

# 最新预防艾滋病讲座心得(优秀5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 预防艾滋病讲座心得篇一

为了进一步增强社区广大居民预防艾滋病的意识，普及艾滋病基本防治知识，遏制艾滋病的流行和传播，形成人人关注、人人参与宣传防艾知识的氛围。20xx年4月13日，育新社区组织社区居民在会议室开展了一次预防艾滋的知识讲座。

讲座中，社区工作人员从认识艾滋病、艾滋的危害、艾滋的传播、国家政策等方面展开预防艾滋病普及教育活动，向居民群众广泛宣传养成良好的习惯，在生活中要重视细节，尽一切可能抵制艾滋病的侵袭，并免费给大家发放了避孕药具。

通过本次讲座，丰富和增强了人们的艾滋病防治知识，普及了艾滋病知识，为遏制艾滋病的传播蔓延起到了积极作用，也让大家用正确的心态去对待艾滋病以及艾滋病病人。今后社区也将继续结合辖区各类人群的需求，以讲座、宣传、义诊、咨询服务等灵活生动的形式，普及健康知识，让社区居民的生活更加舒心、健康。

## 预防艾滋病讲座心得篇二

教学目的：

- 1、掌握艾滋病的基本知识、了解我国艾滋病的发展情况，认识到问题的严峻

教学准备：

学生：课前布置学生自己上网查有关艾滋病的资料；以小组为单位编制3~与艾滋病有关的问题；每个小组想一句宣传预防艾滋病的口号。

教学过程：

一、导语：

1985年6月，一位美籍阿根廷人，来中国旅游，因得了怪病住进北京协和医院5天发病后死亡，这是首先报告中国境内第一例艾滋病病人。

2001年9月30日止，全国艾滋病病毒感染者共报告28, 133例，其中艾滋病病人1, 208例，死亡641例。专家估计，2001年底，全国实际感染艾滋病病0多万人感染，300多万人死亡。（2）蔓延波及世界各国，我国各省区市也无一幸免；（3）我国已进入艾滋病快速蔓延阶段，截止2002年底全国hiv感染者已超过100万。

二、是青少年受到的危害：如：（1）全球hiv感染者约70%是15-39岁青壮年；（2）处于性发育阶段的青少年是主要受害者；（3）女青少年尤其易感。介绍目的是让学生看到：艾滋病就在自己身边；预防艾滋病工作已迫不及待，现在就应该行动起来。

3、艾滋病的严重危害

可侧重于以下内容：（1）尽管全世界的科学家都在日以继夜研究，但迄今为止还没有找到可根治的药物，也没有能有效预防其发生的疫苗。（2）人一旦感染hiv大多数将迟早发病、死亡。（3）艾滋病造成的损失不仅局限于个人且牵连到家庭、子女和亲友。（4）艾滋病不是简单的疾病问题，而是危及人

类生存发展的重大社会问题。它导致的社会发展迟滞、劳动力损失、医疗费用急剧增加，社会福利水平下降等灾难性影响，波及整个国家和民众。

#### 4、艾滋病的传播方式

内容可分两类，具同样的重要性。首先是它有非常明确的传播途径□hiv病毒存在于患者和hiv感染者的血液、精液、阴道液中。传播途径有三种：（1）性接触传播。通过混乱的男女间、男性（同性恋）间的性交传播。（2）血液传播。通过输入被病毒污染的血液；使用未消毒的注射器；在纹身、穿耳朵眼、共用剃须刀等时使用污染的器械，因刺破皮肤或黏膜而感染。（3）母婴传播。母亲若感染hiv病毒，其所生婴儿有半数以上将在胎儿时，或通过母亲产道分娩，或出生后吃母乳而感染，绝大多数在5岁前死亡。其次，应明确告诉学生，一般日常生活接触不传播艾滋病。内容尽量具体，如：咳嗽、打喷嚏、握手、礼节性接吻；同在一个教室上课，一起吃饭，一起玩；共用电话、茶杯、马桶垫、游泳池、毛巾等；蚊子等昆虫叮咬；都不会传播艾滋病。懂得这些知识后，将使青少年明白艾滋病的传播途径明确，从而增强预防的信心；同时有助于消除对艾滋病的恐惧，转而向患者提供必要的关爱和帮助。

#### 5、艾滋病的症状

下列概念和临床表现十分重要：（1）人感染hiv后，一般经历多年后才出现症状。他表面上可是完全健康的，但血液、精液和阴道分泌液中存在着大量hv病毒，有很强的传染性。

（2）若某人发生上述危险行为后，出现长期低热、体重急剧下降、盗汗、慢性腹泻和咳嗽、全身淋巴结肿大等症状，应注意排除艾滋病。（3）进入发病阶段后，患者体内免疫系统受到全面破坏，所以会出现肺炎、脑炎、结核、乙肝、病毒性疱疹、口腔霉菌感染等“条件性感染”（对正常人不会致病的病原体能在他们身上引起感染），以及恶性肿瘤等。上

述病症一旦出现，表明患者已进入艾滋病晚期，生存时间将明显缩短。

## 6、艾滋病的诊断

重点介绍两个概念。第一，因为不同hiv感染者的潜伏期（从感染到发病）长短不同，短则2-3年，长则10年以上。这段时间没有表面症状。若有怀疑应尽快到医院，通过hiv血清检测来确诊。这样做，不仅使自己能通过服用药物等，使生存期明显延长，且可避免使他人受害。第二，在感染hiv初期，可能因身体产生的hiv抗体数量还少，尽管已被感染但检测不出来。这段时间称“窗口期”。他应该一两个月后再去检测一次，真正确定是否感染。

## 7、预防措施：

包括：（1）遵守性道德，洁身自爱，不发生婚前和婚外性行为；（2）万一有性伴侣，又不知对方是否感染hiv□可通过使用安全套来保护自己免受感染；（3）不输用任何未经检测的血液和血制品；（4）坚决拒绝吸毒，尤其不共用注射器静脉吸毒；（5）接受任何注射或验血，使用一次性器具；（6）不到未经许可的医疗单位进行注射、拔牙、针灸和手术；（7）不用未经消毒的器具穿耳朵眼、纹身、美容，不与他人共用牙刷、剃须刀等。

8、反对歧视，提供关爱作为积极参与全民艾滋病预防的重要表现之一，是严格按政策和法律，采取以下措施：（1）不随意泄露患者和感染者的姓名、地址和个人隐私；（2）不随意渲染他们的病情和生活状态，使他们及家属的身心健康受到伤害；（3）不以不正当理由拒绝为他们提供服务，如购物、孩子上学入托、就医等；（4）不对他们及其家属使用侮辱性的语言和行为，包括破坏其财产和生活用具，强迫他们搬迁，无理限制行动自由等。

三、学生交流宣传预防艾滋病的口号。

四、总结：

今天学到的有关预防艾滋病的知识。呼唤大家正确地对待艾滋病病人，学会正确地保护自己，关爱他人，共享生命！

## 预防艾滋病讲座心得篇三

通俗的讲，艾滋病是人体免疫系统被一种叫做“hiv”的病毒所破坏，因此身体丧失了抵抗力，不能与那些对生命威胁的病菌战斗，从而使人体发生多种不可治愈的感染和肿瘤，最后导致被感染者死亡的一种严重传染病。

据了解现全球约有3950万人感染艾滋病，每年都会增加430万人，也就是说世界上每隔8秒钟就会有11万人被感染艾滋病，而全球每天都有8000名感染者丧命。这是多么惊人的数字。

那么，艾滋病是怎样传染的呢？是血液、不洁性交、吸毒或静脉注射和母婴传播而引起的。有人问艾滋病是不是很严重？这是当然的，因为艾滋病毒引起的传染病，是一种死亡率极高的病，它的死亡率在所有的病中排名第2，艾滋病就像一股突如其来的风，“唰——”一下子在你完全不知道的情况下降临并迅速蔓延。

在我国，艾滋病的流行情况又是怎样呢？从1985年开始，每年只有几例感染者，多数是国外来华的人士，或者是我们出国的人士。这样大概持续了四、五年。到了上世纪八十年代末，出现了第一个流行期：在云南边境，中国开始了艾滋病的流行。从九十年代中期开始，出现了快速增长期，其特点就是以很快的速度波及全国。从1994年到现在，将近10年的时间，一直都是在以40%以上的速度增长。

哪些是艾滋病的易感染者呢？人们经过分析，已清楚地发现

了哪些人易患艾滋病，并把易患艾滋病的这些人统称为艾滋病易感染高危人群。艾滋病的易感染人群主要是指男性同性恋患者、静脉吸毒成瘾者、血友病患者，接受输血及其它血制品者、与以上高危人群有性关系的人等。

- 1、普及艾滋病知识，使人们了解它的`病因、传播途径等。
- 2、避免不洁性交，尤其是避免与艾滋病人发生性接触。
- 3、对供血者进行艾滋病病毒检查，抗体阳性者禁止供血。
- 4、不共享针头和注射器及牙刷等可被血液污染的物品。
- 5、患艾滋病感染者的妇女禁止妊娠。
- 6、加强国境检疫，防止艾滋病的传入。

快加入到预防艾滋病的队伍中来吧！为了让世界永远充满微笑，为了家庭不再受沉重打击，行动起来，严防艾滋病！让世界不再为之哭泣，让艾滋病永远消失。

## 预防艾滋病讲座心得篇四

今天在家闲着没事做，不知是胡思乱想还是怎么的，我突然想到了艾滋病，然后就不知不觉地睡着了。

我做了这样一个梦，我居然成了一个人体内的淋巴细胞，这个人得了艾滋病，艾滋病菌可是专门破坏人体的淋巴细胞啊！我这个梦怎么这么惨，突然，一个淋巴对我说：“艾滋病菌正在向我们这儿移来。”

“啊！我们马上就要遭到艾滋病的残杀了！”我说。突然，一个淋巴说：“你怎能这样，主人的命运就要靠我们了，所以无论怎样，我们也要获胜！”突然，我看到他们的大军向我们

这边移来了，我们便也准备好战斗。战斗开始了，我们冲上去就厮杀，艾滋病菌也毫不示弱，他们一下子就令我军损失惨重。我看到同伙们一个一个地倒下，发怒了，冲到病菌多的地方一阵乱打，病菌一会就被我打完了。后来，很多同伴都围着一个病菌打，这也是最后一个病菌！可怎么也不见那个病菌受伤，我便跟了过去也去打了几下，可也没有什么效果。突然那个病菌说要和我打，啊，我愣了。同伴们说：“就看你的了，加油啊，一定要打败他！”“好的！”我说。那个病菌一掌打来，我就看到一条黑色的带子向我冲来，我也毫不示弱，用手一挡，一道光和黑带子打在一起，便爆炸了。从这开始，我们便开始使用真功夫了，突然，我看到他的一个没有防守的地方，便一掌打去，他便全身爆炸！

## 预防艾滋病讲座心得篇五

今天我做完作业，没什么事做，就拿出一本语文书看，打开就翻到了《艾滋病小斗士》这篇文章，我便认认真真的开始读了起来。我知道这篇文章是讲一个叫恩科西的黑人男孩，一出生就携带艾滋病，但是他竟然一直挺到了上学的年龄。9岁那年恩科西开始上学了，当他得知自己有艾滋病时，不是悲观消沉，而是开始学习怎样面对可怕的艾滋病。但是2001年6月1日这天小恩科西终于静静地离开了人世。

我感觉这篇文章很好看，于是我又开始读一遍，当我读到：“人们不应该对艾滋病人另眼相看，我们需要关爱，拥抱艾滋病儿童时不会被传染的。”读到这句话时我十分感动，我想如果我们班要是有一位艾滋病儿童的话，我一定会关爱他，跟他一起玩游戏，而不是对他另眼相看。

我觉得现在世界上的艾滋病人十分缺少关爱，没有人和他们玩，没有人和他们说话，他们十分孤单，所以我建议全世界的人民去爱护艾滋病人，让他们远离痛苦。

最后我感受到自己远远不如恩科西，记得有一次，我生病了，

早上爸爸叫我起床上学，我就死懒在床上不起来，有气无力的对爸爸说：“我生病了，今天就不去上学了吧！”我本来以为吃点药就好了，可是爸爸说带我去打针，来到医院，打完针后已经三点了，回到家我也就没去上学。通过这件事我感受到自己一点不如恩科西，他得了艾滋病还去上学，可我一点小感冒就把我吓的不敢上学了。

我们真应向恩科西学习呀！恩科西遇到困难不是悲观消沉，而是坦然地面对生活。