

护理学的认识和看法 就护理心得体会(优质7篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

护理学的认识和看法篇一

护理是一项富有挑战性和责任感的职业，它要求护士们具备丰富的专业知识、良好的沟通能力和敏锐的观察力。作为一名护士，我从不断与患者相处和实践中积累了许多护理心得体会。在这篇文章中，我将分享我个人的体会，并探讨在护理工作的重要性。

首先，关注患者细节是成功护理的关键。无论是做简单的床位整理，还是进行复杂的手术前准备，护士都应该注意患者的需求和细节。通过与患者互动和倾听他们的抱怨，护士能够洞察到他们对治疗和护理的需求。例如，我曾经遇到过一位年长的患者，通过对他进行细致入微的观察，我发现他总是焦虑和不安。后来我发现每当他需要接受治疗前，都会变得紧张不安。因此，我与他建立了互信的关系，并在治疗前设法缓解他的紧张情绪。这种关注细节的做法减轻了患者的不适，也提升了护理质量。

其次，在护理中建立良好的沟通信任是十分重要的。患者与护士之间的有效沟通是确保综合护理的关键。护士应该学会倾听患者的感受和疼痛，了解他们的问题和需求，并积极回应。我曾经护理过一个患有认知障碍的患者，他无法清晰地表达自己的需求，并经常出现暴力行为。通过花费更多的时间与他互动，我渐渐地赢得了他的信任并找到了适合他的治疗和护理方案。良好的沟通信任也帮助建立了医患关系，使

患者和家属对我的工作充满信心。

第三，观察力是一名护士必备的重要技能。通过仔细观察和分析患者的症状和体征，护士能够及时发现潜在的问题并采取措施。例如，我曾经护理过一名年轻女性患者，她被诊断为肺栓塞。虽然她一直表现出痛苦和呼吸困难，但她的体征一直保持稳定。然而，我的观察力告诉我这并不正常，我立即向医生报告并请求进一步检查。最终，我们发现她出现了肺动脉出血，如果没有及时发现，可能会导致生命危险。因此，观察力的重要性在这种情况下显而易见。

此外，在护理过程中保持专业发展也是至关重要的。作为一名护士，我们应该不断学习新的医学知识和技能，以及了解最新的研究和治疗方法。通过参加进修课程和培训，并积极参与学术研究和专业交流，我们能够提升自己的专业水平，为患者提供更好的护理。我曾经参加过关于疼痛管理的培训课程，并将新学到的知识应用于实践中。这不仅让患者感到舒适，也加强了我的专业实力。

总之，在护理工作中，关注患者细节、建立良好的沟通信任、具备观察力和不断的专业发展是我个人从护理工作中得到的重要心得体会。通过这些经验，我意识到护理除了传达温暖和关怀以外，也需要强大的专业知识和技能支撑。作为护士，我们肩负着照顾患者的责任，维护他们的健康和幸福。只有通过不断的学习和实践，我们才能成为更好的护士，为患者提供最好的护理。

护理学的认识和看法篇二

近年来，随着人们生活水平的提高和医疗条件的不断进步，护理作为医疗过程中不可或缺的一环，也得到了越来越多的关注。我作为从事护理工作多年的护士，也积累了一定的经验和心得，今天我想和大家分享一下我的护理心得体会。

第一段：从基础护理入手，提升患者舒适度

作为护士，最基础的任务就是要确保患者的身体舒适度。这包括日常的体位翻转、床位整理、患者个人清洁等方面。我发现，仔细观察患者的需求并及时响应，能够提高他们的舒适度。比如，有些患者可能需要枕头来放置在某个部位以减轻疼痛，有的患者喜欢特定的被子，有的则喜欢使用冰袋来降温。只有我们在基础的护理工作中注意这些细节，才能真正帮助患者恢复健康。

第二段：重视沟通交流，营造良好的医患关系

护理工作需要与各类患者打交道，而患者的情绪和行为可能受到疾病和治疗的影响，因此，保持良好的沟通交流是非常重要的。通过与患者互动，倾听他们的意见和需求，不仅可以更好地了解他们的病情和痛苦，还可以帮助他们缓解焦虑和恐惧。我在实践中发现，尊重和友善的语言，以及适当的心理护理，能够极大地提高患者的满意度和配合度，进而促进康复过程。

第三段：注重团队合作，增强工作效率

医院的运营需要一个完整的医疗团队共同协作，这包括医生、护士、技术人员等。作为护士，我们需要与其他成员共同合作，确保工作顺利进行。我相信，团队合作对于提高工作效率是至关重要的。通过有效的沟通和分工，我们可以更好地完成各自的任务，减少不必要的重复工作，并提高护理质量。在树立团队意识的同时，我们也应该尊重每个团队成员的专业性，发挥他们的优势，形成合力，共同为患者提供更好的护理服务。

第四段：持续学习更新知识与技能

医学科技的不断发展和医疗模式的更新换代，要求护士们不

断学习和更新自己的知识与技能。为了适应这个变化的社会，我坚持参加各类学术讲座和研讨会，同时也通过阅读医学期刊和书籍来扩充自己的专业知识。学习和实践相结合，不仅可以提高我的工作能力，更能提供更好的护理服务，满足患者的不断变化的需求。

第五段：关注护士自身健康，保持长期稳定的工作状态

最后，我认为关注护士自身健康也是一项重要的任务。护士们每天工作环境都非常紧张，承受着身体和心理的双重压力。长期以来，我学会了合理安排自己的时间，适度休息和锻炼，以保持良好的体力和精神状态。只有身心健康的护士才能更好地服务患者，完成自己的使命。

总之，护理工作是一项艰巨而光荣的工作，它需要我们持之以恒的努力和不断的学习。通过不断总结经验和思考，我坚信只有将关爱心和专业知识相结合，我们才能为患者提供更好的护理服务。同时，我们也应该关注自身的身心健康，以更好地履行我们的职责。相信通过大家的努力，我们将能够为每一位患者带来更多的温暖和希望。

护理学的认识和看法篇三

为不断提高我院护理人员业务素质，进一步提高护理质量，根据我院实际情况，特制定此培训计划：

一、三基培训及考核：

总目标：护理基本理论、基本技能操作合格率达100%。

1、培训和考核对象：45岁以下护理人员

2、三基理论基础知识培训及考核

由科护士长带头或有讲课能力的护理人员轮流主讲。内容以护理基础知识为主，具体安排如下：

- (1) 时间：每周安排一次科内业务学习
- (2) 主讲人：各科护士长或有讲课能力的护士。
- (3) 内容：继续教育计划
- (4) 地点：各科室
- (5) 参加人员：全体科内护理人员
- (6) 考核方法：每月进行一次三基理论考试

3、三基技能培训及考核

时间：每季度进行考核，根据护理部统一安排

方法：首先组织科内护理骨干进行培训，合格后对本科护理人员进行技术指导然后由护理部对全体护理人员进行统一考核。

二、各级护理人员培训计划：

对各级各类护理人员”三基三严”培训的目标及要求

(一) 第1年新护士的培训

1、培训目标：

- (1) 做好岗前教育，教导爱岗敬业
- (2) 抓好“三基”（即基础理论、基本知识、基本技能）与临床实践相结合。

(3) 工作中要求掌握核心制度，各班职责，熟练掌握基础护理操作技术。

(4) 了解专科护理理论与技能。

2、具体要求：

安排各科室轮转。护士长要经常组织召开新护士座谈会，了解其工作情况及有何困难，并对其工作进行评议，以求不断克服缺点，尽快成长。

(1) 新入院护士进入工作岗位前，必须接受护理部组织的“岗前培训”和服务规范训练。各科室由护士长做好环境、规章制度与各类工作职责的培训。

(2) 护士长应结合每个护士制定出具体培训计划。

(3) 须加强临床护理实践，以临床护理工作为主，三个月后再参加夜班辅班工作。

(4) 参加所在科室及护理组织的各项业务学习。

(5) 新参加工作的护士应不断加强自身素质修养（包括思想素质、业务素质 and 身体素质）。工作时，要仪表端庄、态度和蔼、工作认真、遵守劳动纪律、服从领导指挥、尊敬教学老师、勤奋好学、搞好团结。

(6) 3个月必须胜任护士工作

(二) 工作后1-5年护士的培训

1、培训目标：

(1) 具有熟练的基础护理技能。

(2) 掌握护理基础理论及护理专业知识。

(3) 掌握各专科治疗仪器（如心电监护仪、除颤器、人工呼吸机、输液泵等）的操作方法。

(4) 掌握各专科护理常规及护理技术

(5) 能规范化书写护理文书。

2、培训方法：

(1) 护理部结合医院情况定出轮转计划和培训内容

(3) 书写护理病历，不定期由护士长检查审核。

(4) 由护理部培训基础护理操作：如晨、晚间护理、口腔护理、表格书写等操作。

(5) 组织考试：每季度按护理部的部署，组织基础护理操作考试、专科理论知识与技能考试、护理学基础知识等。

(三) 工作5年以上护士的培训

1、培训目标

(1) 熟练掌握护理基础理论知识及基础护理操作技能，能制定完整的护理计划。

(2) 掌握专科手术护理常规、技能及疾病健康教育知识。

(3) 熟练地配合大手术及危重患者的抢救工作，掌握在紧急情况下的处理原则。

(4) 达到护师任职条件者能有效指导护生的临床实习。

2、培训方法：

- (1) 科内根据个人特长，结合工作需要，分组进行护理工作
- (2) 科室应有计划. 有步骤地安排业务学习、小讲课及组间轮转.
- (3) 鼓励自学或参加本科及大专的深造，也可以脱产学习等方法进修，以达到护理大专水平。
- (4) 每半年组织考试考核一次

(四) 对护师的培训

1、培训目标：

具有综合护理能力和专科护理技能（如监护、康复等），属于定向培养。可结合工作需要与个人特长，使之发挥教学、科研或管理才干，达到主管护师的任职水平。

- (1) 具有较坚实的护理基础理论和专科理论知识及熟练的护理技能。
- (2) 熟悉对重危病人的观察方法，并掌握急救技能。
- (3) 掌握本专业新知识、新技术，能运用护理理论、技术和护理程序，对病人进行身心整体护理。
- (4) 具有一定的护理管理、预防保健及教学的能力。

2、培养方法：

多以科内培训为主。

- (1) 多安排危重病人抢救的配合工作，做好抢救记录，并不

断总结抢

救经验。

(2) 担任护生及进修护士的带教工作。

(3) 每半年进行一次考试考核。

(五) 对主管护师的培训

1、培养目标

(1) 具有坚实的基础医学理论并精通专科护理理论及技术。

(2) 能解决本科护理业务上的疑难问题，指导重危、疑难病人护理计划的制订与实施，不断更新知识，能在管理、教学、科研中发挥骨干作用（如担任护士长以上行政领导工作）。

(3) 具有课堂教学、临床带教能力，能组织本科各病房护理会诊、护理查房及参加全院性护理会诊。

(4) 具有科研能力，能写出一定水平的论文。

(5) 逐步达到副主任护师的任职条件。

2、培养方法

(1) 护理部组织、聘请院内外专家讲授新业务、新技术及各科新进展。并有计划地安排讲授各科常见病预防、治疗、康复、护理等知识。

(2) 有计划地选送到院外短期学习。

(3) 每季度结合院内及科内的学习内容参加考试。

护理部

20xx.1

护理学的认识和看法篇四

回想起6s推进工作，感觉时间就像脱缰的野马，转瞬间11个月过去了，在生产厂区处处都留下了6s的足迹。

一、定制管理

从公司6s管理项目启动至今我们接触最多的也就是定制管理了。

在定制管理中，我们共完成了包括物料、工具、衣柜、消防器材、桌面、抽屉、取样桶等在内的8余项工作。在此过程中，我分厂员工紧跟公司6s精神，在分厂领导的带领下，通过物资分类，整齐摆放，遵循取用便捷，账、物、卡相符的原则进行改善。改善过程中，分厂兼职推进员付小军，专职推进员韦志辉多次为制作标识加班至夜晚两三点；液氯工段在王卫东工段长的带领下中午不休息晚上还加班加点；一次盐水工段长邓永军身先士卒与曹高伟等人汗流浹背的做着备件室的改善；常宝丰上下两个工段一起抓，嗓子哑了，衣服湿透了；机修工段李学才等人放弃调休时间为各工段制作物架，拖把池；在大家的共同努力下，我们共清理不要物40余种，回库物品400余件，节约空间70多平米；划分区域39个，增加区域线89米，增加通道线314米，对259个灭火器定位；制作区域标识39个，物品标识793个，隐形标识114个，灭火器标识牌184个，其余标识133个，共计1130个。

付出才有回报，通过大家不懈的努力，分厂上下焕然一新，特别是厂区环境和员工的工作环境有了很大改变，工作效率也随之得到提高，这是全体员工持之以恒，共同努力的结果。

二、现场目视化管理

在现场目视化管理中我们共做了四项改善：阀门标识、压力表标识、管道流向标识、罐体注字。完成5892个阀门标识, 469个仪表标识，管道注字6341个，大罐喷字137个。

在制作阀门及压力表标识前，我们面临的问题是阀门及压力表数量多，种类多，如果采用组建小组成员专门进行此项改善，则需要相当长的时间；经过分厂内部协商，我们召开全体工段长会议，在会议上我们向大伙介绍了阀门及压力表标识的制作方法，并要求各工段抽调专人进行本工段阀门及压力表标识制作，工段长带队并为第一责任人。分别经过一周的努力，所有阀门及压力表标识全部完成。

由于管道及罐体喷字的特殊性和重要性我们采用组建

标准在现场并不适用，且部分在室外的管道虽然同室内规格相同然而效果与室内的确有天壤之别，在所有的事前计划没有做好情况下，形成了各分厂各自为战互不统一的局面，造成了有标准没有执行标准，有的根本就没有标准也没有形成统一的认识，导致在随后的领导巡查当中出现了一个个互相不理解的矛盾。

三、安全隐患的排查和现场改善

在现场改善中，针对员工水杯、清洁用品随意放路的问题，我们利用废旧物资为全分厂统一制作了拖把池、扫把插筒、水杯架等物品；针对墙壁张贴物张贴不规范的问题我们设计制作了墙壁张贴栏将张贴物统一管理。如今，水杯上架；扫把插进插筒；拖把整齐的放路在拖把池内；通知、通报、通讯录整洁规范；旧貌换新颜。随着工作的逐渐深入，经过对液氯包装实地考察，我们发现现场存在的问题有以下几点：应急抽气管道在地面放路，由于笨重而不易取拿；装钢瓶的车辆进入车间后随意停放，造成操作不便且遇紧急情况不利

于人员疏散和实施抢修；充装台前使用工具、垫片随意放路，不但做操不便且影响环境。针对以上问题我们做出以下改善：将应急抽气管道固定在墙上，使用方便易清扫；制作停车线便于车辆管理；制作垫片放路台，工具、垫片放路合理，取用便捷。

经过积极主动的改善，我们共提出改善提案43项，其

中电解废水回收改善提案，每台电槽每次水洗一次，可回收再利用废水量为二期18.2吨，二期20.9吨；机封水每年可回收利用水约200吨；合成酸循环泵加变频改善，每年可节省10000余元；氯氢处理氢气安全水封溢流水回收提案每年可回收利用水300余吨；液氯充装工具放路架的制作每年可为公司节约5616元。

现在我们取得了阶段性的胜利，这只是我们走在新世纪为做好企业管理所迈出的第一步，我们所做出的工作是值得我们骄傲的。在以后的日子里，我们不但要珍惜已经取得的劳动成果，我们更要走好以后的路，我们要积极发扬我们的优点，同时也要勇于直面我们的不足。

“没有最好，只有更好”，我们一定要“走出去，引进来”，使落后的经常接触到先进的，不太注意的’时时看到注意的，不太坚持的看到永远坚持的，形成良好的心理督促氛围，共同实现分厂6s管理工作“永争一流”的目标。

护理学的认识和看法篇五

20xx年全国卫生系统继续深化改革的一年，全体护理人员在院长重视及直接领导下，本着“一切以病人为中心，一切为病人”的服务宗旨，较好的完成了院领导布置的各项护理工作，完成了20xx年护理计划90以上，现将工作情况总结如下：

一、认真落实各项规章制度

严格执行规章制度是提高护理质量，确保安全医疗的根本保证。

1、护理部重申了各级护理人员职责，明确了各类岗位责任制和护理工作制度，如责任护士、巡回护士各尽其职，杜绝了病人自换吊瓶，自拔针的不良现象。

2、坚持了查对制度：

(1) 要求医嘱班班查对，每周护士长参加总核对1-2次，并有记录；

(2) 护理操作时要求三查七对；

(3) 坚持填写输液卡，一年来未发生大的护理差错。

3、认真落实骨科护理常规及显微外科护理常规，坚持填写了各种信息数据登记本，配备五种操作处置盘。

4、坚持床头交接班制度及晨间护理，预防了并发症的发生。

二、提高护士长管理水平

1、坚持了护士长手册的记录与考核：要求护士长手册每月5日前交护理部进行考核，并根据护士长订出的适合科室的年度计划、季安排、月计划重点进行督促实施，并监测实施效果，要求护士长把每月工作做一小结，以利于总结经验，开展工作。

2、坚持了护士长例会制度：按等级医院要求每周召开护士长例会一次，内容为：安排本周工作重点，总结上周工作中存在的优缺点，并提出相应的整改措施，向各护士长反馈护理质控检查情况，并学习护士长管理相关资料。

3、每月对护理质量进行检查，并及时反馈，不断提高护士长的管理水平。

4、组织护士长外出学习、参观，吸取兄弟单位先进经验，扩大知识面：5月底派三病区护士长参加了国际护理新进展学习班，学习结束后，向全体护士进行了汇报。

三、加强护理人员医德医风建设

1、继续落实护士行为规范，在日常工作中落实护士文明用语50句。

2、分别于6月份、11月份组织全体护士参加温岭宾馆、万昌宾馆的礼仪培训。

3、继续开展健康教育，对住院病人发放满意度调查表，（定期或不定期测评）满意度调查结果均在95以上，并对满意度调查中存在的问题提出了整改措施，评选出了最佳护士。

4、每月科室定期召开工休座谈会一次，征求病人意见，对病人提出的要求给予最大程度的满足。

5、对新分配的护士进行岗前职业道德教育、规章制度、护士行为规范教育及护理基础知识、专科知识、护理技术操作考核，合格者给予上岗。

四、提高护理人员业务素质

1、对在职人员进行三基培训，并组织理论考试。

2、与医务科合作，聘请专家授课，讲授骨科、内、外科知识，以提高专业知识。

3、各科室每周晨间提问1-2次，内容为基础理论知识和骨科知识。

4、“三八妇女节”举行了护理技术操作比赛（无菌操作），并评选出了一等奖（吴蔚蔚）、二等奖（李敏丹、唐海萍）、三等奖（周莉君）分别给予了奖励。

5、12月初，护理部对全院护士分组进行了护理技术操作考核：

病区护士考核：静脉输液、吸氧；急诊室护士考核：心肺复苏、吸氧、洗胃；手术室护士考核：静脉输液、无菌操作。

6、加强了危重病人的护理，坚持了床头交接班制度和晨间护理。

7、坚持了护理业务查房：每月轮流在三个病区进行了护理业务查房，对护理诊断、护理措施进行了探讨，以达到提高业务素质的目的。

8、9月份至11月份对今年进院的9名新护士进行了岗前培训，内容为基础护理与专科护理知识，组织护士长每人讲一课，提高护士长授课能力。

9、全院有5名护士参加护理大专自学考试，有3名护士参加护理大专函授。

五、加强了院内感染管理

1、严格执行了院内管理领导小组制定的消毒隔离制度。

2、每个科室坚持了每月对病区治疗室、换药室的空气培养，对高危科室夏季如手术室、门诊手术室，每月进行二次空气培养，确保了无菌切口无一例感染的好成绩。

3、科室坚持了每月对治疗室、换药室进行紫外线消毒，并记录，每周对紫外线灯管用无水酒精进行除尘处理，并记录，每两月对紫外线强度进行监测。

4、一次性用品使用后各病区、手术室、急诊室均能及时毁形，浸泡，集中处理，并定期检查督促，对各种消毒液浓度定期测试检查坚持晨间护理一床一中一湿扫。

5、各病区治疗室、换药室均能坚持消毒液（1：400消毒灵）拖地每日二次，病房内定期用消毒液拖地（1：400消毒灵）出院病人床单进行了终末消毒上取得了一定成绩，但也存在一定缺点，有待进一步改善。

护理学的认识和看法篇六

护士作为医疗团队中不可或缺的一员，对病人的护理至关重要。而在日常的护理工作中，护理PPT的使用也不可小觑。在我个人的工作中，我深深地感受到了护理PPT的重要性。下面我将分享几点心得体会。

第一段：学习护理PPT的技能

在使用护理PPT的过程中，对其技能的了解是至关重要的。首先，我们要掌握PPT的UI界面和基本的编辑技巧，例如如何插入文字、图片、表格和图形等。其次，我们要根据病人的具体情况，选择与之匹配的PPT模板和字体颜色，并尽量保证风格的一致性。此外，我们还要学会逐步讲解，并确保内容简洁明了，让患者能够听懂。

第二段：提升沟通技能

使用护理PPT不仅可以帮助我们提升技能，还可以有效地改进我们的沟通技能。在我们向患者介绍治疗方案和护理服务时，使用一份简洁明了的PPT可以帮助我们更好地传递信息，并降低病人和家人的不安和紧张感。此外，在PPT上添加一些生动、有趣的图像可以更好地吸引患者的眼球。

第三段：节约时间

对于护士来说，时间是极其宝贵的资源。使用护理PPT可以显著提升我们的效率。相比较于手动书写护理方案和治疗记录，使用PPT可以减少很多繁琐的时间消耗。我们只需在PPT上输入文本和数据即可，省去了繁琐的手写和统计。在PPT上还可以添加各种形式的图像等，使得我们的护理方案更加便于阅读和理解。

第四段：提高工作质量

使用护理PPT不仅可以帮助我们提升效率，节约时间，而且可以提高我们的工作质量。在PPT中，我们可以将治疗记录、护士操作流程等重要数据进行整合和汇总，避免了数据丢失，增加了治疗效果的评估和监测。此外，我们还可以在PPT上对较难懂的护理知识进行详细的解释和界定，帮助患者更好地理解 and 掌握。

第五段：总结

总之，护理PPT对于我们提高护理技能、改进沟通技巧、节约时间、提高工作质量等方面都有很大的帮助。随着科技的发展，护理PPT也将继续不断推陈出新，为我们的工作带来更多的便利和高效。护理PPT如今已经成为护理工作中不可或缺的一部分，相信在不久的将来，这一趋势将会更为明显。我们作为一名护士，要了解PPT以及其所处的社会环境，不断提升自身的能力水平，为病人的康复尽一份微薄之力。

护理学的认识和看法篇七

在我进入护理行业的这一年间，我学到了很多宝贵的经验和知识。这些经历和体会不仅丰富了我的专业技能，也使我对生活和人性有了更深刻的认识。在这篇文章中，我将分享我

在护理工作中得到的心得体会，希望能够给读者提供一些启示和思考。

第一段：意义重大的护理工作

护理工作意义重大，不仅是因为它可以挽救生命，更是因为它能够给受伤病人带来安慰和关爱。作为护士，我经常接触到各种各样的病人，有些是因为病痛而感到无助和恐惧，有些则是因为生活的困难而失去了信心。通过与他们的交流和照顾，我深深地感受到了我的工作对他们的意义。即使是微小的关怀和温暖，也能帮助他们渡过困难的时刻，给他们带来希望和勇气。

第二段：学会倾听和理解

在护理工作中，倾听和理解是非常重要的技能。每个人都有自己的故事和需求，作为护士，我们需要耐心地倾听他们的诉求，并且理解他们的痛苦。这不仅仅是为了提供正确的治疗，更是为了给予他们情感上的支持。当我学会倾听和理解时，我发现当病人感受到被关心和被理解时，他们的情绪和心理状态会得到极大的改善，这对他们的康复和治疗都是非常有益的。

第三段：坚持和耐心是关键

护理工作是一项需要长期耐心和坚持的工作。有时，病人的康复过程非常漫长，这可能导致他们失去勇气和信心。在这样的情况下，作为护士，我们需要时刻鼓励他们，并告诉他们不要放弃。有时，我们可能需要花很长时间和病人沟通，解释治疗的必要性和过程。虽然这可能是一个费时费力的过程，但当我们看到病人康复的结果时，所有的努力和耐心都是值得的。

第四段：团队合作和沟通的重要性

在护理工作中，团队合作和良好的沟通是至关重要的。我们需要与其他医务人员和护理同事紧密合作，以确保病人得到最佳的医疗和护理服务。只有通过有效的沟通和合作，我们才能迅速解决问题和处理紧急情况。此外，良好的团队合作还可以提高工作效率，减轻工作压力，使整个护理团队更加紧密和有序。

第五段：照顾好自己，提高自我素质

最后，照顾好自己并提高自我素质是我在这一年的护理工作中得到的最重要的体会之一。护理工作是一项需要长时间的站立和较高的心理压力的工作。为了能够更好地照顾病人，我们必须保持自己的身心健康。我学会了分配时间并合理安排自己的休息和娱乐，为自己创造一些放松和舒缓压力的时刻。此外，继续学习和提高自己的专业素养也是非常重要的，这不仅可以增加自己的知识和技能，还可以提高工作的质量和效果。

总结：

通过这一年的护理工作，我不仅学到了专业技能，还得到了很多生活的启示和思考。护理工作意义重大，它不仅可以挽救生命，更是为病人带来安慰和关怀。通过倾听和理解，我们能够给予他们心理上的支持，帮助他们渡过困难的时刻。坚持和耐心是我们工作中的不可或缺的品质，而团队合作和良好的沟通则是有效解决问题和提高工作效率的关键。最重要的是，我们要照顾好自己并提高自我素质，以便更好地照顾病人并提供优质的护理服务。希望通过我的经验和体会，可以给读者带来一些启示和思考。