# 最新中医心得体会(大全10篇)

来源：网络 作者：落花无言 更新时间：2025-04-15

*心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。中医心得体会篇一第一段：认识中医的来源和特点（200字）。中...*

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**中医心得体会篇一**

第一段：认识中医的来源和特点（200字）。

中医作为中国传统医学的重要分支，拥有悠久的历史和丰富的理论体系。其源起可以追溯到两千多年前的《黄帝内经》。中医的特点之一是注重整体观念，将人体视作一个统一的整体，通过调理人体的阴阳，平衡气血来达到治疗疾病的目的。此外，中医还强调“辨证论治”，即根据患者的不同体质和病情，采用个体化的治疗方法。

作为一名中医，我深刻地认识到中医之所以能够在患者中间赢得信任，是因为中医注重治疗和调理的综合效果，强调治本而不只是治标，注重防病而不只是医病。与之相比，西医注重药物和手术的应用，虽然可以迅速缓解症状，但常常忽视了病因的治疗，容易导致疾病复发。中医更加注重患者的整体状态和体质，十分注重恢复人体自身的自愈能力。

第三段：中医的独特之处（200字）。

中医的治疗手段十分多样化，包括中药、针灸、按摩、拔罐等等。这些治疗方法都有其独特的作用机理，能够从不同角度对疾病进行干预。此外，中医还重视饮食调理，认为“药食同源”，通过合理搭配食物来改善体质和调理疾病。中医还注重精神调养和心理疏导，认为情绪的变化与疾病有着密切的关系，通过舒缓情绪和修心养性来维护健康。

第四段：中医的发展和挑战（300字）。

随着现代科技的进步，中医也在不断发展与创新。现代中医借助先进的仪器设备，如针灸电刺激仪和中医药研究仪器等，将传统的中医理论与现代科学相结合，提高了中医的治疗效果。然而，与此同时，中医也面临着一些挑战。首先，由于中医疗效的广泛认可，导致中医市场鱼龙混杂，产生了一些不合法的中医机构。其次，中医的疗效多为缓解和调理，需要相对较长的时间，与西医的治疗速度相比较低。此外，传统中医理论也需要与现代医学理论融合，以更好地满足现代社会的医疗需求。

第五段：中医的未来与个人感悟（300字）。

在我看来，中医作为我国的传统医学宝库，拥有广阔的发展前景。尽管中医在现代医学中的地位受到了一定的冲击，但其独特的治疗手段和理论体系仍然吸引着越来越多的人。中医在预防疾病、调整体质、提高免疫力等方面具有独特优势，对于一些疑难杂症有着显著的疗效。作为中医，我深感责任重大，要不断学习和研究，将中医的优势发挥到极致，不断提升自身的医术水平，为患者的健康贡献自己的力量。

中医的独特之处不仅体现在其治疗手段的多样性上，更在于其注重整体观念和个体化的诊疗方法。中医的发展离不开现代科技的支持，同时也需要处理好传统与现代的结合。中医作为我国的传统医学之一，具有广阔的发展前景。作为中医，我将不断努力，为中医事业的发展贡献自己的力量。

**中医心得体会篇二**

中医，是中国文化历史的一部分，是中华民族的瑰宝。中医史，是中医学发展的历程，也是我国治病救人的悠久历史。作为一名中医专业的学生，对中医史的了解和实践让我深受启迪和感悟，以下是我的心得体会。

首先，更加深入了解中医史是必要的。从我学中医的这几年来看，很多同学将中医视为一种神秘的、未能够解释的魔法。实际上，中医虽然存在很多难以解释的现象，但是其理论体系是建立在对人体自然规律的深刻理解和持久探索之上的。中医史是中医学发展的历程，是中医学如何不断提高的过程，了解中医史，不仅有助于我们更加深入了解中医学的理论发展和人文氛围，也可以使我们更好地掌握中医学理论，开拓我们的思维和创新能力。

其次，深度地理解中医史对于我们学习和实践中医同样很有帮助。在中国年代悠久的中医史上，有无数的中医大师和优秀的中医代表，他们的心血和智慧浸润在中医学中。对于我们今天的中医学生来说，我们要从中医史的中汲取营养，挖掘其中优秀的医术和经典理论，深度理解其中的医学原理和医学精神，然后更好地应用到实践当中，不断地提升自己的医疗水平和医术造诣。

第三，中医史可以让我们更好地感受到中医传统文化的人文气息。中医学发源于古代的中华文明，其其背景可以追述到几千年前。中医与中华传统文化密切相关，其中诸如自然哲学、审美情趣、人文风格等元素可以体现出中国传统文化的特点和丰富性。博大精深的中医文化，对于我们理论研究以及临床实践都有很大的启发作用，也可以帮助我们对中华传统文化有更深的了解和探究。

第四，对于当下中医学的发展，中医史有着重要的指导意义。在市场经济的大环境下，中医学发展面临着一些问题，例如商业化、科技化等。了解中医史可以让我们懂得，只有传承和弘扬好中医文化，才能让中医学在适应现代社会发展的同时，不失其根本、创新发展、持续发展。我们要尊重和继承中医史的文化精髓，同时也要在中医学的实践中不断地进行自我完善和创新。

最后，中医史教会我们，做一个有医德医风的中医。自古以来，中医以其独特的理论和实践技能，在治病救人中有着极为重要的地位。良好的医德和医风，不仅是保障患者安全和医患和谐的重要因素，也是中医学发展核心价值之一。正如《黄帝内经》所言：凡治未病者，养生为本。我们要保持良好的医德、自我修养，并且发扬中医文化精髓，始终高度关注使用中药和治疗的质量安全问题，才能更好地实现我们的职业使命，成为一名优秀的中医。

总之，了解中医史，是学好中医学不可缺少的一部分。中医学是中国医学的重要组成部分，中医史是中医学发展的历程，中医文化是我们民族珍贵的历史遗产。通过学习中医史，深入理解中医学的理论与实践，传承中华民族的瑰宝，我们才能深度挖掘中医有益的、古老的、优秀的文化底蕴，不断推动中医学的发展和创新。

**中医心得体会篇三**

中医作为中国传统医学之一，具有悠久的历史和深厚的底蕴。通过多年的学习和实践，我对中医有了更深入的理解和体会。中医注重整体观念，以人为本，以阴阳、五行等基本理论为基础，通过调理气血、平衡脏腑功能等方式来维护人体健康。本文将重点介绍我在学习和实践中所获得的中医心得体会。

第二段：理论与实践结合。

在学习中医的过程中，我发现理论与实践密不可分。只有深入理解中医的基本理论，并将其应用于实践中，才能真正体会到中医的神奇之处。例如，中医讲究五行平衡，认为五行代表了自然界万物的变化，而人体也是如此。在临床上，我通过观察五行关系，发现病人的脏腑功能失调往往与五行关系有直接的联系。因此，我在治疗过程中会有针对性地调理五行关系，以促进病人康复。

第三段：调理阴阳平衡。

中医强调阴阳的平衡对人体健康的重要性。阴阳是一对相对而言的概念，在生理上对应了一系列的对立面，如寒热、虚实、上下等等。当人体的阴阳平衡被打破时，就会出现不同的病症。因此，在治疗过程中，我会根据病人的具体情况，采取不同的调理方法，以恢复阴阳的平衡。例如，对于阴虚火旺的病人，我会采用滋阴降火的方法来调理，而对于阳虚寒凉的病人，则会选用温阳补气的方法来治疗。

第四段：针灸疗法。

作为中医重要的治疗手段之一，针灸疗法在临床实践中发挥了重要的作用。对于一些慢性病和疑难杂症，针灸疗法可以起到疗效显著的效果。通过针刺穴位，可以调理经络、活血化瘀、调整气血等，从而达到治疗疾病的目的。在实践中，我结合经络理论和病情特点，合理选择针灸穴位和疗程，取得了不错的疗效。

第五段：综合治疗。

在中医理论中，强调综合治疗的观念。中医认为人体的生命活动是一个相互联系、相互制约的系统，疾病也是多种因素共同作用的结果。因此，在治疗过程中，综合运用中药、针灸、推拿、气功等多种治疗手段，可以更好地促进人体的自愈能力。通过综合治疗，我发现病人的康复速度更快，且出现复发的几率更低。

结尾：总结。

通过对中医的不断学习和实践，我深切体会到中医的独特之处。中医以整体观念为基础，强调个体差异，注重预防和调理，提倡平衡。在我个人的实践中，中医的理论和方法对于治疗疾病起到了重要的作用，尤其是在慢性病和疑难杂症的治疗上。我相信，随着中医的不断发展，它将会在更广泛的范围内得到应用，并为人们的健康做出更大的贡献。

**中医心得体会篇四**

在学习过程中发现，结合生活实际融深奥医理于浅显地生活常识当中。中医基础理论重于思辨、抽象、实践性强，但弱于直观、具体、可操作性差。因此，在学习中，注意结合自己既往的文化知识及生活常识进行理解，常常受到了事半功倍的效果。

如，联系夏天长期在河水中浸泡的石头或其他物体的表面所生苔藓形状为例，来理解滑腻之性状，说明舌苔滑腻与水湿的关系，并由此理解湿性粘腻的致病特点。结合既往临床实践，融抽象理论于常见病证之中。如人体皮肤受凉之后，可见恶寒、无汗，鼻塞流涕，胸闷咳嗽等感冒症状，中医给以宣肺解表药物治疗后，感冒痊愈。以此说明肺主宣发、开窍于鼻、在体合皮的医学道理。

也发现这门学科跟中国古代哲学和中国古代传统文化密切相关。在其发展过程当中也不断吸收外国文化，在李时珍的《本草纲目》中记载的一些中草药，大都原产地都不是中国，足以证明这一点。然而，提高中医素质，中医从业人员必须有过硬的基本功。要打好基本功应具备以下三个步骤：

中医的临床工作分为识病、辨病、立法、处方、用药五大环节，最终必须落实在方药上。如果没有精确的处方，绝对不会有好的疗效。故中医历来视汤头、脉诀、药性赋为启蒙“三件宝”。“汤头”即“方歌”。中医素以清代汪昂的《汤头歌诀》为蓝本，并以《医方集解》辅行。要求“汤头”必须熟背至信手拈来的地步，临床方可应用自如。“脉诀”是指脉学方面的歌诀。现以李时珍《濒湖脉学》流行最广，然李中梓《诊家正眼》似乎更切实用，故云脉必“二李”。当然有精力多读几部更好。诸如：《四诊抉微》、《脉诀汇辨》、《脉理求真》等。《药性赋》是民间流传多年且影响极大的入门读物，浅显易懂，朗朗上口，确实对初学用药可具初步轮廓。尽管有些内容已不合时代的要求，但仍为广大中医所喜爱。除上述“三件宝”外，不可忽略的就是“针灸歌赋”。众所周知，针灸是国粹，是中医走向世界的“利器”。要想学好针灸，熟诵歌赋是必备的基本功。诸如：十四经循行、主病、穴位分寸歌、标幽赋、金针赋、通会指要赋、流注指微赋、胜玉歌、玉龙歌以及十二经子母补泻、流注八法等方面的歌诀均应熟背如流。俗话说：“曲不离口，拳不离手”。以上第一步功夫，属中医的“背诵功”。

背诵功之后的第二步功，就是加强古文和医史的学习。古人云：“工欲善其事，必先利其器”。中华民族经过漫长的历史，给后人留下了辉煌灿烂的中医文化，不愧是伟大的宝库，等待后人去努力发掘。而这些文献均是用古文写成。若不在古文上下工夫，势必很难理解。如文字的构成、词汇的衍变、语法的差异及古代文学常识、古天文学知识等等均需有一定的了解，否则学习医古文非常困难。

文言文学得好，犹如与古人相与对坐应答，能进行跨时代的交流，也乃人生一大快事，而且学好古文是打开中医药宝库大门的钥匙。故第二步功夫首先必须“学好古文”。

任何事情，任何学问都有一个发展过程。所以不管学什么都必须了解本门的发展史。搞政治要学政史，搞文学要学文学史。当然中医也不例外，也应学好医学史。只有学好医学史，才能了解各朝各代的名医、名著及其学术观点，也就是说要了解这些名医名著是在何等历史背景和客观条件下形成的。同时也应了解前世名医的奇闻逸事。譬如：朱丹溪三十岁学医，三十五岁就能临证而成大家。叶天士十四岁学医，先后师从十七人等。这对一个中医的学习和成长均有一定的启发。然而今人视学史为多余，似乎与临证无关，实属大谬。

学古文具备了读古书的能力，学医史明确了读古书的取舍，在选书读书过程中，自然不会陷入歧途。同时还要博览历代医家的医论、医著、医案，对历代医家的成果有一个框架性得了解，对学术理论的构架打下了良好的基础。故第二步功夫为“基础功”。

要想学好中医，则必须精读一些古典医籍，如《内经》、《难经》、《伤寒论》、《金匮要略》、《温病条辨》、《温热经纬》、《神农本草经》、《医学心悟》等。

《内经》、《难经》是中医基础的奠基。阴阳五行、脏象经络、诊法治则、五运六气均需从《内经》、《难经》二经中探求。然《内经》中《灵枢》、《素问》各八十一篇，《难经》八十一难，共二百四十余篇，要想快速通读，谈何容易？故初学者可选用明代李中梓的《内经知要》或近贤秦伯未的《内经知要浅解》为读本，部分章句必须熟背。

《伤寒论》是六经辨证的典范；《金匮要略》辨脏腑经络，是辨治杂病的基础。《温病条辨》系统论述三焦辨证，与《伤寒论》相对而言，使“万病诊法实不出此一纵一横之外”。（《温病条辨·凡例》）。《温热经纬》以《内经》、仲景为经，以叶、薛、陈、余诸家为纬。其中“叶香岩外感温热篇”主要论述卫气营血辨证系统，也应熟背。《神农本草经》是方药学之祖，自然也是必读之书。清代陈修园《神农本草经读》可视为初学者较好的读本。《医学心悟》一般视为入门的启蒙书，它是系统论述“八纲八法”之作，且书中载有很多疗效高、实用性广的方剂，如启膈散、开噤散、半夏白术天麻汤之类，皆临床习用之方。这些医籍的精读，可使中医理论的框架构架起来。故第三步功夫为“构架功”。

如上所述，背诵功、基础功、构架功为“真中医”必须具备的三步功夫。在这三步功的基础上，进而博览群书，淹通众家之长，并广泛吸取今人经验，积极引进现代科学技术。古人云：“熟读王叔和，不如临证多”。早临床、多临床，从而培养和造就新一代的铁杆“真中医”。

漫漫岐黄路，吾将上下而求索。

**中医心得体会篇五**

中医心得体会书是我近年来思考中医理论和实践经验的总结，通过书写来记录自己的感悟和领悟。中医是我从事多年的职业，也是我的兴趣所在。在中医的无限深广中，我逐渐领悟到一些重要的概念和原则，这些心得体会对我的临床实践起到了巨大的指导作用。

第一段：起因和背景（200字）。

我对中医的兴趣可以追溯到我十几岁时，当时患上了一种难以治愈的慢性疾病。在西医的治疗下，情况并没有得到改善，反而出现了一些副作用。在绝望的情况下，我决定尝试一下中医治疗。经过一段时间的治疗，我的病情得以缓解，这令我对中医产生了极大的兴趣。为了更好地了解中医，我开始阅读相关的书籍，参与学习班和研讨会，逐渐掌握了一些中医的基本理论和方法。

第二段：理论和方法的学习（250字）。

中医强调整体观念，追求阴阳平衡和人体的整体和谐。经过一段时间的学习，我意识到中医的经络理论是中医学的核心。经络是人体内部的能量通道，通过穴位和经络进行调理，可以达到治病的目的。另外，中医还强调病因的寻找和辨证施治。每个病人的病情都是有原因的，通过综合分析病人的症状、脉象和舌象，可以对疾病的病因进行判断和治疗。同时，中医还注重预防和调节养生，提倡均衡饮食和适量运动。这些理论和方法对我未来的临床实践产生了深远的影响。

第三段：实践和感悟（300字）。

在我开始从事临床实践后，我才意识到理论与实践之间的差距。很多时候，实践可能会与理论不完全相符。面对各种复杂的病情和治疗困难，我逐渐摸索出了一些应对的方法。我发现，个体化的治疗是十分重要的。每个病人的病情都是独特的，需要我们根据其体质和病情来制定个性化的治疗方案。此外，管理好医患关系也是十分重要的。与病人建立起良好的沟通和信任关系，才能更好地治疗患者的疾病。经过多年的实践，我逐渐积累了对中医的心得体会。

中医的治疗过程是一个不断调整和改进的过程。在治疗中，我注意到，患者的心理状态对治疗的效果有着不可忽视的影响。抱有积极的治愈信念和积极的生活态度，有助于患者更好地应对疾病，促进康复。此外，我还发现，在治疗过程中，中医的辨证施治方法具有独特的价值。通过综合分析病人的症状和体征，找到疾病的根源，并根据疾病的特点制定合理的治疗方案，可以达到事半功倍的效果。

第五段：对未来的展望（200字）。

通过多年的学习和实践，我对中医有了更深入的理解，并且取得了一定的成绩。但我深知中医学问广博，个体差异复杂，仍需继续学习和实践。未来，我希望能够通过不断提升自己的临床实践水平，为更多的患者提供更好的服务。我也希望通过与其他中医医生的交流和合作，进一步深化对中医的认识，共同推动中医的发展。

通过这篇《中医心得体会书》，我把自己多年的中医实践经验和领悟进行了总结和归纳。这篇书不仅是对过去的经验的回顾，也是一个对未来的展望。我希望这篇书能够对其他的中医医生和学习者有所启发，共同推动中医的发展和传承。

**中医心得体会篇六**

在学习了两年中医课程之后，我渐渐意识到中医基础理论是讲述中医如何思考的，中医诊断学是讲述中医如何看病的，中药学和方剂学是讲述中医如何治病的，这四门课程理法方药环环相扣，构成一个中医学生对中医的完整认知，也构成一个中医医生看病的的全过程。思考可以是多角度、多层次的、多广度的，诊断可以是多方面的，中西结合似乎是现代临床。的趋势，而治疗更可以是多种的。针灸推拿作为一种在国际上更为被认可和广泛通行，更有甚者认为扎针就是中国。除了在学校学习之外，我更希望可以实际操作一下，通过实践加深理解，以丰富我的中医素养。于是，我到我们当地中医院针灸科见习三周。

到针灸科的第一天，这与我在学校所见到的针法有所不同。我在学校所看到的只有下针，过20分钟之后起针。而在这里，我了解到医生会根据病情的不同，选穴组方，如同我所熟悉的组药成方一般，再一一施针，同时要配合上电疗机以代替医生间断行针来给病人持续有效刺激，再加上烤灯给针扎处强有力的渗透治疗。此外还会根据病情的不同，加以或推拿按摩、或艾灸、或拔罐等来辅助治疗，以使病人尽快缓解病痛，达到康复的目的。

在实际操作中，我在老师的指导下学会了电疗机的连接。根据不同病情给予不同波形，如一般情况下是连续波，而对于初期面瘫、腹部因肚凉二扎针者就不需要用电疗机，中后期的面瘫患者则需要给予疏密波;根据施针部位不同给予不同的连接方式，如上肢、脖子、背部、腰部一般同侧连接，不可跨越心脏，而下肢可以在同一条腿上横向连接，是膝关节疼痛处更应如此连接;根据病人对针跳动的耐受程度给予不同大小的电流刺激，如年老体弱者、女性、小儿一般用较小的电流，而体格强壮之人或疼痛部位日久麻木者就要给予较强的刺激，电流大小要以病人可以耐受为好，不可太大以使扎针处感到疼痛而不可忍受，也不可太小已起不到治疗效果。

此外，还应间隔一段时间询问一下病人感受来调整电流大小。同样，烤灯的摆放也需要根据施针部位、病人耐受程度来灵活调整。看到老师们的治疗过程，我也深切感受到要一病人为中心，以病人为学习对象，不断调整自己的治疗方式手段。

除此之外，我也学会了一些推拿手法，经过练习，在爸妈身上得到较好的效果，使其疼痛减轻，身体轻松。拔火罐、熏艾条等这些我早已熟识的方法也有机会大展身手。大椎放血、梅花针放血，耳穴压豆等只听过没见过的治疗手法也得以见识，可以说在针灸科的见习让我对中医有了更加立体丰富的感知。

暑假见习期间正值三伏天，是冬病夏治的好时间，我也有幸参与到三伏天的贴敷工作中。早上不到六点钟，科室还没有开门，已有不少病人来准备贴敷。我们立即展开工作，把一卷卷医用胶布撕成分别适合大人小孩两种大小的正方形，准备待用，根据每一次贴敷位置的不同，依次选穴，扎梅花针，拔罐放血，再放上小药丸，贴上胶布，就可以了。如有鼻炎，还要带上两个药丸，每晚各贴印堂一次，连贴两天。小孩一般不用扎梅花针，身体强壮的、年龄较大的可以拔罐，年龄较小的可以直接放药丸贴胶布。

有些病人对医用胶布过敏，可以用麝香壮骨膏等膏药代替，贴敷24~48小时就可以撕下来，期间尽量少出汗，以防止胶布不粘而掉下来。三伏贴用于治疗鼻炎、哮喘、气管炎、支气管炎、等呼吸系统疾病，以及小儿体质弱易感冒，一般三年为一个疗程。有些病人三年就好了，好了之后也可以再贴以加以巩固效果，而有的病人甚至贴了一年就病愈，不再复发，不少小朋友贴了之后冬季感冒次数也大大减少，这些都证明三伏贴是有确确实实的疗效的。

在见习期间，通过阅读一些与医学相关的书籍，我了解到中国最顶尖的医学院中国协和医科大学就一直坚持医教研三位一体模式，医学生进入协和后要经过八年学习，十余年住院医师的培养才可能成为独当一面的合格医生。而现在，我正处于医这一阶段，应该不断加强学习，向书本学习，向老师学习，向临床学习，向病人学习，已得到知识、能力，形成自然科学与人文科学双方面的素养，努力进步争取早日成为一名合格的临床中医生。

中医是有用的，它带给人们以健康，帮助人们减少病痛，并且在在现代社会中做出了适应性的改变，我相信这样的科学不会消失，因为有一代代的学子在学习、教授、研究它，有越来越多的病人在选择相信中医，这也激励着我们更好的传承它，发扬它。

**中医心得体会篇七**

随着社会的不断发展，人们对健康问题越来越关注，中医成为了一个备受瞩目的学科。作为一名中医爱好者，我深刻认识到中医是一门哲学、文化、技术三位一体的学科。在接触中医的过程中，我不仅学到了许多关于人体、健康、疾病的知识，也领悟到了一些心得和体会。

第一段：重新认识中医。

中医是一门源远流长的学科，有着很多宝贵的理论和实践经验。在认识中医的过程中，我发现中医不仅强调人体的整体性，更强调人体与自然环境、社会环境的联系。中医讲究阴阳平衡，提倡“和为贵”、“顺势而为”，注重“治未病”。通过中医的学习，我感受到了一个完整的体系。

第二段：望闻问切的重要性。

中医望、闻、问、切是诊断的重要手段。眼睛、鼻子、耳朵、手指等五官，以及语言、问询等语言交流方式，这些不仅仅是表面上的过程，而是隐藏着中医学的很多玄机。中医通过这些手段来观察、识别、排除、确诊疾病，为治疗提供了科学依据。而在实践中，这些手段的精准运用和合理组合更是成为中医必不可少的能力。

第三段：体质与复方的搭配。

中医讲究“因人而异”，每个人的体质和疾病表现都是不同的。因此，在中医治疗中，针对个体量身制定的复方是必要的。复方的选择需要遵循中医“四气五味”的基本理论，包括制配四味药或以上药为复方，复方中应选气味和缓、性味相合、扶正祛邪、相互协调的药材组成。通过这样的复方搭配定制，就可以更好地发挥药材之间的协同作用，达到治疗的最佳效果。

第四段：治未病的重要性。

“治未病”是中医强调的重要理念。中医重视预防，强调环境和生活方式的健康管理。治未病的重要手段是中药调理，包括一些适合调理体质、增强人体免疫系统的中药、调理一个人的气血、精神和身体等方面。从预防心血管疾病、调节内分泌、预防癌症、改善心理健康等方面，中医都有自己的治法。

第五段：中西医结合的重要性。

随着中西医学的融合，越来越多的中西医结合的研究和实践在进行中。中医和西医的结合，既可以更好地发挥中医治未病、调节体质的优势，也可以借鉴西方药学、病理学的先进经验。在实践应用中，中西医的结合将有望给患者带来更为科学、更为全面的治疗。

总之，通过对中医的学习和实践，我不仅学到了许多有关健康、疾病治疗的知识，而且体会到了中医的深刻内涵与重要意义。我相信，在未来随着人们对中医的认识和运用的不断深入，中医必将发挥更重要的作用，为人类的健康事业发挥更大的贡献。

**中医心得体会篇八**

有一个急腹症的患者，痛的满地打滚，杜冷丁上也毫无作用，于是请中医科会诊。我和师兄同去的，见患者痛苦难忍，于是先取四关穴加人中，患者痛苦立马减轻，可以平静地躺在床上，接受进一步的治疗。

这样的病例太多了，不胜枚举。总之，在医院针灸室实习的一个月里，我真切地体会到什么叫“博大精深”。除此之外，我也深刻体会到什么叫无助!

有一个26岁的姑娘，精神分裂。因此不能工作，不能继续读研。整日向其母提出各种各样的问题，非要其回答，回答错误或者不回答，都会对其母拳脚相加，其母不堪折磨，带其四处求医。心身科所开的病因副作用太大，拒绝服用。而所有费用均来自其母可怜的退休金。同时，该患者有疑病症，经常怀疑自己有各种各样的疾病。因为多地求医无效，而轻信一家私人诊所的承诺，数天花掉1万余元积蓄，结果可想而知，毫无疗效，且家财散尽。老人是哭着给我讲完这段血泪史的。我建议她们去找一位老师做个心理治疗。经过一番波折，终于见到了那位老师，两个小时的心理治疗，有一定的帮助。至少自己对自己的认识更清晰的。她对我说，以前扎针是不会有痛觉的，现在已经有了，以前脑袋整个都痛，现在疼痛有范围已经缩小了。目前她仍在针灸治疗中，但情况已经好多了。在此也祝愿她早日康复，尽早施展自己的才华。

从医院回来的这几天里，我已经用自己所学的针灸知识，帮忙亲戚朋友减轻痛苦，并且都取得了不错的疗效。同时，大家对我的认可度也提的很高。因为在医院经常给患者贴耳针，所以对耳诊也有了一定的了解中医康复实习心得中医康复实习心得。通过看耳朵，大概判断出对方有哪方面的问题，并且准确率比较高。也因此获得了大家的认可。同时，也体会到作为一名医生的乐趣。在临床中，更容易发现问题，同时也更乐于对解决这些问题。因此，在这短短的一个月里，我学到了我过去几个月里也学不到，也学不完的东西。在与病人的接触当中，也充分体会到患者的无助与医生的无奈。在医院，我们是医患关系。而出了院门，大多数患者还是愿意和我们成为朋友的。因为信任，也因为情之所至。在行医中，我们不能单纯地把患者当做一个出了故障的机器，哪不好修哪，其他的一概不管不问。患者都有自己的感情，有自己的思想，我们要尽可能去体谅他们。这样才能更好地取得患者的配合，更好的治疗。同时也给彼此一个好心情。

在实习中，还有一个问题是不能回避的。那就是医疗事故。在针灸室就诊的一个2岁小男孩，因为一次肌肉注射而导致右侧坐骨神经损伤。而直到他们来这里就诊，才意识到这次事故是因为在当地卫生室的肌肉注射所致的。这是当地发生在别人身上的医疗事故，但发生在我们身边的事故也层出不穷，不时会有漏拨针的事故，还好没有给患者带来大的伤害，一旦出了问题，我们谁也担不起这个责任。我们感谢患者的宽容，但毕竟这是我们的失误，我们不可能每次都得到患者的宽容，也不能期望每次都有惊无险。身为医者，就必须有一个细致的心。是人都是会犯错误的，可医生不该犯错误!

不是所有的病我们都能治，我只治我有把握的。

医者，仁心仁术必兼有之，为患者谋利，为已谋德。

**中医心得体会篇九**

我从事中医临床45年，今天我要讲的，是我几十年行医的感受。我想，这些感受，只要你是个中医，就都会有同样的体会，只是大家没有把它讲出来，或者没有总结出来而已。所以，这些都不是我的“发明”。我只是做了一些归纳的工作。当然，归纳也不是很容易，我写了七年，出了四本《潘德孚医话》，一本一本不断增删，才写出这本《治病的常识》。在这本《治病的常识》中，如果有人认真归纳，同样会得到我今天发言的十条道理。

医生是从临床中学会的。孙思邈说：“读方三年，以为天下无病不治;治病三年，才知天下无方可用。”无论什么时候，医生临床处方，都无法说：“此方必中，”只有等待病人的信息反馈，他真的给治好了，才算必中。可见，病人是以自己的健康提供给医生提高临床经验的。没有病人的信息反馈，医生的临床能力就得不到提高。因此，可以这么说，医生的本事是从病人身上学来的，病人是医生的老师。所以，凡是对病人态度不好的医生，就是不认真学习的学生，就不能成为好医生。

现在有一些医生，有了一点名气，或者根本就不是有名气，而是因为他所在的单位有一点名气，看见病人多了就烦，态度不好。同样，有的医生，一听病人提问题，或有相反的意见，就向病人发火，会说：“你是医生或我是医生?”这样的人，可以认为都不会成为好医生。病人生病求医，是有了痛苦，向医生求助。医生理应体谅，用好言安慰。这种心理性的治疗，对提高疗效是有好处的。发火，说明医生不知道这个最普通的道理。连最普通的医学道理都不懂的医生，当然不是个好医生。

有许多医生并不知道以自己有限的学识，治无限不同的疾病，需要不断地学习，尤其是听病人的信息反馈。认真思考收集和总结治疗中的正反面经验教训，才能提高自己的临床能力。人们找中医为什么都要找老医生?道理就在于老中医临床经验丰富，理解临床困难的道理，对病人态度好。

病人是医生服务的对象，医生是服务者，不是司令官，因此，精诚服务是医生的基本道德之一。问病人：“你是医生或我是医生”的人，不知道这话叫做不知天高地厚，天外有天，人外有人，医学知识如海深，自己所掌握的其实极少，都靠临床学习来的。仅凭书本知识，根本还成不了医生。就这样自我夸大，岂不是“夜郎”了。

病人把身心恢复健康的希望交给医生，医生应该好好对待。医生关心病人是全方位的，并不只是开开方子就算了。如果不知道这一点，当然成不了好医生。病人的心理乐观，是恢复健康的基本重要条件之一。医生治病的目的既然是使病人恢复健康，那么，其态度的好坏对病人心理起着重要的作用。对病人态度不好的医生，其态度就可以体现工作的目的，所以就不是好医生。

这句话并不是说，做了医生，就什么病都能治。我们做了医生，谁都不是全能，也成不了全能。因此，有许多病我们治不了。我们必须知道，不是这些病无药可治，而是我们缺乏治疗的经验和能力，只要我们努力学习，就能够治好这些病。自己费尽脑筋治不好，别人却可能不费吹灰之力就治好了。

病人的病，能不能治好，决定在病人生命的恢复能力。医生的治疗和用药，是帮帮忙的。由于医生所拥有的医疗知识极其有限，所以，才有“一味单方，气死名医”之说。自己不知道如何治疗的病，也许会有很多人知道。医生以其有限的知识，无法给无限的疾病做正确的判决。因此，医生不能向病人说“此病无药可治”的话。实践中我们常常碰到，很多病人不相信医生“无药可治”的判决，病好了;而相信医生判决的病人，由于失去生存的信念，死了。可见，许多病人不是死于病，而是死于医生的信念。任何时候，病人只要一息尚存，他的生命就在与疾病搏斗，所以，有许多病，能不能治好，在于医生这个忙帮得对不对。医生树立正确的信念，同时要帮助病人树立正确的信念至关重要。

现在很多医生都喜欢给病人下判决书，说此病根本无药可治，或说此病是世界难题，或说病人只有多少时间了，都是不科学的预言。因为，已经有许多事实推翻了这些预言，“无药可治”的病人好了;“世界难题”可能被一味单方打倒;被预言必死无疑的病人回家不治而愈了……所有这些，只要医生当了长久了，留个神认真观察，都有碰到的，说明医学的预言不准确。传播不准确的预言，就是不科学的态度。医学是一门科学，学医学的医生，应该持有科学的态度，不说不科学的话。

现代解剖学教人们在尸体上找病灶，意思有二：一是认为病灶是生病的原因;二是认为只要切除病灶，就能恢复健康。这是很严重误导。活着，是生命在身体里;死亡，是生命离开身体。活着的称为人，人会生病;死了的就不能再称为人，而是一个尸体，尸体就永远不会生病了。君不见，医学院里的尸体，既不会发烧，也不会肚子疼。身体没了生命，病就不会生了。所以，是生命生病，不是身体生病。

身体上的病灶，只是疾病的结果，不是疾病的原因。知道这一点很重要。可是许多有名的医生都不知道这个道理。美国有一位很有名的外科医生叫瓦金斯夭，在1962年发明了一种治疗胃溃疡的方法——胃冰冻治疗术。他所领导的研究组织，发表了许多成功的报告。此前的西医，治疗胃溃疡都是用手术切除的。手术切除对病人的损害太大，瓦金斯夭的想法当然是一次改进。他的目的就是使病人治病的损害降低。于是，世界上很多大医院，都添置了胃冰冻设备，设立胃冰冻治疗专科。但在1969年，美国有五所大学，发表了联合报告，认为胃冰冻治疗胃溃疡无效。从这一治疗方法的失败中，我们可以认识到，所有的外科切除病灶的手术，都存在着这样的弊病。把切除病灶作为治病的根本方法，是错误的。其错误的原因，就是把身体当做生命。

身体是生命依附的物质基础。西医广泛宣传手术能除疾病的根，把癌切除，叫做手术除根术，是错误的吹嘘。手术切除了胃，自然不会生胃病了。没有了胃，怎么会有胃病呢?现代西医治疗青光眼，就只有切除视神经，或挖掉眼球;治疗阑尾炎就只能割掉阑尾，这样的方法能叫治疗吗?杀人，岂不就是最好的治病方法?因为，死人是永远不会生病的，彻彻底底地除了根。身体是生命依附的物质基础，我认为，健康，就是指这物质基础的完整;残疾，就是指这物质基础的缺损。把切除病灶作为治病的主要手段，会使健康的人成为残疾的人，是不能忍受的错误。其思想基础就是把身体误为生命。

我提出的这个生命的定义，太概括了，有人可能会要求讲讲明白。为了使大家更加清楚，现在我作如下的解释：

“信息”，是指与生俱来的密码。拿人来说，当精子与卵子结合附着于子宫壁后，这个生命就产生了。它吸收营养，使这些营养变为眼睛、鼻子、嘴巴、耳朵以及心肝五脏等，形成了人的整个躯体，然后挤出娘胎，继而再吸收营养，从婴儿长大成人，再衰老死亡。这些密码不断展开，不会生成三只眼睛，不会生成一只狗或猫……都是因为必须按这个与生俱来的密码办。

“运行”，是指生命是动态的，永远向前，向着成长、壮大、衰老、死亡之路前进，不停止的，不可逆的。也就是说，生命是一天一天在变化的。生命就像一艘时间之舟，只有前进，没有后退。

“一个”，是指所有的生命都是个体，每个个体都不一样，都具有特异性。

“自组织”，是指执行密码的一种能力。生命的存在，全要仗持这种能力才能活着。自组织能力的有序，就是健康;自组织能力的部分失序，就是生病。

“过程”，是指生命只是一个时空段，有起始，也必然有停止。

生命的定义当然不只是指人，而是要包括所有的生命。现在我们把生命的定义说清楚，我相信对医学的发展，一定有很大的好处。这不能怪西医医学家的不好，没向生物学界索取。我查过百科全书，确实没有一个像样的生命定义。我现在提出这个生命的定义：生命是信息运行的一个自组织的过程。它是不是合格，请大家议论。我已经写了一本《生命医学纲要》，对生命的定义有比较详细的解释，不久将由浙江科技出版社社出版，如有兴趣，以后请买一本看看。

生命的生长、发育、成熟、衰老，以至死亡，是它的自组织能力活动的结果;生病是否能痊愈，决定在它的自组织能力。具体地说，人的生命所需要的一切能力，例如控压能力、控糖能力、控胆固醇能力、控脂能力、控白细胞、红细胞的能力、控微生物菌群平衡的能力、控各种维生素的能力、控各种微量元素的平衡能力……比如说，生命需要一定的血压，它要保持恒定的血压段，低了不行，高了也不行，靠什么力量，就是靠它的控压能力;生命需要血糖，太高了，太低了都不行，就必然有控糖的能力，使血糖保持一定的浓度。已知人的胰岛，有两种细胞——a细胞和b细胞：a细胞在血糖过低的时候，能放出一种激素，使血糖升高;b细胞在血糖过高的时候，能放出一种激素(就是现在的药物胰岛素)，使血糖降低。所以，有的人饿了好多天，没有粮食吃到肚子里，不会因血糖过低而休克死亡。因为，a细胞的激素，会使人体里的胆固醇、脂肪等，重新变成血糖。可是，现在我们许多人一量血糖稍高，就马上吃降糖药。这样做，为的只是暂时降低血中糖的含量，损害生命自身的控糖能力。所以，久服降糖药者，必患低血糖症。这样的人如果遇到自然灾害，经不起饥饿，容易死亡。生命的能力很多，它们还相互构成系统，相互影响，相互制约，其中的道理，我们现在所知道的实在太少，无法讲个明白的，也许永远无法讲明白。这就是生命的秘密。

也可以这么说，有一分自组织能力，就有一分生命。因此，凡是伤害生命自组织能力的检验仪器、治疗方法及药物，都是不科学的。例如使用胃镜查胃病，可是查出来的病：浅表性胃炎、糜烂性胃溃疡、萎缩性胃炎、十二指肠溃疡、胃癌……，检查出来，没有一样西药能够治好。检查的目的是为了治疗，不能治疗就是没有用。使用没有用的方法伤害生命的功能，使病情加重，无论如何也不能说它科学。病人的目的是把病治好，医生的检查却使病加重，与病人的要求相反，这就是不科学。再说使用抗菌素退热，损害体内微生态的平衡。这种平衡被损害后，何日何时发生什么奇病怪症都不知道。这就叫药物的副作用。有副作用而还是要用，也就是不科学。现在40岁到50岁的人，很多有四环素牙，腰痛，是因为他们幼年时发热服四环素，骨髓有四环素色素沉着。所以，在使用有副作用的药物之前，必须有使用的依据，没有依据就叫做乱用。乱用药物，就会损害健康，就是不科学。

活着，就是生命信息在身体里不停地运行;那么生病，就是信息运行遭遇障碍。针灸为什么能治百病，因为它通过穴位的刺激，使经络信息运行克服了障碍。按摩、推拿、耳针、拔罐、刮痧，以及许多自然疗法，都可以不用药物，就能治疗很多疾病，其道理无不就是使信息运行恢复正常。可见，所谓“百病”，实则“一病”。这就是为什么一种疗法就能“治百病”，否则就无法解释。

因此，治病的根本原理，就是使信息运行通畅。思想感情过度，饮食、声色、劳累过度，都会使信息运行发生障碍，因此，把疾病限于细菌感染，是一叶障目，不见泰山的错误。现代西医之所以误诊率达50%以上，皆是因为其医学思想基础的错误。

所谓“瘰儿”，是中医外科肿毒：疔疮痈疽瘰疬等的`统称，中医都有治疗的办法。其发于体表，由于直接可用肉眼观察，辨证方便。其发于体内，便是占位性病变，阳性者叫做痈疡，如肠痈、肝痈、胃痈、肺痈等;阴性者，不能化脓破溃，就被称为癌。近代中医癌症专家郑文友，治愈不少癌症。他说：肿瘤肿瘤物质组成是由于气血寒凝而形成，与其说是个‘痰瘤’，还莫如说是个‘寒瘤’。因此，生在体表上的阴寒性的肿块，如果切细胞去做病理检验，就可能是癌。因为，西医没有阳性阴性肿块，或痈或疽的名称，只有肿瘤之说。

郑文友说的是寒毒，应该说占了大多数，癌肿也一定还有热性的。有些癌肿患者，服寒凉药觉得舒服，而服热性药，则立即不好受。所以，治疗必须辨证论治，不能绝对化。例如外科病的疔、痈、疽，疔是阳毒;疽是阴毒;痈是半阴半阳的。中医治疗肿疡——疔、痈、疽，都是严禁动刀切除的。如上所说，病灶只是疾病的果，而不是因。疔被手术切除，必发疔疮走黄，头面皆肿发高热，极为危险;痈被手术切除，痈毒内伏，多发为败血症;疽被手术切除，必然到处流窜，西医叫做扩散。

发热的出现，是生命发现微生物侵入，主动关闭皮肤的散热装置，是为了抵御外来微生物的自我防卫行动;发炎是生命在微生物感染的地方筑起一道防卫屏障，防止微生物再侵入其他的部位;疼痛是生命发现信息气血的运行有了障碍，而产生的信号。当然，本是正常的体温，现在变高了;本是舒服的地方现在不舒服了，这才叫生病。异于正常，也可说是病理现象。如果只知其一，不知其二，使用对抗的治疗方法：发热用退热，发炎用消炎，疼痛用止痛，都是在对抗生理活动，所以是错误的。

中医医学有五千年的历史。中华民族以2500年的实践后，才总结出《内经》——这一套为中华医学奠基的理论系统。1800年前，张仲景总结了前人成功和失败的经验后著成《伤寒论》，为中医临床进行辨证论治(诊断与治疗)提出了具体方法。这一方法历经1800多年的实践证明行之有效，不可更改，原因何在?在于已经摸准了治病的规律。

中药学从《神农本草》的365种至现在发展到现在的近20xx多种，虽然增加很多，但在临床中运用四气五味的方法纠正病人的偏胜未变。这也是个规律的问题。所以，中医学是成熟的医学，是开放的医学，是不排他的医学。

既然已经成熟，古老就不是个毛病，只是时代久远，难以沟通，难以被现代人理解与学习而已。因此，我认为运用西医的方法来研究分析中医或中药，就像让不懂事的小孩来评论大人的行为一样可笑。唯一可行的中医现代化就是用现代语言和概念来诠释中医。不是用现代的有色眼镜来评论攻击中医。

病人的要求是什么?不是要知道生什么病(病名)，在什么地方(病灶)，用什么治疗方法，这些都不要紧，根本在治疗的效果。中医与西医相比，它的优势，恰恰就是临床的有效率。也许有人认为，西医发热用退热药，疼痛用止痛药，不是比中医更有效吗?我认为，治病的有效是使病人恢复健康，不是压制症状。健康的有效是长期性的;压制症状的短期行为。很多实践证明，它的结果是对健康不利。例如退热药的暂时退热，结果是延缓退热时间;止痛药只能短暂止痛，还会掩盖病情，易增加心血管病的发生。

现代社会以人为本。人则以健康为本。所以，世卫组织《关于二十一世纪的报告》中说要把现在对疾病的研究，转向健康的研究。中医医学恰恰就是保健康的医学，适应时代的需要。而且，中医学是一种开放的系统，它一定会吸收西医学中有利于保健康的因素，来充实自己，壮大自身。可以预见，不久的将来，覆盖全世界的西医会自动走向边缘让位于中医。

**中医心得体会篇十**

中医是中国传统的医学体系，在健康领域一直发挥重要作用。中医不仅重视对症下药，更注重调整人体整体的平衡。在深入学习中医过程中，我获得了许多新的心得和体会。本文将会着重探讨中医新心得体会。

第二段：中医重视整体调理。

中医治疗疾病时，不仅注重疾病的症状，更注重病人整体的状态。中医强调身体在内部环境与外部环境之间的平衡关系。因此，中医治疗疾病时，会考虑到病人的饮食、生活习惯、情绪等多个方面，并通过中药调理和针灸治疗，以达到平衡人体的整体状态。这种以整体为出发点的治疗方式值得我们借鉴。

第三段：中医注重个体差异。

中医认为，每个人的体质都是独特的，不同的人在面对同一疾病时，采取的治疗方法也应该因人而异。例如，同样是感冒，中医会根据病人的体质特征来选择适合的方案，个性化地选择药物和疗法。

第四段：中医始终坚持预防为主。

中医注重预防和保健，从根本上消除疾病的发生。中医积极倡导人们保持良好的生活习惯和饮食习惯，以及一种积极向上的精神状态。同时，中医从身体、情感和环境多个方面出发，通过草药、针灸等手段来促进身体健康，从而预防疾病的发生。

第五段：结论。

中医是一种古老而深奥的医学体系，在现代社会仍然发挥着越来越大的作用。中医的整体调理、个性化治疗、重视预防等特点，使得中医在治疗疾病时展现出不同于西医的独特魅力。我们应当学习中医，将中医的优秀特点与现代医学相结合，共同推动健康领域的发展。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找