# 中医师承跟师心得体会怎么写7篇

来源：网络 作者：枫叶飘零 更新时间：2024-12-19

*医术的精湛境界，固然离不开个人的聪慧天资与不懈勤奋，二者如鸟之双翼，助力医者在医学之空翱翔。然而，高尚的品德与情操才是那熠熠生辉的灵魂之光。它驱使医者心怀大善，敬畏生命，于救死扶伤中坚守底线，在医患互动里传递温情。唯有德艺双馨，方能让医术真...*

医术的精湛境界，固然离不开个人的聪慧天资与不懈勤奋，二者如鸟之双翼，助力医者在医学之空翱翔。然而，高尚的品德与情操才是那熠熠生辉的灵魂之光。它驱使医者心怀大善，敬畏生命，于救死扶伤中坚守底线，在医患互动里传递温情。唯有德艺双馨，方能让医术真正成为护佑生命的神圣力量，赢得患者由衷的敬重与信赖。下面是小编给大家分享的一些有关于的内容，希望能对大家有所帮助。

从事中医妇科专业30余年，具有丰富的临床经验，对妇科的常见病及多发病，有自己独特的见解，临床疗效显著。主张治病务求其本，以调脏腑之气为重，而调肝由为首要。认为妇科病多隐微，必须详问细察、诊断确切，则用药无不中的。

从跟师的第一天起，老师就教导我：跟师不能仅仅抄抄方，不能只学会看跟师时见过的病，最重要的是学会临证思维，一定要“学我，像我，超过我”。在中医学界，业师有“活字典”之称，他认为只有融古贯今、溯本求源才能发展中医;反复强调中医学不是古董，而是实用的科学，只有切实解决病人的疾苦，才是中医学发展的根本。如何才能解决病人的疾苦?必须学会勤读、泛读、精读古今医书，博采众家之长，才能触类旁通，拓宽临证思路，提高临床疗效。并认为经典是中医这门学问的基础。

中医四诊是医者调查、分析、研究疾病所出现的`各种信息升华成的四种大法，搜集的信息在综合归纳时应四诊合参。对妇科病及其他病证舌诊脉诊非常重要，必要时亦有舍脉从证和舍证从脉之法。跟师后体会到要认识症候准确，才能提高疗效，在黄院长指点下对舌诊、脉诊有了更精确的认识。

老师常说，高超的医术来自人的聪颖和勤奋，但更重要的是来自高尚的品德和情操。要提高医术主要要做到以下几个方面：

首先要掌握扎实的医学基础知识;

第二、对人体和疾病要有全盘的把握度，诊断要明确，问诊要详尽;

第三、熟练运用中医妇科专业技术;

第四、学习知识，运用技术，提高水平，升华境界，不断进步。

光阴荏苒，不知不觉自己从医已经二个年头了，有幸师从于胡剑波老师。令我受益良多，受用终生!

在临床实践中，胡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。从胡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。胡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。师从胡老师后，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，跟从胡老师临床实践，以医好病人为目标，胡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。作为一位中医，胡老师具有博大包容的胸怀和高瞻远瞩的视野，主张扎根中医，西为中用，中西医结合。正是由于胡老师这种开明包容、与时俱进的积极向上的心态，使他在病人中有良好的口碑。胡老师常常教导我们“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，更领悟到了胡老师高尚的医德和强大的人格魅力。

中医临床学习是理论与实践相结合的过程，如何把自己所学的理论知识运用到临床实践中并很好的掌握，是每个进入临床阶段的学生期盼达到的。但是学生进入临床后发现临床学习与理论学习有很大差别，一时很难掌握，总有每天看病抄方匆匆忙忙但收获甚微的感觉。跟师学习这么多天，下面结合我的学习经验谈谈在临床中如何跟师。

一、要注意培养动手能力。

中医的动手能力，即中医的望、闻、问、切四诊的锻炼。中医的四诊绝对不是简单地一照、一查，就可以取代的“高级技术”。必须把过去的知识，与当下的病症结合起来;与患者即时、随机地进行交流才能获得。同时，能够被准确表达，记载于书本上的“明知识”只是一小部分，人类更多的.知识，是那些只可意会而难于言传的东西。俗语说：“真传一句话，假传万卷书。”通过跟师学习，通过老师的言传身教，才会掌握中医的精髓。在望诊上尤其重视望舌，临床实践证明，在疾病的发展过程中，舌的变化迅速而又鲜明，它犹如内脏的一面镜子，凡脏腑的虚实、气血的盛衰、津液的盈亏、病情的浅深、预后的好坏，都能较为客观地从舌象上反映出来，成为医生诊病的重要依据。若见淡白舌，多是气血两虚或者阳虚;若见红舌，多是热证。若见紫舌多是血行不畅。临床需仔细观察，以便获取准确信息。

再如“治小儿外感热病，看舌之后必察咽喉”，咽喉为“至阴之地”，对于鉴别寒热虚实有重要意义，如咽喉红肿，为有实火;红而干，为阴虚;不红不肿，为阳虚;咽喉剧痛而不红不肿，为真寒假热，咽喉红肿疼痛却全身表现为寒证，则为真热假寒等等。问诊应讲究技巧，跟师学习就要学会老师问诊的方法和技巧，这是一个长期的训练过程。初上临床时往往按西医询问病史的方法求全求细，可是问过之后头脑中却一片茫然，后来不断地模仿老师问诊才有所体会。

中医问诊有主有次，有取有舍，全凭医生的理论水平和临床功底。问诊主要是确诊某病某证或排除某病某证。至于脉诊，首先要掌握脉象特征。如浮脉的脉象特征是脉位表浅，轻取即得，重按稍减而不空，如水漂木。反映的是疾病的病位在表。沉脉的脉象特征是脉位较深，轻取不应，重按使得，如石沉水底。反映的是疾病的病位在里。掌握了脉象特征之后再在临床中细细体会，最好在切脉经验比较丰富的老师指导下进行，先从浮、沉、迟、数、弦、细、洪脉等几种常见的、简单的脉象入手。

其次要经常体会。学习切脉好比打球，强调“手感”，必须持之以恒，经常有意识地训练，久而久之，必有所悟。我第一次跟着老师上门诊时，老师指着一位高血压的老人要我诊脉，看是什么脉象，书本上的二十几种病理脉象的脉象特征我都能脱口而出，《濒湖脉学》我也熟读过，可是一旦上临床就“心中了了，指下难明”，怯怯地说“脉好硬，像绷紧的绳子一样”，老师笑着说“像绷紧的绳子不就是弦紧脉吗?”我才恍然大悟，弦脉不就是“端直以长，如按琴弦”吗?从此以后对于弦脉就不陌生了，而且体会到见到中老年人弦脉，特别是左关脉弦劲有力，直上寸口，多半是肝阳上亢，甚至肝风欲动的前兆，必须大剂量平肝潜阳、镇肝熄风之品方可防患于未然。

二、要做好病案记录。

每天跟师出门诊都做好病案记录，记录的原则是能详则详，包括舌脉，以备以后查阅。一些常见病可以简单记录，对于疑难病、罕见病则要详细记录，包括老师药物用法都要详细记录。

认真做好病案记录是收集原始资料最好的途径，每当我临床遇到棘手的疾病时，总把以前记录的病案重温几遍，往往茅塞顿开，找到一些好的解决办法。

三、要勤于思考。

跟师门诊要用心去问病史，用心切脉，用心记录及思考老师的处方。我在四诊之后考虑这个病是什么证型，该用什么主方，怎样加减。然后看和老师的辨证思路是否一致，选方用药是否相同。如果相同，则知道自己的辨证思维和老师的基本一致，如果不相同则要考虑自己的差距在哪里，甚至请老师指点迷津，我的思路错在哪里，我的哪些药用得欠妥，哪些药用得得当，老师为什么要这样用等等。有时候老师特殊的用方用药，或者特殊剂量则更要仔细揣摩。

四、要学会与患者相处，

视患者如亲人，体贴患者，这样患者才会更好的配合你，让你做检查，回答你提出的问题。最后，要“用心读书，用心看病，用心总结，用心做人”。这些读书、临证、做人的经验是我们在课堂以及书本上很难学到的。

8月开始，万寿路社区卫生服务中心中医科先后有7名同志分别参加了北京市第四批名老中医学术经验继承以及海淀区首批名老中医学术经验继承的学习，跟师至今，已近一年时间。通过这一年的学习，中医科的医生无论是在基础理论、临床技能还是医德、医风上，都深深受到了带教老师一言一行的影响，颇有感触与体会。

我的老师吕主任是首都医科大学附属北京中医医院原外科主任，她1969年毕业于首都医科大学医疗系，于70年代分配到北京中医医院外科从事临床及教学工作。中医启蒙于外科名老中医赵炳南、房芝萱等老中医，在中医外科治疗各类疮疡、乳房疾病及周围血管病，如脉管炎、动脉硬化闭塞症、大动脉炎等疾病中，受到各名家老师的教诲，医术上要严谨、认真、一丝不苟，要学无止境。1991年国家为了抢救祖国医学遗产，使传统医学后继有人，吕主任成为王老教授的学术继承人，继承了王老行医50年的绝技，如对乳房疾病的辨证论治、对慢性溃疡的阴阳辨证及一些传统外用药的制作与用法等。吕老师已从医40年，临床经验非常丰富，而我有幸成为了她的学生，跟随她学习中医外科学的知识。作为一名社区中医全科医师的我，刚刚参加临床工作近3年，临床经验的绝对不足，既往中医外科知识的零接触，那么这三年的学习将对我本人来说是一次非常宝贵的经历和过程。

学习中医外科以来，我的临床思维更为开阔了。中医内科和中医外科虽同属于祖国传统医学的一部分，但是有很多理念又有所不同。从中医内科来说，常用的辨证思维侧重于脏腑辨证，在于病人的整体，往往忽视了病人的局部;而吕老认为作为一名中医外科大夫，临床辨证除了整体辨证之外，局部辨证也显得非常重要，整体辨证与局部辨证要相结合。因为外科疾患最显著的特征就在于局部病灶的存在，一般都有比较明显的外在表现。主要包括红肿、发热、疼痛、成脓、麻木、溃疡、结节、肿块、瘙痒、功能障碍以及皮肤部位的各种损害等。由于局部病灶存在的直观性，能够有效地提供了临床辨证的客观依据。也有某些全身疾病，其病灶反映却在局部。但由于疾病的病因不同，程度各异，因而转归顺逆相差甚远。因此，外科辨证虽多从局部病变着手，以局部症状为重点，但也绝不能孤立地以局部症状为依据，只有从整体观念出发，局部与全身辨证相结合，外在表现与五脏六腑病变相结合，辨证求因，全面分析疾病的性质，综合起来进行辨证，抓住证候的主要致病因素，才能为施治提供可靠的依据。

另外，吕老始终坚持中西医结合，辨病与辩证相结合，临床要注重临床体格检查，在辨证施药的同时也要巩固西医基础知识。吕老在临床上除了中医四诊“望、闻、问、切”，还很注重临床的体格检查，并有着深厚的西医临床功底。凡是有需要的病人，不管是初诊还是复诊，她都一个一个地耐心检查，仔细询问及触诊。外科病患比较特殊，像糖尿病足、乳痈等有创伤的疾病，局部创面的流脓、恶臭，有的病人自己都受不了，但吕老师不怕脏和累，亲力亲为，认真细致的检查，对于病患的西医检查报告也是仔细的查看，就病情及相关注意事项进行讲解，使病患对自己疾病有较为深入的了解，深得病人的感谢与感激。吕老师这种敬业和专业的精神，与病人之间良好的医患关系，提醒我们年轻一辈的医生，应该好好学习西医基础知识，注重临床最为基本的体格检查，不要老是依赖各种辅助检查，同时要与病患进行良好的沟通，为病人增强治疗疾病的信心。

一年的`跟师学习转瞬即逝，虽然通过这段时间的学习，我对于外科疾患如乳腺增生、周围血管疾病、湿疹等疾病的西医诊断及中医药治疗有了初步的认知和体会，但仅仅这些是不够的，自己离老师预想的阶段、与上级部门提出的要求还有很大的差距，我将继续努力，珍惜余下2年的跟师学习，在中医药继承和发展的道路上继续前行，完善自己，不断提升自身技术水平，不辜负院领导、同事们以及老师的期望，努力成为一名优秀的社区中医师，做好社区居民健康的守护者。

我现在还清晰的记得，在跟师的第一天，陈老师和蔼地问我在学习中的困难以及更多的想了解哪方面知识。由于陈老师是中医科班出身，因此推荐我们背诵《医学三字经》，教导我们一定要多背多记，在中医的学习过程中记忆是基础，而且是最重要的，即使还不能完全理解书中所讲的内容精髓，但一定要靠死记硬背，这样在临床实习中才能更充分的体会到书中的旨意。

在制定了学习计划后，老师又带着我游览了整个医院，耐心的给我们讲述了关于医院的一些事迹。在跟师过程中，能学到很多在课堂上学不到的知识。在和老师的交谈中，能了解到她在读经典学习中有什么好的方法，在自己浅层的理解上能更深层的了解，也能纠正自己理解有偏差的方面。在学习任何一门学科时，最宝贵的就是能得到前人的指导和教诲，在坚定自己学习目标的同时，也能加深自己的理解层面，扩展自己的知识领域。

世界上大多数伟人都是站在别人的肩膀上成功的，之所以有了前人失败的经验，才能从更多其他的方面着手研究;也是因为有了前人成功的经验，才能让更多的人有信心坚定自己的目标，继而取得更多更好的成功。就是因为有了前人的经验，才能帮助我们更快更好的取得成功，从而在成功的基础上继续向更高更深的层面研究，正是这样社会才能进步。在我的人生轨迹当中，跟师是一项重大的收获，让我对中医学习有了更深的了解，也让我明白了理论与实践的距离，理论与实际相结合的重要性。在学习中医的过程中，往往能感受到理论知识的.抽象性，让我们无法真正的理解其含义，而如果没有扎实的理论功底，在实际临床中也无法充分理解其理论的含义。因此在跟师的学习过程中，必须要打下坚实的理论功底，必须要记忆更多的理论知识，这一切都是为了更好的结合临床，更好的融入临床，在实习中更能充分运用所学的知识。这个月又可以参加外科医师讨论会了，大家都分成了小组，在每个小组里大家除了可以一起学习外，也可以一起探讨临床中遇到的问题，交流在处理疾病中的不同见解。

在大家的交流中能了解更多人的想法，也学会从不同方面去理解同一个问题，也锻炼了我们的表达能力。因此希望这种制度能够延续下去，让我们学到更多的知识。古语云：“一日为师，终生为父”。在学习过程中我们要用心去和老师相处，相互尊重，提倡一些传统的好行为，日久自会见真情，老师定会将学问倾囊相授的。

中医药是中华民族的瑰宝，每一位中医师都肩负着大力传承发展中医药的重任，而中医的发展离不开师承。中医师承源远流长，经过实践证明，中医师承是中医文化教育的魂脉，是培养中医人才不可或缺的一种形式。如金元四大家张元素将张氏之学传于李杲、王好古及其儿子张壁，李杲复传于罗天益。

明代薛己、张介宾、李中梓诸家私淑李杲;赵献可又私淑薛己、并传学于高鼓峰等人;张璐对薛己和张介宾二家之学均有所承受等等，即为后世所说的易水学派发展概况，也是中医师承发展的模式。为使现代中医可持续发展，各大中医院校均设有中医师承类专业，在校的中医学子也可以利用课余时间自主选择跟随一位富有经验的中医医师学习临床经验。

目前住院医师规范化培训也有跟师学习这一内容，可以让我们学习导师的学术思想和独特诊疗经验，让我们少走弯路，努力成为知书达理、有继承创新精神的中医师。通过这差不多一年多的跟师学习，我成长了不少，成长的背后是我导师教会了我坚持，带领我走上中医路，让我努力去成为更好的自己。

大学期间非常遗憾没有自行选择老师跟诊，自己自行学习中医好像总也不得法。听闻规培期间可以选择跟随一位导师学习临床等各方面经验，感到非常庆幸。经过双向选择，我终于弥补了自己的遗憾，可以跟随导师学习。我还记得那一天是20xx年09月03日，那是我第一次见到我的导师——林老师。

林老师是副主任医师，钦州市中医医院脑病科副主任，善于运用六经辨证经方治疗中医内科、妇科、儿科常见病，治疗过程中能够针药并用，内外兼顾，注重疾病背后的成因，帮助患者建立良好的生活方式及情绪管理。林老师给我的感觉是温和而有力量。他说我们规培这三年要有规划，要从经典入手，再实践临床。即“读经典做临床”。而这差不多一年的时间，我们确实是按照规划在学习成长。

夯实基础，学习伤寒

从20xx年09月起，根据导师的安排，我们每天背诵1条《伤寒论》条文，通过微信语音背诵打卡，每周二晚上讨论《伤寒论》原文2—3条;从20xx年02月起，我们开始每天记录自己的中医人生;从20xx年06月起，我们每周四下午于脑病科病房进行中医经典教学查房。

截止到20xx年06月22日，我们《伤寒论》条文背诵到227条，《伤寒论》条文讨论到49条，记录中医人生134篇;中医经典教学查房4次。另外林老师建立了中医经方临证微信群，邀请了其大学老师给我们讲课分享他们中医人生路上的所得、所获、所思。

让我们每天都有新的收获，感受到了不同思想碰撞出的火花。一开始我认为这些事非常简单，可是每天每周坚持都做这样简单的事情就非常不简单，有时甚至会觉得坚持不下去。可是林老师告诉了我们什么是坚持的力量。在中医路上，或者说人生路上也是如此，每个人都会遇见很大的困难及有时会经常困惑这条路到底要如何走下去。

那么我们要有梦想，有细致的规划，聚焦目标，分解目标，一步步达到自己的规划，让梦想更近一步。通过这差不多一年来的学习，从一开始对《伤寒论》一知半解到逐渐有比较深刻的认识，从一开始任务式的背诵学习到现在的慢慢成为习惯。回首从前，竟开始佩服那个坚持的自己，那个努力的自己，那个不断成长的自己，更感谢那个让我们不断坚持下去的林老师。千里之行，始于足下，万丈高楼，起于垒土。通过林老师给我们规划的《伤寒论》学习任务，让我们不断夯实自己的理论基础，为临床实践做好扎实的理论功底。

实践临床，六经辨证

理论若脱离临床，将是空谈。林老师常将理论联系临床给我们讲解分析，例如患者特点：望诊第一印象如何，患者体质如何，发病诱因为何，疾病特点为何，腹诊提供给我们的信息多少等等。方药选择：为何要选择这首方，这首方的配伍特点是什么，用量变化如何，煎服法有什么要求，如何加减化裁及其适应症及禁忌症等等。

另外林老师通过临床带教给我们总结了六经辨证问诊思路，从六经的提纲入手，判断患者是阴病还是阳病，根据六经的不同临床表现，从太阳病问到厥阴病，逐一分析排除确定患者是何经病变或者有无合并他经病变等等，让我觉得豁然开朗且用于临床简易方便。

跟随林老师学习，让我感受到中医六经辨证的魅力，根据综合分析，大力体现了伤寒论整体性，全局性的辨证思维过程。

如一门诊病人韦某，女性，47岁。就诊于20xx年05月22日。整体情况：中等身材，不胖不瘦，表情忧郁，情绪低落，忧心忡忡。主诉：情绪低落、失眠1年余。

现病史：患者诉1年前因邻里关系不和谐后出现情绪的低落，对事情不感兴趣，失眠，难以入睡，睡而易惊醒，心烦，胸闷，耳鸣，纳差，头晕，口干，咽喉有异物感，无口苦，无恶心呕吐，无腹痛腹泻，无鼻塞流鼻涕，无咳嗽及咽喉疼痛，二便调，舌红，苔黄腻，脉弦细。

诊断：郁症—邪犯少阳，太阴，枢纽不利，湿阻中焦，运化不利。投以小柴胡汤合半夏厚朴汤加减。同时林老师与其“话疗”，理清楚疾病成因，将其把情绪释放出来，并嘱其坚持导引。

服用三剂后复诊，患者诉能入睡，情绪好转，惊恐减轻，咽部无异物感，无头晕，耳鸣轻，纳较前改善，无口苦，舌苔三焦厚腻。能够看见其有了笑容，她爱人说，她能够开始坚持走路锻炼，叮嘱继续做导引。

治疗有效，症状好转，守上方，加佩兰，藿香，草果，祛三焦之湿，化痰湿。很多抑郁的患者，都具有柴胡汤的主症，但也需要辨证的分析，是否有太阳少阳合病，少阳阳明，少阳太阴等，患者当下的自我感受，特别的\'重要，也是我们的辨证的眼目及灵魂。小柴胡疏解少阳之枢，枢机调，上焦得通，胃气因和，下焦得畅，扶正祛邪，使用的是和法。

妇人咽中如有炙脔，半夏厚朴汤主之。半夏厚朴汤为治疗梅核气的专方，在焦虑，抑郁失眠的患者中，使用的机会是很大的，表现为全身的不适，其中咽部的不适感很多，痰气交阻，有些表现出典型的症状，这是常证，有些是不典型的症状，这需要我们用变法的思维去看到症候之间的关系，半夏厚朴汤也是一首高效方，从临证的体会来看，很多患者服用后主观的症状会明显的改善很多。

在治疗的过程中首要的是话疗起到了重要作用，要分析疾病的过程中，耐心的倾听，及时给予支持就会特别的关键，在行为方式上，林老师选用患者能够简单坚持做到的运动方法，导引为第一要义，让患者去体验，感触。慢走，是林老师要求的第二要义，情绪的障碍，需要去疏导，其往往会给患者分析，建议患者找到自己最喜欢的一项运动，坚持去做，令自己的生活方式重新构建后，疾病，症状就会慢慢好转。

小柴胡汤，半夏厚朴汤是林老师临床常用的小方，看着简单，却也治疗了很多患者，调整减轻了躯体化症状，让我体会到了经方的魅力，及在这个时代，作为医者，应该具备内在稳定的能力，当然，这也是需要磨练及自我成长，有正见，中，正，和的人生。

努力总结，自信前行

我认为在跟师过程中要一定常总结，总结老师的临床经验，总结自己的跟诊思考。一定要坚持，坚持中医自信，坚持自己的目标和理想，坚持完成自己定下的任务。

多问些为什么：多问老师为什么，对于学习中遇到的一些关键性问题，要多向老师请教，深入提出问题，把问题尽量搞清楚;多问自己为什么:掌握了老师哪些经验，临床上是否会用;多问患者为什么：患者服用药物后症状是否改善，有何变化、有无不适反应等等。只有这样才能有进步，才能有对临床用方有深刻的认识，举一反三。

多看书籍文献：书中自有黄金屋，一个人的知识有限，难以靠自己攀登高峰，唯有站在巨人的肩膀上方可不断向上攀登。翻阅老师常提及的前贤的医论、医著、文献，以溯本求源，掌握理论依据，同时阅读与本学科相关的的现代医学书籍，熟练掌握中西医理论。也要常看老师所写的处方以及其论文、著述等，反复体会其学术思想在临床上的应用。

多记录医案方法：好记性不如烂笔头，听到、看到能给自己带来收获与思考的内容一定要及时记录，不然过后有可能会忘记，这样会错失提高自己的机会。在此基础可分门别类，加工整理，不断思考，使其内化，成为自己的东西。

多用于实践：跟师过程中要勤于临证，每次遇到相似病历，敢于处方用药，甚至可以照搬老师的方法，发现问题及时请教，这样能力会迅速提高。

多总结分析：经过提问、看书、记录、实践，即可总结分析。《论语·为政》云：“学而不思则罔，思而不学则殆”。整理导师经验，既是工作，也是学习。要想将导师经验承袭下来，必须在“学”和“思”上下功夫。

从20xx年09月到20xx年06月，是林老师让我感受到了坚持的力量。从懵懵懂懂的毕业生到逐渐建立中医自信的规培生，是林老师为我们开辟了中医学习新天地。从过去到现在，从现在到未来，每一个阶段我们都会遇到不同的人，每个不同的人都教会我们成长。何其有幸，我可以跟随林老师学习。非常感动，中医路上有林老师和一群志同道合的朋友一起携手前行。默默感恩，他们是我最想留住的幸运。

总而言之，经过这差不多一年的跟师学习，我无论在临床方面还是在为人处事方面都收获颇丰，并且成长了很多。每个人的成长都离不开自己的努力和身边人的支持、指点、提携。非常感谢林老师的指导和帮助，愿我等在中医之漫漫长路上，上下求索!最后用张载的一句话，与君共勉：为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平!

岁月如梭，现已是不惑之年，从事以中医基础理论为指导的保健调理工作有些年头了。实践中，也帮助了不少患者解除了病痛，也有努力了但收效不佳的情况，渐渐心里产生了困惑与迷茫。觅得良师，提升自己，超越自我一直以来是自己的一个夙愿!

20xx年，我有幸加入市中医研究会组织的中医师承班学习，在研究会的组织推荐下，拜叶中医为师，系统学习中医知识与技法。在长期的跟诊中，逐渐地认识到叶老师深厚的知识底蕴，及在中药方剂和针灸上的独到之处。在不断的熏修下，吾虽算不上聪慧 ，但也小有收获，现将所识所悟，写来已做总结与思考!

医德。师父为人和善，乐观!已近古稀之年的她，头发已是花白，但表情总是给人一种和蔼可亲，慈悲之貌。面对患者的\'疑问和困惑，能够耐心的聆听，并不厌其烦的解答，直到患者点头。每次临诊都非常的认真，严谨!从中我感悟到，医者要有一颗拔除疾苦，解除病痛的慈悲心，和博爱利他的为人民服务的奉献精神!

医理。拜师后，师父传我两大册医学名著《金匮要略》《医学传心录》。督促我在学习和工作中要注重病症结合，辨证施治，重视整体脏腑经络为辩证的核心。还要坚持练功，告诉我们练功对诊断疾病的重要性，在不断的坚持下，使得自己更深层次理解了“不懂经络，动手便错\"的道理，以奇经脉法指导临床诊断。候诊之余，还组织师兄弟进行相互诊脉，互谈认识，指导我们根据自身的病苦开出药方，指导用药，让我们总结服药后的感受体会。如此，极大的增加了我们临证时用针施药的信心!

几年走过，在研究会师承教育对中医知识系统学习的基础上，在师父的言传身教下，虽未明悟医之至理，但也破处了内心诸多困惑，给了自己希望与方向，坚定了自己学习中医的信念。“师傅领进门，修行靠个人”，希望在中医研究会师承班带领下，在师傅的教导下，学习更多的实用技术，让中医文化和技法服务更多的人!

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！