

最新中医与实践检验真理的关系 中医实践心得体会(汇总10篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。相信许多人会觉得范文很难写？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

中医与实践检验真理的关系篇一

第一段：介绍中医的背景和意义（200字）

中医作为我国独有的传统医学，具有上千年的医疗历史，深受人们的青睐。中医理论注重整体观念和平衡理论，强调人与自然的和谐关系，以及身心的统一。中医实践依靠中医师的临床经验和辨证论治方法，借助自然疗法和草药治疗，治愈了无数疑难杂症，为人们带来了健康和福祉。

第二段：中医面临的挑战和问题（250字）

然而，随着现代医学的快速发展，中医也面临着新的挑战和问题。一方面，人们对中医的理解和信任度有所降低，不少人更倾向于使用西方药物和技术。另一方面，中医的临床实践模式也出现了一些问题，包括规范不足、科学研究不够等。这些问题使得中医的发展受到了一定的制约。

第三段：我在中医实践中的体会（300字）

作为一名中医师，我从事临床工作多年，积累了一定的经验和体会。在实践中，我深感中医的独特魅力和价值。中医强调整体观念让我更加注重患者的整体状况和调理，而不仅仅关注某一具体症状。同时，中医的辨证论治方法也让我能够根据患者的具体病情，选择合适的治疗方案。在实践中，

我结合自然疗法和草药治疗，取得了一定的疗效，这使我对中医的信心更加坚定。

第四段：我对中医发展的期望和建议（250字）

然而，中医目前仍然面临很多问题和挑战，因此，我对中医的发展充满期望。首先，我希望加强中医的规范和标准化，提高中医师的临床能力和专业水平。其次，我认为中医需要更多的科学研究支持，加强与现代医学的交流与合作，以推动中医的现代化发展。最后，我希望中医能够更加注重国际交流，将中医的优势和经验传播给更多的人，让中医发扬光大。

第五段：总结中医实践的体会和重要性（200字）

综上所述，中医作为我国独有的传统医学，具有深厚的历史和独特的理论基础。在实践中，中医体现了其独特的整体观念和辨证论治方法的价值。虽然中医面临一些挑战和问题，但我对中医的发展充满希望。我相信，通过不断地规范和完善，中医必将为人们的健康和福祉作出更大的贡献。

中医与实践检验真理的关系篇二

在日照见习大约三个月的时间里，我感觉自己成熟了很多，对中西医学、医患关系以及自己的人生都有了新的认识，更加的勇敢和负责任。我是七月份回到临沂的，很亲切，毕竟是家乡……临沂市中医医院是目前山东省市地级规模最大的综合性中医医院，国家三级甲等中医医院，爱婴医院，全省重点中医医院，山东中医药大学附属医院，临沂市红十字会医院，临沂市创伤急救中心，又是省级文明单位，山东省100家文明行业示范点之一、10家文明服务示范医院之一，是鲁南中医、中西医结合的医疗、急救、康复、科研、教学和技术指导中心。

经过在日照的见习，我在临沂实习的要自在很多，工作流程都清楚嘛。第一个科是儿科，实习方式是一对人，我的带教老师是赵长华。赵老师三十五六岁，体格健硕，古铜肤色，一身正气，很有阳刚之美；在科里嬉笑怒骂，逍遥快活得很。跟着赵老师最大的好处是他会让你清楚的知道疾病的来龙去脉。每天早晨查房后，他总会拉着我细致的讲解查房时患者所反应的病情进展该如何处理，特别是有新来的病号时，他还要带着我仔细的为患儿查体，有时竟完全放手给我。在儿科实习期间，恰逢手足口病流行，赵老师还让我专门写了点对这一传染病的总结，概括述说了本病的发病因素、鉴别诊断、并发症及治疗。在赵老师的调教下，我基本熟悉了儿科常见病如新生儿黄疸、缺血缺氧性脑病、上感、小儿肺炎、急慢性肠炎、心肌炎、各型传染病等的. 断诊和治疗。

中医中药治疗消化系统疾病有其独有的优势，这一优势在临沂市中医医院的消化科得到了很好的体现，科里中医氛围浓厚，云集了医院里的好多名老中医。常见疾病有急慢性胃炎、胃溃疡、胆囊炎、胰腺炎、急慢性肠炎、病毒性肝炎等。中国人讲“有病无病，吃饭为证”，中医里讲脾胃乃后天之本，很多时候身体的不平衡首先会在饮食上表现出来。常见的致病因素有思虑过度、饮食不当、外感六淫邪气，治疗中多脾胃兼顾，以恢复脾升胃降的生理功能为基本原则。

针灸推拿可以疏通淤阻的经络，调气活血，并有保健养生的作用。消化科后我转到针灸推拿科，中医针灸推拿的神奇疗效让人惊讶，特别是对各型疼痛、颈椎病、腰椎病、中风后遗症及面瘫等的治疗。针灸科特色明显，疗效确切，已经成为中医院的特色科室之一。在实习期间，老师给我很多动手针灸的机会。还记得第一次在很多人面前为患者施针的时候，可能因为太紧张，竟在同一位置扎了两次才把针扎好。后来每天手不离针，现在应该不会再有那次的尴尬了吧。

我现在实习的科室是骨科，下个科室是内分泌。小儿科后去的是普外，学习了基本的缝合与打结，而且在手术台上拉过

几次勾，本以为会害怕手术，可在台上的兴奋感和求知欲把恐惧赶的不见踪影。现在我已经可以独自熟练的缝合、拆线与换药。简单的石膏固定也可以做的不错。

现在的我回家经常可以为周围的人解决些小毛病，自觉效果还好，已经获得不少信任；现在的我也不再为中西医的矛盾斗争而劳累，我要做的是可以把病看好的医生，让喜欢理论的去理论吧；现在的我找到了学以致用的乐趣。在临沂的这段日子里，我过得很开心，很充实。

中医与实践检验真理的关系篇三

第一段：介绍中医实践的背景和重要性（约200字）

中医实践是中国传统医学的重要组成部分，具有悠久的历史和丰富的经验。中医实践强调整体观念和个体化治疗，注重调节身体的阴阳平衡。随着现代医学的发展，中医实践在提供综合性治疗方案方面起到了重要的作用。在我参与中医实践的过程中，我体会到了其独特的治疗理念和方法，并对中医的疗效有了更深刻的认识和理解。

第二段：探讨中医实践的特点和优势（约300字）

中医实践注重个体化治疗，尊重每个人的生理差异和个体特点。每个人的身体状况都不同，中医师需要通过仔细观察、仔细询问病史和进行脉诊等方法来确诊和选择最适合的治疗方法。此外，中医实践还重视调理身体的内外平衡。中医认为人体的健康是阴阳的平衡状态，当阴阳平衡被打破时，就会产生疾病。因此，中医治疗强调通过草药、针灸和按摩等方法来调整身体的阴阳平衡。由于其整体性、个体化的治疗理念，中医实践在慢性疾病的治疗中具有独特的优势。

第三段：谈论中医实践的挑战和困境（约300字）

虽然中医实践具有许多独特的优势，但它也面临一些挑战和困境。首先，中医学的理论体系非常复杂，需要医师长时间的学习和实践才能够掌握。此外，中医的治疗方法多样，草药的配方和使用方法需要根据具体病情进行调整，这增加了医师的难度和负担。另外，中医实践与现代医学的交流和合作仍然存在一定的障碍，这不利于中医实践的发展和推广。因此，中医实践需要在理论和实践层面上保持与现代医学的接轨，以便更好地在医疗领域发挥作用。

第四段：分享中医实践的体会和收获（约200字）

在中医实践中，我深刻体会到了中医的疗效和独特的治疗方法。与现代医学不同，中医更注重预防和调理。随着我对中医的学习和实践，我开始更加重视自己的生活方式和饮食习惯，以保持身体的健康和平衡。此外，中医注重治疗疾病的根本原因，而不仅仅是缓解症状，这使得我对疾病的认识得到了更深刻的提升。从中医实践中，我还学会了更加仔细地观察和倾听身体的变化和信号，以更好地了解自己的身体状况。

第五段：对中医实践的展望和期望（约200字）

中医实践具有独特的优势和潜力，在现代医学中发挥着重要的作用。我希望中医实践能够更好地融入现代医学系统，使其在医疗领域得到更广泛的应用。同时，我希望中医教育能够进一步完善，培养更多专业的中医师，以满足人们对中医实践的需求。通过进一步深化中医理论和实践的研究，我们可以更好地保护和传承中医传统，并为人类的健康事业做出更大的贡献。

总结（约100字）

中医实践的重要性不能被忽视，它以其独特的治疗理念和方

战和困境，但它的优势和潜力仍然无可置疑。通过进一步深化中医理论和实践的研究，并与现代医学相结合，中医实践将为我们的健康事业带来更多的希望和发展。

中医与实践检验真理的关系篇四

转瞬即逝的这一个月不仅让我看到了最纯正的中医在临床上发挥的强大作用，也让我深刻体会到“针不是扎进去就可以了”这么简单的。

从第一次练习扎针开始，羡慕老师娴熟的手法和精准的定位，而自己只会晃悠悠地找到穴位，笨拙地扎下第一针，不得气不说，往往还会把病人弄痛……但在老师的包容和指点下，不断地有机会练习扎针，边扎还边讲解，逐渐地让我知道了许多书本上看不到的知识。定位可能谁都会，但要想通过扎下去的‘针对神经和细胞产生一定刺激强度就不是很容易的事了。

此时手法就显得尤为重要：南方注重多而浅，北方注重少而深，但共同的目的都是要达到一定的刺激，使肢体恢复功能。另外，小小的电针接起来也是有一定讲究的，接不同的点刺激的神经也会不同，四肢一般竖着接，腰部多横接，且肌张力越高，频率也需越快……越是不断有新知识的吸入，越看到了自己的欠缺和不足，所需学习的东西真是太多太多了，就好像刚因为扎针能得气而感到高兴，才发现要想达到理想的效果光得气是远远不够的。知识圈越大，未知的领域也相应扩大，书本和老师都是学习的力量和源泉。

中医与实践检验真理的关系篇五

中国传统医学，即中医，是源远流长的宝贵宝藏。几千年的沉淀，使中医发展出独特的理论体系和实践经验，并在世界范围内产生了广泛的影响。作为中医学生，我有幸接触到中医实践，并且深深地被它的独到之处和疗效所吸引。在这篇

文章中，我将与大家分享我个人的中医实践心得体会。

第二段：遵循整体观念的重要性

中医实践的核心理念是整体观念，即将人视为一个整体，从而把患者的身体、心理和环境都纳入考虑范围。这与西医的分析性思维方式形成了鲜明对比。在我的实践中，我发现仅仅关注症状无法彻底治愈患者的病症。相反，当我遵循中医的整体观念，了解病人的体质、饮食习惯、生活方式和情绪状况时，我能够制定更有效的治疗方案。这样的实践体会让我对中医的整体观念有了更深刻的理解和信心。

第三段：辨证论治的疗效

中医实践的另一个重要特点是辨证论治。辨证论治是中医独有的方法，通过观察患者的症状、脉象、舌苔等进行辨证，并根据辨证结果采取相应的治疗措施。在我的实践中，我经常会遇到一些看似相同症状的患者，但通过仔细辨证后，我发现他们具有不同的体质和病因。因此，我给他们制定了针对性的治疗方案，结果非常满意。这让我体会到辨证论治的疗效是中医实践中重要的一环。

第四段：中药配伍的重要性

在中医实践中，中药是至关重要的治疗手段。中药的配伍是中医师根据患者的具体情况调配不同中药成药方的过程。在我的实践经验中，我深深认识到中药配伍的重要性。不同草药的特性和功效可以相互协同，增强疗效。相反，如果配伍不当，药物之间可能会产生相互抵消或产生副作用。因此，中医师需要有扎实的草药学基础和丰富的临床经验，才能将中药配伍应用于实践中。

第五段：治未病的理念

中医实践注重治未病，即通过预防措施和调整身体平衡来防止疾病的发生。在我的实践中，我发现预防胜于治疗的理念对于保持患者身体健康和提高生活质量非常重要。因此，我在实践中倡导患者注重个人卫生、均衡饮食和适度运动，以防患于未然。这样的实践体会让我深信中医实践有其独特的优势和价值。

总结：

总的来说，中医实践心得体会让我对中医的理念和方法有了更深入的了解和认识。中医实践强调整体观念、辨证论治、中药配伍和治未病，这些都使得中医在治疗不同病症上具有独到的效果。在未来的实践中，我将坚持中医的理念和方法，以更好地服务于患者的健康。

中医与实践检验真理的关系篇六

中医是中国传统的医学体系，几千年来一直为人们的健康保驾护航。在我从事中医实践的多年里，我深深体会到了中医的独特魅力和疗效。它不仅注重疾病的根本原因，也注重整体调理和预防保健。在这篇文章中，我将分享我在中医实践中的心得体会。

首先，我意识到中医的诊断方法与西医有很大的不同。中医强调望、闻、问、切四诊合参的诊断方法，通过仔细观察患者的面色、舌苔、脉搏等多种指标，以及对患者的问诊，综合分析得出诊断结论。这种方法可以从整体上把握患者的病情，并在治疗中进行个体化的调整。与西医的检查设备相比，中医的诊断方法更为传统、细致而专业。

其次，中医着重于治疗原因，而非仅仅缓解症状。中医相信人体的疾病是由于阴阳失调、气血不畅等原因引起的，因此治疗的目标是恢复人体的平衡。与西医常常注重疾病的治疗过程不同，中医着重于疾病的根本原因，通过调整人体的阴

阳平衡和气血流动来达到治疗的目的。这种疗效持久且往往能够改善患者的整体健康。

然而，中医的治疗方法往往需要一定的时间才能见到效果，这需要患者对治疗过程有足够的耐心和信心。与现代的西药快速缓解症状相比，中医的治疗过程可能需要一段时间，因为它是通过调整整个身体系统来达到治疗效果。这些调整可能需要长期的药物治疗、针灸疗法、推拿按摩等方法。因此，患者需要保持积极的心态，耐心等待治疗效果的显现。

另外，中医的养生理念值得我们深思。中医强调预防为主，注重平衡饮食、起居有节、适度锻炼以及心理调节等方面的养生方法，以保持身体的健康。与现代医学更注重治疗病症不同，中医通过平衡人体的阴阳和气血，调整脏腑功能来达到养生健康的目的。这种养生理念能够帮助我们更好地保持身体的健康，远离疾病的困扰。

总结起来，通过多年的中医实践，我深深体会到了中医的独特魅力和疗效。中医的诊断方法独特而专业，治疗方法着重于治疗原因，尽力恢复人体的平衡。虽然治疗过程可能需要时间，但患者需要保持耐心和信心。此外，中医的养生理念也能帮助我们更好地保持身体的健康。综合来看，我相信中医在现代医学中仍然具有重要的地位，并希望越来越多的人能够认识到中医的价值和优势。

中医与实践检验真理的关系篇七

中医药健康教育工作是公共卫生服务的一项重要工作内容，一直以来我院按照上级文件相关要求开展全市基层中医药健康教育指导工作，根据国家中医药管理局、省卫计委、省中医药管理局的安排，为加强市乡村三级医疗机构中医药服务网络建设，充分发挥中医药特色服务优势，满足基层百姓“简、便、廉、验”的就医需求，医院设立“基层指导科”，开展乡村医疗机构中医药服务业务指导工作。现

将20xx年中医药健康教育工作总结如下：

一、 组织实施， 成立中医药健康指导组织机构

为进一步加强中医药业务质量管理，保持中医药特色、发挥中医药优势，促进中医药事业全面协调发展为人民健康服务，我院结合党的群众路线教育实践活动，为更好地发挥中医药特色、优势和作用，提高中医药服务的覆盖面和可及性，满足城乡人民群众对中医药医疗、保健、文化服务的需求，进一步弘扬中医药优秀文化和特色，为建设中国特色医药卫生事业、全面建成小康社会、实现中华民族伟大复兴的中国梦做出新的贡献。“基层指导科”中医健康教育工作认真按照本年度计划执行，为基层乡镇(社区)卫生机构及公共卫生服务部门进行中医健康教育讲座11场，进入社区为社区居民、慢病患者进行义诊宣传16次，发放宣传资料10000多份，在重要的国际卫生日组织医务人员走上街头进行义诊宣传共4次。

二、 加强领导， 进一步完善中医健教组织机构建设

我院领导高度重视基层中医药健康教育指导工作，制定了“宜城市中医医院开展基层中医药健康服务指导工作实施方案”，并明确责任及制定工作计划，成立领导小组及技术指导小组，加强了中医药健康服务项目管理办公室建设，配备了必要的`设备，保证了中医健康教育工作所需的`活动经费，为每位授课者安排了详细的讲座课程，每季度保证为社区居民开展中医健康教育讲座1次，是健教工作落实到实处，有力地推动了社区中医健康教育的开展。

三、 注重宣传， 加强中医预防保健知识宣传

基层指导科分别对全市乡、镇(社区)、村医务人员及公共卫生服务人员，开展老年人中医药健康管理服务技术规范培训，讲解老年人9种中医体质特征以及常见的临床表现、诊断，各种病态特征的情志调节、饮食调养及一些简单的饮食疗法。

及0-36个月儿童中医药健康管理服务技术规范：主要讲解儿童发育的中医生理、病理特征。以及其服务流程、服务记录表。教会各位掌握摩腹、捏脊两种推拿按摩方法，要求在为儿童服务时，要根据其各自的特点，采取相应的方法。另安排医务人员深入到街道、花园、小区为居民进行义诊及中医宣传活动，讲解如何做好疾病的自我保健和生活中的一些预防保健常识、防病治病的中医药方法，引导居民开始健康的生活方式。并免费为居民进行健康体检，做到早期预防，早期发现，早期治疗。

四、按季节特点开展中医健教活动

深入街道社区及学校为居民做宣传讲解，并发放传染病中医预防保健知识传单，做了中医药主题健康教育讲座，使大家了解传染病的特点、流行传播方式及中医预防措施等，并为小学及幼儿园熬制了预防传染病的中医大锅汤，为减少社区季节性疾病发生做出了积极的贡献。

五、针对重点人群开展中医预防保健宣教指导基层指导科针对全市老年人、妇女、儿童、慢病患者和亚健康人群制定了中医预防、保健、康复措施，就不同个体进行健康教育指导宣教。指导各级公共卫生部门及乡镇(社区)医务人员为所在辖区的慢性病患者建立个人健康档案并进行体质辨识，指导其疾病的用药、家庭护理和生活方式、心理卫生保健知识，为重点人群和慢病患者定期进行中医健康教育知识讲座。联合街道、社区开展亚健康人群中医措施干预工作，开展运动功法、中医食疗健康讲座，亚健康人群管理工作专题培训，讲座、培训覆盖中心职工，辖区社区卫生服务站、村卫生站医务人员及大专院校保健人员。

下一步，我们将认真总结经验，不断加强对中医健康教育工作的指导，落实各项措施，及时调整工作思路，切实抓紧、抓实、抓好，为提高广大人民群众利用中医保健方式的意识而努力，为将中医药健康管理服务与中医药适宜技术推广工

作水平提高到一个新的高度而努力。

中医与实践检验真理的关系篇八

中医院社会实践报告，在假期我们可以出到社会寻找工作锻炼自己!大家有过相关经历吗?以下是小编推荐大家阅读的：中医院社会实践报告!

终于结束了近半年的实习生活，内心真是百感交集，回想这段时间，我从一开始怀着紧张恐惧的心情到xx医院实习，一直到参加许多活动，熟悉温馨的医院环境与职场文化，并调适自己主动去接触人群，不仅是病人，甚至是与其他工作人员建立了良好的关系，这都是在学校学习不到的，但却是最宝贵的经验与成长。

在实习中最特别的，就是带「精神科团体」。

以前我对精神科病人的认知是可怕的、具有攻击性的，但是一连带了七次的团体后，我渐渐改变对他们的看法。

仔细从团体活动中发现，这一群精神科病人其实是很可爱的□xx医院的医护社工团队藉着活动的设计，激发出他们的潜能。

一开始虽然有点错愕要接触到精神科病患，但是现在我却很高兴我可以比其他选一般科实习的同学还要有更不同的收获。

除了精神科之外，在暑假，因为每天都要到医院实习，所以接触的东西变广了，也开始学习接个案。

我从见习其他社工员接案的过程中，学习到如何向病人自我介绍，如何用心倾听病人的需要，也了解到一个病人是需要医院里各种专业的相互合作，才能给予病人最大的支持与帮

助。

在xx医院里，我看到了许多生老病死，也看到了许多癌症末期的病人不断的在与病魔缠斗，很多病人乐观的心情以及积极想要活下去的那股意志力令我动容，医院志工们对于病人的亲切服务也让我印象深刻。

虽然很多人都觉得医院是一个哀伤、难过的地方，但是xx医院透过一些活动，例如爱心义卖会，让整个医院变的温馨有活力起来，让许多的病人及家属在这个医院看到更多向上的生命希望。

在实习之后，我再回去阅读课本，我发现自己比以前还没实习时更能体会书上所要表达的意思，我想这就是实习最大的功用吧！让我们了解理论与实务的差别，也让我们从实务中学习如何去连接理论。

总而言之，在这半年中，我从一个完全不懂医务社工的学生，直到变成一个可以独立面对病人与家属以及了解如何连结其他资源的「半个实务工作者」，心中确实有点成就感。

感谢xx医院给我实习的机会，也感谢佳纯实习督导在工作忙碌之时，还要带领实习生，教导我们正确的方向；也很高兴与其他实习生，在紧凑的实习生活中不但互相学习，并且还成为无话不谈的好朋友。

虽然实习时间持续较久，难免觉得疲累，但这段时间却给了我无比大的收获，除实务工作上的学习外，人际关系的拓展、职场文化的百态、还有一些活动的参与都让我获益良多，这样充实的生活，我想会是我人生中一段难忘的时光。

社会实践是每一位大学生、毕业生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中巩固知识，社会实践又是对每一位大学生、毕业生知识的一种检验，它让我们学到了很多在课堂上根本

学不到的知识，开阔了视野，又增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实基础，也是我们走向工作岗位的第一步。

经人介绍，我来到了**县人民医院为期一个月的社会实践活动。

据了解，**县人民医院自1988年成立以来，以“救死扶伤”的工作信念执本道牛耳，认真贯彻落实科学发展观实行农村与城市一体化的医疗保险举措，积极为广大患者解决疑难杂症，一流的服务态度，先进的工作理念，树立了医院的新风貌，医护人员共有200余人，其中20余位工作骨干作为医院的核心，共有床位200余张，是一所设备齐全、工作经验丰富的文明医院。

会计是指对具体经纪业务进行计算、记录、收集他们的有关数据资料，通过加工处理转换为对管理者决策有用的财务信息。

会计作为一门应用性的学科，一项重要的经济管理工作，是加强经济管理、提高经济效益的重要手段。

经济管理离不开会计，经济越发展会计工作就显得越重要。

会计工作在提高经济在企业的经营管理中起着重要作用。

其发展动力来自两个方面：其一，是社会经济环境的变换；其二，是会计信息使用者信息需求的变化。

学习好会计工作不仅要学好书本里的各种会计知识，而且也要认真积极的参与各种会计实习的机会，让理论和实践有机的结合在一起。

只有这样才能成为一名高素质的会计专业人才。

对会计工作还不熟悉的大一的我，通过这一个月的社会实践，我学到了很多专业上的知识，同时也加深了我对社会的认识，渐渐熟悉了会计业务的程序 and 如何同同事交往，我学到了很多课本上学不到的工作经验。

随着会计制度的日臻完善，社会对会计人员的高度重视和严格要求，我们作为未来社会的会计专业人才，为了顺应社会的要求，加强社会的竞争力，也应该严于自身素质，平、培养较强的会计工作的操作能力。

于是，本学期初，我们乐于参加了学校的活动。

在这次实习中，这个一点我感受很深，在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到，而在实际工作中，可能会遇到书本上没有的，又可能是书本上的知识一点都用不上的'情况。

或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。

作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。

毕竟，两年以后，我已经不再是一位大学生，是社会中的一份子，要与社会交流，为社会做贡献。

只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格的，对社会有用的人才选择了会计为专业的我，在这次实践中，自然比较关注这一环。

虽然在实践中只是负责比较简单的部分，但只要想到自己能将在学校学到的知识运用到实际工作中，我就会颇感兴奋!在学校上课时都是老师在教授，学生在听讲，理论部分占主体，

而我自己对专业也只是能掌握而已，本想工作时间长了就应该能够应付的来，但实际上并没有想象中那么容易。

所谓“逆水行舟，不进则退”，企业要时时保持着这种竞争状态，才能在企业中立于介意道题不败之地，就因为这样，企业会对每一个在厂的员工严格要求，每一个环节不能出错，这种要求在学校的课堂上是学不到的，在学校里可能会解一道题，算出一个程式就行了，但这里更需要的是与实际相结合，只有理论没有实际操作，只是在纸上谈兵，是不可能在这个社会上立足的，所以一定要特别小心谨慎，而且一旦出错并不是像在学校里就行了，在企业里出错是要负责任的，这关乎企业的利益损失。

我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走向社会，献出自己的一份力量，实现自我价值。

自从走进了大学，就业问题就似乎总是困扰在我们身边，成了说不完的话题。

在现今社会，招聘会上的大字报总写着“有经验者优先”，可还是在校园里面的我们社会经验又会拥有多少呢？为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在毕业以后能真正走入社会，能够适应国内外经济形势的变化，并且能在生活、工作中更好的处理各方面的问题，我们应认真的对待社会实践。

实践，就是把我们在学校所学的理论知识运用到实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。

只学不实践，那么所学的就等于零。

理论应该与实践相结合。

另一方面，是实践可为以后找工作打基础。

通过这段时间的学习，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。

要学会从实践中学习，从学习中实践。

而且当今国内外的经济日益变化，就业压力越来越大，当代大学生拥有了越多机会的同时，也有了更多的挑战，所以只有通过实践不断的增强对社会的认识，不断的增加工作经验才能在竞争中立于不败之地。

在实践单位，我主要负责帮忙接电话、复印资料、整理文件等，虽然工作很简单，但那种工作的幸福感，是在学校里无法感受到的，而且很多时候，我都必须自觉的做一些我本职工作以外的事情。

在学校里也许有老师分配说今天做什么，明天做什么，但在这里，不一定会有人告诉你这些，你必须自觉的去做，而且要尽自己的努力做到最好，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。

在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。

而这里是工作的场所，每个人都会为了活的更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断的学习别人先进的地方，也要不断学习怎样做人，以提高自己的能力!记得老师曾经说过大学是一个小社会，但我觉得校园总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份。

而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我的去面对我从未面对过的一切。

经历了这次社会实践活动，我欣喜的发现自己得到双重收获，业务技巧上的日趋完善以及心灵的成熟蜕变，这次社会实践使我把学到的书本理论应用到实践中去，可以更加熟悉就业市场，了解社会现实，加强自身竞争意识，同时也发现自己知识结构的缺陷，这知识一次初步的尝试，但对我来说确实是一笔很大的财富，激励和鼓舞我以后应当怎样成熟的面对实际工作。

中医与实践检验真理的关系篇九

终于结束了自己17天的暑期社会实践，回忆过往的这些日子，感触良多。刚刚拂去返乡的尘土，我就拿着皖医开具的介绍信，来到我们当地的潘东医院。在院长办公室，我递上我的介绍信，并详细地道明我来意后，院长便派人让我去一楼社区居民医疗办公室工作。

在后来的实践中，我逐渐了解到，目前潘集区卫生局目前正在开展社区居民健康档案建档工作。要求社区居委会与潘东医院联合起来，前者负责解决社区居民家庭基本信息调查的工作，后者主要做好完善档案和对符合条件的居民进行免费体检的工作。而此时，正好是医院开展这项工作的第一天，于是我自然而然地加入其中。

来到我的工作地点，不禁被眼前的情景吓了一跳。

带我来的那个人，先向我的“上司”——王助理（院长助理）简单说明了一下情况，我就赶紧询问整个工作流程——正式的工作开始了。

正如上文所说，潘东医院负责完善档案和对符合条件的居民进行免费体检的工作。然而细化下来，这项工作没那么简单。

首先，完善档案的工作量很大。本着真实可信的原则，以家

庭为单位，所有常住人口必须全部建立新档案。限于人手，居委会只是简单记录了家庭成员的基本信息（诸如姓名，性别，年龄等），所以建档工作的大部分是由医院所完成。加之人口众多，工作量不小。

其次，本次的居民健康档案设计得十分科学合理，加入对家庭成员日常饮食，生活习惯等过去易忽略的项目，也增加了对家庭成员之间慢性疾病的关注等等。与此同时，这也是对院方记录者的一次考验。因为很多时候，每个家庭就派一个成员来完善档案。加之一些人对这次建档不是很重视，所以如何询问到居民真实的健康状况就是成了必须要解决的问题。

刚开始面对这些困难的时候，我还是感觉蛮棘手的。很大程度上是因为人数众

多，我只能把绝大多数精力放到建档上面。至于如何处理上述的矛盾就难以顾及。但随着工作的进行，加之王助理的引导，我也慢慢地有了自己的一套想法。

通过对这份居民健康档案的仔细研读，我发现这里面的内容设置非常的有讲究。首先档案内容非常丰富，不仅包含家庭成员的基本信息，而且囊括了诸如家庭病史，饮食习惯，吸烟喝酒等等情况，加之详细的体验报告，更加详识地反映一个人的过去和现在身体情况，使医生对预测此人未来健康状况有据可寻，同时也对病情的诊断提供参照。总的说来，这份档案是十分值得一填的。

不过，真正的难度就在于如何询问到真实、有效的信息。一方面社区居民显然对这份档案重视程度不够，所以前来完善档案的居民不到3成；另一方面，患有某些敏感的疾病居民亦担心资*泄露，故所填信息真实性不明。

因此我觉得如果想要解决这些问题，必须真诚地对待前来的每一个人。以温和的态度对话，以笑容回映问题，让他们感

觉到院方的诚意，才会使他们也重视这项建档工作。在我的实践过程中，我发现每每我以笑脸迎人，不仅仅得到大家的首肯，同时也使自己心情舒畅。

和他们交流的过程中，我还发现一个现象。某些家庭中让老人前来帮忙建档，表面上看他们“应该”不善言谈。但是，和他们聊了一会儿之后，他们就仿佛被激活一般，话突然变多，话题也不在局限在档案中的内容，经常是由我的一个小问题，说出很多他们家中的一些温馨的回憶，但回忆之后，往往有几分落寞。可能是那份记忆离现在很久的缘故吧。

读数和声音消失的读数，分别是收缩压和舒张压。多次测量取平均值即可。

中医与实践检验真理的关系篇十

中医是我国传统医学的瑰宝，经过几千年的发展和实践，形成了独特的理论体系和治疗方法。作为一名医学生，我有幸接触到了中医，并通过实践来深入了解其中的奥秘。在进入临床实习之际，我愿意分享一下我在中医实践中的心得体会。

首先，中医强调整体观念。与西医所强调的分析与分割不同，中医注重整体观察和整体把握。在实践中，我常常遇到一些看似无关但却与病情相关的细节，如患者的舌苔颜色和厚薄程度、脉搏的节律和力度等等。这些细节从整体上可以提供有价值的信息，而这种观察与分析往往能发现病因和疾病机制的本质。通过整体观念的实践，我不仅提高认识了人体，还学会了以一种更全面的方式来对待疾病。

其次，中医强调辨证论治。辨证即根据病症的特点，找出疾病的实质和归属。这样才能根据病因病机制定相应的治疗方案。在实践中，我经常使用四诊法，即望、闻、问、切等方法来辨识病因。例如，一个病人出现头晕目眩、手脚发凉等症状，中医的辨治过程中，要从肝虚、心阳不足等多个方面

来进行分析和辨识，最终找出治疗的对策。这种辨证论治的方法，使中医能够个体化地对待每一个病患，不仅能够病症立竿见影地缓解，而且还能从根本上改善患者的健康状况。

另外，中医注重防病重于治病。在中医看来，预防疾病比治疗疾病更为重要。预防疾病，强调的是调整身体的阴阳平衡，增强抵抗力。在实践中，我了解到许多中医方法，如养生、经络保健、饮食调理等都是为了提高人体抵抗病毒和疾病的能力。例如，我们经常说的“春捂秋冻”，就是为了养阳至阴，提高身体的免疫力。而西医注重的往往是细胞免疫和生物学层面的研究，缺少了对整体调理的思考。通过学习中医，我认识到了预防疾病和改善生活习惯的重要性。

最后，中医注重平衡。中医理论中有一个重要的思想是“阴阳平衡”。这是一个非常简单但也非常重要的概念。在中医实践中，我们常常会遇到一些不平衡的情况，如肺热气短、肝郁湿热等。这些不平衡在中医看来是疾病的根源。通过施行针灸、草药疗法、气功练习等治疗方法，中医的目的是通过调整身体的阴阳平衡来治疗疾病。这种平衡的观点在中医治疗中起到了至关重要的作用，也为我们提供了另一种治疗疾病的思路。

总之，中医实践是一个广阔而深奥的领域。通过实践，我深刻认识到了中医的独特之处，它强调的整体观念、辨证论治、防病重于治病和平衡哲学等思想都对我产生了深远的影响。通过学习和实践中医，我能够更全面地对待疾病和健康，并且运用这些方法来改善生活质量。相信中医理念和实践将会在未来的医学领域中发挥越来越重要的作用。