

最新护理心得体会和感悟(通用5篇)

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。那么你知道心得体会如何写吗？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。

护理心得体会和感悟篇一

时间稍纵即逝，转眼已是四月，我们护理实习快接近尾声了，回顾这一路走来，心里满满地装着丰收的喜悦，每天都在进步中，日子过得忙碌，倒也安静踏实。想起刚进临床时候的自己，带着对实习生活美好憧憬和期待来到湖北省人民医院（武汉大学医学院附属第一医院），心中怀揣着满满的激情；不觉当中九个月的学习时光悄然过去了，收获颇丰，下面我对自己的实习生活的一点心得体会。

第一，医疗工作方面，在这短暂而又漫长的九个月中，我按照学校教学办公室所规定的要求，总共轮转了13个医院科室，其中包括内科、外科、儿科、妇科。这近一年的实习是一个医学生走向医务工作最重要的过渡，实习生的工作无非就是和正式工作一样的参与，治疗班给病人作治疗，配药打针及各项专科护理操作，主班就帮病人拿药，送病历，请会诊，副主班就是坐在电脑面前为病人记账，打印输液卡，贴瓶签，护记班就写护理查房，补护理记录等等，内容看似简单枯燥，但是过程却烦琐冗长，等忙完了这一切，这一天的光景就结束了。

时间寸土寸金，只有晚上的时间才是自己的，面对一天的工作，总结是很重要的，头脑中必须强迫自己回忆一天发生的事情：某某床病人今天添加了什么药，又撤除了什么药，增加了什么药的剂量，又减少了什么药的剂量，可为什么教授

要更改这些药品的使用呢？该药品的使用指证又是什么呢？有时候，教授会故意不告诉我，锻炼一下我的思考能力，我就从它的临床症状和体征入手，一个个的对着来，可是往往出差错，第二天跑去告诉教授，常常受打击，但也就是这样的打击，我才把这一个个的知识点牢固地刻在了心里，即使在以后找工作的三个月中，我也没忘记，回到临床上来，跟三个月前的一样。

在既往的实习岁月中，我不断的感受到内科与外科的强烈不同，其中一个重要的不同点就是：内科强调诊断的思维，而外科强调手术治疗的过程。针对病人身上的某个症状或体征，内科往往考虑多种疾病。拿急性腹痛做一个例子，内科医生往往考虑的不仅是简单而常见的胃肠溃疡穿孔，还有急性胰腺炎、急性阑尾炎、急性心肌梗死、胆道疾病、肠梗阻、宫外孕等等，这些疾病的确诊需要我们医生做详细的病史采集和体格检查，除此之外，还必须辅以实验室和影像学方面的检查，逐步排除相应的疾病，最后得出明确的诊断。

我的临床教授曾这样对我说过，“内科医生有时就像是一名侦探，想尽一切办法和手段去寻找病人身上的蛛丝马迹，最后抓出‘作案真凶’。”这无疑揭露了一位内科医生的工作实质。所以说，内科不光是要学会处理多少个疾病，更重要的是对一种疾病的一个严谨的诊断思维，不断的总结，每天都在进步，就像蝉蛹一样，一层一层地蜕变，最后一定会变成一只美丽的蝴蝶。医学路漫漫，吾将上下而求索，而待宝剑锋从磨砺出，梅花方可香自苦寒来。

第二，思想品德及医德医风方面。在这近一年的临床实习中，我深刻地感受到：护理，不仅是一个专业性很强的学科，而且是一个综合性很强的学科，作为一名护士，除了专业知识和技能过硬之外，个人的品德和作风都要体现着大家风范。古时的文人都以“悬壶济世”、“妙手仁心”等成语来形容医生，近代也已“白衣天使”来形容护士，可见护士和医生同等的重要。在心血管内科实习中，我亲眼看到黎教授不顾

辛劳，为一个个诊断不明的病人跑上跑下地请会诊；考虑到病人的经济情况，他在不影响治疗效果的前提下往往选用最便宜的降压药或降血脂药。

在呼吸内科的实习中，我曾亲眼看到丁续红教授把两百块钱塞进一位丢了治疗费的穷苦支气管扩张的病人手里，这一幕幕的场景深深地烙在了我的心里，让我相信，一位医生绝不是只看病人的钱救命的黑心人，而是有血有肉、无私奉献的白衣天使。在他们身上，我看到了热情、看到了责任心、看到了真诚的一群在生命线上努力挽救生命的兢兢业业的老实人，人类的伟大莫过于此。

第三，临床教学方面，在这一年的实习过程中，我和小组的其他实习成员总共经历了三次教学查房，虽然花了我们许多精力和时间来准备，但是我们却收获了许多课本上看不到的临床知识，加深了我们对疾病的理解和认识，打开了我们诊断疾病的思路，现在想来，真是很感谢那段忙碌的时间，给了我们许多学习的机会。另外，在心内科专业科室轮转的半年里，我还有幸为几位外国留学生担当临时教师。刚开始的时候，确实有点担心，因为自己从没跟外国人交谈超过十五分钟，而这次却要给他们讲课，真是难啊！可这时，黎教授在旁鼓励我，说不怕，你一定行。

我当时将信将疑地，也就壮着胆子去了，刚开始介绍病人病情的时候，还真是有点难的，虽然每个疾病的专业表达方法我都知道，但是如果连成一句话，又要符合美语的习惯，还真是要斟酌斟酌，我就这么慢慢地，一个单词一个单词地往外蹦。看着那群外国留学生的眉头一直在紧锁，我真是捏了一把汗，下决心对自己说，要快点把单词连成句子，绝对不能给老师丢脸！就这样，慢慢地我的语速就加快了，最后我发现，那群留学生的眉头舒展了，眼睛发亮了，我知道他们弄懂了我说的意思。在临走的时候，他们个个竖起大拇指，称赞我说，你的英语真好。我笑了笑说了声，谢谢！

实习即将结束，除了总结自己的收获外，也对自己的不足做个总结。在与人相处上不够大方，发言较少，在学习时遇到的问题不够主动询问，有时在处理事情上不够细致等，这些都是自己需要注意的，因此在今后的工作学习中一定要努力提高自己的各方面能力，定好目标，踏实前进。

终于习惯于有条不紊地处理问题，穿梭于病房间时，渐渐习惯于不慌乱。自己常常会得到患者及其家属的夸奖，一句“姑娘，你真是一个好护士，不乱”的话是对自己最大的鼓励，在科室，不太忙时会和他们聊聊天，看到家属给患者做按摩时，由于自己学过保健按摩的相关知识，也会指导他们怎样的手法和步骤按摩能最好的缓解疲劳，促进血液循环。实习生活，乐在其中，适得放松。

生活总会在你得意时给你一巴掌，告诉你必须时刻保持谨慎，谦虚，实习生活也是如此。在你想要放松时出现的加错药情况、在你忙碌于换液体时由于忘记核对而险些出错而让患者家属先发现时已经警醒自己时刻不能懈怠。

当然也会有累的时候，当你穿梭在医院一天不停的换液体、铺床后，连晚上睡觉都会隐约听见带教老师喊你的声音就可想而知累的程度，身体上的劳累并不可怕，怕的是心也跟着累了。当你给患者静脉输液由于没有一次穿刺成功而心生愧疚接连道歉后家属的一句“道歉有什么用”时，当你尽职尽责的实习而让带教老师因误会而批评你时，真的会感觉累了。

会时不时的意志消沉，但并不会一蹶不振，就像一个慢撒气的轮胎，需要定时充气，如此循环，如此反复。这就是实习过程中的我们。会时不时感觉累，需要自己经常调整状态来适应实习。终于，不再只是忙碌的只记得换液体，实习过程最重要的是学习又重新拾得，和患者和家属聊聊病情及治疗。那些记了又忘，忘了不想再记的药物名称、作用又开始识记。总之，以谦卑的姿态来学习。

细数，几个月的进步真的很大。都说，万事开头难，但是我会说，我们这一组的实习有一个好的开始。泌尿科是我们实习的第一个科室，十多天的实习是一个熟悉科室工作，也是适应科室工作的过程，依稀记得那时第一天进入科室总带教王淑娟老师老师给自己的印象一沉稳、踏实，确实，十多天的实习也让自己更喜欢这个老师。而她给我们这些初入医院的实习生的教导相信会受益着我们一直以来的实习乃至日后工作。

手术室的实习让我们见证了手术的过程，其中无菌观念深入到日后的护理操作中，学习穿手术衣、戴无菌手套、手术前的洗手、刷手，也真正体验怎样做一个合格的器械护士，妇科的实习使自己又一次学习妇科相关的疾病的护理，岳玲老师的严格要求使自己在工作中更加细心认真，她一直来的认可使自己在实习过程中更加自信，急诊科的实习让自己真正临近急救，感受院前急救的紧迫。学习了徒手心肺复苏及心脏电除颤仪的使用，而现在的介入科更是给自己更大的进步，介入科是一个很有特色的科室，在这里，不仅了解有外周血管疾病、神经介入、肝癌介入的并发症及其相关护理，还有很多护理操作的机会，其中，留置针的使用让自己更加熟悉，给危重患者吸痰又得到锻炼。

同学会有戏语，“本以为学了护理能成为天使，一不小心、变成了女汉子”。当然，这句玩笑话真的道出护理人员内心的强悍，女子也好，女汉子也罢，总归，岁月的冲刷会让我们明白且具备慎独。

那日历上落下的圈圈点点的成长终归入回忆，此刻的我们，细数成长，依然前行。

护理心得体会和感悟篇二

这次的护理学培训，我感觉到非常有价值。以往的培训从来没有专门涉及到护理方面，而且很多都是讲一些深奥的理论

知识，而这些理论知识怎样运用到护理学的课堂教学中，没有明确的指导。而我也很难将那些内容运用到我的课堂教学中，所以对我的课堂教学帮助不是很大，所以以往的培训只是学到很多的学科前沿知识以及一些比较难以消化的理论知识。而这次的培训不但告诉你前沿知识，同时也以怎么具体实施的方面进行了详细的介绍，对我们以后的课程建设和课堂教学提供了很大的帮助。我感觉非常有价值的就是封丹珺和厉萍老师的教学方面的设计，对我的教学设计及课堂教学有很大的帮助，现谈一下我的总结。

首先封老师讲到的就是开场白的设计，他把自己的上课经验交给了我们，让我知道设计开场白的重要性以及怎样去设计一场好的开场白要想设计一堂好的课堂教学，首先要有一个好的开场白，能在授课的一开始就极大的吸引学生的注意力，并带着疑问去听课，那么听课的效果也会大大提高。以前没太注意过开场白的设计，但听了封老师的课之后，我才发现开场白的重要性。开场白不但要在一开始就能抓住学生的心，而且开场白的内容一定要和课堂教学的内容有关，可以是一个临床案例，也可以是一个故事，也可以是一些学生非常感兴趣的问题。以后上课一定要在这方面下功夫。

在课程的教学中，有时会遇到很多枯燥的理论基础知识。这些基础知识，很多时候我们都是采用教师讲授的方式去教学，学生只是单纯的听，这样在很大程度上抹杀了学生学习的积极性，而且学生也不愿意学。如何将这些枯燥的知识转换成通俗易懂的知识，封老师在这方面也给了我们指导。我们的护理课是和临床紧密相连的，脱离了临床只讲基础知识是没用的，所以我们将这些知识转换成通俗易懂、学生又感兴趣的临床案例或是一个和临床有关的故事，都将极大的提高学生学习的积极性，并且带着疑问去听完这次课，那授课的效果肯定比传统的教学效果好得多。除了临床案例，我们也可采取角色扮演、小组讨论等方式，也可起到很大的效果。

讲课本身就是师生两方面的事情，所以不光教师要讲，同时

还需要学生的配合，所以在讲课的过程中，一定要注意师生之间的交流沟通，同时要积极提高学生的学习主动性，所以要通过小组讨论、角色扮演、学生自己设计实验程序等方法让学生主动去学习。

另外在讲课的过程中，幽默风趣的语言也是必须的，把一堂枯燥的课讲成是一堂通俗易懂又幽默风趣，而且又能让学生在一种轻松的环境中学到知识，那才是真正的一堂好课。

这几天的培训真是让我受益匪浅，让我在课程安排及课堂教学方面有了很深的体会及很大的提高。除了封老师和厉老师的课之外，娄凤兰老师的课让我在建设精品课程方面也有看很大的收获，知道了建设精品课程应从哪些方面准备和努力，感谢这次的培训，让我学到这么多有用的东西，希望有机会还能参加。

护理心得体会和感悟篇三

随着现代社会生活节奏的加快，人们的生活压力也随之增加。难度加大的工作、繁琐的家务、紧张的人际关系，都让我们容易产生疲惫和焦虑的感觉。而护理美成为了重要的养生方式。通过这种方式，我们可以让自己变得更加健康、美丽。在这篇文章中，我将分享我的护理美心得体会。

第一段：了解自己的肤质并选择适合的护肤品

护理美不仅仅是化妆和打扮，更是一项健康养生的方式。肤质是我们开展护理美的首要因素，因为选择不适合自己的护肤品，会对皮肤造成伤害并影响养生目的。所以，我首先要做的是了解自己的皮肤状况。不同的肤质需要不同的护肤品，要选择适合自己的产品，这样才能让肌肤养护得更加完美。

第二段：彻底卸妆

彻底卸妆是护理美中必不可少的一步。因为我们平时使用的化妆品，在一天的时间内积累下来，会对皮肤造成伤害。如果不及时清洁，毛孔会逐渐堵塞，出现黑头以及其他皮肤状况。所以彻底卸妆非常重要。我平时会选择卸妆油和温和的洁面产品，协同使用，以确保化妆品残留不会留在皮肤上。

第三段：补充足够的水分

皮肤需要白天及夜晚不断地补充水分以保持其弹性和光泽。不过，每个人所需要的水分数量会有所不同。如果缺乏水分，皮肤就很容易变干，出现纹路以及其他皮肤状况。因此，保持足够的水分对于皮肤的健康和美丽都至关重要。我会尽可能多地喝水，并在皮肤上使用含水量高的产品，以保持肌肤水嫩细腻。

第四段：坚持锻炼

锻炼身体能够使皮肤更加紧致有弹性，也可以提高身体的免疫力。因此，我坚持运动，这对于我皮肤的健康和美丽起到了积极的作用。密切联系肌肤的调理以及不断锻炼身体，能够带来令人惊喜的效果。这不仅能让你保持一个健康的身体，同时也可以让你拥有更健康的肌肤。

第五段：关注心理健康

心理健康同样是护理美的重要组成部分。当我们无法保持平衡，并处于压力或紧张的状态时，快乐、幸福的生活感受就会消失。这样会导致我们的身体和精神双重受损。为了保持心理健康，我们需要自我调节，保持乐观的态度，学会正确的应对压力，让自己的情绪保持平稳，并避免情绪极端。

总结

在这个高压和快节奏的生活中，护理美成为我们重要的养生

方式。适当的护理美是可以改善生活品质并提高自信的，但我们需要不断地学习，去了解自己的肤质，并选择适合的护肤品。我们还需要喝足够的水，锻炼身体，保持心理健康。只有这样，我们才能在护理美的道路上做到更好。

护理心得体会和感悟篇四

xxxx年8月，怀揣一颗激动的心，带着对未来美好的憧憬，我考进曲靖医学高等专科学校，成为了一名人民教师，在工作近两年的时间里，我经常听别的老师的课、虚心的向老教师请教、认真备课等，取得了一定的进步，但是缺乏教学经验仍是我最大的劣势□xxxx年3月12日到3月13日，在学校及系部领导的关心和支持下，我有幸参加了教育部全国高校教师网络培训中心举办的质量工程“国家精品课程师资培训项目”护理学骨干教师高级研修班的学习，本次学习由山东大学娄凤兰教授及其教学团队从护理学课程出发，通过对护理学国家级精品课程的教学经验、理念、技术和方法的介绍，以问题为导向，利用示范课、案例讲解等教学形式为我们开展了精彩的授课与培训，两天的培训时间转眼间就过去了，时间虽然很短暂，但是在几位主讲教师的努力之下，使我对精品课程的理解有所加深，对我今后的教学工作也有所指导，结合我系的实际情况，本次学习的心得体会如下：

（一）优秀的教学团队是建设精品课程的重点，学校和系部应注重加强青年教师的培养，鼓励教师进行教学研究，提高师资队伍水平，从而提高教学质量，保证精品课程建设能够持续、永久的发展。

（二）注重改革教学方法和教学手段，改革和创新才能促进学科的发展，才能发挥学科为学生服务的作用。应用多媒体改变传统的教学方法，但是在多媒体的制作上也要多花心思、多学习，力求语言简练，插入相关图片、视频等加强教学效果。

（三）精品课程的建设是一个长期、复杂的过程，需要我们每一位老师的努力和相互间的协作才能够把精品课程建设好。曾经以为建设精品课程就是做做课件、写写电子教案、出些习题等等的那么简单，现在明白了，精品课程建设是一个复杂的过程，需要团队里的每一位老师不断的完善自我、不断进取，提升自己的专业素质，共同协作才能将课程建设好，才能取得一定的成效。

（四）精品课程建设要注重“五个一”：建设精品课程是一项系统性的工程，我们要努力把课程建设成具有一流教师队伍、一流教学内容、一流教学方法、一流教材、一流教学管理等特点的课程，这样才能体现精品课程真正的意义，为教学服务，为学生更好的学习服务。

（一）认真备课：备课是一个很重要的环节。备课时，要认真认真的备，不仅仅是把上课内容背下来，而是要包括备学生、备教材、备师生问题、备教学过程、备作业，完成了这几个过程，你才能够驾驭课堂，才能够把课上好。要做到这些，就需要充分的了解学生的情况、学生的层次、学生可能会提出哪些问题等；充分了解教材特点、重点难点；如何布置一份能充分发挥学生能力的作业；还需要查阅相关文献资料等等。

（二）设计开场白：为了调动学生的学习积极性，也为了能够更好的导入授课内容，开课前应精心设计开场白，以吸引学生的注意力。而不是每次一进教室总是以“好，下面我们开始上课，今天我们要讲的内容是……”，否则的话，学生就会觉得很枯燥，失去学习的兴趣。

（三）调动学生学习主动性：课堂上不搞满堂灌，要提供一些让学生自己思考的机会，比如适当的课堂提问、分组讨论，作为大学老师，不应“授之以鱼”而应“授之以渔”，培养学生的主动性以及自己学习的能力。

（四）注重培养学生的实践能力以及解决问题的能力：护理学是一门实践性很强的学科，在教学过程要注重学生实践能力的培养，多给学生提供练习的机会；今后学生走进临床后，面对的是千变万化的情况，千差万别的病人，老师也应注重学生解决问题能力的培养，否则学生很难适应临床。

（五）注重学生思想道德素质的培养：王克芳老师提到的一个事例让我感触很深，一个平日成绩很优秀的学生，考操作频繁出错时既然生气的砸东西、不与监考老师有任何的沟通。我们提倡学生认真学习，掌握扎实的专业知识，考优异的成绩，将来也好为临床实践服务，但是“德”的培养也不容忽视，甚至我觉得“德”重于能力、重于成绩。

（一）我系有专职教师9名，其中年青教师占了近80%的比例，缺乏建设精品课程的经验，需要加强学习，不断的提升自己的水平，增强自身的综合素质，才能更好的完成精品课程的建设任务。

（二）实验设施及用品缺乏。

以上就是我学习之后的一些体会，这次国家精品课程护理学骨干教师高级研修班，为我们提供了一个非常好的学习的平台，让我学到了很多的东西，在今后的的工作中我将不断地学习新方法、新理论，不断更新自己的知识体系，努力提高自己的教学水平，提高教学质量，努力成为一名受学生欢迎的老师。同时，我也会加强自身素质的培养，自觉参与到我系《护理学基础》精品课程的建设中，与我系教师一起克服困难，取长补短，促进我系的发展。

护理心得体会和感悟篇五

第一段：

护理是一门细致而富有人性关怀的职业，优质的护理是患者

在医院期间最需要的。我曾担任护士多年，通过与患者的交流和对工作的思考，我总结出了一些关于优质护理的心得体会。

第二段：

首先，优质护理需要建立一个良好的沟通环境。患者作为护理工作的对象，他们需要知道自己的病情和治疗方案。因此，护士应该以简单易懂的语言向患者解释病情，帮助患者理解并配合治疗。此外，护士还应该倾听患者的需求和要求，关注他们的疼痛程度和生理需求，并及时向医生反馈有关的信息。

第三段：

其次，优质护理需要注重细节。护理工作中的每一个环节都需要护士精确、认真地完成，每一个患者都应该得到护士的专业护理。例如，为患者更换床单、清洁创面、输液等工作都需要护士严谨的态度和细致的操作。护士还应该对患者的体征进行监测，避免并发症的发生。

第四段：

此外，优质护理需要关注患者的情感需求。在医院期间，患者往往会感到恐惧、焦虑和孤独。护士通过关怀和陪伴可以减轻患者的负担，缓解他们的情绪。在与患者交流时，护士需要保持耐心和关切的态度，以帮助患者克服病痛带来的困难。此外，护士还应该及时与家属沟通，提供有关治疗和护理的信息，帮助家属了解患者的情况和护理方案。

第五段：

最后，优质护理需要持续学习和提升。护理是一个不断发展的领域，新的科技和护理方法不断涌现。护士应该积极参加

培训和学习，了解新的护理知识和技术，并将其应用于实践中。此外，护士还应该不断反思自己的工作，与同事交流经验，探索更好的护理方式。只有不断提高自己的专业能力和素质，才能提供更好的护理服务。

总结：

优质护理不仅仅是简单的医疗工作，更是一种关怀和爱的表达。通过建立良好的沟通环境、注重细节、关注患者的情感需求以及持续学习和提升，护士能够为患者提供更加优质的护理服务。作为一名护士，我将始终秉持这样的理念，为每一位患者提供最好的护理。