

最新献血实践心得体会800字(精选6篇)

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

献血实践心得体会800字篇一

近年来，社会发展的步伐越来越快，人们的生活质量也不断提高。在现代社会，人们更加注重健康的生活方式，迅速增长的健身活动和兴趣爱好也体现出人们对自身健康的重视。与此同时，人们也开始关注无偿献血服务，这不仅是对他人生命的帮助，也是对自身健康的负责。本文将探讨无偿献血服务实践的心得体会。

首先，无偿献血服务实践是一种奉献的心态和行为。无偿献血服务的本质是关心他人，为他人的健康和生命付出自己的一份力量。在参与无偿献血服务的过程中，我们可以感受到心灵的愉悦和满足感。正如格言所说：“行善积德，乐其中。”无偿献血服务实践可以让我们感受到自己的价值和存在的意义。

其次，无偿献血服务实践有助于维护身体健康。献血是一个全面健康检查的机会，通过献血，我们可以了解自身的血液指标，及时发现潜在的健康问题，并采取相应的措施进行改善。同时，献血还可以促进造血功能，刺激人体新陈代谢，增强免疫力，从而提高身体的健康水平。通过无偿献血服务实践，我们不仅关心了他人的健康，也为自身的健康增添了一道保障。

再次，无偿献血服务实践可以培养团队合作精神。在参与无偿献血服务的过程中，我们需要与医务人员、其他献血者一

起协作，共同完成一次献血行动。在这个过程中，我们需要相互支持、鼓励和帮助，共同完成一个共同的目标。通过这种合作，我们学会了倾听他人的意见，尊重他人的权益，明确自己的责任和角色，并迅速适应团队的节奏和氛围。

此外，无偿献血服务实践可以加深对社会关爱的认识。通过献血，我们无偿地奉献自己的血液，为需要帮助的人们提供生命之源。这种奉献精神让我们更加关注社会问题，关心弱势群体，深化对社会关爱的认识。通过参与无偿献血服务实践，我们可以体验到社会的温暖和善意，感受到社会大家庭的温情和凝聚力。

最后，无偿献血服务实践可以培养出具有爱心和责任心的良好品格。无偿献血不仅仅是为了帮助他人，更是一种对他人负责的表现。通过无偿献血服务实践，我们触摸到了爱的力量，了解到了自己对于社会的责任。我们不仅关注自己的生命和幸福，更关注他人的幸福和健康。这种关心他人的品质将延续到我们的生活中，使我们更加心怀感恩，更加富有人文关怀。

总之，无偿献血服务实践是一种奉献的心态和行为，它既有助于维护身体健康，又有助于培养团队合作精神，加深对社会关爱的认识，以及培养出具有爱心和责任心的良好品格。通过参与无偿献血服务实践，我们能够更好地关注他人，照亮他人的生命之路，也能够更好地关注自身，保障自己的身体健康。无偿献血服务实践不仅是一种行动，更是一种生活态度，希望更多的人能够加入进来，共同传递爱与希望的力量。

献血实践心得体会800字篇二

爱心是一缕纷洒在春天的小雨，使落寞孤寂的人享受心灵的滋润；爱心是流淌在夏夜的一股清泉。因为心中有爱我们参加了志愿者的行列，走到义务宣传献血的队伍之中。

我校举行了一次“无偿献血”的义务活动，从中午12：00开始到下午17：30才结束，在一系列宣传之后同学们了解了这次活动的意义及重要性，都积极参与献血活动，在献血车前排起了一条条长龙。同学们的积极性都很高，这让抽血的护士阿姨们也很惊叹，我为我的同学的高尚行为感到骄傲！

宣传活动开始，在医务人员的指挥下，我们迅速分工并投入工作。一部分同学留在献血屋旁协助来献血的人填写表格，一部分到周边进行义务宣传。同学们一个个耐心礼貌，向供血者询问健康状况，指导来者注册填表，并耐心地向大家讲解献血的注意事项和献血的益处。让大家明白了，在献出一滴血的同时，一个生命就回出现奇迹。

米兰坤德拉曾经说过：“同情，不是居高临下的施舍；不是浮于外表的慈悲。而是将我们的心放在此时正在遭受苦难的人所处的境遇中，感受他所承受的悲苦，竭力全力发自内心的去帮助他。”生命的珍贵毋庸置疑，我们理应像珍爱自己的生命一样去爱惜他人的生命，尽我们的所能去帮助那些需要帮助的人们。希望通过此次活动，能使得更多的人了解并参与各项爱心事业，参与到我们“珍爱生命，无偿献血”的活动中来。无偿献血是救死扶伤的人道主义体现，是“人人为我，我为人人”的奉献精神。

如果花开告诉我们春的到来，那么每一滴献血都预示着一个生命的奇迹；如果一个微笑可以温暖你周边的冰凉，那么奉献您健康的血液就意味着将这个城市的生命之灯点燃的更亮，就意味着这个城市增加了无限的生机和不竭的动力。

随着献血车的到来，大家踊跃参与，炎热的天气也阻挡不住前来献血的同学的脚步。填表、检测、采血，大家按照医生的要求秩序井然地进行着。采血车上，那些血袋堆成的小山头像一团鲜红的爱心，温暖如春。护士告诉记者：“这些血通过化验后将运往市各大医院，用于手术台和病床上需血的病人，这些血对病人有着重要意义。”另外，记者特别了解

到：体重低于45公斤，未满十八周岁，最近一周内感冒者将不允许献血；此次献血主要分200毫升、300毫升、400毫升的剂量；献血者以每六个月献一次血为宜。在此，向这些积极参与活动的朋友们道一声：谢谢！正是你们无私的奉献，让我们的社会更加和谐，美满。正是大家的积极参与才使本次献血活动获得圆满成功！

活动结束后，我们每个同学的心里都是波澜起伏，想到从刚开始遭到拒绝的失望，到后来被一个个前来义务献血的人的精神所感动，这一切告诉我们，世间有爱，人间有情，平凡之中却给了我们太多无以言表的感动。做为青年志愿者，作为大学生，我们从不忘身上的责任和对生命的崇敬，我们相信我们是爱心大使，我们能将这种爱传递下去！

献血实践心得体会800字篇三

献血是一种伟大的道德实践，它代表了无私奉献和关爱生命的精神。作为一项公益活动，献血不仅可以拯救生命，也有助于促进社会和谐与稳定。我曾有幸参与其中，通过参与献血活动，我深刻体会到了道德实践的重要性。

第二段：献血的动机和准备

我选择参与献血活动，并非因为追求荣誉或表现自己，而是出于对他人的关心和帮助。准备献血之前，我仔细阅读了相关的资料和指南，了解了献血的注意事项以及自身的健康状况。通过这些准备，我提前消除了一些疑虑和担忧，准备积极投身于献血事业。

第三段：献血的过程和体验

献血的过程并不复杂，但确实需要一些勇气和耐心。当我来到献血点时，工作人员非常亲切地接待了我，并详细解答了我提出的一些问题。在填写相关资料和签署捐赠同意书后，

献血过程正式开始。通过一系列的检查和采血，我感受到了献血的重要性和自己的责任，也明白了自己所做的一切都是为了拯救他人的生命和健康。

第四段：献血后的思考和回顾

献血之后，我反思了整个过程，深感幸运和自豪，因为自己能够帮助别人，为社会做出贡献。同时，我也意识到献血并不仅仅是一次性的事情，更是一种长期的责任。作为献血者，我将继续关注自己的身体健康，保持良好的生活习惯，保证下一次献血的质量和效果。

第五段：道德实践的感悟与展望

通过参与献血活动，我深刻体会到道德实践的重要性，它不仅是个体行为的抽象表达，更是一种社会责任和义务。只有当每个人都积极践行道德实践，社会才能实现和谐与稳定。因此，我希望能够以身作则，鼓励更多的人积极参与公益活动，共同为社会发展与进步贡献自己的力量。

总结：

献血是一种伟大的道德实践，通过参与献血活动，我们可以拯救生命，促进社会和谐与稳定。作为参与者，我们应该始终保持积极的心态和态度，在献血的过程中，深刻体会到责任和义务，反思自身的行为，并为公益事业做出持续的贡献。只有通过道德实践，我们才能真正理解生命的可贵，实现个人与社会的共同进步与发展。

献血实践心得体会800字篇四

今天早上，我在某红绿灯路口为创文明城市站岗，站得腰酸背疼、喊得嗓子冒烟不说，心里还颇为不爽，好心当做驴肝肺啊。交警部门将这种做法称之为“让准司机体验交警管理

交通的难度，千万别当马路杀手”。今天我也出现在这样的人群中，体验摇旗站岗的感受。我穿着反光背心，摇着“文明交通，从我做起”字样的小黄旗，如果有市民违反交通规则，就挥动我手中的旗帜及时制止，这天，我体会到了交警的辛苦，心得如下：

行人横穿马路，不走人行道，交通劝阻员吹口哨，行人当作耳边风，完全置之不理；行人在机动车道上打的士，占用机动车道；当我过去劝阻时，有的行人仍然置之不理，我又是吹哨，又是吆喝，我对他说安全第一，生命重要之类的话，有些行人会很羞涩地笑笑，说句“不好意思”“对不起”“我错了”之类的话，不知道下次会不会知错就改，但是我很欣慰。

行人闯红灯，无视红绿灯的指示，红灯和绿灯都是一个灯，我发现这些行人当中有些甚至是背书包的高中生，并且基本上不听规劝，摆出一副爱谁谁的架势，我想这些交通规则还是得从小抓起，学校也应该重视孩子们的交通规则教育，我记得我读书的时候，走路经常谨记“红灯停，绿灯行”的口诀。

电动自行车不走非机动车道，闯红灯，随意载搭乘客，有时甚至超过两人，这些车万一出事故，不仅伤害自己的性命，还危机他人的生命。

经本人劝诫后行人有置之不理型（也就是不点型），交警看见闯红灯，又是吹哨，又是吆喝，人家充耳不闻；挖后人型，你对他说安全第一，生命重要之类的话，他就一个劲地挖后人，把你看得心里发毛，好像是你做错了；不好意思型，你告诉他之后，他会很羞涩地笑笑，说句“不好意思”“对不起”“我错了”之类的话，不知道下次会不会知错就改。

汽车、摩托车基本上是他做错了，等你吹哨和吆喝的时候，他基本上已经在二里地开外了，有的速度更快，等你看到他

闯红灯再到你喊出注意安全时，我估计他已经起飞了。

总结，警察有时也不好使，我们这些戴着小黄帽，拿着小旗子的志愿者基本上等于不太好使。

不遵守交通规则的现象分析。

25、26以下年轻人和老年人居多（自我观察啊，请不要拍砖和对号入座），越年轻愈明显，而且这两类人基本上不听你规劝，摆出一副爱谁谁的架势，哎。闯红灯的老年人往往不是带着孩子就是骑着车子，本来腿脚就不灵便，一有情况非常危险，哎。女性较男性稍微多点。中年人是遵守规则的人群。

小型面包车、出租车、摩托车居多，他们基本上红灯和绿灯都是一个灯。今天我体验站岗的4个小时，站岗对于我来说，还是蛮新鲜的，很有教育意义。也不完全叫站岗，原则上是一种文明劝导，这种经历对于考驾照的人来说，很有意义。虽然站岗和考驾照没有必然联系，但是可以给人一些警示意义和责任感，受益匪浅。站在路口的行人很危险，经过这次站岗之后，以后自己领到驾照肯定会更加小心地开车。虽然辛苦，但是通过摇旗站岗协助交警管理交通，除切身感受外，我想这一个上午我不但受到了交通安全文明的宣传教育；另一方面也有利于我以后自觉养成文明安全驾驶的好习惯，同时我还会提醒周围的朋友和同事无论是行车还是走路都要遵守交通规则，自己只是站4个小时，就会觉得很累，而在繁忙的交通路口，交警要从早忙到晚，切身体会后，也非常理解他们的辛苦工作。“以后无论是作为行人，还是开车者，我都会遵守交通规则，小心谨慎。做一个真正文明城市的好公民！”

言而总之。好的现象是主流，大多数人是遵守交通规则的，但是，创城是全体市民的事，不是哪一个或那部分市民的事，况且，遵守交通规则，大的方面是为社会和谐，小的方面是

为家庭幸福，大家何乐而不为啊。

献血实践心得体会800字篇五

走进献血站，看到许多热心的人们，不断地为社会贡献着自己的一份力量，我也被这份责任感所感染。由此，我开始走上了献血之路。在这段时间，我不仅经历了献血的全过程，也发现了献血中存在的一些不足之处。因此，我在献血实践中积累许多体验和感悟，得出了一些认识和建议，下面分享给大家。

第二段：献血的细节与感受

献血的过程很简单，但是却需要三分钟的爱心与勇气。尤其是献血时血管较小，抽血会造成疼痛，可是当我看到身边的献血者都面带微笑，心情格外愉悦时，我也就不再害怕了。我发现自己的热血，与人们共同满足了奉献社会的好心情。更让我感动的是，有许多年龄较大的“空巢老人”，也无私地献出了自己的红细胞。他们虽然已过花甲之年，但却依然献出了自己的光和热。这让我体会到人性中的光辉与爱。

第三段：已献血者的责任感

在献完血之后，工作人员总是会为我们送上小小的红旗或奖牌作为鼓励，让我感受到献血者的身份及责任感。从献血后的24小时内，我们需要遵守一些注意事项：保持休息，多喝水和吃含铁和蛋白质的食物。这些可能不简单，但却是我们献血者应该履行的基本义务。献血者一旦献血，就要承担相应的责任，成为社会公德行为的代表，为了身体和他人的健康，我们也要保持身体健康，做到勤翻身、勤洗手、勤锻炼，养成良好生活习惯。

第四段：现实中的问题与不足

不过，献血实践中也存在一些值得我们深思的问题。现在一些献血站点不怎么明显，或只在某些时段开放，导致献血意愿并不高，需要宣传和引导。此外，我发现有些大型活动或重要节日时，献血的热情会非常高涨。但过后，不多久了就会回归平时状态，这也许是人们不太重视献血的结果。针对这些情况，希望有关部门能够增加献血站数量，扩大宣传范围，引导更多的人加入献血的行列，让献血成为履行社会责任与义务的主流活动。

第五段：我的建议与总结

总之，我认为，献血实践不仅体现了爱心，而且塑造了我们的人格。献血能促进身体的健康、缓解器官的压力，同时也能传递一份人道主义精神。我们都应该从自己做起，行动起来，发扬传统美德，分享爱心与快乐。对献血实践，我的建议是，能够排定固定的时间，尤其要在公共假期等高峰期进行集中宣传，增加献血站数量，使献血更方便、更密集。同时，献血站要加强对献血者的教育，规范献血流程，让人们更全面、更清晰地了解献血的流程和作用，树立正确的献血观念，为献血带来更大的正面效应。

以上就是我在献血实践中的心得体会，希望能够引起更多人和社会各界的重视，真正发挥献血在社会中的作用和意义。

献血实践心得体会800字篇六

有一种生活你没有经历，就不知道其中的艰辛；有一种艰辛你没有经历，就不知道其中的快乐；有一种快乐你没有经历，就不知道其中的纯粹。这种生活就是志愿者的生活。

作为一名今天的大学生，积极参加社会实践活动，帮助他人，传承爱心，是我们应尽的责任！在大学期间，我们不应该只是天天泡在课本中，往来于教室与宿舍之间，徘徊于大学的校园里！更重要的是应该多多参与社会实践活动，让自己懂

得如何与社会相处，让自己检阅自己学习知识后的实践能力，让自己明白这个社会哪里需要我们。

随着xx年“红色盛夏”无偿献血志愿服务的倡议，我积极地参加到其中，为首都无偿献血活动尽职尽责。作为一名无偿献血的志愿者，我的责任心提高了很多，我知道了很多我们大学生能为社会做的事情。当然，我也在志愿者的工作中学习了一些课本之外的知识，也为自己的社会实践工作打下了厚厚的基础。我相信我们每个人都可以做一些力所能及的事，希望更多的朋友加入我们的团队。

xx年8月，暑期的炎热天气却没有使我们退却！上午十点，我们和以往一样，准时到达北京东直门枢纽站外集合，参加无偿献血志愿者活动。虽说活动内容简单，但酷暑的考验也绝非易事。我们分工行动，一队向过路人发放无偿献血知识卡和书籍；二队是辅导无偿献血者填写无偿献血的相关表格；三队是献血后的服务，主要是给无偿献血者水，蛋糕，营养品等等。看似简单的事情，我们可是紧张了！当有人主动来献血时，大家七嘴八舌，语无伦次，甚是尴尬！多亏大家齐心协力，才慢慢熟悉这个新环境。

看到一个个无偿献血者的笑容，我们也多了许多欣慰之情，因为我们参加社会实践活动的机会并不多，我们很珍惜每一次社会实践活动。希望每一次都给他人带来最真诚的服务。

当然，在这次社会实践活动中我也学习了许多知识。比如稀有血型，成分献血，成分献血者身体条件等等。下面我就做一下简单的陈述：

成分献血是利用先进的科学仪器采集血液中的某一指定成分，以满足临床病人病情的需要，从而达到节约血液资源，提高疗效，减少输血后反应的目的。临床一些病人并不是因为全血的缺乏而需要输血，只是因为血液中缺乏某种成分。所以，这就需要人们仅献血液中的某种成分，有针对性地满足病人

的病情需要求。成分献血者需要各项检验结果正常；体重大于五十公斤；肘臂上的`静脉血管较为明显等等。成分献血者应当注意献血前一天请不要吃高脂或高蛋白的食物，如肥肉，油条等；献血当日请务必空腹；献血者在献血前一周不得服用抗血小板聚集或抑制血小板代谢的药物，如阿司匹林，维生素e、消炎痛，潘生丁，安茶碱，绿霉素及抗过敏药物等；献血前保证充足的睡眠和稳定的情绪。

我们通常所说的血型主要是指红细胞的血型，血型系统则是根据不同标准对红细胞血型进行分类的方法。目前已知的人类红细胞血型系统共有26个，其中最重要的是abo血型系统，其次是rh血液系统。rh血型系统发现于1937年，是最复杂的血型系统之一。简单地说，当红细胞上存在d抗原时为rh阳性，用rh+表示；当缺乏d抗原时即为rh阴性，用rh-表示。rh-血型是具有非常重要的临床意义。因为rh血型不合的输血有可能危及病人的生命。母子rh血型不合的妊娠，有可能会发生死胎，早产，新生儿溶血病。由此可见rh血型的稀有之处啊！如果您是rh血型者，在生病或手术需要输血时，您一定要将您的特殊血型告知医生，以便医生及早和血液中心联系，提供您所需要的rh血液。rh-血型是稀有血型，希望rh-血型者能够团结起来，主动在相关部门登记血型，保证您或他人在需要输血时有充足的血液可供。还有，在日常生活中要注意自己的身体，如果生病一定要及时就诊，切勿耽搁，以免造成不可挽回的局面。当然，当与您血型一样的人需要血液时，也可以就此及时地筹集到足够的血液。这样不但可以帮助自己，也可以帮助您的朋友！