也是我的骄傲。

中医实习期间，我学会了拔针，这是来针灸科之后第一学的，而穴位注射，这个其实还有一个小插曲，从按摩室来到针灸这边的第一天，我看到他们给病人穴位注射觉得好神奇，指导医师叫我动手，我怕，好不容易鼓起勇气说我来病人却说不要我来打，指导医师二话不说一步一步教我，很完美，第二针就是我自己完全给病人注射了，一直到现在。扎针还是有难度，因为不好找穴位，偏瘫患者根据病人病情需要调整穴位，从头至脚：百会，印堂，水沟，地仓，承浆，廉泉，角孙，曲池，手三里，外关，合谷，中渚，血海，足三里，阴陵泉，三阴交，太溪，解溪，行间，一路往下。期间还有三伏贴，这是一种防病的方法，在三伏天给病人或者一些无大碍的人的特殊穴位上贴上贴伏，很管用。

在还没参加中药实习的时候，我就学过拔罐，现在只是复习外加熟悉，就在病人需要的时候给病人拔罐，有时候也走罐，闪罐，刮痧，还学习了放血治疗，这个是刚学的，指导医师不在自己给病人放血，现在想起来应该早点上手。因为病人的一句：我相信你，我就二话不说给病人治疗了，还有什么话语比起这个更振奋人心的呢？这是病人对自己的肯定，所以坚决不能让病人失望，也要对得起自己的这次中医实习。

## 中医实训心得篇七

传统中医，很多人很奇怪，这是什么科室，一般医院似乎好像都没这个科室的。是的，好像只有在我们医院才有。虽然省人是中医院，但其实基本上已经西化了吧。为了保留，或者说是特色，或者说是应付检查，设立了这么个科室，治疗疾病时，保留中医传统特色，辨证论治。确实，在这里感受到了比在其他任何一个科室都要浓郁的中医氛围，也只有在这里有这种氛围吧。这里的病人在治疗上首选是中药治疗，

不得不承认，主任开方是在是好，很多西医无法诊断的疾病，在这里都得到很好的解决。但也不得不否认，传统病房给我感觉，像是个养老院，很多老人常年累月住在这里不肯走，有些是绝症患者，在这里等待那天。

这三周，真的是很好的休息了下，实在是太闲了，跟之前的科室打仗似的工作状态比起来。我跟的这个带教因为一些个人的原因这几周都没有收病人，我就只好守着手上这两三个少的可怜的病人。还好其他组的老师有收病人，可以学习学习。在这里，闲也有闲的好处，赶上专业认证的关口，非常多的考试和培训，正好趁这三周好好看了看书，充实了下理论基础。其实我们一直在抱怨说考试太多，培训太多，还让我们好好实习？其实仔细想一下，这样也很好，理论知识的强化对上临床的我们是很有必要的，此外，我们还有很多临床技能方面的培训，突然觉得自己能在这里实习，是多么幸运，不能再这么一次次的应付，应该认真对待！

这个科室实习结束，就意味我要正式开始大内科的轮转了。后面的安排是呼吸内科，心内科，肾内科，内分泌科，过年，消化内科，神经内科，急诊科。真正充实忙碌，真正要认真学习的时候来了，终于要来了。前两天心内科的病例讨论，着实让我着急了一把，对于那个讨论的病例，我是如此的一头雾水，太久没看西内了，什么心梗、心绞痛，稳定型不稳定型，诊断鉴别诊断，评级等，居然一窍不通，真的真的觉得好难过，觉得自己要学习的东西真的还好多好多。一定要好好认真的学，不喜欢那种一无所知，不知所措的感觉。

好吧，接下来，收下心，认真实习。

很早以前就从师兄那里打听到了大三的上半学期有实习，那

时候可以说是急切地期盼着天的到来，大家再也无法忍受当前这日以继夜的填鸭式的教学，从师兄们那里到实习并非像想象中的那样是一件快乐的事情。

那么这座酒店到底怎么样呢？有值得借鉴的呢？还有需要改进的呢？给我的感受是怎么样呢？那么且听我慢慢道来。

明园新都的餐饮部大致分成如下几个：中餐部（包括广东轩、多功能厅和6个包厢）、西餐部（包括花园餐厅和自助餐厅）和酒水部（包括大堂吧、乐怡吧、中餐吧、西餐吧和自助吧）。10人被分成了3个组，分别在不同的，并且每20天换一次，能让的整个餐饮业的服务、销售与管理。酒店的做法让人感到挺满意的，这也正和的心意。

组的4个人被分到了中餐厅——“这是酒店餐饮中最辛苦的！”还开始工作，就听到旁边有人在私下这么向告诫着。看来，我得真的要思想才是啊！

中餐厅的工作确实如前人所谈——“辛苦！”酒店给服务员们制定的岗位职责和工作描述，这是现代企业人力资源管理中最关键的一环，在员工的印象中，的工作每天听从领班的下达任务，随时着听从的指挥，固定的活干，或者说只要有需要，服务员都能干！摆台、折口布、传菜、上菜、撤台所谓的做的本职工作外还得兼职勤杂工，扛桌子椅子、铺地毯等脏活、重活、累活男服务员们的的事情。更让人不可理解的是该酒店的上班是9小时工作制，而且每天还得加班1个小时左右（加班费），我不知道的作息制度有违反《劳动法》，可是一名有血有肉的人来说都有的最低的底线，人毕竟一台机器，可以用来随心所欲地使用。刚开始工作的那三天确实令人叫苦不迭啊，每天除了干活干活，最受委屈得要算是脚了，每

天9小时的站立使得双脚产生了严重抗议，下班的件事想找个地方坐下了休息一下。令人向往的人性化管理和残酷的之间的差距由此可见一斑。

另一件令我感到尴尬的事是广东轩的服务员制服真是简单得可以，酒店空余的服装供我“高大威猛”的男生穿，索性让我穿西裤和白衬衫，连马甲和领结也省了，这身打扮使得我服务员和客人几乎区别，以至于有一次我正为会议服务时，却被对方是来参加会议的嘉宾向我致以亲切的问候！

员工代表着整个酒店的形象，这是酒店vi设计中的要的，好的员工制服不但能使得员工精神从而工作员工制服更体现出企业的内在的文化，文化的企业如同人了灵魂，那只不过是一具行尸走肉罢了，缺少了士气的企业又何来效益呢？不过令我感到高兴的是，酒店的员工大都那样的热情友好，并是实习生而对冷漠生硬，在劳累之余，同事们的甜美的微笑，一句再普通不过的“辛苦了”都会让人感动，看来员工最能够大家的心情，能站在员工角度来看问题，讲述的是“老百姓的心里话。”这酒店上层所最的素质！

中餐厅的日子就一天天结束了，在日子我的确学到了不少的东西：除了能学到中式餐饮的服务程序和技巧、粤菜的特点和种类等课堂上所能学到的东西外，更能学到课堂上很难学到的东西：如何好的利益和酒店的利益、如何好同事之间的人际关系、如何的心态，更让我到的是服务员应该强烈的服务意识。在一次与某经理聊天时，该经理提到了服务意识，我非常赞同他的观点：“服务意识不要求服务员有着向客人优质服务的观念和愿望，应该对的同事也同样的意识。”是啊，这才是“服务意识”的真正的含义，这才是服务员真正的素质的体现。

## 中医学实习心得体会(六)

### 中医实训心得篇八

针灸推拿可以疏通淤阻的经络，调气活血，并有保健养生的作用。消化科后我转到针灸推拿科，中医针灸推拿的神奇疗效让人惊讶，特别是对各型疼痛、颈椎并腰椎并中风后遗症及面瘫等的治疗。针灸科特色明显，疗效确切，已经成为中医院的特色科室之一。在实习期间，老师给我很多动手针灸的机会。还记得第一次在很多人面前为患者施针的时候，可能因为太紧张，竟在同一位置扎了两次才把针扎好。后来每天手不离针，现在应该不会再有那次的尴尬了吧。

### 中医实训心得篇九

要在较短的时间内学好这些知识，如果不采取一些有效的方法来进行学习，单靠刻苦，显然是不行的，在前面的章节，曾经谈到过有关搞好实习的经验，本章将进一步和同学们谈谈有关搞好实习的方法，相信这些方法同样能够为同学们搞好实习起到一些启迪作用。

#### 一、很抓基本技能的训练

作一名医生首先需要掌握一些必备的基本技能，这是做好医生的基础，作为进入临床实习的实习医生来说，首先应该搞好这些基本技能的训练，这是今后进一步发展的基础，如果基础打得不牢，今后的提高只能是一句空话。可以所本篇所涉及到的内容都与基本技能有关，如接触病人、询问病史、体格检查、病历书写、申请单的书写、处方的书写、病史汇报、诊断分析、管理病人的方法等等。这些都是作医生必须具备的基本技能，而且这些技能不是通过看书、或“见习”就能掌握的，必须通过不断的锻炼才能熟练掌握。因此，同学们应该在练好这些技能上下功夫。

## 二、重视“方法”的学习

实习学什么?许多大部分同学都认为是学疾病，临床上许多同学对于遇见一个少见病，发现一个少见的临床体征而津津乐道，而很少思考这个少见病或体征是如何诊断或发现的，这实际上是同学们实习中常常出现的误区，关于实习学什么?教师的观点则认为：实习学的主要是“方法”，而不是疾病。

理由很简单，熟悉和掌握了一个疾病，终究只是一个疾病，而掌握了认识疾病的方法，就可以发现更多的疾病，从而认识和掌握更多的疾病。所以说学习和掌握认识疾病的方法比认识一个或几个疾病更为重要。因此，同学们在实习应该在学习或掌握“方法”上下功夫。

## 三、找共同点法