

# 最新心得体会免费 预防麻疹心得体会 (实用9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。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 心得体会免费篇一

麻疹是一种高传染性疾病，由麻疹病毒引起。麻疹常见于儿童和未成年人，但成年人也有可能感染。麻疹的症状包括发热、咳嗽、眼结膜炎等，最明显的特征是全身皮疹。麻疹疫苗的普及已经使得麻疹几乎已经消失在了发达国家，但在某些发展中国家，麻疹依然危害很大。因此，预防麻疹对于我们每个人都非常重要。

### 第二段：疾病的传播途径

麻疹是非常传染的，它可以通过飞沫、接触和空气传播。当一个感染了麻疹的人咳嗽或打喷嚏时，病毒就可以通过飞沫传染给其他人。此外，当一个人共用餐具、杯子、毛巾等时，还会有接触传播的风险。病毒可以在空气中生存两个小时以上，因此在公共场合，我们一定要注意加强卫生措施。

### 第三段：麻疹的预防措施

麻疹的最佳预防措施就是接种疫苗。疫苗可以有效地预防麻疹、腮腺炎和风疹。疫苗在两岁左右开始接种，以后随着年龄的增长，还需要进行加强接种。此外，我们还要注意个人卫生，勤洗手、避免和患者密切接触、多通风等都可以有助于预防麻疹。

## 第四段：如何应对麻疹疫情

当出现麻疹疫情时，我们需要采取及时有效的措施。首先，需要评估疫情的规模和影响范围。随后，需要加强预防措施，例如提供免费疫苗和全民宣传。同时，卫生部门要对患者及时隔离，减少病毒传播。这样我们才能有效地控制麻疹疫情，防止病毒进一步传播。

## 第五段：总结和感想

预防麻疹对于我们每个人来说都非常重要。只有有效地进行预防措施，才能避免麻疹疫情的爆发，保障个人和社会的健康。同时，也需要加强对麻疹的认知和了解，及时应对疫情的发生，保护自己和家人的健康。作为一名智能AI小助手，我也将时常提醒您关注防控麻疹等传染病的相关信息，共同维护一个健康和谐的社会。

## 心得体会免费篇二

方岗镇纪委书记 李鸿宾

党的群众路线教育实践活动于2013年6月18日开展以来，全国上下各级党组织争相拥护，迅速掀起了活动高潮。现在，第二批党的群众路线教育实践活动已经开始进行，通过参加禹州市委组织安排的这次为期三天的全封闭式的学习培训活动，我感触颇多，对当前社会问题、干部思想现状等有些思考和体会。

一、党员干部要充分认识党的群众路线教育实践活动的重要性和重大意义。

基础不牢，地动山摇，这些问题已经严重威胁到了共产党的执政根基，我们的权利来自群众，我们的服务对象就是群众，我们自身也是群众，我们一定要认识到这一点。一个执政党

如果得不到群众的支持，丧失了民心，那离败亡之日就不远了，这绝不是危言耸听。

中央这次开展的党的群众路线教育实践活动就是要贴近群众，走进群众当中，了解群众所想、所思，从实际出发，研究完善符合当前社会发展的各种体制；从我们党员干部自身抓起，改进工作作风、改变政府形象、拉近干群关系、维护党的纯洁性。我们必须着力解决发生在群众身边的腐败问题，认真解决损害群众利益的各类问题，切实维护人民群众合法权益，从而逐步解决这些问题。我们党员干部一定要清醒地认清形势，从思想上重视党的群众路线教育实践活动。

二、党员干部要有敢于“亮剑”、勇于“亮剑”的精神。不知道什么时候起我们党员干部为了自己所为的一些脸面、政绩，大搞一些脱离实际、脱离群众的形象工程，形式主义、官僚主义开始蔓延；不知道什么时候起我们党员干部开始相互攀比、搞排场，享乐主义、奢靡之风开始盛行；不知道什么时候起我们党员干部召开一次民主生活会，就像是在召开一次工作报告会；不知道什么时候起我们党员干部开始脱离了群众，与富豪富商整天在一起打牌赌博、出入一些高档娱乐场所。

我们党员干部要敢于“亮剑”、勇于“亮剑”，这个“亮剑”精神，可以理解为敢于得罪人、不怕得罪人，也可以理解为敢于批评人、敢于自我批评，更可以理解为敢于担当、勇于担当。照镜子、正衣冠、洗洗澡、治治病不应该只出现在口头上，不应该只表现在形式上，我们党员干部要借助这次党的群众路线教育实践活动，深刻触及我们的灵魂。我们不应因为害怕不被上级认可而畏缩不前，我们不应为怕承担责任而缺乏开拓创新的精神，我们更不应因为害怕影响政绩而掩盖事实、逃避问题。

三、从实际出发，走群众路线，进入群众当中，完善符合群众实际的各种长效机制。

杜绝官僚主义、形式主义，杜绝走过场、走形式，杜绝面子工程、形象工程，这不是说说就能做到的，只有从实际出发，走群众路线，进入群众当中，了解群众所思、所想，才能制定出符合群众利益、得到群众拥护支持的好政策、好办法。

去年以来我市开展的城乡环境综合整治工作效果非常好，非常贴近群众，清理垃圾、绿化道路、净化街道、美化环境等等这些与群众百姓生活息息相关的活动举措，得到了群众的一致好评，但是怎样去保障、怎样去维护，使活动能有始有终、长期开展下去才是“功德圆满”。这就需要我们更多地来思考这个问题，首先必须把群众的自觉性调动起来，让老百姓也参与到这个活动中来，这就需要我们去做广泛的宣传发动群众；其次要统筹协调好各乡镇、各单位的资金使用，要结合自身实际，突出以点带面、重点规划的效果；三是要把长效机制建立起来，做到长期坚持、有始有终；四是要优化经济结构，在不影响生态环境的基础上加大重点企业项目招商力度，发挥企业的经济效益作用和示范带头作用，用企业“税款”来增加财政收入的同时保障环境整治费用的运行，同时要发动企业来共同参与建设美丽禹州；五是要加大垃圾无害化处理的能力，多引进培养一些无害化垃圾处理企业，避免垃圾二次污染。

接待上访群众，甚至主动接待上访群众，实行“一站式接待、一条龙办理、一揽子解决”，减少群众信访成本，提高工作效率，把涉法涉诉信访纳入法治轨道解决，维护司法权威。中央发布的“属地管理、分级负责、谁主管、谁负责”原则是好的，但是到下边执行的时候往往没能结合实际，只要发生越级信访，上级就习惯性的交办给镇里，责任主体也就由信访人户口所在地的乡镇政府来承担，要知道，只要是越级访、非正常上访，除了一些个别案件是因为当地乡镇政府不作为造成的原因外，大部分案件都是乡镇政府处理不了的问题，涉法涉诉、跨行业、跨部门、共性问题等疑难信访案件一直是主要来源；二是应该加大对非法上访和无理上访人员的惩处力度。因为群众信访意识提高等原因，一些个别群众，

往往夸大事实，无理索求高额赔偿，造成责任政府协调压力增大，处理费用增高，从而引发“连锁反应”；三是要改进和完善考核方式，不能简单地“以访量论英雄”；四是要斩断信访接访利益链，维护良性信访渠道和制度；五是要严格完善媒体网络监督、引导机制。有些媒体网络，在没有经过实地调查的情况下，利用广大群众“同情弱者、仇官仇富”心里，无故夸大事实、捏造事实，达到博得众人眼球、提高知名度、得到一些报酬利益的目的。

群众身边发生的违法违纪问题、维护人民群众利益。不走进农户，不深入群众，怎么能够发现问题，光靠督查暗访，光靠相互批评、相互举报是不能全面的了解情况发现问题的，我们要充分的发挥群众力量，这样才能更好更全面的发现问题，才能让群众看到我们改进作风的决心，赢得群众的民心。

实干兴邦，就从改进作风做起。

2014年3月26日

## 心得体会免费篇三

近年来，麻疹病例呈现上升趋势，给人们的健康和社会稳定造成了很大的威胁。为了预防麻疹的传播，我们需要重视麻疹预防工作，并采取正确的预防措施。在过去的一段时间里，我深入研究了关于麻疹的知识，并付诸实践，总结出一些心得体会。在这篇文章中，我将分享我的五个关键点来帮助他人更好地预防麻疹。

首先，认清麻疹的传播途径和症状。麻疹是一种高度传染性的疾病，主要通过空气中飞沫传播。因此，当有人咳嗽或打喷嚏时，麻疹病毒会通过微小的飞沫进入空气中，并在呼吸道、眼睛或口腔的黏膜处寄生。麻疹的主要症状包括高热、咳嗽、鼻塞、眼结膜炎、红疹等。了解这些信息，我们就能更好地认识到麻疹的危害，以及采取相应的预防措施。

其次，接种疫苗是预防麻疹的有效途径。麻疹疫苗是预防麻疹最常用的方法，大大降低了麻疹的发病率。根据世界卫生组织的建议，儿童应接种两剂次的麻疹疫苗，第一剂在9-12个月龄接种，第二剂在15-18个月龄接种。同时，尽量确保成年人接种过麻疹疫苗，以增加群体免疫力。疫苗的接种是在医院或疾控中心进行，根据预防接种的规划和时间表，定期前往机构接种，确保接种量和接种方式正确。

第三，避免接触传染源是关键。在公共场所，特别是在聚集性感染高的地方，如学校、幼儿园、医院等，人们需要尽量避免与患者接触。此外，应避免与病毒携带者共用餐具和生活用品，以减少传播的可能性。家庭中，要确保空气流通，勤开窗通风，清洁环境并保持卫生。若发现家庭成员有麻疹症状，应及时就医，避免麻疹的进一步传播。

第四，加强健康教育宣传的力度。提高人们对麻疹的认知，增加对预防麻疹的重视，是预防工作的关键。政府部门应加大对麻疹的健康教育宣传力度，加强对公众的科普，提供关于麻疹的知识和预防方法的资讯。同时，学校和家庭也应承担起教育的责任，定期开展预防麻疹的主题教育活动，增强学生和家长对预防麻疹的意识和知识。

最后，加强国际合作与信息共享。麻疹是全球性问题，只有通过国际合作和信息共享才能更好地应对。各个国家和地区应建立麻疹疫苗接种的档案，及时共享预防麻疹的经验和措施。同时，也应加强与发展中国家的合作，通过援助和技术支持，提升其防控麻疹的能力，共同努力实现全球范围内的麻疹预防。

总结起来，预防麻疹是一项全民行动，需要政府、医疗机构、学校、家庭和个人的共同努力。通过认清传播途径和症状、接种疫苗、避免接触传染源、加强健康教育宣传和加强国际合作与信息共享，我们能够有效地预防麻疹的传播，保护社会大众的健康和安全。希望通过我的分享，能够让更多的人

关注并参与到麻疹的预防工作中来。

## 心得体会免费篇四

心 得 体 会

水利股王聪娥

廉政风险防控机制建设

廉政风险防控机制建设是以防控权力运行中的风险点为核心，针对可能诱发腐败的关键环节和重要部位，用制度最大限度地控制风险发生的危害程度，促进权力规范、安全、高效运行。按照中央、省上要求，今年以来，庆阳市以全面开展廉政风险防控机制建设为抓手，把反腐倡廉建设融入全市经济、政治、文化、生态文明建设和党的建设之中，有针对性地健全完善重点领域、重点环节、重要岗位的权力制约、运行、监督等方面的机制制度，用制度构筑防范腐败发生的权力、动机、机会“三道防线”，着力打造改革开放的“放心区”和干部干事创业的“安全区”。

一是全面“清”权，针对廉政风险点健全完善防控措施。全市上下对照单位的主要职能和 workflows，按照全员参与的要求，以岗位为点、程序为线、制度为面，深入查找思想道德、岗位职责、业务流程、制度机制、外部环境等方面的廉政风险点，对权力内容和制度建设现状进行了全面梳理。对排查到的风险点按照发生概率和危害程度，科学界定等级，实行三级管理，并逐一登记汇总，建立台账，有针对性地进行制度的“废、改、立”，健全完善缺失和漏洞，制定相应的防控措施。目前，全市共排查各类廉政风险点6317个，通过“废、改、立”制定防控措施6191条，出台制度规定407项，厘清了权力清单和运行程序，为有效控制风险打下了基础。

二是公开“晾”权，通过群众监督促权力透明运行。对权力

运行的程序、各个岗位工作人员的职责、廉政风险的等级以及防范措施，各级各部门都建立了廉政“风险库”，并通过大会公告、在公共场所设立公示牌、监督牌等形式向社会公开，接受评议和监督。据此，不仅使廉政风险点成为时时悬在干部头上的警示之剑，促其知道“危险”、防范“风险”、不敢“冒险”、力求“保险”，自觉遵守党纪政规，规范和约束职务行为，也使群众找到了监督党政部门和公务人员的依据和平台，调动了群众参与党风廉政建设的积极性。

三是有效“规”权，依靠制度创新促反腐倡廉科学化。积极推行分权制约和相互制衡原则，促进决策权、执行权、监督权相互制约、相互协调，进一步规范了人权、事权、财权等重点权力的运行，建立了教育、制度、监督、改革、纠风、惩处相结合的惩防体系。一些单位通过制度创新，有效约束“一把手”的权力，一些单位用制度固化廉政宣传教育、责任制落实等工作环节，一些单位采用人脑+制度+电脑，等等。这些手段有效减少了制度操作中的人为因素，拓宽了制度创新领域，提高了反腐倡廉科学化水平。开展廉政风险防控机制建设工作，使干部职工普遍接受了一次系统的廉政教育，把党风廉政建设的任务真正落实到了每个人的肩上。特别是通过有针对性地建立健全规章制度，进一步规范了部门权责，促进了职能转变，提高了工作效率和服务质量，也使干部职工从被动接受监督转变为主动防范风险，对违纪违规事件由事后的惩处转变为事前、事中监督和警示提醒，真正把党风廉政建设工作任务融入了部门、单位的业务工作之中。

为了有效预防和减少腐败的可能性，近年来各地各部门根据中央的要求和部署，对廉政风险防控机制建设做了一些有益的实践探索。在实际工作中，预防关口前移，通过查找风险部位、评估风险指数、界定风险等级、建立预警系统、完善相关制度、反馈实施结果等，建立健全融教育、制度、监督于一体的有效防控廉政风险新机制，进一步加强了从源头上防治腐败工作，取得了较好成效。

推进廉政风险防控机制建设是落实“三个更加注重”要求、拓展预防腐败工作领域的有效措施。党的十七大报告强调，在坚决惩治腐败的同时，更加注重治本，更加注重预防，更加注重制度建设，拓展从源头上防治腐败工作领域。这“三个更加注重”，从本质上说是要求超前化解权力运行过程中各种容易诱发腐败的风险，使腐败行为不发生或者少发生。在反腐倡廉形势依然严峻、任务依然艰巨的情况下，只有坚持预防在先，防患于未然，大力推进廉政风险防范机制建设，才能减少和控制诱发腐败的风险。

推进廉政风险防控机制建设是加强领导干部作风建设、促进领导干部廉洁自律的客观需要。应当看到，党员干部特别是各级领导干部大多掌管着一定的权力和资源，不同程度地面临着诱惑和考验，而且掌管的权力越大、资源越多，受腐蚀的风险就越大。这就要求把更多的时间和精力用在预防腐败的环节上，督促领导干部树立廉政风险防控意识，筑牢拒腐防变的思想道德防线，从而最大限度地降低腐败和不正之风发生的概率。这也是从根本上爱护和保护党员干部的具体体现。

推进廉政风险防控机制建设是创新纪检监察工作方式、提高反腐倡廉建设科学化水平的有益探索。推进廉政风险防控机制建设，突破了传统思维和习惯做法，将“风险管理”等现代管理理念和科学方法引入反腐倡廉建设实践，将预防腐败工作落实到权力运行的全过程，具有很强的创新性、科学性和可操作性，体现了党风廉政建设和反腐败斗争正在向科学化、制度化、规范化推进，是用发展的思路和改革的办法推进反腐倡廉建设的积极探索，为有效预防腐败开辟出一条新路。

进一步推进廉政风险防控机制建设，在实践中应遵循科学评估、超前预防、实事求是、改革创新、务求实效等基本原则，重点抓好“六个环节”。一是抓好教育环节。教育和引导广大党员干部特别是领导干部牢固树立廉政风险防控意识，主

动参与廉政风险防控工作。二是抓好组织协调环节。建立健全各级党政主要领导负总责、主管领导具体抓、纪检监察机关协调推进、各个部门共同参与，多方联动、上下协同的领导体制和工作机制。三是抓好查找环节。突出重要岗位，采取自己查找、群众帮助、社会评议、领导提示、组织审定等方式，深入查找风险部位，制定防控措施和实施细则，做到岗位职责明确、廉政风险清楚、防控措施得力。四是抓好公开环节。通过设立廉政风险举报箱、公开监督举报电话、开设网上投诉专栏等方式，健全廉政风险防控网络，及时收集干部群众意见。五是抓好整改环节。定期汇总风险防控情况，研究风险处置任务，及时整改存在的问题，不断完善风险防控措施。六是抓好考核环节。将廉政风险防控管理情况作为评价落实党风廉政建设的重要内容。

## 心得体会免费篇五

近年来，全球范围内麻疹的流行呈逐年上升的趋势，严重影响着全球公共卫生。为了提高麻疹的预防和控制效率，各国纷纷加强了麻疹的宣传和培训工作。本次麻疹培训旨在进一步提高参与者的麻疹疫苗接种率、掌握麻疹的发病机理和诊断方法、强化卫生防疫意识和相关知识，以保护公众健康。

### 第二段：对麻疹病毒的认识和了解

麻疹是由麻疹病毒引起的急性传染病，主要通过呼吸道传播。病毒感染后，会引起一系列典型的症状，如发热、咳嗽、流涕、皮疹等，通常可经过自限性疾病进程而痊愈。但对于某些感染免疫力较弱的人群，如婴幼儿和成年人等，麻疹的后果可能很严重，如肺炎、脑炎等，并且有时还可能导致死亡。因此，预防麻疹的重要性不言而喻。

### 第三段：学习麻疹疫苗接种和诊断方法

在麻疹的控制过程中，疫苗接种是最为有效的方法之一。本

次培训中，我们掌握了麻疹疫苗的正确定义、接种程序、接种禁忌症等方面的知识，同时，还学习了麻疹的诊断方法、实验室检测等方面的内容。这些知识让我们更好地认识到麻疹的危害和预防措施，也为我们提供了针对麻疹病例进行快速诊断和疫情控制的基础。

#### 第四段：强化卫生防疫意识

随着全球化的发展，人与人之间的交往越来越频繁，疾病也易于跨国传播，因此，加强卫生防疫意识尤为重要。在本次培训中，我们学习了如何清洁、消毒和隔离病人等方面的知识，也了解到了个人防护的重要性，如戴口罩、勤洗手等。这些知识的掌握不仅有助于防控麻疹，对于日常生活和职业生涯中，也有着重要的作用。

#### 第五段：总结和建议

通过本次培训，我们不仅加深了对麻疹的认识和了解，还掌握了较多的防控技能和方法。未来，我们应该将所学知识应用到实际工作中，积极宣传麻疹的预防和控制知识，将麻疹疫苗接种率提高到较高的水平，为保护公众健康共同努力。同时，应关注国内外麻疹疫情发展态势和各种新的疾病控制策略，并及时充实自己的防控知识库，为应对各种应急事件做好准备。

## 心得体会免费篇六

麻疹是儿童最常见的急性呼吸道传染病之一，其传染性很强，在人口密集而未普种疫苗的地区易发生流行，2~3年一次大流行。麻疹病毒属副黏液病毒，通过呼吸道分泌物飞沫传播。下面，小编为大家分享小儿麻疹的九大护理办法，希望对大家有所帮助！

及时评估患儿透疹情况，保持床单整洁干燥与皮肤清洁，在

保温情况下，每日用温水擦浴更衣1次(忌用肥皂)，腹泻儿注意臀部清洁，勤剪患儿指甲防抓伤皮肤继发感染。如透疹不畅，可用鲜芫荽煎水服用并抹身，以促进血循环和透疹，并防止烫伤。

加强五官的护理。室内光线直柔和，常用生理盐水清洗双眼，再滴入抗生素眼液或眼膏，可加服维生素a预防干眼病。防止呕吐物或泪水流入外耳道发生中耳炎。及时清除鼻痂、翻身拍背助痰排出，保持呼吸道通畅。加强口腔护理，多喂水，可用生理盐水或朵贝液含漱。

患儿发热期间给予清淡易消化的流质饮食，如牛奶、豆浆、蒸蛋等，常更换食物品种并做少量多餐，以增加食欲利于消化。多喂开水及热汤，利于排毒、退热、透疹。恢复期应添加高蛋白、高维生素的食物，指导家长做好饮食护理，无需忌口。

小儿麻疹并发症多且重，为及早发现，应密切观察病情。出疹期如透疹不畅、疹色暗紫、持续高热、咳嗽加剧、鼻扇喘憋、发绀、肺部罗音增多，为并发肺炎的表现，重症肺炎尚可致心力衰竭。

患儿出现频咳、声嘶、甚至哮吼样咳嗽、吸气性呼吸困难、三凹征，为并发喉炎表现。患儿出现嗜睡、惊厥、昏迷为脑炎表现。出现并发症时可导致原有结核病的恶化。应予以相应护理。

小儿绝对卧床休息至皮疹消退、体温正常。室内宜空气新鲜，每日通风2次(避免患儿直接吹风以防受凉)，保持室温于18-22℃湿度50%-60%。衣被穿盖适宜，忌捂汗，出汗后及时擦干更换衣被。

监测体温，观察热型。高热患儿可用小量退热剂，忌用醇浴、冷敷，以免影响透疹，导致并发症。

对患儿采取呼吸道隔离至出疹后5天，有并发症的. 患儿延至疹后10天，接触的易感儿隔离观察21天，病室通风换气进行空气消毒，患儿衣被及玩具曝晒2小时，减少不必要的探视预防继发感染. 流行期间不带易感儿童去公共场所，托幼机构暂不接纳新生. 为提高易感者免疫力，对8个月以上未患过小儿麻疹的小儿可接种小儿麻疹疫苗。

接种后12日血中出现抗体，1个月达高峰，故易感儿接触病人后2日内接种有预防效果. 对年幼、体弱的易感儿肌注人血丙种球蛋白或胎盘球蛋白，接触后5日内注射可免于发病，6日后注射可减轻症状，有效免疫期3~8周。

给患儿祛痰止咳剂。

用咖啡因(caffein)□0.3-0.5ml次皮下注射，或用樟脑(camphor)□0.3-0.5ml次皮下注射，可改善循环使皮疹出透。

指导小儿麻疹患儿无并发症时可在家治疗护理. 医务人员每日家庭访视1-2次，并进行上述护理指导。

尽量给患儿不用或少用“退热药”，可用温水擦澡，注意保暖，使体温降至左右，预防高热惊厥，温度降太低时可致循环不良，病情加重。

## 心得体会免费篇七

麻疹是一种极具传染性的传染病，由麻疹病毒引起。它主要通过飞沫传播，由感染者的呼吸道分泌物和咳嗽、打喷嚏等方式将病毒传染给其他人，也可以通过与被感染物体的接触等方式传播。

段落二：麻疹的症状和并发症

麻疹的症状通常包括发热、咳嗽、肌肉关节疼痛、喉头痛和皮疹，皮疹通常从颈部开始，然后蔓延到整个身体。此外，麻疹也可以引发一些严重并发症，如肺炎、脑炎、听力丧失、失明和死亡。

### 段落三：预防麻疹的措施

麻疹是一种可以预防的疾病，最好的预防方法就是接种麻疹疫苗。根据世界卫生组织的建议，所有儿童都应在满9个月的时候接种第一剂疫苗，然后在满15个月的时候接种第二剂疫苗，以充分保护自己。此外，也可以采用一些简单的预防措施，如经常洗手，避免和感染者接触等。

### 段落四：在发生麻疹时应采取的措施

如果有发现疑似麻疹的症状，最好及时就医，并告知医生曾经接触过疑似感染者，这样医生可以采取必要的预防和控制措施，降低麻疹病毒在社区中传播的风险。如果确诊患有麻疹，患者应立即隔离，以免传染给别人。

### 段落五：个人感悟和总结

学习和了解麻疹知识，不仅可以保护自己和家人的健康，也可以为社区健康和防控工作做出自己的贡献。我们应该时刻关注自己的健康状况，提高预防意识和能力，采取有效措施预防和控制传染病的发生，共同维护社区的健康和安全。

## 心得体会免费篇八

7月1日，中共中央在人民大会堂举行了庆祝中国共产党成立95周年紀念大会，李克强、张德江、俞正声、刘云山、王岐山、张高丽出席大会。总书记在会上做了一万余字的长篇讲话，内涵异常丰富。

这篇贯穿了历史、现实的重要讲话，以八个字统贯全文：“不忘初心，继续前进”。

不忘初心，是不忘记自己从何而来，为何而去。中国共产党的成立与成长一直伴随着中华民族的救亡图存，一种民族危亡的紧迫感深植于中国共产党的精神基因中。这使得中国共产党的所思所为一直围绕着整个民族的复兴。一开始是救亡，如今是富强。其核心无非是围绕两个字展开：人民。

95年来，这颗初心未黯，使得中国共产党始终能在关键的历史时刻，破除和超越利益固化的藩篱，把整个政党的精神一遍遍拓宽，从而避免了这个拥有8800多万党员的政党沦为某些人或者某些群体的“私产”。

扎根于人民，来源于人民，服务于人民，这是中国共产党有别于其他西方政党的鲜明特色，也将成为其长期执政的坚实基础。

在昨天的讲话中，总书记还提到了“中国方案”：“中国共产党人和中国人民完全有信心为人类对更好社会制度的探索提供中国方案”。

几年前，很多学者广泛讨论“中国模式”，认为中国的崛起创造了一个有别于西方的发展模式，甚至超越了西方。但中国一直保持了谨慎，并没有在正式场合引用“中国模式”一词。从实践看，中国的发展道路一直在探索和完善中，但也有一条主线一直坚持了下来：人民立场，从而形成了中国特色的发展道路。

这次总书记提出了解决人类发展问题的“中国方案”，这个方案不是对现有西方制度的简单复制，更是完善和超越，是更好的社会制度设计。但绝不是像西方某些国家一样，对自身文化抱有盲目的优越，以普世自居，强加于人，而是一个可供选择的，有中国的鲜明特色，也有一定的普遍规律

的“中国方案”。

正像总书记所说的，历史没有终结，历史也不会被终结。“中国方案”来源于我们对发展道路、理论、制度和文化的自信。总书记说，“文化自信，是更基础、更广泛、更深厚的自信”。对道路、理论和制度的实践也会慢慢内化为文化的基因，因此，文化自信是更深层次的民族品格。但中国的文化自信是自尊，能坚持自己的根本，绝不是“文明与野蛮”的盲目自傲。

这种平等、开放的文化观，可以让“中国方案”寻找到更多的知音。这也是中国参与全球治理、推动新的国际秩序的一个根本心态。

一、机会难得，学习气氛浓厚。

参加这次培训的同志们都很珍惜这次难得的学习机会，在最短的时间内完成了由教育工作者到学生的角色转换，认真、虚心、诚恳地接受培训，态度端正、学习专注，从教育局领导到学校校长都能专心致志，全神贯注，认真的聆听和记录，及时完成作业，如饥似渴地接受着新鲜的理念。大家都觉得机会是如此的难得，学习气氛十分浓厚，仿佛回到了学生时代。

二、异彩纷呈，讲座全面系统。

专家、教授的讲座就象是一顿丰盛的大餐，精美地呈现在我们的面前，真是“听君一席话，胜读十年书”。各位专家、教授毫无保留的把自己在学习和工作中的经验拿出来与大家分享，深入浅出，可谓是异彩纷呈。刘华蓉教授报告：教育管理中的危机和舆论应对和李雯教授的“学校安全工作理论、政策与实践”，对指导实际工作有较大帮助，使我们不仅了解了全国学校安全的现状，也对如何做好学校的安全管理有了新的思路。更重要的是懂得如何处理校园突发事件和应对

各种媒体，理解什么叫“媒治”。做好学校安全工作，需要脚踏实地，持之以恒，不能心存侥幸。余祖光副所长的讲座，使我对职业教育人才培养模式、影响因素及改革走向有了新的认识，理解了什么叫“工业文化缺失”。聆听了孙霄兵副部长对《国家中长期教育发展纲要》的解读，明白了基础教育改革的重点，知道了做为一个人才，不只要懂外语，更要懂国际规则、懂中国国情。

### 三、学无止境，更新学习观念。

听专家、教授们滔滔不绝、挥洒自如的讲座，心中十分佩服他们的口才，佩服他们的自信，佩服他们的敏锐，佩服他们知识的渊博。想想如此才气从何而来？所有人都是走着同一条道，那就是不断的读书学习，关注专业知识，关注国家大事，日复一日，永无止境。就像听课时孙部长说过的一句话：“人生是一个长跑，要一直坚持下去。”学习也是如此，要让读书学习已像吃饭睡觉一样，成为我们必不可少的生活方式。我虽然不能教育教学的专家，但我可以从现在起就行动起来，像专家一样投入到读书学习的活动中去，让读书学习也成为我生命活动中不可或缺的组成部分。对照自己的工作实际，将所学知识为我所用。

培训学习虽然已经结束了，但我知道有更重的学习和工作任务在后面。思想在我们的头脑中，工作在我们的手中，坐而言，不如起而行！路虽远，行则将至；事虽难，做则必成。让我们借市教育局开展“学习工程”的东风，重新树立终身学习的观念：为做一名合格的教育工作者努力学习，为培养出更多创新人才努力工作。

教师是“人类灵魂的工程师”，肩负着为祖国的建设与发展培养人才的历史使命。怎样才能不辜负“人类灵魂工程师”这一光荣的称号，怎样才能完成党赋予的培养人才的责任，这是每个教师必须认真对待并要用实践作出回答的问题。

我认为，好教师首先必须有敬业精神，要毕生忠诚党的教育事业。要做到这一点，就应充分认识教师工作的意义，从而深深地热爱教育事业。现代的时代是一个竞争激烈的时代。国与国的竞争主要体现为综合国力的竞争，综合国力的竞争归根结底是人才的竞争，而人才的培养靠的是教育，靠的是教师兢兢业业的工作。只有深深地认识这一点，才能激发对教师工作的热爱，也才能把这种爱倾注到对学生的教育中去。

“师者，所以传道、授业、解惑也。”教师的具体工作在于“传道、授业、解惑”，也就是说教师要通过自身的教学实践，给学生传授知识，培养学生的实践能力，使学生懂得、各种事理。这就要求教师应具有“学而不厌，悔人不倦”来开拓学生的知识视野，丰富学生的知识储备，并在此基础上，培养学生运用知识解决实际问题的能力。与此同时，教师要有崇高的理想，完善的道德情操，坚定的信念，顽强的意志品质，并用它们对学生进行潜移默化的影响和熏陶。这样，才能培养出祖国需要的，全面发展的，能适应竞争形势的有用之才。

其次，必须热爱自己的教育对象——学生。教师应该是一位雕塑大师，能将一块坯材，用自己的思想与感情，将它雕塑成一件艺术精品。从本质上看，学生并不存在好与差之分，“差生”之所以“差”，原因在于他们潜能被种种主客观因素所束缚，而未得到充分的释放而已。来自学生自身的主观因素和来自客观的影响。主客观的因素，都会严重束缚学生内在潜能的发挥，都会成为学生健康成长与发展的障碍。正因如此，我们教师对这些所谓的“差生”，更应加备的关爱与呵护。在他们身上，我们要倾注全部的爱，去发现他们学习上每一点一滴的进步，去寻找他们生活中，品德上每一个闪光点，然后运用激励机制，加以充分的肯定和激励，恢复感到温暖，增强自信，从而缩小师生间心灵上的距离，使他们产生“向师性”。这样，才会在他们成长与发展的道路上有一个质的飞跃。

第三，一个好教师还必须十分重视“言传”外的“身教”，要以自身的行为去影响学习，真正成为学生的表率使学生从教师身上懂得什么应为之，什么不可为。因此，教师的教学，待人接物，行为举止，一言一行都必须认真、稳重、规范、得体，切不可马虎、轻率、任性、不负责任。除此之外，教师还应和学生进行经常性的心灵沟通，向学生畅开心灵，既可以向学生谈自己从人生中取得的宝贵经验，也可以向学生坦诚地公开自己的生活教训，使学生真正感受到你不仅是良师还是益友。

经过这次师德师风学习周，我受益良多；师德师风的建设对于一个学校是十分重要的组成部分，只有师德师风良好的环境学生才能健康茁壮成长；老师才能取得更好的教学成果。

## 心得体会免费篇九

荨麻疹是一种常见的皮肤病，病人患上荨麻疹会出现皮肤瘙痒、红肿等症状，给患者带来不少困扰。作为一名护士，我多年来经验总结了一些关于荨麻疹的护理心得，希望能为大家提供一些帮助。在护理荨麻疹患者时，我们需要关注患者的病情变化，提供相应的护理措施，并对患者进行相关的教育和引导。下面我将从五个方面来介绍我的护理经验，希望能对大家护理荨麻疹患者时有所帮助。

首先，及时观察和记录病情变化是护理荨麻疹患者的重要环节。在接触患者的初期，我们需要详细询问患者病程、病史等信息，并了解患者当前的症状和所受的治疗。在随后的护理工作中，我们需要每天对患者的病情进行观察，记录下患者出现的症状、疼痛程度、荨麻疹的部位和大小等信息。及时观察和记录能够帮助我们及早发现患者病情变化，并为医生提供参考依据，以便调整治疗方案。

其次，采取措施缓解瘙痒是护理荨麻疹患者的关键。荨麻疹

的最突出症状就是皮肤的剧烈瘙痒，而患者不断的搔抓往往会加重病情。因此，我们需要通过一系列的措施来缓解患者的瘙痒感。首先，我们可以为患者提供清洁舒适的环境，保持室内的温度适宜，并减少患者接触到刺激性的物质。其次，可以为患者提供冷敷，这样可以缓解患者瘙痒的感觉，同时还可以收缩血管，减轻皮肤红肿。另外，患者也可以尝试一些药物治疗，例如外用的抗组胺药物或口服的抗组胺药物等。

第三，合理使用药物对于护理荨麻疹患者也是非常重要的。荨麻疹患者的治疗通常需要用到一些药物，但是我们在使用药物时需要注意剂量和频率等方面。首先，我们需要仔细阅读药物说明书，了解药物的用法和剂量。在用药过程中，我们要严格按照医嘱进行用药，并密切观察患者的反应。如果患者出现药物过敏等不良反应，我们应该及时停止使用，并向医生报告。此外，我们还要告知患者关于药物的注意事项，例如避免与其他药物或食物的相互作用等。

第四，对于荨麻疹患者的心理护理也非常重要。荨麻疹给患者带来了不少痛苦，患者可能会因为症状而焦虑、烦躁甚至抑郁。因此，我们需要与患者进行沟通，了解他们的情绪变化，并积极提供心理支持。可以通过鼓励患者参加一些适合自己的活动来分散注意力，也可以为患者提供一些心理疏导的方法，例如呼吸训练、放松训练等。另外，我们还应该为患者提供一些关于荨麻疹预防和治疗的知識，帮助他们更好地理解疾病，减轻不必要的焦虑和困扰。

最后，定期随访和评估是护理荨麻疹患者的重要环节。荨麻疹是一种反复发作的慢性病，治疗过程可能会比较长。因此，我们需要定期与患者进行随访和评估，了解他们的病情变化和用药效果。同时，我们还应该向患者提供一些预防复发的方法，例如避免接触过敏原、注意个人卫生等。定期的随访和评估能够帮助我们掌握患者的病情变化，及时调整护理措施和治疗计划。

总而言之，护理荨麻疹患者需要我们全程关注患者的病情变化，提供相应的护理措施，并进行相关的教育和引导。通过及时观察、缓解瘙痒、合理使用药物、心理护理和定期随访等措施，我们能够为患者提供更好的护理，帮助他们尽快康复。同时，也希望通过我的经验总结，能为其他护理荨麻疹患者的护理工作提供一些参考和帮助。