# 中医学心得体会8篇

来源：网络 作者：清幽竹影 更新时间：2025-05-15

*通过写心得体会，我发现了自己在决策方面的一些问题，每一次心得体会都是自己人生经历的一次总结，帮助我们更好地认识自己的成长轨迹，以下是小编精心为您推荐的中医学心得体会8篇，供大家参考。通过这段时间的学习和了解，我对中医养生有了实质性的认识，\"...*

通过写心得体会，我发现了自己在决策方面的一些问题，每一次心得体会都是自己人生经历的一次总结，帮助我们更好地认识自己的成长轨迹，以下是小编精心为您推荐的中医学心得体会8篇，供大家参考。

通过这段时间的学习和了解，我对中医养生有了实质性的认识，\"养生\"就是保养生命之意，我们养生，也要顺应自然界春、夏、秋、冬的季节变化，通过不同的调养护理方法，达到健康长寿的目的。俗话说，求医不如求己，我们可以通过自己对中医养生学习，并在生活上努力实行，以达到养生的目的。

中医四季养生，就是在中医理论指导下，根据\"天人合一\"的理念，说明一年四季的气候变化规律及人的一些生理、病理现象，并揭示出人类应当如何在阴阳不停变换的四季中，恰当地调养自己的身体的阴阳，以顺应四季变化，达到阴阳平衡、气血畅通、健康长寿的目的。比如我们冬季可以用一些温热的食物或药物来补养脾肾的`阳气，秋季气候干燥则要多吃一些滋阴清热的食物以补充身体的津液;春夏季节又有不同，这就是四季养生的大意，也是做好四季养生所必备的中医养生知识。

中医养生是一个大学问，并且通过最近对中医养生的学习，我也总结了不少自己体会到的中医养生之道，得出了一些养生的方法。首先，养生的最高境界是养心，也就是养精神，调情志，故就养生而言，\"下士养身，中士养气，上士养心\"，人的情志及精神活动需要脏腑之气的支持才能完成，所以反过来说，调养精神，调节情志，也可养护脏腑之气，所以保持健康的情志是养生防病的重要保障。其次，常言道：民以食为天。吃是人的本能，谁还不会吃吗?但实际上，大多数人真的没有学会科学地吃，所以才会吃出那么多的疾病。现代营养学

提出要保持健康就需饮食多样，营养平衡。第三，大自然是人类的守护者，是人类生存的根本，所以养生就必须顺应自然。如果不顺从这种规律，大自然和人就都会遭受灾害;顺从它，自然就和谐，人就不会生病，这样做的话，就是得到了\"道\"，即养生的本质。

同时，\"人的睡眠实际就是一种归根，一种复命，即恢复生命的活力，是人体阳气得到收藏、得以蓄养的过程，没有复命，生命就难以延续。\"所以，保证充足的睡眠，尤其在炎热的夏季调整好睡眠，是保持健康、延缓衰老的重要保证。

此外，中医养生中提倡多做锻炼，多做户外运动，多与人交往，多想积极开朗的事，这样心情才能畅达;而\"养静\"就是要心情平静，不急不躁，通过自我调理或户外运动等方式把心中之抑郁燥热散发出来，正所谓心静自然凉，心宁而神安，从而达到养生的最终目的。在向老师学习的过程中，我也了解到适当正确的坚持对气功的练习对中医养生养生也能起到一定的促进作用。气功的锻炼可以对人体的强化锻炼能够起到促进的作用。故我认为在我们加强对中医养生的学习和了解的同时也可以提高自己的气功的学习和锻炼。气功在保健方面有独特的功效，他是通过主动的内向性运用意识活动的锻炼，改造、完美、提高人体的生命功能，把自然的本能变为自觉智能的实践。且与体育锻炼相比，气功更强调人的心理状态对人体健康的影响。

中医养生是一个漫长的阶段，此期间需要我们的努力坚持，并且在生活，处事，心态等方面时时保持好的习惯。比如，在膳食营养方面，我们不应该不注意国情，盲目崇洋媚外，太过沉溺于肯德基，麦当劳等一些垃圾食品，应该多食一些我们先人总结下来的有利于我们养生的绿色食品，那对我们进行中医养生起到一定的食疗作用，有利于我们的身体护理和保健，进而对健康长寿也起到很大的促进作用。

总而言之，通过学习中医养生，我发觉了自己在过去的许多不好的生活养生习惯，那些有利于身体健康和保健的恶习，但在今后的生活，我学以自己所学的中医养生知识，促进，监督自己改正，从而达到中医养生的目的，提高自己的身体素质，使自己更健康长寿。

不知不觉已经在附一实习结束，这也是我在大学四年来，第一次真正的上临床，对于我来说，一切都是那么新鲜，离开了枯糙的书本，面对着的是活生生的病人，而我也充当了一回冒牌的实习医生。 在我们下科之前经过简单的培训，可是这些培训对于我们从来都没有接触过临床工作的我们，是远远不够的，我们还需要适应和学习很多东西。我把在中医内科学习的心得总结如下：

1、继承创新文明务实。

校训短短的八个字，就是出入校门前永远的记忆，所需继承的太多太多，前辈们的精神，乃重中之重，而后才是思维方式，最后才是药房等等，创新，思维方式与药剂的创新，文明，谦而有理，务实，踏踏实实，无论做哪一行，哪一业，做好脚下，我觉得这八个字不光是运用在学习医学，在各行各业中，都应该有这种精神，前辈们一步步辛勤的走下的路，我们应该走的更加辉煌。如此一来，这大学，也算得上并未白上了。

2、医人医心。

现如今太多病从心起，我们只能医人的躯壳，医人心，却是另一项浩瀚渺茫的工程，在这段时间的学习中，我不断的在思考这一问题，如何医人心？以佛心观人，人人为佛，以魔心观人，人人为魔，花开生两面，佛魔一念间。世事洞明皆学问，人情练达即文章。最终的答案，是以自性悟本真。自己要做一个榜样，不是时代，历史的榜样，而是自己的榜样，做好自己，自然会有人来拜访你，你由着他拜访，给他提点，解惑，自然能够医人心结，路还很长，无论是否从医，应有一颗医者之心。

3、目标。

在医院实习的同学很多，有很多同学都有考研的打算，这就意味着我们要好好的安排好自己的时间，对于我来说，是把实习放在首位的，毕竟只有那么一次，时间是那么的珍贵，岂能浪费，正因为这样我下定决心一定在实习期间好好锻炼自己，无论自己今后是否从医，都要在学习的道路上打下坚实的基础，以应对日后生活中出现的各种困难。在实习期间订个目标很重要，没有目标，我们就没有进取的方向，而我的目标是：在实习过程中培养自己临床思维、掌握临床常见病、多发病的诊疗、掌握各项临床操作技术、掌握各项急诊的处理，能中西医结合治疗一些杂病。定下目标之后，就向着目标努力，有目标的做事情比毫无目的可以取得事半功倍的效果。

4、适应。

医院的学习和课堂学习不同，刚刚实习的同学可能很深有体会，没有课室，没有教材，没有作业，没有考试。我刚开始也晕了，感觉自己太多东西不会了，又有太多的活儿等着我们去做了。

我认为：边干边学，干就是学。既然在临床学习就是应该是“实践第一”，它意味着你要去干有关诊断、抢救、观察、治疗一切大大小小的事情，在科里绝大多数时间是在干活，而不是在看书，这就需要我们去适应在临床上的学习方式，并不是像有些同学说的一样，在病房工作又忙又累，啥都学不到，其实这是方法不得当。我的适应方法是，看书结合临床，上班看病，下班看书；比如来了一个类风湿关节炎的患者，我会先把类风湿关节炎这章看一遍，掌握其诊疗规范标准，然后再观察类风湿关节炎病人的情况，对照书本，书本—实践—书本—再实践。事先看书可以指导你的临床实践，事后看书可以对你的临床实践予以校正、补充和深化。对于我们这些初出校门的实习生，在学校里看书是为了学习，而在临床工作中看书则是为了实践。

大家好！

欢迎来到岐黄圣贤智慧中医公益学习平台学员投稿专栏！

作者：吴女士

我是中医小白，由于对传统文化有兴趣，从小体弱多病的我，就是总是在吃药，中医，西医，都看。最后，身体的病越来越多。我和孩子都有先天性心脏病，爱人有心梗，全家人做手术看病，家里越来越没有经济来源，近几年不敢吃药了，没钱吃药了。小病就是硬挺着，通过朋友指点，哪里难受就用热水袋热敷一下，也能缓解。后来经人介绍，对中医产生兴趣，关注了这个公众号，发现有中医的公益学习，4月8日就加入了。

听了倪师的课程，特别有感触的是，第九课倪师讲了一位病人，早上去医院，说自己要发心脏病了，但是仪器却没有发现病在哪里？晚上病人又来了，仪器查到了病的问题在哪里了，病人却死了。西医是靠仪器查病，中医却是在没有发病前，做预防。这样病人就会减少病苦，也会减低死亡的危险系数。听到这时，我就发愿:“珍惜这难得的机缘，好好学习，通过学习，成为中医，让病人从病苦中解脱。”

后来想到，如果让老百姓都来学习一些中医知识，小问题，就不去医院排队，挂号。因为医院人多，尤其现在的疫情期间，自己在家就可以解决，减少聚集。另外，中医成本低，副作用小，会省很多钱，也给社会，国家减少负担。那么，人人都自己懂一些中医知识，也不花冤枉钱，做一些没有必要的检查。特别是有的检查是让身体很痛苦的。有的仪器对身体也是有伤害的，而且，抗生素乱用会导致人体免疫力下降的。如果通过学习，做自己的医师，学会一些急救的知识，也可以帮助别人，在最佳时间挽救珍贵的生命。

想到这，不禁想到我的终身遗憾，因当时我对医疗的常识什么都不懂，错过了给母亲治疗的最佳时间，断断续续治疗了几个月，母亲最后变成了尿毒症。住进icu，几个小时就7－8千，昂贵的医疗费用，实在无能为力，只好转到了小医院。当时看着母亲在我面前，越来越加重的病情，心里很是难过。第二天要做透析，她老人家却在半夜就去世了。几年都没走出对母亲的愧疚的阴影。

愿我能有能力去帮助那些弱势群体没有钱看病，尤其是老年人，用中医的所学的技能，帮助天下的老年人健康的度过晚年。我姥爷就是中医世家，家里有祖传秘方，我们这代没人学中医了，舅舅希望我能成为第五代中医的传人，希望我能学有所成，弘扬中医。

感恩倪师，感恩志愿者老师们的辛苦付出。

end

点击蓝色字体 开启自学中医之旅

您想更深入地了解中医吗?我们这里有1万多名中医爱好者，更有很多中医师，一起系统的学习正统中医，零基础的小白也可以学会哟。

关注我们，走近明师，收获健康，您还有机会参加线下公益课程和跟诊哦。

为了自己和家人的健康，心动不如行动！一起开始我们幸福的学习之旅吧~！

弘扬中华优秀传统文化

自学中医经典，建立正确健康观念

在学习了两年中医课程之后，我渐渐意识到中医基础理论是讲述中医如何思考的，中医诊断学是讲述中医如何看病的，中药学和方剂学是讲述中医如何治病的，这四门课程理法方药环环相扣，构成一个中医学生对中医的完整认知，也构成一个中医医生看病的的全过程。思考可以是多角度、多层次的、多广度的，诊断可以是多方面的，中西结合似乎是现代临床。的趋势，而治疗更可以是多种的。针灸推拿作为一种在国际上更为被认可和广泛通行，更有甚者认为扎针就是中国。除了在学校学习之外，我更希望可以实际操作一下，通过实践加深理解，以丰富我的中医素养。于是，我到我们当地中医院针灸科见习三周。

到针灸科的第一天，这与我在学校所见到的针法有所不同。我在学校所看到的只有下针，过20分钟之后起针。而在这里，我了解到医生会根据病情的不同，选穴组方，如同我所熟悉的组药成方一般，再一一施针，同时要配合上电疗机以代替医生间断行针来给病人持续有效刺激，再加上烤灯给针扎处强有力的渗透治疗。此外还会根据病情的不同，加以或推拿按摩、或艾灸、或拔罐等来辅助治疗，以使病人尽快缓解病痛，达到康复的目的。

在实际操作中，我在老师的指导下学会了电疗机的连接。根据不同病情给予不同波形，如一般情况下是连续波，而对于初期面瘫、腹部因肚凉二扎针者就不需要用电疗机，中后期的面瘫患者则需要给予疏密波;根据施针部位不同给予不同的连接方式，如上肢、脖子、背部、腰部一般同侧连接，不可跨越心脏，而下肢可以在同一条腿上横向连接，是膝关节疼痛处更应如此连接;根据病人对针跳动的耐受程度给予不同大小的电流刺激，如年老体弱者、女性、小儿一般用较小的电流，而体格强壮之人或疼痛部位日久麻木者就要给予较强的刺激，电流大小要以病人可以耐受为好，不可太大以使扎针处感到疼痛而不可忍受，也不可太小已起不到治疗效果。

此外，还应间隔一段时间询问一下病人感受来调整电流大小。同样，烤灯的摆放也需要根据施针部位、病人耐受程度来灵活调整。看到老师们的治疗过程，我也深切感受到要一病人为中心，以病人为学习对象，不断调整自己的治疗方式手段。

除此之外，我也学会了一些推拿手法，经过练习，在爸妈身上得到较好的效果，使其疼痛减轻，身体轻松。拔火罐、熏艾条等这些我早已熟识的方法也有机会大展身手。大椎放血、梅花针放血，耳穴压豆等只听过没见过的治疗手法也得以见识，可以说在针灸科的见习让我对中医有了更加立体丰富的感知。

暑假见习期间正值三伏天，是冬病夏治的好时间，我也有幸参与到三伏天的贴敷工作中。早上不到六点钟，科室还没有开门，已有不少病人来准备贴敷。我们立即展开工作，把一卷卷医用胶布撕成分别适合大人小孩两种大小的正方形，准备待用，根据每一次贴敷位置的不同，依次选穴，扎梅花针，拔罐放血，再放上小药丸，贴上胶布，就可以了。如有鼻炎，还要带上两个药丸，每晚各贴印堂一次，连贴两天。小孩一般不用扎梅花针，身体强壮的、年龄较大的可以拔罐，年龄较小的可以直接放药丸贴胶布。

有些病人对医用胶布过敏，可以用麝香壮骨膏等膏药代替，贴敷24~48小时就可以撕下来，期间尽量少出汗，以防止胶布不粘而掉下来。三伏贴用于治疗鼻炎、哮喘、气管炎、支气管炎、等呼吸系统疾病，以及小儿体质弱易感冒，一般三年为一个疗程。有些病人三年就好了，好了之后也可以再贴以加以巩固效果，而有的病人甚至贴了一年就病愈，不再复发，不少小朋友贴了之后冬季感冒次数也大大减少，这些都证明三伏贴是有确确实实的疗效的。

在见习期间，通过阅读一些与医学相关的书籍，我了解到中国最顶尖的医学院中国协和医科大学就一直坚持医教研三位一体模式，医学生进入协和后要经过八年学习，十余年住院医师的培养才可能成为独当一面的合格医生。而现在，我正处于医这一阶段，应该不断加强学习，向书本学习，向老师学习，向临床学习，向病人学习，已得到知识、能力，形成自然科学与人文科学双方面的素养，努力进步争取早日成为一名合格的临床中医生。

中医是有用的，它带给人们以健康，帮助人们减少病痛，并且在在现代社会中做出了适应性的改变，我相信这样的科学不会消失，因为有一代代的学子在学习、教授、研究它，有越来越多的病人在选择相信中医，这也激励着我们更好的传承它，发扬它。

早在先秦时期，就有了中医美容的萌芽。逐渐发展到今天，已经趋于成熟，各种技能方法与技能都有了很大的提高。多朝代的史书上或各种古代医学书籍上都有较多的记载。我国生活美容和医学美容相互促进发展，构成了中医美容的悠久历史。从远古的最简单的美容方法开始逐步摸索，前进取得了无法比拟的成就。由此也可以看出中国科技水平的发展和人们生活水平的提高。

中医美容有历史悠久，时间丰富，对生活美容的介入，有较坚实的\'理论基础，具有整体观和辨证论治等特点。有多种美容方法，如：食膳美容，针灸美容，推拿按摩美容，气功美容等方法，可见中医美容的多样性。中医美容还分为多种临床学科，有皮肤美容，眼科美容，耳鼻咽喉科美容，内科美容等，可见中医美容的兼容性。

学习了中医美容，不仅对中医的一些基础理论有了初步了解，还掌握了一部分美学和美容学的知识。这不仅对今后的生活有帮助，而且对临床医学的学习也开辟了一条新道路。中医是一门博大精深的学科，中医美容更是一门要求技术精湛的学科，学好中医美容，会对我有很大的帮助。

以后还会学到中药美容的知识，要求掌握的知识会更谨慎，精准。在这短短的半学期学习到的虽不深，但是已经激起了我的兴趣，我会继续努力，让自己的水平更上一层楼。

1. 简述中医美容的历史延革

2. 中医美容方法有那些？

3. 请叙述两味美容中药的性味,攻效,主治,并结合临床实例谈谈自己的体会

4. 列举瘦身常用穴位并说明其体表定位与操做方法

5. 如何理解中医美容学的基本理论特色并举例说明

数年来的学习和临床，使我认识到，中医和西医的本质区别就在于两种医学分属于两种截然不同的理论体系，对事物有着不同的认识角度和方法，也就是说中西医产生于完全不同的认识论和方法论的基础上，这就决定了中医和西医在认识疾病的视角和治疗疾病的方法是截然不同的。

中医的世界观和方法论基础是什幺？就是易、阴阳、五行、脏腑、经络、精气学说等，这些是先哲认识、解释世间万物存在、演变、消亡的理论体系，以及在此基础上产生的方法论。古人读书必读四书五经，这五经里面就有《易》（《诗》、《书》、《礼》、《易》、《春秋》）。在古代这些理论认识是毋庸置疑的真理，就像今天的数理化。

时过境迁，现代数学、物理学、化学、生物学等（现代医学建立的基础）已经成为我们自幼在学校学习的认识事物的准则。中国古代哲学（科学）如易学之属在现代人看来已经是一种“玄学”，甚至干脆认为是一种“伪科学”了，中医随之自然地让人们觉得很“玄”了。

时下就连中医学院的一些老师、学生都不信任中医了，这是一件可悲的事情，其产生的原因，这里暂不讨论。问题是中医是不是真的很“玄”呢？是不是就不科学呢？我想，关键是在于你能不能真正地认识中国古代科学（哲学），进而用这种思维来理解中医。时刻用中医的理法观念来认识和治疗疾病、不受现代医学观念的影响，是能否成为真正的中医生的基础。中医工作者必需认识到这一点的重要性，如果做不到这一点，为师者必不能授人以医道之真谛而贻害无穷；为学者必误入歧途而流于半解，甚者对中医失却信心；若以为医必不能正确把握辨证施治之灵魂，其方药亦不能合于理法矣！

我们必需清楚地认识到，用现代医学的观念来看中医或许中医很不“科学”；然而当我们用中医的理法认识来审视西医，其也并不完全“科学”。为什幺呢？因为中、西医各脱胎于两个完全不同的理法体系，各有各的认识角度和评价标准，用各自的标准去评价对方都是不恰当的，就像不能用篮球的规则来评判足球一样。

长期的学习加上几年完全独立的临床工作，我对医学的看法自然深入了很多。再次入学，对中医的教育状况也有了更深刻的体会。

在初次入学时我很想学好西医，觉得西医学的很多东西是“很先进”的，所以花了很长时间阅读西医方面的书籍。西医学知识的积累在临床上确实产生了很多积极的因素，但是我经常感到西医的东西在影响着我的中医思维。我想很多在临床上工作的、能冷静下来思考的中医生都会有这种感觉。这是中医生的悲哀，然而产生这种情况的根源是什幺呢？我想，也许是现行的体制特点。

虽然以后我亦将是一名中西医结合工作者，但我一直有一个很极端的看法就是中医生和西医生的身份不能集中在一个人身上，也就是现行的中西医结合的体制特点（方式）要改变：一个人搞中医就得单纯搞中医，不能同时搞西医。

可以想象一下，如果我们完全以西医有关糖尿病的发病基理和治疗手段为标准，还有谁会认真的按中医的理法辩证治疗消渴病呢？那怎幺办？很自然的，作为一个临床医生大家都会尽量充实治疗糖尿病的西医知识。这样一来，我们的思维观念完全改变了，精力也分散了，还谈什幺继承、发扬、创新？然而，目前中医发展的状态就是这个样子，真正的中医生很少了，而真正搞中医、钻研经文的人就更少了，中医的精华与真谛将有慢慢消亡的危险！现在连民众都知道很多中医院只是挂羊头卖狗肉，挂中医之名行西医之实！这正是需要我们认真看待的问题。

中、西医生的角色集中于一人，带来的一大弊病就是西医思维的影响。这种干扰往往自己不易觉察，它就存在于我们的潜意识深处，而这种影响往往是致命的，正如前面所谈到的，中西医分属于两个完全独立的理法系统，任何以西医的观念来处方用药都会影响到作为一个中医生的辩证施治思维。

我在这里不是在鼓吹纯而又纯的中医，而是指出，中医的理法系统是完全有别于西医的理论、治疗观念的，作为中医生决不可受到西医观念的`误导。在当前的情况下，如何才能在中医辨证、治疗过程中不受到西医知识的影响呢？我想，最根本的办法是加深对中医知识的把握和理解，只有这样才能排除西医知识产生的消极影响。

西医的知识我们还是一样要学的，这是当前的现实需要。中西医在很多方面确实可以互补的，就像前面谈到的糖尿病的治疗，在控制血糖方面西医有它很多优势，胰岛素的应用和制剂、给药方式的改进（人工胰岛不久必将面市）更是给不少糖尿病患者带来莫大的福音，然而，目前不管是胰岛素促泌剂、胰岛素增敏剂、α—葡萄糖苷酶抑制剂及胰岛素都不是针对病因治疗的药物，按中医的话说就是非治本的。然而中医治疗的出发点就是强调治本的（当然中医“本”的概念不能等同于现代医学的病因），在临床上通过中医药的辩证配合治疗，不少患者的病情都会得到更好地控制，减少降糖药、胰岛素的用量、降低胰岛素抵抗、减少急慢性并发症的产生，我想这都是大家所共知的，同时也是中西医结合治疗的优势体现。

综上所述，我是不反对中西医结合的，只是希望这种结合不要变成“错合”，不要“中不成西不就”。

目前中医的教育基本是按现代的教育模式展开的，跟前人学习中医的方式已经大不相同了。前人学医讲究师承、经典、临床，现在在校学生学习中医基础知识的同时还学西医，甚至西医的课程比中医还要多，一些本属于中医的课程比如中医儿科、中医妇科、中医眼科、中医外科、中医肿瘤等老师在课堂上讲得更多的是西医知识，而中医方面的内容大多是一带而过了。像中医骨伤的治疗，方法甚多，简单有效，而在课堂上基本没有涉及，已经完全西化了。这是一个让人困惑的现象，中医是不是真的没得讲呢？可现时在课堂上能对中医的发病机制、治疗特点进行深刻阐述的老师确实是很少了。

上大学的第一节课，代课老师就给我们强调学习医学不光是记住所有重点知识，临床实践才是我们的最终目的。所以先要学好基础才能更好的结合临床，时光穿梭。已过了三个年头了，而这学期学校为我们安排了实习学习，我欣然的报了省中医院，这也更好指导我们今后如何学习，是以后临床工作的奠基。

实习的第一天，心情都是那么高涨，都早早的起来了，初到医院，见到穿着白大褂的大夫，幻想着某一天治病的场景，不亦乐乎。医院先给我们安排了半天的学习时间，老师给我们讲了讲一些医院的制度以及实习要求及病理书写好，感觉好难啊，使我更加认识了实习的重要性。我的第一个实习科室是针灸，回想针灸的发展，从原始的摸索，经过几千年的临床实践最终被国际认可，说明了其独特的疗效是关键，他不仅资源浪费少，材料还可以反复使用，各自有各自的针，使某些疾病传染大大降低。见效快更是他的专长，还好我们这学期学完，我想通过两周的学习不仅使我能加强课本知识也可使我学习到未曾涉及的东西，比如操作手法等，每天早上甚至上班前我们就开始忙了，看着老师娴熟的手法，以及针扎进去的针感传导，感觉就是神，这也不愧为我国医学瑰宝。但是刚开始的好奇慢慢变的疑惑，感觉课本知识在临床所用甚少，所用的穴位也是每条经络的重点穴位，感觉老师取穴也是局部取穴，偶尔才辩证取穴，每个老师对同一种病的取穴一样但是效果却不一样，这也许就是经验吧。

但是我坚信，只有把专业知识学好了才能更好结合临床。第二个科是药房，虽然干的活既脏又累，但是对每一味亲自认识以及鉴别我想这也是我们之所有安排它的最终目的吧。第三个科室是内科肿瘤，虽然我不太喜欢这个科，但是还是仍然坚持，每天面对这些癌症患者，对我的感觉就是他们依然很坚强，没有被病魔所吓倒，他们的积极的人生观也正不是我们每个人所拥有的吗？对这类癌症患者治疗仅用西医方面的药物还是放化疗我觉得不一定有很好的作用，但是通过中医的辨证治疗，加上中药对病势有很的控制，所以中西医结合对某些病重确实有优势，对于得癌症的有些人认为大多是老年人，但是也有我们同龄人，甚至更小的，所以我们要爱惜生命。《黄寺内经》的第一篇就是关于如何养生才能防病，以所终寿命的，古人的于智慧感觉总是优我们，为何我们不效仿呢？所以我们没病时挥霍我们的身体，到病了却无药可用，无医可医。

两个月的实习很快就结束了，虽然有苦有喜，但总觉得我们得到了些东西是在学校没有提及的。不管是专业知识还是社会人际关系之间，这是我们所必要学习，只有通过学习，我们才能进步，才能立足于这个多压现实。

现在很多人学经典是带着一种批评的眼光来学，觉得经典这也不科学，那也不科学，你比经典都高明了，那你还学什么经典呢？你以一种抵触的情绪，认为经典过时了，那你怎么学得进经典？所以，学经典这个态度很重要，你必须完全地相信它，接受它，然后再思考怎么按照经典的思想去奉行。只有这样，经典才学得进，只有这样，你才会有收获。经典经过了那么长时间的考验，那么多人依靠经典成了名医，你有什么担心呢？所以，对于经典完全地可以信受奉行。这里为什么要提出这个条件和素质呢？因为它太重要了。不具备这个条件，经典的学习整个就成了障碍。记得在读《本草纲目》的时候，谈到白术这一条时，李时珍引了张锐《鸡峰备急方》的一则案例：\"察见牙齿日长，渐至难食，名曰髓溢病。用白术煎汤，漱服即愈。\"大家看到这个案例，你的第一感觉是什么呢？我想很多人会不相信。牙齿长到一定程度就定型了，怎么会越长越长，以致进食都困难呢？这太离谱了。即便有这个髓溢病，牙齿那么坚硬的东西，怎么用白术漱漱口就能缩回去呢？简直太不科学了。

但，我不这么想，我首先是相信它，然后，再来思考它的道理。首先，这个病名很有意思。牙齿为骨之余，由肾所主。肾主骨生髓，骨与髓乃是异名同类的东西。牙齿日长，就好像是髓满了在往外溢一样，所以，叫做髓溢病。现在要考虑的是这个牙齿为什么会日渐长长？髓为什么会往外溢？这一定是约束骨、髓的这个系统出了问题。骨、髓由肾所主，肾为水藏，故骨髓亦属水类，明白了这层关系，就知道对骨、髓的约束功能是由土系统来完成的，这亦是前面所讲的土克水。现在土系统出了问题，土虚了，当然就会发生水溢，当然就会发生髓溢。髓溢了，牙齿自然会日渐变长。这个道理明白了，用白术来补土制水，控制髓溢，就是十分简单的事了。这是我对髓溢病及其治疗的思考过程。去年接治一位跟骨骨刺的患者，患者的双跟都有骨刺，疼痛厉害，以致足跟不敢落地，要踮起脚来走路，所以，生活感到很困难。我按常规的思路，用了补肾的方法，也用了活血、除痛、蠲痹的其他方法，但，都没有获得明显的疗效。正在我感到进退两难的时候，突然想到了上面的这个案例。骨刺病也叫骨质增生，是由于骨钙流失到骨面，思考中医骨性赘生物所致。骨钙流失形成骨性赘生物，这与髓溢有什么差别呢？应该没有差别。

于是我如法炮制，用白术煎汤，让患者浸泡足跟，每日二三次，每次20分钟。出乎意料，不数日，痛即大减，足跟能够落地，坚持近月，病即痊愈。上面这个例子给我的感受很深，什么感受呢？就是对这个\"信受奉行\"的感受。对这件事我首先是相信了，相信了才有可能去进行上面的思考。如果对这件事根本不相信，那怎么会有以后的思考？没有这些思考，就不会想到要用白术来治疗跟骨骨刺。所以，相信是第一，只有这一步做好了，才有可能为今后的研究带来机会。如果首先就不信受，那一切就被你拒绝了，一切的机会就没有了。大家想一想是不是这么回事。因此，学习接受中医经典著作，也是学习中医必须具备的一个条件。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！