

# 最新中医心悸的心得体会和感悟(优质5篇)

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 中医心悸的心得体会和感悟篇一

我从20\_年\_月\_日至20\_年\_月\_日在\_x医院实习。回想这一年的实习，从当初对刚进临床对未知的恐惧和能及早成为一名合格的临床医生的期待，到融入医院环境和职场文化，并能单独去接触病人，询问病史，为病人做一些自己力所能及的事，努力同院内工作人员建立良好的关系，这些都是我们医学生必不可少的一次历练。一年的实习生活，让我成长了很多，学到了很多，懂得了如何做好一名医生，学会了怎样把理论和临床实际相结合，怎样去搭建与患者沟通的桥梁。

实习期间，我在医院众多主任及全体带教老师的悉心培养和指导下积极参加医院开展和组织的病历讨论、学术讲座及实习生教学查房等各种教学活动，学习如何操作各种穿刺、清创缝合术及换药拆线等临床技能操作，跟随的带教老师们学习如何完成阑尾切除、石膏外固定等简单手术，每一项操作程序都能严格按照无菌操作进行，熟悉并掌握各种常见疾病整体诊疗流程。记得有一次做手术时由于紧张，和老师换位时没按照背对背的要求换位，结果主任叫我把手套和手术衣全换掉再上台，就那一次，我把无菌观念深深刻在脑子里，时时刻刻提醒着自己。同时也告诫自己要善于接受批评，在错误中成长，这是我们作为一名实习生必备的素质，同样重要的一点就是培养临床思维，我们不应该只是坐在教室里枯燥地看着课本，被动的听取知识的学生，而是要学会认真详

尽的翻阅资料课本，积极主动的提问，尽努力把理论知识与临床实际相结合的临床医生。

临床上我们偶尔会遇到某些家属的无理取闹和蛮横跋扈，那时我们会质疑我们的付出是否值得。但是，换个角度来说，当看到病人痊愈出院，尤其是病人带着笑容跟你说声“谢谢”时，我们却可以获得那无法用言语形容的成就感，那是对我们的尊重。作为一名医生，有些东西需要我们去承受，病人态度不好，我们更多是应该去反思我们有哪些没做好，怎样去做到更好。西方医学之父希波克拉底曾经讲过一句名言，他说医生有三大谎言：第一是语言，第二是药物，第三是手术刀。语言就是态度，医生的态度决定一切。在当今的医疗卫生界，很多的医患关系皆起因于医生的态度不好，解释工作做得不够多。病人来求医问药，我们觉得是小病，三言两语就打发了，就会让病人觉得医生态度不好，一旦出些差错，病人铁定投诉。我们应从患者的角度出发，病无大小，都应认真对待，态度诚恳，为病人提出的治疗方案。人心都是肉长的，你对病人付出的点点滴滴，病人是看得到的，自然就会对你抱着宽容之心。总而言之，医生不光要医病，还要医心。不是有技术或有能力就能做好工作，更要有良好的服务态度。也许你心情不好，或很疲劳，但作为医生，你面对病人就要有慈爱之心，要有耐心，不可将自己放在高高的位路上俯视芸芸众生，更不能用高傲的态度对待病人，这是医生应具备的基本素质的职业道德。

有人说一名优秀的医生就应以病人的痛苦为痛苦，真诚地对待每一位病人，尽我们的努力，提高他们生活的品质，延长他们的生命。而我们需要做到的是，一是精心医治，认真地以知识和经验服务于病人，尽可能地作出准确诊断、施之有效地治疗，让病人感到不虚此行；二是诚心对待，态度要好，即使很忙、很累，即使病人很啰嗦以致出现误解也要尽力克制，让病人有亲切感、放心感；三是耐心倾听，保持对病人不厌其烦的态度。出于对病情的关心、疑心，病人及其亲属会问这问那，医生要坐得住、听得进，逐一作出回应；四是恻隐

之心，关心帮助病人，有些大病经常使得农民们经济拮据，药费都得东挪西借。所以，为其看病时应尽量进行合理检查、合理用药，心慈点，手软点，能省就帮着省点，让患者带来的不多的钱能帮其解决大问题。

如果说实习有哪些遗憾，那就是在中医方面没得到较好的锻炼，很多人并不认可中西医结合这个专业，刚开始我也是那样觉得，因为当今社会更偏向于西医，但我看到了中医在某些领域的优越性，例如在肿瘤治疗方面，西医的主要手段有手术、放疗和化疗，虽然取得了很好的近期疗效，可是给患者带来的痛苦也很大，而且惊人的费用也不是普通老百姓承担得起的；中医治疗肿瘤的效果我还不是很确定，但在缓解患者经西医治疗后的不良反应以及恢复正气方面却卓有成效。在防治心血管疾病方面也有进展，如活血化瘀治疗冠心病、益气活血治疗心肌梗塞或心功能不全、益气通脉温阳治疗心律失常等方面皆有显著疗效。尽管其针对某个病理环节的作用强度不如化学合成药物，但在防治心血管系统方面，还是有一定优势。如果把两者结合起来，互补不足，一定能取得更好的疗效。我对医学没有偏爱，中医是一门技能，更是一种文化，博大精深，像一杯茶，需要我们慢慢去品味；西医是一门科学，精准客观，像机器，让我们把一切看得更清楚。五年学医，只是让我们对中医、西医都有一些基础的了解，我们还要学得更精，用我们的经验和努力，去寻找中西医结合点，展现出更高的医疗水准。未来我有一个方向，就是希望在某一专科，能真正地把中医应用在临床上，辅助西医以达到更好的治疗效果，让病人更好更快地恢复。

实习不仅培养了我们更为扎实牢固的操作技能及丰富深厚的理论知识，还建立了我们更为开阔流畅的交际能力，从而为我们今后工作和学习打下良好的基础。同时让我们意识到医学的进程是永无止境的，在以后的医生生涯中，我们要不停地学习，提高自己的临床水平，刻苦专研医疗技术；在临床实践中，应全面思考病情的发展，考虑每一种疾病存在的可能性，做出最精准的诊断；在人际交往中，应做到态度可亲，待

人诚恳，言语谦逊，耐心细致，认真负责，感化患者，赢得信任和尊重；在工作上，做到有时去治愈，常常去帮助，总是去安慰；在态度上，要热情主动，耐心细致，面带微笑给患者以战胜病魔的勇气和信心。

## 中医心悸的心得体会和感悟篇二

中医作为中国传统医学的代表，已经有着几千年的历史。在这个不断追求先进技术和现代化的时代，中医仍然保持着它独特的地位，并被世界所认可。经过多年的学习和实践，我深深体会到了中医的独特之处和它传递给人们的一些重要的感悟心得体会。

首先，中医强调整体观念。中医的治疗方法与传统西医有着本质的区别。传统西医注重以疾病为中心，通过药物和手术等方式治疗，而中医则注重整体观念。中医强调人体内阴阳两个方面的调和和平衡，以及五脏六腑等器官之间的协调。这种整体观念让我明白了人体内的任何一个部位或器官都不是孤立存在的，它们相互依赖，相互影响。因此，在治疗疾病时，应当看到整个人体系统的调整 and 平衡，而不仅仅是症状的缓解。

其次，中医注重预防和保健。传统西医主要在疾病出现后进行治疗，而中医则注重预防和保健。中医强调“治未病”和“以形补形”。通过长期的调理和保养，可以提高身体的免疫力，预防疾病的发生。这个观念让我明白了，我们不能仅在身体不适时才去求医，而应该通过良好的生活习惯和调养方法来保护自己的健康。只有健康的身体和良好的生活习惯才是最好的医生。

另外，中医注重个体差异。中医重视以人为本，注重个体差异和个性化的治疗。同样的疾病可能在不同的人身上表现出不同的症状和体征。因此，在中医诊断和治疗中，医生会根据个体的不同状况制定相应的治疗方案。这让我明白了每个

人都是独一无二的，治疗方法应因人而异。只有将每个人视作独立的个体，才能更好地针对个体的特点来治疗疾病。

此外，中医注重平衡和和谐。中医强调人体内的阴阳平衡和五行之间的和谐。只有当人体内的阴阳平衡时，人才能保持健康和活力。五行学说更是强调了人与自然环境之间的相互作用和调和。这让我认识到，人类与自然界是一个整体，我们的身体和心理状态都会受到自然环境的影响。因此，我们应该注重自然环境的保护，与自然和谐相处，以保持身心的平衡。

最后，中医注重疾病的根本原因。中医不仅关注症状的缓解，更注重疾病背后的根本原因。中医强调治疗疾病的根本在于调整人体的阴阳平衡和促进自身的自愈能力。这让我明白了治疗疾病不应仅仅局限在症状的治疗上，而是应该从病因、机制入手，通过调整身体的自愈能力来治愈疾病。

总而言之，中医是一个非常宝贵的传统医学，它给了我很多重要的感悟心得体会。中医强调整体观念、预防和保健、个体差异、平衡和和谐以及治疗疾病的根本原因。这些观念都让我认识到，人和自然是一个整体，我们应该注重整体的调与平衡，预防重于治疗，关注个体的差异，并探索疾病背后的根本原因。希望中医的智慧能够为更多人带来健康与幸福。

## 中医心悸的心得体会和感悟篇三

### 第一段：中医强调整体观念

中医强调整体观念，认为人体是一个有机的整体，各个器官、组织、经络都相互依存、相互联系，人体的健康取决于整体的平衡。这一观念与西医的分析模式截然不同，西医习惯将人体的各个器官、部位单独分析，而中医注重通过调理整体来达到治疗效果。我在治疗过程中也深刻体会到，很多疾病

的根源并不是出现症状的部位，而是其他隐蔽的问题。当我综合分析患者的身体状况并找到全身的不平衡之处，通过调理整体来增强患者的免疫力和抵抗力时，治疗效果往往更加明显和持久。

## 第二段：中医强调个体差异

中医最大的特点之一是强调个体差异。中医不仅注重疾病本身，更重视患者的临床特征、体质和环境等因素。在中医诊疗过程中，我发现同样是一个病症，不同的患者出现的具体症状可能会有差异，治疗方法也不尽相同。而这个个体差异的体现源于中医理论中对于体质的分类，比如阴阳虚实、寒热湿干等体质分类，通过针灸、草药和推拿等不同的疗法来调理体质，从根本上改善人体内部的不平衡状态，达到治疗疾病的目的。这让我深深感受到每个人的疾病和健康都是独一无二的，需要因人而异的治疗方法。

## 第三段：中医注重预防

中医是以“治未病”为核心理念的医学体系，强调的是预防胜于治疗。中医通过常年以来积累经验，总结出了许多养生方法和保健技巧，如针灸、温泉、中草药疗法等，这些方法可以从根本上调理身体，增强免疫力，预防疾病的发生。在我自己的实践中，我发现很多患者开始并没有出现明显的症状，通过对其进行调理，改善生活习惯和锻炼身体，可以有效地避免疾病的发生。这个巨大的功效让我深深体会到了中医的博大精深。

## 第四段：中医在慢性病治疗中的优势

中医在慢性病治疗方面有着独特的优势。慢性病是指长期存在，进展较慢且治疗困难的病症，如高血压、糖尿病、冠心病等。而中医强调整体观念和个体差异，适当调整患者的饮食、起居和情绪等方面，可以帮助患者改善病情。尤其在对

症治疗方面，中医配以草药疗法，可以有效调节患者的体质，增强患者的自愈能力，从根本上改善患者的健康状况。而西医往往依赖药物控制病情，容易出现依赖和药物抗性。这个中医在慢性病治疗中的优势让我深深感受到了中医的魅力和独特性。

总结段：中医是我国的宝贵传统文化，其中蕴含着丰富的智慧和治疗方法。在实践中，我深深感受到了中医的强调整体观念、个体差异和预防疾病的特点。我相信，只要我们继续传承和发扬中医的精华，中医仍然会为人类的健康做出更大的贡献。让我们一起努力，让中医的智慧在世界范围内得到更广泛的传播和应用。

## 中医心悸的心得体会和感悟篇四

中医师承，师徒传授的关系。 相声师承，中医师承 师承燕词语解释 师徒传授的关系。下面是本站带来的中医师承学习的心得体会，欢迎欣赏。

尹华荣名老中医跟师体会 光阴荏苒，不知不觉自己从医已经十余个年头了，有幸师从于名老中医尹华荣教授，令我受益良多，受用终生！在临床实践中，尹老师擅长运用中医药治疗心脑血管疾病、颈肩腰腿疾病及疑难杂病。在跟师学习的日子里，我深深地体会到尹老师是一位博学的老师，他善于把自己行医多年的临床诊疗经验上升为理论，用于指导学生的工作，使我开拓了思路，活跃了思维，开阔了视野，更新了观念，逐步提高了诊疗技术，坚定了对中医药的信心。

从尹老师的身上感受到的是，他对古老的中医及其发展前景充满了信心。

随着现代科技的发展，现代医学在现代自然科学成就的基础上蓬勃 发展，而中医至今已经几千年了，是古代医学。有人

认为，中医是几千年前的产物，与今天的现代化格格不入，学习中医是过时的，甚至是历史的倒退。虽然，中医经典理论是陈旧的，但典籍中不少看来是旧的内容，却能够发掘出新的功效。

例如大柴胡汤是 1000 多年前《伤寒论》中的方子，在现代西医治疗基础上治疗急性胰腺炎疗效就很好。又如令现代医学棘手的冠心病，西医治疗需长期服药、副作用较大，用中医药的益气化痰活血法治疗有好的疗效。尹老师用大剂量黄芪治疗血管病以及用大量温补肾阳药治疗骨质增生等都取得了不错的效果。

师从尹老师后，我的学习态度不一样了。过去在学校是在“填鸭式”的学习方法下接受教育，死记硬背，不管是否理解，只求能把书本的内容全部背下来，待考试时一字不漏地默写出来，便大功告成，学习是被动的，以分数作为目标，毫无乐趣可言。而今，跟从尹老师临床实践，以医好病人为目标，尹老师善于把自己行医多年的临床诊疗经验上升为理论，使我逐渐“开窍”。中医是一门经验医学，讲究的是辩证论治，目前的跟师模式恰好是印证这个特点的模式，使自己少走很多弯路。作为一位名老中医，尹老师具有博大包容的胸怀和高瞻远瞩的视野，他毕业于华西医科大学，对于现代医学，主张扎根中医，西为中用，中西医结合。正是由于尹老师这种开明包容、与时俱进的积极向上的心态，使他成为医学界经久不衰的长青树，在病人中有良好的口碑。尹老师常常教导我们“立业先立德”，作为他的学生，我不仅学到了安身立命的一技之长，更领悟到了尹老师高尚的医德和强大的人格魅力。

中医院 五级中医药师承教育工作总结 我院自 20xx 年 10 月被确定为五级师承教育试点单位以来，在县卫生局的关心和指导下，医院领导重视，创新进取、继承发扬组织管理，落实带教任务，对推进我院中医药继承与创新、提升中医药整体服务能力与水平方面发挥了重要作用。



现将今年的 五级师承教育工作情况汇报如下：

一、组织管理 师徒传授方式是中医药学重要的继承方式，是培养中医 药人才的一个有效途径。医院领导深知师承工作的重要性，结合 实际，制定工作方案，明确管理部门，确定专人管理。由医务科 负责日常的中医药师承教育工作，围绕师承教育，督导学术继承人跟师笔记、月记、临床医案、论文、平时考核表和阶段考核表 等的完成，保证了师承工作的顺利开展与进行。

二、带教情况 根据县乡村三级师承教育的相关文件，我院有 4 名带教老 师，12 名学术继承人。按照《甘肃省中医药师承教育工作带教 日志》《甘肃省中医药师承教育工作月记》的要求，做好每次跟 、 师随诊或实际操作记录，及时整理和总结跟师学习心得体会，认 真写好月记。我院跟师学生 12 名，每位学生每年完成导师临床 医案总结 24 份，学习心得 24 篇，跟师笔记 96 篇。公开发表 临床经验的论文 1 篇，在省级、市级进行学术交流论文 6 篇。

其中较为突出的有：顾燕、王承芳、韩燕、王顺琴、屈小琴、王 晓红，带教日志共完成 576 篇，其中顾燕在中国保健杂 志发表论 文 1 篇。不断创新师承教育工作，保证继承人在 学习期间学习的 连续性。

一是带教老师根据自身的多年学术经验认真对学生的日 志、临床医案、跟师笔记进行批阅、修正，提出修改意见，指出 辨证或用药的不足，将自己的经验毫无保留地传授给学生， 使学 生在临床实践过程中不断提高诊治疾病的能力。

二是开展专题讲 座和病案讨论，学生通过整理病案讨论，对 疾病的病因、病机、 诊断、 治疗及预后等都有详细的记录， 真正起到教学相长的作用。

三、存在不足 两年的师承工作虽然取得了一定成绩，但还存

在不足。个别继承人思想上不积极，态度不能始终如一，致使师承教学时间和继承人学习质量不高。

在抽查或考核中发现有的学生一开始时很认真负责，完成的跟师材料质量较高，到后期就出现为了完成任务而应付了事，形成虎头蛇尾的情况。个别学术继承人学习态度不端正等原因。

#### 四、今后的打算：

1. 进一步明确教学目标和要求，完善教学计划，规范跟师笔记、月记等材料的书写和整理工作，提高教学水平和质量。

2. 落实师承教育既定的优惠措施，提高中医药师承教育指导老师和继承人的积极性，同时加强平时考核、阶段考核和年度考核，提高管理质量。

7月，笔者有幸成为全国第四批老中医药专家学术经验继承工作的学术继承人，师从中医耳鼻咽喉科名家熊大经教授。回顾跟师学习经历，感触颇深。

#### 领导重视，严格管理

第四批全国老中医药专家学术经验继承工作启动以来，得到了四川省中医药管理局、成都中医药大学等上级主管部门的高度重视和大力支持，各级领导经常现场检查、督导师承工作，并有专门的机构和人员负责师承学习的日常管理，形成了导师和学生时间交叉、背靠背等等严格的阶段与年终考核机制。虽然管理考核严格，但管理部门也为我们创造了良好的跟师条件、跟师氛围。

#### 精于学术，勤于思考

在入师之前，笔者曾作为博士研究生跟随熊大经教授学习三

年。但跟师学习则完全不同，其特点是使继承人在整理、继承老中医药专家的学术经验和专业技术专长的基础上，发展、创新中医药学术，使中医药学术得以传承发扬。

笔者在老师的带领下，反复经历“跟师临床实践—中医理论学习—总结提高—独立临床实践”的过程，在反复的临床历练和体会总结中不断提高、不断进步，这一阶段的学习是博士学习经历的基础上“择一点而精”的升华。笔者领悟到博士阶段的学习重在“全而博”，师承的学习重在“精而深”。因此在跟师期间，笔者才能逐步学会带着问题去思考、领悟老师的思路，进而融入自己的临证思维当中。

### 言传身教，体悟中医

进入师承学习以来，老师为人处事的点点滴滴、豁达开阔的胸襟、大医精诚的医德，都使笔者深刻地认识到，要想学好中医，首先要“学会做人，学会做事”，认认真真做事，踏踏实实做人，做到“仁心、仁德、仁术”，这也是中医学的核心精神。

老师经常告诫：“中医是文化，需要感悟、需要思考、需要践行。”笔者按老师的要求，重新学习《古文观止》等著述，尝试着从多方面接触中国传统文化，学会了在提高自身文化底蕴的同时体悟和享受中医之魅力。

在学习中，笔者还感受到，中医同中国的其它传统文化一样，强调“大智慧，大胸襟”，是在不断吸收、不断融合、不断发展的。在医学科技日新月异的今天，做一个纯纯粹粹的中医人，不等于排斥其它医学，只要是有用的、能促进中医学发展的新知识、新技术，我们都应该吸收，但吸收绝不等于全盘接受，吸收的前提是不能动摇中医的根本，而是应该以中医的核心准则、基本理论去融合、运用这些新知识、新手段。

## 尊崇经典，融会贯通

尊崇经典、重视经典，是中医教育的传统，历史上的中医教育，不论是私人授徒，还是官办学校，四大经典等医学名著始终是最基本和最重要的教材。师承学习的一个重要要求就是“读经典、诵经典”。在跟师期间，笔者发现“经典”和“临床”之间有一道很好的桥梁，那就是我们的指导老师，准确地说是指导老师的临床思维——运用经典理论分析老师临床思路，或透过老师的医案可加深对经典条文的理解。

## 坚持临证，保证质量

跟师期间，笔者严格按照有关规定，坚持每周3个半天的跟师临床学习和2个半天的独立门诊临床实践及3个半天独立病房临床实践，边学习、边体会、边应用，在临床中学习、体会、分析、总结老师的临床经验。

论文的撰写、心得收获都离不开跟师临床实践，只有静下心来，踏踏实实跟师，才能有所得。而且，跟师不仅仅是简单的上门诊、抄抄方，还必须在思路上紧跟老师，随时比较老师处理和自己思考的不同之处，想到问题，随时记录，下来之后反复揣摩，实在理不清头绪时再请教老师，老师一点拨，顿觉茅塞大开。

### (一)深究医理，循序渐进

祖国医学浩如烟海，必须持之以恒，勤奋苦读，才能学到中医的真髓。要从浅处起步，妙在浅而易知，从易处入门，从基础开始，逐步由低向高、精、尖发展，要有计划地学习经典著作，如《内经》、《难经》、《伤寒》、《金匱》、《温病条辨》等，先是粗读、泛读，了解全貌，找出重点，然后更精细地将诵、释、体会三者互用，深谙医理，探求经旨，最后客观地将所学的知识融汇贯通，施于临床，指导实践。这种由浅入深，从源到流，呈阶梯式递增的学习方法，

深为任氏所推崇，他说：“循序渐进是一种学习方法，也是一个不能违背的客观规律，遵循一规律，则必有所获，若反之则欲速而不达。”

## (二) 熟读精思，妙识通圆

医乃活人之术，学不熟何以知医？术不精何以活人！故熟精，是对医者最起码的要求。任氏强调，医者对医理要博熟精深，对医技要熟练精湛，运用要灵活、准确、精当，因此，要求我们要精勤不倦，深入钻研，对中医重要的理论和经典著作的精辟之处，要熟读背诵，首先在“熟”字上下功夫，“熟能生巧”。只有熟，才能心领神会，窥其奥旨；只有熟，才能抓住要领，妙识通圆。不熟何以精思，不熟何以圆活！为学之道必本于思，思索生智，才能应常变而法不穷，明其理而更显其妙。

坚持读书，虚心学习，字斟句酌，熟读精思，

医理精熟，医技精湛，我们是我们的追求，凡事要尊重科学，每于临证之中，常根据实际病例，熟练准确地引经据典。如有一患者每夜发烧二小时许，历经数医，久治不愈。然任继学诊毕，曰：“此有瘀血。”并明确指出《医林改错》有记载，遂遣方投药，一药而愈。事后，经查阅，才深为其准确无误而惊叹。对中医的重要理论和经典著作的精辟之处，已能熟练的成诵和正确的解释，这只是登上了一个阶梯，尚需进一步努力，刻苦钻研，不断强化，并强调坚持反思，总结规律，才能巩固。他说：“读书最忌不求甚解，博杂不精，随学随忘，不加总结。”他主张：温故而知新。温故就是逐句玩味，反复研讨，有所得辄记之，并验之于临床，只有这样，才能由熟而精，妙识圆通，有所创见，推陈出新。

## (三) 研究诸家，知常达变

要进一步开拓中医理论的知识面，就要善于研究诸家，因此，

要求我们博览群书，博采广蓄，并细心揣摩，反复研究，摄其精要，主张采众家之长补自家之不足，取众家之精华为我所用。他说：“读书须知出入法，始当求所以入，终当求所以出。”研究诸家学术，不可因循守旧，要圆机活法，知常达变，师古而不泥古。师古，是先学习，不可不知其说；不泥古，是重取舍，不可尽依其说，要明其理而活用其法以符真义。临证最忌执一方而御百病，要守一法而应万变。他对经方的研究造诣颇深。每临证时，既能执持，又能方圆，十分重视师其法而不泥其方。例如：常用《伤寒论》的方剂，治疗各种杂病，其中的小柴胡汤，原为少阳和解之剂，但他加减化裁后，则用于治疗胃脘痛、呕吐、胁痛、心悸、不寐、咳嗽等各种内科杂证，均能取效。而乌鸡白凤丸是妇科之良药，用于治疗内科病，亦屡获良效。研究诸家，要敢于质疑，勇于创新。古人云“小疑则小进，大疑则大进”。不怀疑不能见真理，所以，研究诸家之学说，要辨清是非，舍非从是，以求完善，这就告诫我们，读书议论必详审其所以然，而后精思熟虑，方能不被谬说所误。因为精通了医理，详审了众家之短长，融汇剖析，取其精华，剔其谬误，才不囿于一家之见。其中对“肾风”的治疗，运用内经“精不足者补之以味”的原则，重用“千金鲤鱼汤”治愈数十例。对急性中风的治疗，更是独树一帜，完全采用中药，疗效可靠，饮誉全国；对于肝硬化腹水的治疗，则用生瓦楞、生牡蛎各200克、生鳖甲50克、水红花子50克，功专力宏，力起沉疴。用外治法于内科杂证，更独具匠心。外治可补内治之不足，使药力直达病所，提高疗效。如各种头痛者，外敷透顶止痛散；腹水者，用利尿膏敷于神阙穴；结核性脑膜炎则用吕祖一枝梅使其发泡；而胆胀者，用消痛外敷膏等，无一不效。

#### (四) 涉猎广泛，择善而从

不仅要精于医道，对其它学科的知识，也要有研究，用哲学中的辩证法思想，指导自己的临床实践，所以在临证治病时，周密精实，主次有序，遣方用药，灵活有效。

研究中医学学术，不仅要具备坚实的专业理论知识，高超的医疗技术，还要有广泛的多学科的知识结构，才能开阔视野，启迪思维。古人云：“善读者，始乎博，终乎约。”所以，学习中医，不仅要掌握书内的知识，更要了解书外的知识，他说：“往往书内难以解释之处，却被书外的知识给予点破，使之豁然开朗，茅塞顿开。”人之所以有病，外因于天，内因于人，多与气象学，时间医学，地理环境有关，与饮食方土，人情关系密切。因此，古医家认为，人体内环境的变化，同大自然的变化息息相关。天人合一，谓人体是一个小天地，这是很有道理的。许多资料表明，某些疾病发生的周期性和太阳活动周期在时序上，有某些一致性。例如：太阳活动期和太阳宁静期，心血管疾病发作和猝死的例数相差悬殊，太阳色斑强烈爆发时，心血管病发作和猝死更为频繁，其它慢性疾病亦然。

#### (五) 继承总结，发扬光大

祖国医学是一个伟大的宝库。历代医家在实践中不断探索，努力发掘，促进了中医的发展，对人类作出了贡献。面对丰富的医学遗产，只有继承总结，才能发扬光大，继承的途径有二。其一，是先学习，充实自己，然后是文献医籍的整理、研究，祖国医学文献医籍，汗牛充栋，而历代医家的学术思想和治疗经验，大多散见于各种医籍文献中，所以学习、研究、整理这些医籍文献，是继承的关键，是提高的过程，也是发扬光大的前提。对医籍文献的整理，主要是对古医籍的校正疏义和注释，并发挥其学说，其代表医家及其著作有：宋代林亿《素问补注》、庞安时《难经解义》；元代滑寿《读素问钞》、《难经本义》；明代王九思《难经集注》，吴《内经吴注》，马蒔《素问》、《灵枢》注证发微；清代张志聪《素问》、《灵枢》集注；现代《中风专辑》、《黄疸专辑》等。

其二，是理论研究要结合临床实际，理论是为实践服务的，实践又是检验真理的标准。研究中医学理论，必须联系实际，

总结提高，才能发扬光大。从汉代张仲景的《伤寒杂病论》，到清代王清任的《医林改错》，历代医家承前启后，在继承的基础上，通过实践，有所创新，有所发展。

《内经》中提出：“有者求之，无者求之。”就是启示后人，要善于研究继承，要善于总结创新，发扬光大，从而丰富中医理论，如《通俗伤寒论》、《疫痧草》及湿温时疫治疗法，乃至今人发表的新见解、新经验，都丰富了中医的理论和实践，是推动中医发展的动力，其中包括认真学习总结当代名老中医的学术思想和临床经验，将他们毕生之精华，总结继承下来，传播下去。

## 中医心悸的心得体会和感悟篇五

第一段：介绍中医的起源和特点（200字）

中医源远流长，是中华文化的瑰宝之一。数千年的历史，积累了丰富的理论和实践经验。中医最大的特点是注重整体观念和平衡观念。中医强调人与自然环境的和谐共存，将人体视为一个有机的整体。它通过调理人体脏腑、气血、阴阳等方面的平衡来达到治疗和预防疾病的目的。

第二段：中医对身心健康的认识（200字）

中医强调身心的统一。它认为人体的生理状况与心理状况相互影响。在中医的理论中，情绪因素可以导致疾病的发生和恶化。举个例子，中医认为愤怒会导致肝火上升，引起头痛、失眠等症状。同样地，中医也认为调节身体的状况可以影响和改善心理状态。通过针灸、按摩、草药等方法，中医可以改善身体状况，进而缓解焦虑、抑郁等心理问题。

第三段：中医对疾病的治疗方法（200字）



中医治疗疾病的方法多种多样，其中最为知名的是针灸和草药。针灸是通过在特定的穴位上插入针头，调节气血循环来达到治疗的效果。草药的疗效则是通过特定的草药搭配来实现。中医注重整体调理，通过辨证施治的方法来确定合适的治疗方案。它强调个体差异，每个人的体质和病情都有所不同，需要个性化的治疗。

#### 第四段：中医对养生的建议（200字）

中医强调预防重于治疗。在中医的理念里，保持身心的平衡是最重要的。它建议人们要注重饮食、作息和心理健康的平衡。中医建议人们要有规律的作息时间，避免过度劳累和熬夜。合理的饮食结构也是中医重要的养生方法之一，如进食清淡、避免过多油腻等。此外，保持良好的心理状态也是中医强调的重点，如练习冥想、保持愉快的情绪等。

#### 第五段：中医的发展和未来展望（200字）

随着科技的不断进步，现代医学在治疗疾病方面取得了重大突破。然而，人们对传统中医的关注和认同也在不断增长。近年来，中医在国际上的传播和接受度大大提高。越来越多的人开始意识到中医的独特价值，将其与现代医学结合起来，创造出更加全面有效的治疗方法。中医的发展前景广阔，它将继续为人类健康事业作出积极的贡献。

总结：中医作为一门古老而独特的医学体系，对身心健康有着独到的认识 and 治疗方法。中医注重整体观念、平衡观念和个体化治疗，通过针灸、草药等方法来调节疾病。同时，中医也强调预防养生，提倡人们保持身心平衡和良好的生活习惯。随着社会的发展和人们健康意识的提高，中医的地位和价值将得到更加广泛的认同和传承。