# 中医护理学习心得汇总(5篇)

来源：网络 作者：雾花翩跹 更新时间：2024-12-29

*中医护理学习心得汇总一医院管理上，本人通过一年的护理工作实习，在带教老师们的悉心指导和耐心带教下，学习了从理论上的医院规章制度，到实践中的‘三查七对’等，不只是学会了现代社会中的法律法规在医院中的利用和医务工作者的规章制度，而且明白了这些规...*

**中医护理学习心得汇总一**

医院管理上，本人通过一年的护理工作实习，在带教老师们的悉心指导和耐心带教下，学习了从理论上的医院规章制度，到实践中的‘三查七对’等，不只是学会了现代社会中的法律法规在医院中的利用和医务工作者的规章制度，而且明白了这些规章制度的重要性。我一年中认真学习《医疗事故处理条例》及其法律法规，并积极参加护理实习生的学习，通过学习使我意识到，法律制度日益完善，人民群众法制观念不断增强，因而丰富法律知识，增强安全保护意识，可以使护理人员懂法、用法、依法从而减少医疗事故的发生。在个人的履行上，本人严格遵守医院规章制度，认真履行实习护士职责，严格要求自己，尊敬师长，团结同学，关心病人，不迟到，不早退，踏实工作。

医院医德医风上，本人严格遵守医院规章制度，并且坚持履行‘三查七对’，自我监测，第一次明白了消毒、无菌区、污染区、半污染区、灭菌物品等词的真正含义并严格遵守。我明白了实习中老师的严格要求的重要性，不但让我们培养了良好的工作习惯，也树立了我们很好的无菌意识，这样才能减少医院感染发生率，从而也能很好的保护自己。

医院实践操作上，本人从一开始的不知所措，到了后面的淡定行事。在实习过程中，我努力做到护理工作规范化，技能服务优质化，基础护理灵活化，爱心活动经常化等将理论联系实际的工作，实习期间，始终贯穿‘爱心，耐心，细心’，达到‘手勤，眼勤，脚勤，嘴勤’。主要表现以下几点：

第一点，理解老师，体谅老师的工作，努力多为老师做事，同时加强自己的个人实践能力。

第二点，理解并帮助病人，急病人之所急，想病人之所想，及时发现问题并为其解决。在为病人操作过程中，能做到细心耐心，同时学会与病人做良好的沟通，及时为病人做好心理护理。

第三点，熟悉病人病情及课内知识联系临床实践，能正确的回答带教老师的提问，规范熟悉各项护理操作及专科护理操作，正确执行医嘱，严格执行三查七对，规范书写各类文书，及时完成交接班记录，做好病人出入院的评估护理和健康宣教，能做好各种常见病的护理，并能掌握术前到术后的各项护理。

第四点，在抢救工作中，能有条不紊，不骄不躁，尽我所能的帮助和学习，在操作中能熟悉的做出应对，得到老师的好评和信赖。

第五点，在ccu的工作中，能很好的做好各项工作，做好床头交接班，把病人视为自己的家人一样做好各项护理，不怕苦不怕脏，努力的照料病人，同时培养了个人的细心和耐心。

第六点，其它各科室的学习，让我掌握了相当多的专业护理，比如五官科的专业性十分强。而且在体会不同的班次过程中，我明白了每个护理人员都是不可或缺的一部分。尤其是倒班，让自己真正的体会了一把全过程的学习，也培养了不怕苦的坚毅品质。

第七点，在中医学习上，本人从粗浅的了解，到了现实中的利用，真正的做到了掌握熟悉，例如从穴位的了解到运用等。

第八点，本人积极参加各种病例讨论和讲座，不断丰富个人专业知识水平，对整体护理和病房管理知识有了更全面的认识了了解。最后，在一年的锻炼里，给我的仅是初步的积累经验，对于迈向社会还远远不够，所以业余的时间，我不仅是加强了个人的理论水平，还积极参加各种实践活动，加强个人的交流和实践能力，学会与人正确的沟通。

通过学习，我得到了一次较全面、系统的学习，端正了自己的态度，虽然还只是九牛一毛，但在未来的工作中我相信自己能有更好的起步。在生活中，我与身边的不少人建立了良好的友谊，相互督促和学习，共同进步。在动手能力和分析能力上，我得到了相当大的提高，不局限于只是理论的学习，还提高了个人思考能力，用清晰的思路发现并解决问题，实现了个人的自我价值。

实习要结束了，想想真的\'很快，一年的工作磨练，从刚开始输液都会发抖，到后面的自信从容，我真正的得到了一个启示：无论什么困难，都可以迎刃而解，不要对自己失去信心！

**中医护理学习心得汇总二**

20\_年中医院护理部工作计划

为扎实推进“优质护理服务示范工程”活动、贯彻落实《中医医院中医护理工作指南》精神,提高《中医护理方案》护理质量，结合我院创建二级甲等中医医院要求，围绕医院的发展规划，以抓好护理质量为核心，“以病人为中心”，以“服务、质量、安全”，为工作重点的服务理念，创新管理方式，不断提高社会满意度。制定20\_年护理工作计划如下：

一、进一步完善护理管理体系

1、护理部继续实行二级管理体系，实施岗位管理、落实岗位职责，实行护理部-科室二级管理体系。

2、调整护理质量管理管理委员会成员与质控职责分工，根据工作需要调整部分管理岗位及护理岗位，以期达到协调统一，高效精简，提高执行力。

3、随着护理管理精细化要求不断深化，再原有方案基础上增加质量管理的权重，不以工作年限、职称、岗位为考量，主要以完成工作质量为基础，完成所有工作日工作量为指标，淡化分配系数，提高年轻护理人员积极性，本着向临床一线、夜班人员倾斜原则，独立设立基金考核。护士长实行责任目标管理，不再参与科室分配，经护理部考核后根据考核结果进行发放。

4、根据中医院护理发展需要做好人才招聘计划，设定标准要求，按中医护理指南要求，招聘一定比例中医护理专业护士。根据护理能级及岗位配备护理人员做好护理人员能级晋升考评工作。

5、进一步做好精细化管理,加强耗材、物资管理，规范护士长库房管理及物资请领流程。

6、制定护理管理人员培养计划,积极组织护士长参加院外各级护理管理学习班，选送护理骨干外出进修学习,更新管理理念、技巧，护理部每月利用护士长例会时间进行护士长群体的培训

7、加强医院院感预防和控制工作。

二、加强中医护理队伍建设,提升护理队伍素质

护理部在总结20\_年培训经验的基础上，结合我院实际，围绕《二级甲等等级医院持续改进细则》切实落实“护士岗位管理”，加强护士分层培训，强化专科护士培训，提高护士实践能力及中医护理方案的执行能力

1、护理部制定具体培训方向和培训计划，根据计划定期培训。教学小组根据各能级护士的特点制定培训计划和内容，并定期进行培训效果评价，定期培训考核。科室根据护理部培训方向和自己科室特点制定具体培训计划要求。采用护理部集中授课、1 自学、下病房现场培训，每月一次的护理业务学习，选派优秀护理骨干外出短期培训，每月一次护理查房等多种形式培训。

2、落实好不同培训形式，做好外出进修学习计划及考评条件，做好护理管理岗位的培训计划及学习计划，提搞管理协调能力；加强中医护理人才培养力度；加强“三基三严”的培训和考核工作。制定年轻护士中医基础理论系统化培训计划和中医护理方案培训计划，每月一次护理查房以护理方案为主；制定20\_年护理知识、技能培训考核方案。根据计划方案落实培训措施，并定期与不定期进行培训效果评价；计划1-2个重点科室护士长或护理骨干外出进修（3个月）； 所有护士长达到每年外出短期学习或培训1-2次。选送护理骨干到省内外参加短期中医护理知识培训学习,以管理知识、专科知识进展为主。

3、护理部将采取多种渠道,为护理人员提供学习机会。 鼓励中、青年护士参加自学、广播电视大学考试,提高护理人员学历层次。

4、做好实习生带教工作，提升实习生带教质量。落实实习生带教计划及培训考核。

三、护理质量管理是核心，加大质量控制力度

1、修订成立护理质量管理委员会，继续实行以护理部、质控小组、科内质控构建护理三级质控网络，各层级根据护理质量指标制定不同的质控计划并定期组织实施。

2、护理部、质控小组、护理单元根据职责、质量控制目标制定全年质量控制计划，计划要有明确的质量指标，制定护理质量指标汇总表与病区质量数据汇总表，质控重点有覆盖周期。

3、落实好检查、考评、反馈制度，质控深入病室检查、督促、考评。考评方式以现场考评护士及查看病人、查看记录、听取意见，发现护理工作中的问题，提高整改措施。护理部对护士张每月一次绩效考评。

4、以过细、过精、过实、过严的严谨态度抓好每项护理工作的全程质量管理,即基础质量、环节质量、终末质量,其中环节质量是重点。护理部规范科室各环节管理。

5、护理部每月护理质量检查,考核,及时通报检查中存在的问题以及改进的措施。每月对护理管理指标及质量监测指标完成情况进行汇总分析，提出改进措施。

6、严格落实分级护理工作制度，护理部每月进行分级护理制度落实情况检查，将检查情况汇总，反馈，整改。

7、进一步规范护理文书书写，减少安全隐患，记录要“客观、真实、准确、及时完整”，记录体现辩证施护，提高中医护理方案的执行力。提高护理人员辨证施护能力。

8、严格遵守消毒隔离执行,作好病区环境卫生学监测工作，对监测结果进行分析改进。

四、护理安全是护理管理的重点

护理安全工作长抓不懈，充分利用三级护理质控管理体系,各司其职,层层把关，2 切实做好护理安全管理工作,保障病人安全。

1、不断强化护理安全教育，把安全护理作为每月护士长例会常规主题之一，将工作中的不安全因素及时提醒，并提出整改措施，每季度一次全院护理安全时间分析会议，以院内、外护理差错为实例讨论借鉴，使护理人员充分认识差错因素、新情况、新特点，从中吸取教训，使安全警钟常鸣。

2、将各项规章制度落实到实处，定期和不定期检查，将护理核心制度纳入培训中，在各层级培训考核中均加入护理核心制度内容，并有监督检查记录。

3、各科室每月一次护理应急预案演练，护理部每月组织一次护理应急预案演练

4、继续坚持护士长夜查房和节前安全检查。

节假日、双休日、工作繁忙、易疲劳时间、夜班交班时间环节为护士长夜查房重点。

5、护理人员的环节监控:对新调入、新毕业、实习护士以及有思想情绪或家庭发生不幸的护士加强管理、做到重点交待、重点跟班,重点查房。

6、病人的环节监控:新入院、新转入,危重、大手术后病人、有发生医疗纠纷潜在危险的病人要重点督促、检查和监控。合理搭配年轻护士和老护士值班，同时注意培养护士独立值班时的慎独精神。

7、进一步做好各病区抢救室、换药室管理工作。做好患者安全目标相关指标的落实，如不良事件上报、查对制度执行、陪检危急值制度执行情况。

五、转变护理观念,提升优质护理服务内涵

1、进一步落实优质护理措施，改善病人就医体验，加强服务意识，提高人性化主动服务的理念。

2、改变传统健康教育方式，将各种健康教育拍成短片，让病人观看，让病人有直接的感受，增加健康教育知晓率，投稿患者满意度，进一步做好具有中医特色的健康教育处方，定期召开工休座谈会，征求病人及家属意见。

3、根据国家中医药管理局关于《中医二级甲等医院评审要求》的内容，每个科室至少开展4项以上中医护理技术，各护理单元在去年开展2项中医护理方案基础上至少再增加2项，全院实施中医护理方案20种，突显中医特色。

4、修定各护理常规、质量考核标准、中医护理方案，做到简洁实用易行，又能达到护理目标及要求。

六、护理质量考核目标

1、护理技术（中、西医）操作合格率≥90%

2、基础护理合格率≥95%

3、特级、一级护理合格率≥95%

4、护理文书合格率≥95%

5、急救物品完好率100%

6、住院患者满意度≥95%

7、护理三基考试合格率≥90%

8、健康教育覆盖率≥100%

9、每科室开展中医护理项目≥4项

10、全院执行中医护理方案20种

11、常规器械消毒灭菌率100%

12、院内压疮发生率0

13、感控病例漏报率0%

20\_

中医院护理部年12月

**中医护理学习心得汇总三**

姓名： 黄××

性别： 女

民族： 汉族

政治面貌： 团员

出生日期： 1986年6月

户口： 安徽省

婚姻状况： 未婚

学历： 大专

毕业院校： 安徽省中医药高专

毕业时间： 20\_年07月

所学专业： 护理

外语水平： 英语 (pets-3)

电脑水平： 熟练

工作年限： 实习/应届

联系方式： 138××××××××

**中医护理学习心得汇总四**

尊敬的领导：

您好！

首先感谢您在百忙之中展开我的自荐信。我的名字叫谢xx，学历是中专。

将于2xx年7月毕业于x卫生学校护理专业。很荣幸看到你们的招聘信息，在此我真诚的相贵单位自荐。经过两年的在校学习，我顺利完成了中专阶段的各门科目课程，如：护技、内、外、妇、儿、产、中医、药学等。通过各课程的学习，让我拥有了扎实的理论知识。我在校两年学习刻苦、尊师重友，无不良记录！曾担任过班级劳动委、在团委会任职、在课后之余还参加老师组织的礼仪训练。作为团委会成员，在老师带领下，去社区义诊、发传单、看望孤寡老人、还在每逢清明节到来时去烈士陵园扫墓。作为礼仪队的一员也经常代表区医院出席礼仪活动。这些活动开阔了视野，增长了见识，为今后的工作垫定的基础。在实习期间，本人也怀着尊师重友、以爱心、耐心、责任心工作了八个月。在xx市第一人民医院这样一家设备齐全的、实力雄厚的三级甲等医院实习期间，轮转了呼吸科、心内科、普外科、儿科、妇科…十六个科目。通过科室实习，动手操作，不断实践、学习，使我熟练了静脉输液、肌注等各项日常护理操作。

三年的中专生涯，不管是在校，还是实习工作都赋予了我更多的智慧。在今后的工作中，我愿意以健康的体魄、吃苦耐劳的精神，以真诚的服务态度对待每一为患者。尽量做到最好，让服务对象满意、领导会意、自己如意。我渴望用自己所学的知识为贵单位的缝勃发展献出自己一分力量，当然也在为自己谋一个好前程！望贵单位给我个机会，感谢您展阅此信！最后祝愿贵单位缝勃发展，前途似锦！

此致

敬礼！

**中医护理学习心得汇总五**

【--三会一课】

中医的最高境界是养生,养生的最高境界是养心.所以,就养生而言,下士养身,中士养气,上士养心.下面yjbys小编为大家汇集中医养生常识100条，赶紧来看看吧！

1、大蒜中含有丰富的抗病毒成分，能增强身体的免疫力，换季时多吃些大蒜会帮你应付感冒。

2、饮酒时不宜吃烟熏食品，饮酒易使人体血铅含量增高，这时烟熏食品中的有机胺会诱发消化道疾病。

3、用餐节奏不宜太快，细嚼慢咽，让食物和唾液充分混合，让唾液里的酶充分降解，发挥唾液的抗癌功效。

4、将饮泡过的茶叶晒干后装在纱布袋内，放在冰箱里，可吸收鱼、肉散发出来的腥味。

5、想美白肌肤，应多吃蔬菜和水果，随时补充维c、牛奶等，长期坚持清淡饮食可淡化斑点。

6、洗头时，在温水中加些盐，用盐水来洗头，这样可以防止掉头发，同时也会使头发洗得更干净。

7、风油精治烫伤，对于小范围轻度烫伤，可将风油精直接滴敷在烫伤部位上，每隔四小时滴敷一次。

8、夏天“吹空调”以成为习惯，但长时间吹空调反而特别容易中暑，在办公室、家中要多喝盐开水防中暑。

9、女性每晚睡前喝点红酒，可以养血。每天敷一张浸过红酒的面膜纸，可改善肌肤状况。

10、醋水沐浴可护肤抗疲劳，户外活动后，往洗澡水中放点醋，有抗疲劳、抗过敏、止痒的效果

11、白色衣服被其他衣物染了色，可将被染色处用水打湿，再涂满食盐反复轻搓，去掉染的色后用水清洗

12、在海带中存在着高效的消除臭味的物质，因此，患有口臭的人，常食海带可以消除口臭

13、被蚊虫叮咬后，可立即涂1至2滴氯霉素

14、擦伤伤口不宜用创可贴，而应用紫药水消炎，让伤口自然暴露在空气中愈合。

15、芹菜富含纤维，可加快肠内食糜的排空速度，缩短有毒物质在肠内滞留时间，可预防肠癌。

16、赤豆粥补肾消水肿，荷叶粥解暑热、止渴解毒;冬瓜粥止渴生津降血压;银耳粥生津润肺

17、牙齿美白偏方，用木瓜切片，每天擦拭牙齿2次，每次两分钟，坚持一个月，必然有效

18、木质家具应用干布擦和上腊保养，若沾上难擦的污垢，可先用布蘸牙膏擦拭，后用湿布擦

19、烹制菜肴时不可用白酒代替料酒，料酒加热能与融解脂肪产生醋化作用，增鲜提味，白酒无此作用

20、挑遮阳伞，不妨撑开伞看地面上的影子，影子颜色深的好，伞面面料选涤纶的，颜色越深越好

21、桃子富含多种维生素，矿物质及果酸，可缓解便秘，含铁量居水果之冠，是缺铁性贫血者的理想食物

22、小快步姿势行走最佳，可增加肌肉活动次数，使腿部肌肉强健，增加血液循环

23、教你煮鸡蛋：冷水下锅，慢火升温，沸后微火煮2分钟，停火后泡5分钟

24、筷子用久了会残留细菌和清洁剂，平时除了要对筷子勤消毒外，最好半年更换一次

25、流血时捏一小撮茉莉花茶放进嘴里嚼成糊状，贴在伤口处不要松手，片刻即可将血止住

26、生姜具有发汗解表，温胃止呕，解毒三大功效，经常喝姜汤，可有效防治“空调病”

27、烧豆芽之类素菜时，适当加点醋，味道好，营养也好，醋对维生素有保护作用

28、啤酒中的酒精能促进血液循环，加速新陈代谢，用啤酒敷脸，可预防面疱，脓疱，而且可以收缩毛孔

29、生姜红糖水可预防感冒，将生姜、红糖各适量煮水代茶饮，每两三天喝一次，能有效防治感冒。

30、菠菜营养丰富但含草酸多，有碍钙吸收，宜先用沸水烫软，捞出再炒。

31、轻松去除衬衫衣领、腋下汗斑的秘诀：在汗斑处涂上系法静候静置五分钟再洗。

32、饭后百步走，活到九十九并不科学，饭后轻微运动也会增加胃肠负担，休息30分钟再活动较适宜。

33、将桔子皮洗净，切块，浸入白酒内，可制成桔皮酒，其味道清香醇厚，每日饮少量，可清肺化痰。

34、大蒜具有败毒止痒等功效，取一瓣大蒜，瓣断，用断面在蚊虫叮咬过的皮肤上反复涂擦，可有效止痒。

35、坐椅子的高度要适宜，脚不能悬空，脚悬空会使大腿根部的血管受压迫，导致血流不畅通。

36、皮蛋虾仁拌豆腐，豆腐是很好的夏季凉菜，富含蛋白质和钙，豆腐、皮蛋和虾仁都可清热。

37、洗头前半小时在头发上涂一层由蜂蜜和橄榄油制成的护发剂，头发会变得光洁发亮。

38、每天喝1杯西红柿汁或常吃西红柿，可有效减少黑色素形成，对防治雀斑有较好的作用。

39、长期跷脚坐会对体型有不良影响，易导致盆骨弯曲，肌肉附着位置不正确，身材变形。

40、吃全麦面包、馒头、苏打饼干能提高情绪，抗忧郁，因为这类食物含有丰富的维生素和矿物质。

41、不吃早餐危害健康，肠胃脆弱，可能会患上胆囊结石，诱发慢性胆囊炎

42、每天早晚或长时间用脑后，可用双手手指梳头，既有利于促进脑部血液循环，消除疲劳，促进头发生长。

43、就坐电脑前的人应常吃苹果，它能与体内的放射性元素结合并排出体外，具有防癌及养生的功效。

44、葡萄含丰富的铁，贫血者吃了可增血，产妇喝葡萄酒有助血液循环，但葡萄含糖量较高常吃易发胖。

45、如轻度烧伤，烧伤面积不大，仅局部起泡，发热肿痛，可将受伤部位浸泡在盐水中，有止痛消肿作用

46、吸烟会阻碍人体对维生素c的吸收，尼古丁对维生素c有破坏作用，因此吸烟的人容易缺乏维生素c

47、将适量绿豆煮烂，加白糖，每天当水喝，可防中暑;适量加入金银花，效果更佳

48、做拌凉菜时，将菜在煮沸的啤酒中烫浸一下，可大增凉菜风味。

49、取猕猴桃果100克，红枣12枚，水煎当茶饮，对有效治疗急性肝炎有促进作用。

50、用钝的菜刀放在盐水中泡20分钟，然后再磨，边磨边浇盐水，可延长菜刀的使用寿命。 共2页: 上一页12下一页

本文来源：http:///dangtuanjianshe/8384/

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！