

# 法律风险防控报告 石油系统法律风险岗位防控调查报告(汇总5篇)

心得体会是个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

## 火灾心得体会篇一

瓦斯火灾是一种常见的事故，由于瓦斯气体具有易燃性、爆炸性，一旦发生火灾，常导致严重的人员伤亡和财产损失。此次我在亲身经历中深刻地认识到了瓦斯火灾的可怕和危害。在此，我想分享我的一些心得体会。

### 第二段：遭遇瓦斯火灾的经历

那是一天的深夜，我正在家中休息，突然听到房间里传来“嘶嘶”的声音，随之而来的是一股散发出来的味道。起初我并没有在意，以为是家中其它人在使用燃气灶，但是很快我就发现事情不对劲。房间里的气味越来越浓，我打开门，迎面而来的是一股浓烟。我立刻明白了，我们家已经发生了瓦斯泄漏和火灾！

### 第三段：灾难后的反思

在这次灾难之后，每每回忆起来，我都会想到自己当时的反应。事后我发现自己当时处理得相当不当，因为我没有立刻采取措施解决问题，而是先去了门外拨打了119电话，再回来处理瓦斯泄漏的事情。这是一个危险而愚蠢的决定，因为瓦斯泄漏时若有明火，极有可能造成爆炸。幸好我们遇到的是泄漏火灾，否则后果不堪设想。

## 第四段：预防瓦斯火灾的方法

如何预防瓦斯火灾也成为了我思考和学习的一个重要课题。在我了解之后，有以下几个方法：首先是管道安装和使用的规范和注意事项，可以强制检查燃气管道防漏、防爆、燃气燃烧的充分。其次，好的通风设备也非常重要，避免由于空气不流通而积聚大量瓦斯。此外，生活中一定要注意安全用气，不要让灶头的火焰太大，还要注意灶具的疏通和清洁等，这些都是预防瓦斯泄漏和火灾的关键。

## 第五段：结语

在瓦斯火灾的灾难之后，深刻认识到瓦斯气体的特性和致害性。我们要做好日常的安全培训、注意事项以及应急方法等，从而提高自我保护意识和能力。希望这次的经历，能够提醒大家日常生活中关注瓦斯安全，规范自用瓦斯，从而保障自身和家庭的安全。

# 火灾心得体会篇二

## 第一段：引言（200字）

放火灾是一种冒犯法律、破坏财产、伤害生命的危险犯罪行为。近年来，放火灾事件屡屡发生，其危害性与恶劣性备受社会关注。作为普通公民，我们应该加强对防火知识和灾害应对能力的学习，以提高自身能力和社会责任感。本文将结合亲身经历和总结，分享一些关于放火灾的心得体会，以期引起大家对防火工作的重视。

## 第二段：加强自身安全防范（200字）

在防范放火灾事故中，首要任务是保护自身的安全。首先，我们要加强自身的防范意识，时刻保持警惕。其次，我们要合理设置火源，不随意使用明火。使用电器时要注意使用说

说明书中的安全操作要求，不得擅自改装、私拉乱接电线。此外，我们还应定期检查和维修家中的电气设备，防止因设备老化引发火灾。另外，清理室内卫生、避免堆放易燃物品也是防范火灾的重要措施。

### 第三段：加强社会层面的安全防范（200字）

除了加强个人安全防范，我们还应共同创建安全的社区环境。政府和社区组织应该加强对火灾防范的宣传和教育，提高居民的防火意识和应急能力。社区居民应建立防火互助小组，定期开展防火演练和维护消防设施。同时，政府应加大对居民住房、学校等公共场所的防火检查力度，及时发现并解决潜在的火灾隐患。所有这些努力都是为了建立一个安全的社区环境，预防火灾事故的发生。

### 第四段：加强火灾应急响应（200字）

即使我们做了最大的预防，火灾事故也有可能发生。因此，学习火灾应急响应也是至关重要的。在火灾发生时，我们应该第一时间保护自身安全，尽量采取有效措施进行扑救。如果火势无法控制，我们应迅速拨打火警电话，并安全撤离现场。学习使用灭火器、灭火器等灭火设备，掌握正确的灭火方法，也是应急响应的重要方面。

### 第五段：加强对放火犯罪的打击（200字）

除了加强防范和应急响应，我们还应该支持社会机构对放火犯罪行为的打击和惩治。各级公安机关应严厉打击放火犯罪，建立健全的侦查和打击机制。同时，法律部门也应加大对放火犯罪的处罚力度，提高对放火犯罪的法律威慑力。只有通过加强打击和惩治，才能有效减少和遏制放火事故的发生。

### 结尾（100字）

放火灾是一种严重威胁社会安全和公共利益的犯罪行为。为了保护自身和他人的生命安全财产安全，我们应该加强自身的防范意识和基本能力，同时也要积极参与到社会层面的防火工作中。只有通过个人和社会的共同努力，才能够最大限度地减少放火灾事故的发生，为社会的安全和稳定做出贡献。

## 火灾心得体会篇三

通过对消防法规和消防知识得学习，对消防工作有一定得解，也懂得一些消防安全工作得基本理论知识，有以下几点体会：

1、消防安全治理应做到“安全第一、预防为主”，把消防安全作为头等大事来抓火灾带来得危害，人人都懂，但在日常工作中却往往被忽视、被麻痹，侥幸心理代替，往往要等到确实发生事故，造成损失，才会回过头来警醒。这就是因为没有把防范火灾得工作放在第一位所导致得，隐患险于明火，防范胜于救灾，责任于泰山，至今天仍是消防安全治理得主旨所在。而做好预防工作得要害就在于提高对这项工作得重视程度。要酒店中应该以消除火灾隐患，提高防火意识切实做好消防安全工作。

2、要抓重点三涉及易燃爆设备和物品得部门除定期得培训之外，还要经常组织进行防火检查，发现火灾隐患，并要记录在案并及时研究整议。

3、要抓薄弱相对消防安全隐患少得地方往往是最轻易被忽略得地方但相对安全隐患少并不代表没有安全隐患，消防安全隐患和生产安全隐患不同后者只会发生在持定得时间和地点但前者却可能出现在酒店得每个角落。

4、要抓好细节千里之提，毁于蚁穴，火灾得防范要从大处着眼但应该从小处做起。细节不轻易引人注意，如老化得电线等绝缘材料放错位置废纸等，但几乎所有重大事故都是由于起初得不注意不小心引起的。

以上就是我对消防安全得几点体会隐患险于明火，防范胜于救灾，责任重于泰山我们必须自觉承担起酒店防火工作得责任与义务更多得学习和掌握消防知识遵守各项防火制度，积极参与酒店消防工作使酒店形成人人关心消防处处注意防火得群众得局面，从根本上避免酒店火灾事故得发生保障我们酒店取得更大经济效益。

## 火灾心得体会篇四

火灾是一种让人闻之色变的灾难，它带来的破坏不仅仅是财产上的损失，更是对生命的威胁。近日，我学校进行了一次火灾演练，让我有机会亲身体验到如何在火灾中保护自己和他人的重要性。通过这次经历，我深刻领悟到了应对火灾的一些心得体会。

首先，了解火灾知识至关重要。在火灾发生时，及时了解火灾的形势和逃生路线能够帮助我们做出正确的判断和应对。我们需要知道火灾的燃烧方式、火势的迅速蔓延以及烟雾的危害等相关知识。这样，我们就能够根据火灾的情况灵活应对，例如，根据烟雾的聚集情况选择逃生的路线，避免跑进火源所在的区域。此外，学习使用灭火器等灭火工具也是非常必要的，因为在火灾初期，我们有机会将火扑灭，减少事态的恶化。

其次，保持冷静是应对火灾的关键。火灾发生时，人们常常会因为恐慌而做出错误的决策，这将导致火灾造成更加严重的后果。所以，保持冷静是非常重要的，我们需要学会控制自己的情绪，不放大恐惧感。我们可以通过深呼吸来冷静自己，在这个过程中，我们可以安静地思考如何保护自己和其他人的安全。同时，冷静的头脑有助于我们根据具体情况做出明智的判断和行动，比如选择最短的逃生路线，或者使用湿毛巾遮住口鼻以防止吸入过多的烟雾。

第三，逃生时要注意保护自己的身体。火灾中，烟雾和灰尘

会导致空气质量下降，容易引发呼吸道疾病。因此，在逃生过程中，我们需要用湿毛巾捂住口鼻，尽量减少烟雾和灰尘进入呼吸系统。此外，逃生时需贴着墙壁走，切勿盲目奔跑，因为烟雾可使能见度大大降低，这样盲目奔跑将增加自己的伤害风险。另外，遇到火焰阻断时，我们不要慌乱，可以利用湿毛巾堵住门缝，阻止火势蔓延，然后用电话联系救援人员，等待救援。

最后，相互帮助是应对火灾的重要手段之一。面对火灾，我们不能只考虑自己的安全，还应该关注身边的人。在火灾中，一起行动不仅能减少逃生的风险，而且可以提高逃生的效率。被困的人们应该携手协作，互相鼓励和支持。如果我们发现有人无法自行逃生，我们应该用湿毛巾帮助他们面对烟雾，或者通过窗户等逃生通道帮助他们脱离险境。相互帮助不仅可以最大限度地避免伤亡，还能提高人们团结合作的意识和精神。

总而言之，通过这次火灾演练，我深刻认识到了应对火灾的重要性。我们应该加强对火灾知识的学习，提升应对火灾的能力。保持冷静，保护自己的身体，在逃生过程中相互帮助，才能在火灾中最大限度地保护自己和他人的生命和财产安全。

## 火灾心得体会篇五

1、谨防小小烟头引发火灾。在床上、沙发上吸烟、酒后吸烟，烟头及烟灰一旦掉落在被褥、蚊帐、衣服或沙发上，乱丢未熄灭的火柴、烟头等，均易引发火灾。因此，要严禁在一切易燃易爆单位、物资仓库和其他一切禁烟区内吸烟，禁止在维修汽车和清洗机械零件时吸烟。吸烟时应到安全地带，烟头未熄时不得带人工作场所。纠正不良的吸烟习惯，不能躺在床上或沙发上吸烟，不在劳动和寻物时吸烟，不乱丢烟头和火柴梗、乱磕烟灰，更不要将引燃的烟头随处乱放等。禁止大风天在室外或野外吸烟，不准带火柴、打火机等火种进入山林。

2、谨慎用火。如使用炉火、灯火不慎，城镇居民炉灶、火墙、火坑、烟囱等不符合防火要求，靠近可燃物或因年久失修、裂缝漏火，极易引起可燃物起火。城市居民在使用煤气、液化气后忘记关闭阀门，或私自对液化气倒罐而导致气体泄漏，如遇明火、开启电器的电火花或静电就会爆炸起火。使用液化气时，不能用火烤、开水烫、蒸汽吹液化石油气瓶；不要放在暖气片旁烤；不要放在有炉火的房间内，用炉火取暖的房间，不能同时使用液化石油气。因为气瓶一旦漏气，就容易酿成火灾。

3、安全用电。要谨防电气设备及其安装不符合规格、绝缘不良、电气线路和电器老化或者超负荷，以免发生电线短路起火。不能在电灯泡上罩纸或其他可燃物，将未经冷却的电热器具放在有可燃物的场所，或将可燃物放在电热器具上，更不能乱接乱拉电线；使用家用电器时，在使用后切记关掉电源或关闭电视机等，电器长时间处于通电状态容易造成火灾；要注意电热器具的温控、时控装置或温度指示器失灵，避免温度过高起火；大功率电热器具不能使用横截面过小的导线或容量过小的开关、插头，以免发热或打火。

4、谨防烟花爆竹火灾。节日期间不要随意燃放烟花爆竹，应在指定地点燃放。鞭炮在爆炸时，外面的纸壳被炸得粉碎，带火的纸屑和焰火往往随风飘落，因此，放鞭炮时要注意周围的环境。放鞭炮要远离棉花，木材，稻草垛等可燃物。在庭院内、屋顶平台上燃放烟花爆竹时，应将堆放的可燃物用不燃物质遮盖起来。燃放烟花爆竹残片上有阴燃火星时，要立即将其熄灭。5级以上大风天气千万不要燃放烟花爆竹，否则容易引起火灾。要将烟花爆竹放在没有热源、火源、电源和防止老鼠啃咬的地方，以免发生意外情况，造成损害。禁止携带烟花爆竹乘坐汽车、火车、船舶和飞机。还要教育孩子，不要在室内或火炉内燃放鞭炮。节假日离家外出一定要关好门窗，防止烟花爆竹飞进屋内引起火灾。

总之，不论是在生产生活中，冬季都是火灾的高发区，冬季

防火应该引起人们高度的重视。春节将至，更要注意安全防火，以免乐极生悲。

## 火灾心得体会篇六

近年来，火灾频频发生，给人们的生命财产安全造成了严重的威胁。而对于我们每个人来说，了解火灾的危害，学会避免火灾事故的发生，以及掌握适当的应急处理方法是至关重要的。在经历了一次放火灾的惊魂之后，我深感启示，意识到了有效的防火意识和措施对我们每个人而言的重要性。以下，我将从了解火灾的危害、防范火灾、应急处理、培养安全意识以及普及防火知识几个方面，分享一下我的心得体会。

首先，了解火灾的危害非常重要。火灾是一种毁灭性的自然灾害，一旦发生，不仅会造成人员伤亡和财产损失，更重要的是会给社会稳定和经济发展带来极大的影响。火灾能迅速吞噬一切可燃物质，释放出大量的有毒烟雾和有害气体，给人们的生命健康带来巨大威胁。此外，火灾还容易引发爆炸和坍塌等附加灾害，给救援工作带来困难。只有深入了解火灾的危害，才能深入认识到火灾防控的重要性，从而更加珍惜生命和财产。

其次，防范火灾是每个人的责任和义务。防火意识是构筑火灾防控体系的关键。我通过此次亲身经历，深刻明白了事前的防范和预防火灾是非常重要的。首先，要定期检查电线电缆、电器设备等，确保不出现短路、漏电等问题。其次，要妥善保管火源和易燃物，避免使用劣质电器和易燃化学品。再次，我们应该定期开展火灾防控知识的宣传教育活动，提高居民的防火意识和防火技能。只有养成健全的防火习惯，才能避免火灾的发生。

第三，掌握适当的应急处理方法是非常重要的。虽然火灾是一种突发事件，但只要我们掌握了适当的应急处理方法，就能最大限度地减少灾害损失。首先，要迅速报警并采取紧急



救援措施。在火灾发生时，要及时拨打119报警电话，同时迅速告知附近的人员逃生。其次，要熟悉火灾逃生的路线和方法，遇到火灾应迅速向安全的出口处逃离，并用湿毛巾捂住口鼻以防止吸入有毒烟雾。最后，要学习正确使用灭火器和灭火栓的方法，对于小面积的火灾，及时进行扑灭。只有在火灾面前保持冷静，并能迅速、正确地应对，我们才能有效避免灾难的发生。

第四，培养安全意识是长久之计。火灾防控工作意识强不强，与个人素质和文化水平是密切相关的。培养安全意识既是个人行为习惯的培养，也是社会行为规范的塑造。要从小事做起，从点滴做起，通过日常生活中的一件件小事，不断提高火灾防控的自觉性，强化对火灾的警觉性，才能在面对突发情况时能够冷静应对。同时，社会各界也应加大力度，通过广泛开展防火宣传教育活动，营造全社会共同重视火灾防控的氛围。

最后，普及防火知识是必要的。防火知识作为预防火灾的基础，是每个人都应当掌握的。我们要通过多种形式，如广播、电视、网络、宣传栏等，向社会大众普及防火知识，增强大家的防火意识和应对能力。此外，尤其是对于学校和企事业单位，应定期组织开展防火演练，提高师生和员工的防火安全意识和自救能力。

通过这次放火灾，我深刻认识到了火灾的危害以及有效防火措施的重要性。在今后的生活中，我将更加注重火灾防范，提高自己的防火意识和自我保护能力。希望通过广大市民的共同努力，做到见火灾就报警、发现危险就避免、掌握灭火方法、普及防火知识，共同营造一个安全、和谐的社会环境。

## 火灾心得体会篇七

森林是人类生存环境不可缺少的组成部分。保护森林也就是保护人类自己保护森林、造福子孙有益当代的千秋大业。然

而森林火灾又是森林最凶恶的敌人森林防火、人人有责。为了提高每个人的森林防火意识，增强每个人的森林责任心，我们应该加强森林防火宣传。根据县教育局《关于开展森林防火教育的通知》的通知精神，我园开展了森林防火“五个一”宣传教育活动现总结：

1、把安全教育融入学生的日常生活中。动之以情晓之以理我们面对的是一群初中学生，他们年龄小控制力差，对他们讲大道理有时也不能解，于是我们就通过在实际生活中碰到的、见到的、听到的并通过各种途径搜一些有关森林安全方面的信息、图片资料等让学生们观察讨论说说自己的看法讨论并总结应当注意什么。

2、把安全教育融入到教学活动中，牢固树立学生的安全意识。开展以“森林防火、人人有责安全知识在我心中”为主题的活动，每个班教师都认真编写“森林防火”活动教案，对学生进行森林防火的安全知识教育教学系列活动，讲述森林对人类的贡献及森林火灾的严重危害，让学生了解防火知识明白防火重要性，让森林火灾教育走进心间。另外我园还出了一期关于“森林防火”的黑板报。挂了森林防火标语如“进入林区、防火第一”；“森林防火、人人有责”；“一点星星火、能毁万亩林”；“谁放火、谁坐牢、谁失火、谁坐牢”等警示标语为学生创设一个良好的物质教育环境。

3、向家长做好宣传工促使家庭教育一致性。家庭教育犹如一车两轮只有同向同步前进才能使安全教育真正落到实处，我们写了致家长的一封信向家长宣传“森林防火”等方面的知识让家长也重视对学生进行安全知识教育达到教育一致性努力，在全社会营造“森林防火人人有责”的浓厚氛围。

总之我们要把森林防火项工为一个艰巨而复杂的任务来抓形成“人人讲安全时时讲安全事事讲安全”的良好氛围。

# 火灾心得体会篇八

火灾是一件非常严重的事情，它不仅危及人命，还可能导致财产损失，对个人和全社会带来不可逆转的打击。作为普通公民，对于火灾的应对和预防是我们必须了解和掌握的基本技能。下面是我从实践中所掌握的一些火灾心得体会和练习，供大家参考借鉴。

## 第二段：预防火灾

预防火灾是最基本的安全技能，避免火灾发生才是最重要的。首先，要定期检查家庭电路、家用电器和燃气设施，特别是一些老旧设施更需要注意，保持洁净，并不使用明显损坏的电器。此外，禁止在家睡觉的同时使用电热毯，不要将电线和电器插头垂直拉伸。半夜要起床时，将耳机/耳塞拔出，以便及时发现异常情况。

## 第三段：现场处置

在火灾发生时，我们要及时进行现场处置。首先要快速拔插电源，如果火势过大已经无法扑灭，及时拨打火警电话，并撤离人员。在火场内要低姿态行动，贴近地面抱头躲避烟雾，避免灼伤口鼻和呼吸道。如果自己身上着火，需要迅速用湿毛巾缠住口鼻，并利用地板进行滚动熄火。

## 第四段：灭火器使用

在灭小火灾时，要了解如何正确使用灭火器。首先要确认灭火器20余年没有过期，然后挂在墙上的安装位置要便于抓取。使用时首先要注意安全距离，开启喷嘴后，将灭火器对准火源，喷出灭火剂，使用方法要根据不同类型的灭火器来进行，前期需要进行备用的灭火器练习，以便在危急时能够准确运用。

## 第五段：总结

针对火灾预防、现场处置和灭火器使用，我们必须及时了解和练习相关知识和技能。每个地方都应该有在应急时能快速找到灭火器并使用的应急预案。此外，要特别注意防范拖延火源，避免诱发凶猛火势。通过学习火灾的预防和灭火知识，在以后的日子里不仅能够保护自己，更能救助医学急救包并让更多的人免于火灾的危害。

## 火灾心得体会篇九

近年来，火灾频发，给人们的生命财产带来了极大的威胁。那么，我们作为一个普通人，如何避免火灾的发生，如何在火灾发生的时候保护自己？在我的生活中，我曾经经历过一次火灾，这让我切身感受到了火灾的危害，也让我有了一些火灾心得体会。下面我将通过五段式文章来分享这些体会。

### 一、预防胜于治疗

预防胜于治疗，这句话在火灾中同样适用。在我家的一次火灾中，火源来自于煤气灶的漏气。如果我们在家用煤气之前做好了检查，就能够发现煤气泄露的问题，并采取措施避免事故的发生。此外，平时要注意检查家庭电气线路是否老化，是否存在隐患。还应该定期检查消防器材的使用寿命，确保其可靠性。只有这样，才能够尽可能地避免火灾的发生。

### 二、勇敢淡定自救

虽然我们可以通过预防火灾的发生来减少火灾的机率，但是在万一火灾发生时，我们应该勇敢而冷静地面对。要及时拨打火警电话，向消防队报警，以便争取更多时间来防止火势扩大。同时，在等待消防队员的过程中，不能失去冷静。在撤离过程中要尽可能地避免烟气的吸入，低头沿着墙壁前进，避免火源。如果跑不下楼梯，可以将湿毛巾捂在口鼻上，借

助墙根等固定物前行。如果火势太过猛烈阻挡了逃生，可以选择在室内躲避。这时，可以将毛巾或床单等湿物贴在门缝、窗户等处，以阻止烟气进入。

### 三、关注火灾预案

在火灾前，我们应该了解家庭或单位的火灾预案。火灾预案是指规定室内火灾事件中，如何采取有效适当的行动来保护生命和财产安全的指导方案。火灾预案应该在每年的消防监督检查中更新、完善。学会熟悉和执行火灾预案，以减少烟雾中迷失方向、无法锁门窗等现象，提高逃生速度和命中率，提高家人和自身的生命安全。

### 四、合理使用灭火器

灭火器是在火灾初期进行灭火最常用的设备。然而，如何正确、合理地使用灭火器，恰恰是很多人并没有掌握的技能。使用灭火器时，首先要判断火源和火势，以选择合适的灭火器。其次，一定要站在宜于逃生的地方，向火源45°角喷射灭火器，不得贴着火源使用。在使用灭火器的过程中，需要在风向相对静止的环境下使用，并注意深度灭火，不能过早停止灭火。最后，灭火器应该定期检查和加压，方便使用时确保能够及时解决火灾。

### 五、积极参与消防培训

火灾无情，我们应该学会如何自救，也应该用知识武装自己。我们可以参加国家和社区消防宣传周、消防演练、应急的警示教育等活动，发挥自己的特长，通过实践提高消防意识。同时，我们也应该积极了解消防法律法规、安全法规、消防设备的使用方法，常年加强消防宣传和培训，形成消防安全的“共识”。

总之，我们每个人都应该重视火灾预防，及时掌握自救火灾

的技能和方法，在平时的生活中加强消防安全意识，学会正确使用灭火器等消防设备。只有这样，才能在危险的时刻，保护自己和周围的人，避免火灾对生命、健康和财产的破坏。

## 火灾心得体会篇十

我们歌颂生命，因为生命是宝贵的，它属于我们每个人只有一次；我们热爱生命，因为生命是美好的，它令我们的人生焕发出灼灼光彩。所以我们要热爱生命。学校是我们的另一个家园，安全尤为重要。师生应该树立起以安全意识为主线，以强化层层管理责任制为核心，以落实具体措施为重点，及时全面排查、清理和整顿校园内安全隐患，努力创建一个管理有序、防控有力、整改迅速、环境安定、校风良好的安全文明校园，确保学校有良好的教育教学秩序及生活秩序中稳步发展。

防意外，防伤害。在居室内活动应怎样注意安全在家中居室内活动，还有许多看起来细微的小事值得同学们注意，否则，同样容易发生危险。这主要有以下几个方面：

1□防磕碰。

2. 防滑、防摔。防止滑倒受伤；

3. 防坠落。

4. 防挤压。

5. 防火灾。

6. 防意外伤害。受了外伤，比较严重的，需要送医院诊治。

比较轻微的，可以按照下述方法

1. 出现伤口并且出血的，需要清洗伤口并擦涂消毒、消炎的外用药，如消炎粉、红药水、创可贴等。此外还要注意：保持伤口局部的温暖干燥；可多吃鸡蛋、瘦肉、豆类、乳类等蛋白质含量多的食品；适当服用维生素c或多吃些新鲜蔬菜和水果；合理换药，保持清洁。这样做，有利于伤口的痊愈。

2. 肌肉、关节、韧带等扭伤的，不能立即按摩或热敷，以免加重皮下出血，加剧肿胀。应当立即停止活动，使受伤部位充分休息，并且冷敷或用冷水浸泡。

3. 防盗窃，防诈骗。传销诈骗分子利用朋友、同学、亲戚关系和求职的心理，施展诡计而骗取财物。大学生在日常生活中要多学习法律法规，掌握一些预防受骗的基本知识及技能，善于辨别真假，要洁身自好，不要轻信他人。

（1）不贪私利，不图虚荣。要树立正确的人生观，价值观，树立远大的理想和良好的思想道德情操，自觉拒绝金钱、名利等诱惑，不贪私利，不图虚荣，抵御各种诱惑。

生命是最可宝贵的，只有有生命的人才能创造财富，才能使世界变得更美好。