

年度员工述职报告(实用8篇)

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。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。

针灸心得体会篇一

上午的工作结束后我的针灸科实习也宣告完毕了。

向我经常给服务的几位患者道个别，祝他们都尽快康复，他们也把实习顺利的祝福送给我。

作为第一个实习的科室，还是有点舍不得啊!开始实习的时候真的有很多东西不懂，不过经过这几周在针灸科实习还是慢慢的适应了实习的工作。

很庆幸自己在这个科实习，科里的老师也充分的信任我，让我自己动手去给患者进行针灸治疗，在这一方面真的要谢谢。6周的时间我可以自己独立的去给偏瘫的患者去做针灸治疗，当然面瘫我也可以。针灸技术提高的相当多了，对比我的老师们我还是差距很大的，但我想对于一个没有临床经验的本科生做的如此理应很满足，我也不会沾沾自喜，自己的水平还是不可恭维的，这一段的针灸实践经验对于我以后的就业大有裨益。

细细梳理一下思路，开始下面的实习总结。

一 理论知识

没有实习之前对自己掌握的知识心里没底的很，在校期间的

学习大多都是为了考试，基本功不扎实。上临床就怕老师一问什么也不会，脑袋里的那点知识储备糊弄普通人可以，要是在老师面前展示的话就是班门弄斧了。可是怕什么来什么啊！老师还真是问我问题了，由于当时在病房，心里十分紧张，一下把穴位的定位给弄反了，结果还真被主任给我批评了，那个脸啊红的啊！6周的实习我发现临床的东西和课本里的出入太大，像我这样书没念好的，在实习过程中完全可以利用临床上常见的知识点进行复习和掌握，要有针对性的快速学习，临床上遇到不懂的一定要问老师或者去查书，理论联系实际，这样有些东西你在课堂上没有掌握的在临床上的可以很快的掌握。这是很正确的临床学习方法，记的牢不容易忘。例如记腧穴的问题，我想在临床上记住那些常用穴位即可，不重要的穴位真的很不重要，不必全都记住。

二 动手能力

我认为这方面也是很重要的，在这方面我的主任也说过我，和主任去病房给一位呃逆的患者进行穴位注射，注射的药物是b1和b12主要是起强刺激的作用。主任说让我来，我说不行，当时是我刚到这个科，有些怯手。说实话他要是现在让我做一定会上的。给患者治疗完回来的时候主任就说我了，一定要敢于动手，培养自己的动手能力，主任也很给我机会，第2周实习的时候就让我和科里的男老师一起去病房给患者针灸，男老师先让我看看，学学，先不让我扎。第一天没让，第二天问我能扎不，为了给自己鼓气我信心十足的说行。在给患者针灸之前我都是给自己扎，练习。第一次给患者扎的时候紧张的不得了，满头大汗。扎完第一个患者后长出了口气。第二天给患者针灸的时候就和第一天不一样了，克服了心理障碍后，过程便轻松多了。经过几周的练习，也不知道是男老师信任我啊？还是他懒啊？他让我一个人去病房了，他不在旁边看着我了，自己更加得心应手了。自己治疗的几个患者瘫痪的程度都有所减轻，看着不能活动的四肢可以活动了，成就感油然而生。所以说在实习的时候老师给你动手的机会你一定要把握啊！

三 与医生的关系

这一点我感觉自己的做的很一般，这怎么说呢?科里三个医生，一个我刚来就去休假了，剩下俩，主任和个男医生，主任对我还可以，对于男老师我们的交流不是很多，关系也谈不上怎么样!和医生怎么样搞好关系我还是需要修炼一番啊!这一点对未来也很有帮助的!

四 自己的表现

在科室里一定要表现的很勤劳，眼中一定要有活，什么活能替的都要替老师给办了，打扫卫生啊!替老师办事啊!等等!老师对你的印象会很好，虽然有些方面差了一些但还是很欣赏你的!

上面的一切都和自己的努力密不可分的，无论何时都要积极地表现。实习就是为了工作快速的积累经验的过程。实习的时候好好学习在工作的时候就会少走很多弯路。

下一个科室是理疗科，继续加油!

针灸实习心得体会篇2

针灸心得体会篇二

实训课已渐入尾声，透过这一次，我们又收获到了很多珍贵的知识，而这与老师的辛勤是离不开的。在此，我和全体同学对老师说一声谢谢!老师您辛苦了!

透过实训中心老师的课堂讲解与企业化标准的培训，使我加深了对自我专业的认识。从而确定自我以后的努力方向。要想在短暂的实训时间内，尽可能多的学到东西，就需要我们

跟老师或同学进行很好的沟通，加深彼此的了解。只有我们跟老师多沟通，让老师更了解我们，才能跟真切的对我们进行培训工作。由此，班级的文化“共享”就在生活中慢慢构成了。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行！”在这短短的时间里，让我深深的感觉到自我在实际应用中所学专业知识的匮乏。让我真真领悟到“学无止境”这句话的涵义。而老师在专业认识周中所讲的，都是课本上没有而对我们又十分实用的东西，这又给我们的实训增加了浓墨淡采的光辉。我懂得了实际生活中，专业知识是怎样应用与实践的。在这些过程中，我不仅仅明白了职业生涯所需具备的专业知识，而且让我深深体会到一个团队中各成员合作的重要性，要善于团队合作，善于利用别人的智慧，这才是大智慧。靠单一的力量是很难完成一个大项目的，在进行团队合作的时候，还要耐心听取每个成员的意见，使我们的组合到达更加完美。

这次实训带给我太多的感触，它让我明白工作上的辛苦，事业途中的艰辛。让我明白了实际的工作并不像在学校学习那样简单。

人非生而知之，虽然我此刻的知识结构还很差，但是我明白要学的知识，一靠努力学习，二靠潜心实践。没有实践，学习就是无源之水，无本之木。这次实训让我在一瞬间长大：我们不可能永远呆在象牙塔中，过着一种无忧无虑的生活，我们总是要走上社会的，而社会，就是要靠我们这些年轻的一代来推动。这就是我们不远千里来实训的心得和感受，而不久后的我，面临是就业压力，还是继续深造，我想我都就应好好经营自我的时间，充实、完善自我，不要让自我的人生留下任何空白！

实训中除了学到不少专业知识，也了解一些社会的现实性，包括人际交往，沟通方式及相关礼节方面的资料，对于团队开发来说，团结一致使我深有体会。团队的合作注重沟通和

信任，不能不屑于做小事，永远都要持续亲和诚信，把专业理论运用到具体实践中，不仅仅加深我对理论的掌握和运用，还让我拥有了一次又一次难忘的开发经理，这也是实训最大的收获。

此刻我对“一个人最大的财富是他的人生经历和关系网络”这句话十分的有感情，因为它确实帮了我们不少。除此课本上的知识毕竟有限。透过实训，我班同学都有这样一个感觉，课本上的理论知识与实际工作有很大差距，只有知识是远远不够的，专业技能急需提高。

从最初的笨手笨脚，到此刻能够熟练的按照流程开发软件，这都与我班每个人的努力是分不开的。十个月的实训，教会了我们很多东西，同时也锻炼了大家踏实、稳重的潜力，每个人都很珍惜这来之不易的实训机会。

在实际工作中经常会和不一样的人打交道，然而他们的态度是不可恭维的，你会感觉到他的不耐烦以及他的高傲，所以这就需要学会沟通的方式及说话技巧，学会灵活应对。透过这十个月的实训，我班同学都收获颇丰，总体来说对这次实训还是很满意的。尽管实训很累，每一天早出晚归。但真的很感谢学校能够带给我们这样好的实训机会，以及东软给予我们的实训平台。我们深刻的了解到，只有经历过，才明白其中的滋味。对于我而言，喜欢体验生活，能够说透过这次实训，真真切切的让我了解了什么是软件开发，什么是软件工程，让我对于软件最初的观点也有了本质性的改变！程序员不仅仅是一份职业，更是一份细心加一份耐心加一份职责心=人生价值的诠释。即将走向工作岗位的我们更要不断加强自我的专业技能，社会不会要一个一无是处的人，所以我们要更多更快的从一个学校人向社会人转变。为此我们将会在以后的日子里继续努力，不断激励经验，不断磨砺自我，早日走向工作岗位。

针灸心得体会篇三

经过推拿科两个月及针灸科一个月的实习我对针灸有了更深的认识。

穴位诊断：许多疾病都会在体表产生反应点，疾病与体表反应的相关规律虽然还未有定律，但也有一定的诊断意义。我在实习时观察到了一些病人的耳穴及背部反应点与疾病有密切相关：一个颈椎病患者的耳穴颈椎部位有一个反应点；一个胃粘膜下垂的病人在其耳穴胃上有一个白色的1平方毫米左右大小的突起；一个胃口差又有口苦的病人在其耳部有一条淡红色的血管穿过耳穴胃和胆；腰肌劳损的病人在其劳损侧的腰部有一个红色的突起点等。

针灸治疗方法：对于针灸治疗疾病，不同的方法其疗效是有区别的。许多病人经过不同的方法治疗后会觉得有些方法对于其疾病效果会更好。例如：对于增生性膝关节炎，用温针效果比电针效果更好；对于顽固性头痛或其它痛证用刺络放血的方法更有效；我见过一个强直性脊柱炎的病人在颈部有疼痛多年未愈，用痛点刺络放血约半火罐的血后疼痛缓解；有老师介绍其治疗一个顽固性头痛十余年的病人，用百会、耳尖、率谷、大椎等穴放血十余次后治愈；另外还听老师们介绍了一些有效有意思的治疗方法：如用电针内关和外关治疗心脏疾病、用刮痧大椎并拔罐治疗一个发热38.5度的病人一小时降温至37.5度、配合温针灸涌泉治疗顽固性失眠、治疗坐骨神经痛用长针刺环中穴更容易刺中坐骨神经以提高疗效、贴磁片加电治疗面瘫初期或面肌痉挛、贴磁片加电治疗小儿过敏性鼻炎、治疗眩晕用百会压灸等。

选穴：三针疗法作为附院针灸科的常用选穴对于临床应用有一种指导意义，可以规范临床针灸选穴，让针灸更容易掌握；对于有些疾病带教老师们都有一些其经验：治疗耳聋用听宫深刺一寸左右加晕听区和中渚外关。

针灸心得体会篇四

第一段：介绍针灸和实习背景（200字）

针灸作为一种传统的中医疗法，已经有数千年的历史。在我国，针灸被广泛应用于治疗各种疾病和健康保健。作为一名医学生，我有幸参与了一次针灸实习机会，这让我深入了解了针灸的奥秘和魅力。

第二段：学习与实践的结合（300字）

在实习期间，我首先学习了针灸的基础理论知识。了解了针灸的基本原理、穴位和操作技术等。然后，我们开始实践针灸技术。在实习过程中，我观察了导师的操作，并亲自动手进行了一些简单的实践。通过实践，我对针灸的操作流程和技巧有了更深入的理解，也锻炼了自己的动手能力。

第三段：实习中的感悟和挑战（300字）

在实习中，我遇到了许多挑战。首先，需要对各种穴位的位置和功能有准确的掌握，这需要强大的记忆和细致的观察力。其次，针灸操作需要保持专注和冷静，一丝不苟地对待每个细节。最后，对患者的协调和沟通也是一项重要的任务。尽管挑战重重，但通过不断的尝试和反思，我逐渐克服了这些困难，并取得了实际操作中的一些成果。

第四段：针灸实习带来的收获（300字）

通过这次实习，我受益匪浅。首先，我对针灸的理论和操作有了更深入的了解，这为我今后的学习提供了基础和动力。其次，实习中我接触到了真实的患者，了解了他们的需求和期望，学会了如何与患者沟通和协调。最重要的是，实习让我深刻体会到了中医治疗的独特优势和价值，为我选择未来的医学方向提供了一种新的思考。

第五段：展望未来（200字）

针灸实习的经历让我对中医领域有了更加深入的认识和兴趣。面对中国传统医学的辉煌和挑战，我希望能够将针灸这一传统疗法与现代医学相结合，为人类健康作出自己的贡献。未来，我将继续努力学习并选择进一步深造，争取成为一名出色的中医针灸医师。

总结：通过这次针灸实习经历，我不仅积累了宝贵的实践经验，更加坚定了我在中医领域发展的意愿。针灸这一传统疗法在现代医学中依然具有重要的地位，未来，我将努力学习和实践，为传统中医的发展贡献自己的力量。

针灸心得体会篇五

第一段：引言（100字）

针灸作为中医学的重要部分，具有千年的历史。在我作为一名针灸学生的实习经历中，我深刻体会到了针灸的神奇和独特之处。在实习期间，我接触了很多病人，亲身体会了针灸的疗效，也对针灸的理论和技巧进行了深入学习。下面将分享我在实习中的一些心得和体会。

第二段：理论学习和患者接触（300字）

在实习过程中，我们首先对针灸的理论进行了系统的学习，包括经络学、穴位学和针灸调理学等。这些理论知识为我更好地理解针灸的原理和操作提供了基础。随后，我们开始接触真实的患者。通过与患者交流，我了解到每个患者的病情都是独特的，因此我们需要根据具体情况选择合适的穴位和技巧。同时，与患者的沟通也是十分重要的，只有与患者建立起信任和亲近的关系，我们才能更好地推动治疗进程。

第三段：实际操作和效果评估（300字）

在实习中，我们不仅进行了理论学习，更重要的是接触和进行实际的针灸治疗。通过在患者身上插入针灸，我亲眼目睹了针灸的神奇效果。一些患者的疼痛得到了明显的缓解，一些慢性病的症状也有所改善。但也有一部分患者对针灸治疗效果并不理想，这让我重新认识到针灸治疗的复杂性和局限性。在治疗过程中，我们需要不断观察和调整治疗方案，以期达到最佳效果。

第四段：对针灸技巧的体会和改进（300字）

在实习中，我深刻体会到了针灸技巧的重要性。正确的穴位选取、合理的刺入角度和深度，都直接关系到治疗的效果。因此，我在实习期间不断努力提高自己的技术水平，通过观察和请教老师，逐渐掌握了一些常用的针灸技巧。同时，我也意识到，针灸技巧的学习是一个不断演化和提高的过程，需要不断实践和总结，进一步完善自己的技能。

第五段：实习的收获和展望（200字）

在整个实习过程中，我不仅学到了丰富的针灸理论知识和技巧，还体会到了针灸作为一门医学的独特魅力。通过实践，我更加相信了针灸的疗效和潜力。在未来，我希望能够继续探索针灸的奥秘，提高自己的技术和水平，为更多需要帮助的患者提供有效的治疗。同时，我也希望能够在针灸领域做出自己的贡献，为推广和发展中医针灸文化不懈努力。

总结（100字）

通过实习，我深刻体会到了针灸的独特魅力，学到了丰富的理论知识和实践经验。同时，我也更加坚定了在针灸领域发展的决心。我相信，通过不断学习和实践，我将成为一名优秀的针灸医生，为更多的患者带来康复和希望。