

跟师心得体会中医内科(汇总8篇)

学习心得是对自己学习成果的总结，有助于我们回顾学习过程，梳理知识体系，形成良好的学习习惯。我们为大家准备了一些经典的教学反思案例，希望能激发大家对教学的思考和反思。

跟师心得体会中医内科篇一

师承是中国古代传统文化中非常重要的概念，它指的是学徒跟随一位经验丰富的老师学习，并继承其知识和技艺。师承是一种传统的教育方式，深受中国人的尊重和推崇。在这个快速发展的社会中，我们仍可以从师承中汲取智慧和力量，同时也能够从师承中获取一些宝贵的体会和心得。在下面的文章中，我将通过五个方面来探讨师承的重要性和我的个人体会。

首先，师承能够传承宝贵的知识和技艺。古人云：“不为良田者居，不为良师者传。”这句话传达了师承传授知识和技艺的价值。古代的匠人、文人、儒生等都通过师承传递自己的技术和经验。通过学习师傅的知识和经验，徒弟可以更快地掌握技术和知识，并且接受到更深入的指导。师承的传统方式能够确保宝贵的知识和技艺在世代之间得以传承，使之不至于丧失。

其次，师承培养出出色的人才。中华民族有着深厚的师道尊严的传统，众多杰出的人物都离不开他们的师承。曾国藩是清朝的一位杰出军事家和政治家，他的名言“不尚贤，使民不争；不贵难得之人，使民不输”体现了他对于师承的看重。曾国藩在成长的过程中得到了许多优秀的老师的教诲和指导，正是这些师承经历使他成为了一代伟人。师承不仅传授知识和技艺，更重要的是在道德、品行和处世方法上培养人才，传承家族甚至国家的优秀人才。

第三，师承弘扬了优秀的文化传统。中国文化重视师道尊严，崇尚师承。师徒关系代表了一种承传、发展的关系。时至今日，师承仍然在中国社会中有着很高的地位。师德与教育理念相结合，传统与创新相融合，师承成为一座文化的桥梁，沟通着过去和现在。师承的存在和传播，让古代的智慧得以继承和传扬，有利于凝聚社会的共识，弘扬正能量。

第四，师承培养了学习的态度。在师承过程中，学徒需要虚心向师傅请教，努力吸取知识和经验。只有保持学习的心态，才能不断进步。在科技快速发展的今天，学习是一种终身的追求。通过师承，我们能够明确自己的不足之处，并在老师的指导下努力改进。师承培养了我们的谦虚、勤奋和自律精神，使我们具备了持续学习和自我提高的动力和能力。

最后，师承有助于建立人际关系。师承是一种社会联系的纽带，师傅和学徒之间形成了一种互助和合作的关系。通过与师傅的交流和合作，学徒能够扩展人际关系网络，结识更多的人，获得更多的机会。师承还有助于形成良好的人与人之间的信任和团队合作的意识。师傅对学徒的悉心指导和关怀，使学徒在学习过程中感受到了关爱和支持，建立了深厚的感情。

总之，师承是一种宝贵的传统，它能够传承知识和技艺，培养人才，弘扬文化传统，培养学习态度和建立人际关系。在今天的社会中，我们也可以从师承中获取到宝贵的体会和心得。通过师承，我们能够更好地了解自己的不足，获得成长和进步的机会。师承教会了我们学习的态度和方法，使我们具备了持续学习和自我提高的能力。师承不仅是一种教育方式，更是一种价值观和生活态度的传承。我们应该珍惜师承，发扬师道尊严的优良传统。

跟师心得体会中医内科篇二

差别，一时很难掌握，总有每天看病抄方匆匆忙忙但收获甚

微的感觉。跟师学习这么多天，下面结合我的学习经验谈谈在临床中如何跟师。

取代的“高级技术”。必须把过去的知识，与当下的病症结合起来；与患者即时、

这是一个长期的训练过程。初上临床时往往按西医询问病史的方法求全求细，可是问过之后头脑中却一片茫然，后来不断地模仿老师问诊才有所体会。中医问诊有主有次，有取有舍，全凭医生的理论水平和临床功底。问诊主要是确诊某病某证或排除某病某证。至于脉诊，首先要掌握脉象特征。如浮脉的脉象特征是脉位表浅，轻取即得，重按稍减而不空，如水漂木。反映的是疾病的病位在表。沉脉的脉象特征是脉位较深，轻取不应，重按使得，如石沉水底。反映的是疾病的病位在里。掌握了脉象特征之后再在临床中细细体会，最好在切脉经验比较丰富的老师指导下进行，先从浮、沉、迟、数、弦、细、洪脉等几种常见的、简单的脉象入手。其次要经常体会。学习切脉好比打球，强调“手感”，必须持之以恒，经常有意识地训练，久而久之，必有所悟。我第一次跟着老师上门诊时，老师指着一位高血压的老人要我诊脉，看是什么脉象，书本上的二十几种病理脉象的脉象特征我都能脱口而出，《濒湖脉学》我也熟读过，可是一旦上临床就“心中了了，指下难明”，怯怯地说“脉好硬，像绷紧的绳子一样”，老师笑着说“像绷紧的绳子不就是弦紧脉吗？”我才恍然大悟，弦脉不就是“端直以长，如按琴弦”吗？从此以后对于弦脉就不陌生了，而且体会到见到中老年人弦脉，特别是左关脉弦劲有力，直上寸口，多半是肝阳上亢，甚至肝风欲动的前兆，必须大剂量平肝潜阳、镇肝熄风之品方可防患于未然。

每天跟师出门诊都做好病案记录，记录的原则是能详则详，包括舌脉，以备以后查阅。一些常见病可以简单记录，对于疑难病、罕见病则要详细记录，包括老师药物用法都要详细记录。

认真做好病案记录是收集原始资料最好的途径，每当我临床遇到棘手的疾病时，总把以前记录的病案重温几遍，往往茅塞顿开，找到一些好的解决办法。

跟师门诊要用心去问病史，用心切脉，用心记录及思考老师的处方。我在四诊之后考虑这个病是什么证型，该用什么主方，怎样加减。然后看和老师的辨证思路是否一致，选方用药是否相同。如果相同，则知道自己的辨证思维和老师的基本一致，如果不相同则要考虑自己的差距在哪里，甚至请老师指点迷津，我的思路错在哪里，我的哪些药用得欠妥，哪些药用得得当，老师为什么要这样用等等。有时候老师特殊的用方用药，或者特殊剂量则更要仔细揣摩。

视患者如亲人，体贴患者，这样患者才会更好的配合你，让你做检查，回答你提出的问题。最后，要“用心读书，用心看病，用心总结，用心做人”。这些读书、临证、做人的经验是我们在课堂以及书本上很难学到的。

跟师心得体会中医内科篇三

我现在还清晰的记得，在跟师的第一天，陈明老师和蔼地问我在学习中的困难以及更多的想了解哪方面知识。由于陈明老师是中医科班出身，因此推荐我们背诵《医学三字经》，教导我们一定要多背多记，在中医的学习过程中记忆是基础，而且是最重要的，即使还不能完全理解书中所讲的内容精髓，但一定要靠死记硬背，这样在临床实习中才能更充分的体会到书中的旨意。

在制定了学习计划后，老师又带着我游览了整个医院，耐心的给我们讲述了关于医院的一些事迹。在跟师过程中，能学到很多在课堂上学不到的知识。在和老师的交谈中，能了解到她在读经典学习中有什么好的方法，在自己浅层的理解上能更深层的了解，也能纠正自己理解有偏差的方面。在学习任何一门学科时，最宝贵的就是能得到前人的指导和教诲，

在坚定自己学习目标的同时，也能加深自己的理解层面，扩展自己的知识领域。

世界上大多数伟人都是站在别人的肩膀上成功的，之所以有了前人失败的经验，才能从更多其他的方面着手研究；也是因为有了前人成功的经验，才能让更多的人有信心坚定自己的目标，继而取得更多更好的成功。就是因为有了前人的经验，才能帮助我们更快更好的取得成功，从而在成功的基础上继续向更高更深的层面研究，正是这样社会才能进步。在我的人生轨迹当中，跟师是一项重大的收获，让我对中医学习有了更深的了解，也让我明白了理论与实践的距离，理论与实践相结合的重要性。在学习中医的过程中，往往能感受到理论知识的抽象性，让我们无法真正的理解其含义，而如果没有扎实的理论功底，在实际临床中也无法充分理解其理论的含义。因此在跟师的学习过程中，必须要打下坚实的理论功底，必须要记忆更多的理论知识，这一切都是为了更好的结合临床，更好的融入临床，在实习中更能充分运用所学的知识。

这个月又可以参加外科医师讨论会了，大家都分成了小组，在每个小组里大家除了可以一起学习外，也可以一起探讨临床中遇到的问题，交流在处理疾病中的不同见解。在大家的交流中能了解更多人的想法，也学会从不同方面去理解同一个问题，也锻炼了我们的表达能力。因此希望这种制度能够延续下去，让我们学到更多的知识。古语云：“一日为师，终生为父”。在学习过程中我们要用心去和老师相处，相互尊重，提倡一些传统的好行为，日久自会见真情，老师定会将学问倾囊相授的。

跟师心得体会中医内科篇四

师承跟师，是一种古老而神圣的传承方式。几千年来，许许多多的智者、文人、艺术家都通过师承跟师的方式，从他们的前辈那里汲取智慧与力量。师承不仅仅是一种教育方式，

更是一种师生之间心灵的交流，一种真情的传递。作为一名学生，我也有幸能够师承一位优秀的老师，从中受益匪浅。在这篇文章中，我想分享一下我师承的经历以及体会。

第一段：结缘师承，知行合一的老师

我是一名学习古琴的学生，古琴被誉为中国传统文化的瑰宝，一直以来都受到我极大的吸引。在我大学期间，我有幸结识了一位优秀的古琴老师，让我在古琴道路上有了更深的探索。她是一位非常有才华的琴师，她不仅对古琴的演奏造诣极高，同时也深入研究古琴的文化背景和精髓。跟在她的身旁，我不仅在技艺上有了巨大的提升，更从她身上学到了如何将知识与实践结合，使我在古琴学习的过程中更加懂得知行合一的真谛。

第二段：师情与道义的传承

在师承的过程中，我不仅从老师那里学到了琴技，更深刻地感受到了师情与道义的传承。老师对待学生非常严格，要求严格。她经常在我演奏时找出我弹琴的不足，并对我进行详尽的点评和指导。虽然她的批评有时候让我感到难以接受，但我知道这都是出于老师对我的关心与期望。她也常常鼓励我，告诉我只要我用心去学，就一定能够成为一位出色的琴师。通过这样的互动，我学会了理解和尊重老师，同时也理解到为人师者的责任与担当。

第三段：师道传承，心性的塑造

师承不仅仅是传授知识与技艺，更是一种修行和心性的塑造。在与老师的朝夕相处中，我学到了许多关于做人的道理和修身养性的智慧。老师常常告诉我，一个人的品德和修养是与艺术水平相辅相成的，只有内心充实与清心寡欲，才能将真正的情感与境界融入到艺术表达中。通过这样的教育，我的心性得到了修正，更加懂得如何用心去感受和表达琴音背后

的意境，也逐渐领悟了古琴艺术对于心性修行的作用。

第四段：师道相互

在师承的过程中，师和徒是相互关系，师和徒之间可以互相学习、互相借鉴。我师承的老师非常重视和学生之间的沟通和互动。在她的引领下，我有了更多和其他同学交流和合作的机会。通过与同学们共同练琴和表演，我学到了如何与他人合作，懂得了团队合作的重要性。同时，在同学的分享中，我也获得了更多琴艺方面的启发和思考。师道相互的关系促进了我个人成长和知识的积累。

第五段：师恩永存

师承并不是一蹴而就的事情，它需要时间的积淀和悉心的呵护。在我师承的过程中，我深深感受到了老师对我的悉心栽培和教育。她付出了大量的时间和精力，不只是在琴技上进行指导，更在生活中对我进行教育和关心。老师给予我的不仅仅是琴艺上的提升，更是一种人生的指引和启示。我对老师的感激之情溢于言表，师恩永远记在心间。

师承跟师，是一种宝贵的学习方式，它不仅让我在琴艺上有所提升，还开阔了我的眼界和见识。通过师承的经历，我深刻地理解到了学生应该怀着虚心和感恩的心态去学习，师生间的心灵交流可以让学习更加牢固和深入。我将会一直保持对老师的敬重和热爱，在琴艺的道路上扎根、成长。希望有一天，我可以成为一位出色的琴师，将琴艺与师道一起传承下去。师恩无疆，师心体会，愿师道不绝。

跟师心得体会中医内科篇五

第一段：引言（150字）

脾胃是人体的重要消化器官，负责将食物消化成为人体所需

的营养物质。而师者是指引人们成长的人，师心的重要性不言而喻。本文将探讨脾胃和师心的联系，并分享一些关于这两者的体会和心得。

第二段：脾胃和师心的相似之处（250字）

脾胃和师心虽然在形式上看起来完全不同，但其本质却具有许多相似之处。首先，脾胃和师心都需要适当的调理和培养。脾胃需要良好的饮食习惯和定期的锻炼来保持健康，而师心则需要经验的积累和不断的学习来提升自己的教学能力。其次，脾胃和师心都需要合理的运作和平衡。过度的饮食和压力过大都会对脾胃产生负面影响，同样地，过度的教学压力和无效的学习方法也会影响到师心的健康发展。最后，脾胃和师心都需要及时的修复和疏导。当脾胃不适时，我们需要调整饮食和休息来缓解不适感，同样地，当师心疲惫时，我们需要适当休息和进行心理疏导，以保持良好的教学状态。

第三段：关于脾胃的体会与心得（300字）

在我的生活中，我发现自己的脾胃健康与饮食习惯有着密切关系。我注意到当我不合理饮食或过度进食时，脾胃会产生不适和消化问题。因此，我开始注重饮食的搭配和平衡，选择更多的蔬菜和水果，减少油炸和辛辣食品的摄入量。此外，我还通过适量的运动来促进血液循环，加速新陈代谢，从而改善我的脾胃健康。这些调理措施使我感到更加舒适和有活力，也更好地理解脾胃与身体健康的关联。

第四段：关于师心的体会与心得（300字）

作为一名教师，我了解到师心在教育事业中的重要性。在教学过程中，我经常面临很多挑战和压力，但我始终坚持不懈地提升自己的教学能力。我积极参加教育培训和研讨会，与同行进行交流，不断学习和成长。我还注意到，良好的师心需要与学生保持良好的沟通和信任，建立和谐的师生关系，

并灵活运用不同的教学方法和策略来适应学生的需求。通过这些努力，我的教学能力得到了提升，学生的学习效果也得到了明显的改善。

第五段：总结和展望（200字）

通过对脾胃和师心的认识和体会，我深刻理解到它们之间的相似之处和联系。合理调理和培养脾胃有助于身体健康，而不断修炼和提升师心则有助于教育事业的发展。在未来，我会继续注意脾胃健康，坚持良好的饮食习惯和锻炼，从而保持身体的良好状态。同时，我也会继续努力提升师心，通过不断学习和创新来提高自己的教学水平，为学生的成长和发展做出更大的贡献。通过脾胃和师心的相融，我相信自己将能够更好地面对人生的挑战，成就更加美好的未来。

跟师心得体会中医内科篇六

众所周知，中医是我国的国宝、国粹，几千年来为我国人民的身体健康及民族繁衍起到了重大作用。针灸学更是我国的文化瑰宝，它是一门博大精深、体系完备、内容丰富的学问，数千年来它以其独特的特点在我国医学史上占有重要的位路。针灸疗法具有适应证广、疗效显著、应用方便、经济安全等优点，它不仅受到中国人民的喜爱，也受到世界各国人们越来越多的喜爱，很多人希望了解它学习它，但是也许由于它的博大精深，很多人觉得无从学起，不知从哪入手。我作为一名护理人员，跟随朱宝医师从事了几年中医中药和针灸的临床诊治工作，耳濡目染中医中药的神奇疗效，正如《黄帝内经》中记载“一针甫下，沉苛立起”，不由地深深迷恋上了这门古老的医术。在几年的实践中，我院三名护理人员通过自己的学习和临床医师的指导，初步掌握了针灸、拔罐、蜡疗、熏蒸、按摩等几项中医适宜技术，并在临床工作中取得了一定的疗效，现在根据我们的学习经验谈一下几点针灸疗法的体会。

一、遵从中医整体观念，强化针灸疗效

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。

跟师心得体会中医内科篇七

中医的理论体系是十分复杂的。要想学好中医，要了解好了理论体系。下面是本站带来的中医跟师的心得体会，欢迎欣赏。

我的老师李砚民主任是开封市中医院风湿肾病科的主任，现已从事中医事业30余年，在30余年的行医生涯中，她从未离开过病人，从未离开临床第一线，可谓名副其实的中医临床家。而我仅仅跟随学习不足2年，在这短暂的时间里，李砚民老师不仅在技术方面给我以指导、更是教导我何为医德。她认为“医乃仁术”，“为医者，应待患者如亲人，至精至诚，让饱受病痛的患者饮桔之甘泉，啖杏林之蜜果，摆脱困境，步入坦途。”

专攻疑难重症是李砚民临证的一大特点，经她治愈和挽救的重患究竟有多少，谁都很难数得清。

例如，一位久患心脏病的阿姨，在西医院已经宣判无药可医，

患者阿姨抱着一线希望找到李砚民主任，李砚民主任经过详细的检查后，觉得这种疑难重症治疗很棘手，但一个医生的责任感促使她一定要挽救这个病人。于是，她研究病情开出了第一个处方。以后根据病情变化，不断调整药方，并鼓励病人坚定信心。服药50多剂后，病人奇迹般地恢复了健康，可以正常生活。

又如一位脾肿大患者，在多家医院都没有查找出病因，也是听到病友介绍，找到了专看疑难杂症的李砚民主任，在李砚民主任的详细问诊及检查下，帮患者找到了病因——寄生虫！挽救了患者的生命！

再如，从新西兰乘飞机慕名而来的杰克·贝兰克，尻以代踵，脊以代头，步履蹒跚。国内外多种疗法几乎用尽，这次他要找李砚民主任碰碰运气，医好他的腰痛病。神奇的中医中药使他站稳了脚，直起了腰，迈开了坚实的步子。回国后，兴奋地用电报向他的恩人报喜：李砚民女士，万分感谢您用神奇的医术治好了我的腰痛病，一切感觉良好。虽然我已经61岁了，可是身体却象16岁少年一样充满活力。

李砚民主任精通中医内科、妇科、儿科，尤擅内科，对中医肾病、心病、脾胃病、风湿病、温热病、消渴病等均有较深的造诣，临床上独具特色，经验丰富，疗效卓著。

李砚民主任不但继承了前贤精湛的医术，同时也继承了中华民族优秀的医德医风，她以“大医精诚”之训，铸成“救死扶伤”之心。她崇拜仲景论证之精辟，更佩服仲景“下以救贫贱之厄”之至诚。她虽已久负盛名，但毫无名医架子。多年来，她废寝忘食地工作，耐心地接待每一个就诊者。一般来说，来请李砚民主任诊病的人，大都为重患或疑难病。人们常常看到，下班时间已经过了很久，她还在为“号外号”的病人悉心看病，特别是对那些慕名远道而来或一时挂不上号的农村病人，宁肯牺牲自己的休息，也要为他们诊治。有的病人跟到家中，或截在路上，她都是和颜悦色地接待，安

排时间为他们耐心诊治，从不厌烦。对于一些来信、来电寻医问药的病人，她总是认真回复，或调剂药方，或鼓励病人增强信心。因此，许多患者不仅把她看作救病的医生，还把她当成自己的朋友，精神的寄托，康复的希望。

李砚民主任作为开封市中医院人，以其高超的医术，坚韧不拔的科研作风，带动了开封市中医院的发展，慕名前来诊治的患者众多，并于20xx年成立了开封市中医院风湿肾病科。李砚民主任扎实的中医理论功底，精确的辨证论治，丰富的临床经验，使她练就了胜人一筹的医疗技术，有多少患了所谓“不治之症”的病人，在她的精心治疗下恢复了健康。她谦虚谨慎，从不满足自己的成就，虽已患者众多，仍手不离卷，孜孜以求。

8月开始，万寿路社区卫生服务中心中医科先后有7名同志分别参加了北京市第四批名老中医学术经验继承以及海淀区首批名老中医学术经验继承的学习，跟师至今，已近一年时间。通过这一年的学习，中医科的医生无论是在基础理论、临床技能还是医德、医风上，都深深受到了带教老师一言一行的影响，颇有感触与体会。

我的老师吕培文主任是首都医科大学附属北京中医医院原外科主任，她1969年毕业于首都医科大学医疗系，于70年代分配到北京中医医院外科从事临床及教学工作。中医启蒙于外科名老中医赵炳南、房芝萱等老中医，在中医外科治疗各类疮疡、乳房疾病及周围血管病，如脉管炎、动脉硬化闭塞症、大动脉炎等疾病中，受到各名家老师的教诲，医术上要严谨、认真、一丝不苟，要学无止境。1991年国家为了抢救祖国医学遗产，使传统医学后继有人，吕培文主任成为王玉章老教授的学术继承人，继承了王老行医50年的绝技，如对乳房疾病的辨证论治、对慢性溃疡的阴阳辨证及一些传统外用药的制作与用法等。吕老师已从医40年，临床经验非常丰富，而我有幸成为了她的学生，跟随她学习中医外科学的知识。作为一名社区中医全科医师的我，刚刚参加临床工作近3年，临

床经验的绝对不足，既往中医外科知识的零接触，那么这三年的学习将对我本人来说是一次非常宝贵的经历和过程。

学习中医外科以来，我的临床思维更为开阔了。中医内科和中医外科虽同属于祖国传统医学的一部分，但是有很多理念又有所不同。从中医内科来说，常用的辨证思维侧重于脏腑辨证，在于病人的整体，往往忽视了病人的局部；而吕老认为作为一名中医外科大夫，临床辨证除了整体辨证之外，局部辨证也显得非常重要，整体辨证与局部辨证要相结合。因为外科疾患最显著的特征就在于局部病灶的存在，一般都有比较明显的外在表现。主要包括红肿、发热、疼痛、成脓、麻木、溃疡、结节、肿块、瘙痒、功能障碍以及皮肤部位的各种损害等。由于局部病灶存在的直观性，能够有效地提供了临床辨证的客观依据。也有某些全身疾病，其病灶反映却在局部。但由于疾病的病因不同，程度各异，因而转归顺逆相差甚远。因此，外科辨证虽多从局部病变着手，以局部症状为重点，但也绝不能孤立地以局部症状为依据，只有从整体观念出发，局部与全身辨证相结合，外在表现与五脏六腑病变相结合，辨证求因，全面分析疾病的性质，综合起来进行辨证，抓住证候的主要致病因素，才能为施治提供可靠的依据。

另外，吕老始终坚持中西医结合，辨病与辨证相结合，临床要注重临床体格检查，在辨证施药的同时也要巩固西医基础知识。吕老在临床上除了中医四诊“望、闻、问、切”，还注重临床的体格检查，并有着深厚的西医临床功底。凡是有需要的病人，不管是初诊还是复诊，她都一个一个地耐心检查，仔细询问及触诊。外科病患比较特殊，像糖尿病足、乳痈等有创伤的疾病，局部创面的流脓、恶臭，有的病人自己都受不了，但吕老师不怕脏和累，亲力亲为，一一认真细致的检查，对于病患的西医检查报告也是仔细的查看，就病情及相关注意事项进行讲解，使病患对自己疾病有较为深入的了解，深得病人的感谢与感激。吕老师这种敬业和专业的精神，与病人之间良好的医患关系，提醒我们年轻一辈的医

生，应该好好学习西医基础知识，注重临床最为基本的体格检查，不要老是依赖各种辅助检查，同时要与病患进行良好的沟通，为病人增强治疗疾病的信心。

一年的跟师学习转瞬即逝，虽然通过这段时间的学习，我对于外科疾患如乳腺增生、周围血管疾病、湿疹等疾病的西医诊断及中医药治疗有了初步的认知和体会，但仅仅这些是不够的，自己离老师预想的阶段、与上级部门提出的要求还有很大的差距，我将继续努力，珍惜余下2年的跟师学习，在中医药继承和发展的道路上继续前行，完善自我，不断提升自身技术水平，不辜负院领导、同事们以及老师的期望，努力成为一名优秀的社区中医师，做好社区居民健康的守护者。

中医的理论体系发展至今大多是在前人总结的经验基础上，而如今在学习中最缺乏的就是临床经验，以及上一辈对我们在学习中的指导和答疑，使学习完全理论化，太过于抽象而不能结合实际让理论知识更加扎实。

在一年的跟师过程中，得到了陈明老师在学习中医方面的谆谆教导。我现在还清晰的记得，在跟师的第一天，陈明老师和蔼地问我在学习中的困难以及更多的想了解哪方面知识。由于陈明老师是中医科班出身，因此推荐我们背诵《医学三字经》，教导我们一定要多背多记，在中医的学习过程中记忆是基础，而且是最重要的，即使还不能完全理解书中所讲的内容精髓，但一定要靠死记硬背，这样在临床实习中才能更充分的体会到书中的旨意。在制定了学习计划后，老师又带着我游览了整个医院，耐心的给我们讲述了关于医院的一些事迹。

在跟师过程中，能学到很多在课堂上学不到的知识。在和老师的交谈中，能了解到她在读经典学习中有什么好的方法，在自己浅层的理解上能更深层的了解，也能纠正自己理解有偏差的方面。在学习任何一门学科时，最宝贵的就是能得到前人的指导和教诲，在坚定自己学习目标的同时，也能加深

自己的理解层面，扩展自己的知识领域。世界上大多数伟人都是站在别人的肩膀上成功的，之所以有了前人失败的经验，才能从更多其他的方面着手研究；也是因为有了前人成功的经验，才能让更多的人有信心坚定自己的目标，继而取得更多更好的成功。就是因为有了前人的经验，才能帮助我们更快更好的取得成功，从而在成功的基础上继续向更高更深的层面研究，正是这样社会才能进步。在我的人生轨迹当中，跟师是一项重大的收获，让我对中医学习有了更深的了解，也让我明白了理论与实践的距离，理论与实践相结合的重要性。在学习中医的过程中，往往能感受到理论知识的抽象性，让我们无法真正的理解其含义，而如果没有扎实的理论功底，在实际临床中也无法充分理解其理论的含义。

也锻炼了我们的表达能力。因此希望这种制度能够延续下去，让我们学到更多的知识。古语云：“一日为师，终生为父”。在学习过程中我们要用心去和老师相处，相互尊重，提倡一些传统的好行为，日久自会见真情，老师定会倾囊相授的。

众所周知，中医是我国的国宝、国粹，几千年来为我国人民的身体健康及民族繁衍起到了重大作用。针灸学更是我国的文化瑰宝，它是一门博大精深、体系完备、内容丰富的学问，数千年来它以其独特的特点在我国医学史上占有重要的位路。针灸疗法具有适应证广、疗效显著、应用方便、经济安全等优点，它不仅受到中国人民的喜爱，也受到世界各国人们越来越多的喜爱，很多人希望了解它学习它，但是也许由于它的博大精深，很多人觉得无从学起，不知从哪入手。我作为一名护理人员，跟随朱宝医师从事了几年中医中药和针灸的临床诊治工作，耳濡目染中医中药的神奇疗效，正如《黄帝内经》中记载“一针甫下，沉苛立起”，不由地深深迷恋上了这门古老的医术。在几年的实践中，我院三名护理人员通过自己的学习和临床医师的指导，初步掌握了针灸、拔罐、蜡疗、熏蒸、按摩等几项中医适宜技术，并在临床工作中取得了一定的疗效，现在根据我们的学习经验谈一下几点针灸

疗法的体会。

一、遵从中医整体观念，强化针灸疗效

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。

跟师心得体会中医内科篇八

第一段：引言（150字）

在人生的道路上，我们都需要一个引路人，一位师傅。心内跟师，是指在心灵层面上与师傅相通，从师傅那里学习到真理、智慧和指导。这是一种精神的接力赛，唯有心灵相通，才能帮助我们抵达内心最深处的宝藏。在我与师傅相处的过程中，我深刻体会到了心内跟师的重要性和价值，它对我的成长产生了深远的影响。

第二段：寻觅与遇见（250字）

寻觅是最初的一步，当我们渴望真理和智慧时，我们开始寻找那位心灵的引路人。我曾迷茫地找寻过程度不同的师傅，直到我偶然地遇见了我现在的师傅。师傅身上散发出的智慧和内心的平静，让我深感到一股强烈的吸引力。我心领神会

地意识到，他就是我一直寻觅的人。

第三段：心与灵的平静（300字）

心内跟师的第一步是学会平静自己的心与灵。师傅教导我如何通过冥想和呼吸练习来达到内心的平静。在师傅的指引下，我学会了正念冥想，学会了观察自己的思维和情绪，而不是被它们所控制。通过不断地练习，我的心灵逐渐变得平静，思维也变得清晰。我深刻认识到，唯有在内心平静的状态下，才能够真正连接到师傅的智慧。

第四段：心灵的启迪（300字）

心内跟师的过程中，我逐渐领悟到了许多深层次的道理。师傅通过讲述生活的无常性和人生的意义，教导我如何正确处理困境和挫折。他告诉我，生活中的苦难和困境都是成长的机会，它们可以帮助我们认清自己的内心，并提升自己的智慧。师傅的言传身教，让我更加深信个人的修行和内心的成长是至关重要的。

第五段：心灵的转化与感恩（200字）

在与师傅的相处和指导下，我的内心得到了转化，我拥有了更广阔的视野和更深刻的理解。我开始用更开放的心态去面对自己和周围的人和事，我学会了感恩和珍惜每一份真挚的情感。通过交流和学习，我与师傅的羁绊也逐渐加深，我们形成了一种心灵的默契。我深知，这是一段恩赐，我将始终保持对师傅的虔诚和感恩之心。

结尾（100字）

心内跟师一直是我成长道路上最宝贵的财富。我由衷地希望更多的人能够体会到心内跟师的力量，从真正的师傅身上学习、受益，并将其带入自己的生活中。因为只有如此，我们

才能真正找到内心最深处的宝藏，实现自我完善和内心的和谐。