

预防艾滋病收获体会心得感悟(优秀16篇)

工作心得是经验的积累和知识的总结，可以为自己和他人提供宝贵的参考和借鉴。下面是一些关于实习心得的精选文章，希望能够给大家带来一些启发和思考。

预防艾滋病收获体会心得感悟篇一

以前总是很好奇，为什么要写心得体会，为什么又叫做心得体会，现在貌似有一点了解了，因为我们要用心在做，写我们心中最真实的看法，感触和付出后的心灵体验。

针对于募捐活动，虽然之前也做过了宣传，但根据募捐的情况，让我感觉视乎大家都不愿意去帮助这些孩子们，曾经我去宣传的时候有为男生说了一句，我还希望谁能募捐我呢！我当时回答了一句：如果我现在坐在你的位置我可能也是这么想的，但是我今天是站在讲台做宣传。

几天的募捐，人家都非常用心的在做，或许在这期间，我们有做的不好或有些不足的地方，我们也在尽力改正。只有出现问题，我们才更有记性的去改正这些问题，记住这些错误。以保证以后不再去犯，在我最直观的感受是我一有时间就在那守着，最开心的莫过于有同学把钱放进了募捐箱，有时在人多的时候，我们会喊：“各位同学，我们是院团委青年志愿者服务总队的，我们此次活动是为寨头村小学做募捐，希望大家能为这些小孩奉献点爱心。”当有人停下脚步，那时候的我们应该是最甜的时候，我可以说是真的发自内心的开心。虽然在那里一座就是好久，虽然好冷，当没有人的时候虽然是寂清，但当有一个人募捐，有一个人停住脚步时，我们照样会很开心好久。

努力、付出、心酸、快乐、温馨、团结、合作、失落，短短

一个星期，它丰富了我们这一周的全部情感。

或许，以后。我们更要加油！

预防艾滋病收获体会心得感悟篇二

星期五下午，职业通用能力课程中，我们学校的张老师给我们讲解艾滋病的出现、起因，以及它的危害和在全世界的'主要分布地区。

通过老师对于艾滋病的讲解，我们对艾滋病有一个更深的了解。了解了艾滋病的传播途径、预防途径以及艾滋病对我们国家的危害。下面是我对于艾滋病的认识和心得体会。

艾滋病又称获得性免疫缺陷综合症，目前世界上许多国家病后无特效疗法，病死率高。艾滋病是当前人类最严重的疾病之一。艾滋病严重影响了经济的建设以及社会的发展。非洲就有惨重的教训，艾滋病可能毁了一个国家，毁了一个民族。有些国家原来的平均寿命为75岁，现在降为45岁。我们要大声呼吁，积极采取措施，遏止住艾滋病的发展势头。

艾滋病病毒[hiv]主要存在于血液及攻击分泌物中，尿液、泪液和乳汁等分泌物中也可查到。病人和带病者是主要传播源[hiv]感染后可成为携带者，也可进一步转为病人。吸毒的艾滋病患者，主要为血液传播[hiv]病原的各种血液制品，如血液、血浆、凝血因子等输入体内感染发病，另外[hiv]携带者或病人微量血液污染的注射液、针头、针灸等也可传播艾滋病病毒[hiv]经破坏的皮肤、粘膜或注射途径以及母婴传播进入人体后，主要侵犯t淋巴细胞，破坏正常的免疫功能，并发条件致病性微生物感染，造成多脏器受损。

上述艾滋病传播过程中，吸毒与艾滋病病毒的关系最值得重视。吸毒是传播艾滋病病毒的温床，这是因为吸毒者常共用

针管、针头，引起hiv病毒在血液中传播。

艾滋病的潜伏期长短不一，短者九个月，长者数年，多数为3—5年发病。艾滋病患者全身淋巴结不明原因持久肿大，早3个月以上或伴有发烧、虚弱、盗汗和体重下降，伴有慢性腹泻、t细胞功能下降，病人皮肤、四肢及内脏可见红色的斑块和结节，并广泛蔓延，扩散致死。

让我们为那些感染了艾滋病的患者祝福、祈祷。让我们从自己心灵深处筑起一道禁毒防艾的长城，让我们的青春更健康、更亮丽，希望全世界的明天会更加美好！

预防艾滋病收获体会心得感悟篇三

第一段（引入背景信息）：

艾滋病是一种致命的疾病，也是当今社会面临的重大公共卫生问题之一。艾滋病的传播途径多样，而且目前尚未有有效的治疗方法，因此预防艾滋病成为关乎生命安全的重要议题。针对艾滋病的预防，大家可以通过不同途径获取心得体会，我想分享一些个人的理解和经验。

第二段（了解艾滋病相关知识）：

在预防艾滋病之前，我们应该先了解艾滋病的相关知识。艾滋病主要通过血液、性传播和母婴传播等方式传播，因此，我们需要了解这些传播途径，并且通过提高自我保护意识来降低感染的风险。此外，了解艾滋病的症状和早期感染征兆，对于及早发现感染、及时采取措施也是至关重要的。

第三段（加强自我保护意识）：

艾滋病的传播是与人们的行为密切相关的，因此加强自我保护意识是预防艾滋病的关键。首先，我们应该保持性行为的

安全，使用安全套是防止艾滋病传播的重要手段之一。其次，要远离注射毒品，避免与他人共用注射器以及其他可能感染血液的针具。此外，要避免使用未经严格检测的血液制品和捐献血液时要确保安全性，以免感染艾滋病病毒。

第四段（加强宣传教育与合作）：

除了个人的自我保护意识，加强艾滋病的宣传教育也是预防艾滋病的重要手段。政府和各大医疗机构应加大力度宣传艾滋病的知识，提高公众的预防意识。此外，学校、社区以及其他社会组织也应当组织各类宣传活动，鼓励人们主动参与并予以支持。只有在全社会的积极努力下，艾滋病的传播才能得到有效控制。

第五段（重视艾滋病的心理支持）：

除了生理层面的预防，艾滋病患者和感染者也需要得到心理层面的支持。无论是因为自身感染还是因为家人或亲友感染，艾滋病会给他们带来巨大的心理压力。因此，我们应当积极关注他们的心理需求，在支持和尊重他们的同时，也要帮助他们树立积极的人生态度，帮助他们摆脱负面情绪和社会歧视，重塑他们的自信和快乐。

结尾段（总结观点）：

在艾滋病预防的道路上，我们需要持续不断地学习和进步，同时也要加强个人责任意识和社会合作意识。只有通过全社会共同努力，才能够有效预防艾滋病的传播。艾滋病是一场看不见的战争，只有我们每个人都成为参与者，通过自身的行动和意识改变，才能够最终消除这个严重的公共卫生问题。让我们携起手来，共同为预防艾滋病贡献自己的一份力量。

预防艾滋病收获体会心得感悟篇四

第一段：引言（200字）

艾滋病是当今世界的一大公共卫生威胁，它通过性传播、血液传播和母婴传播等途径传染，对人们的健康与生命构成严重威胁。所幸艾滋病是可以预防的，通过正确科学的预防措施，我们每个人都可以保护自己与他人免受艾滋病侵害。本文将分享一些我在预防艾滋病过程中的心得体会，希望可以为大家提供参考，共同抵御艾滋病的传播。

第二段：了解艾滋病相关知识（200字）

在预防艾滋病之前，了解艾滋病的基本知识是非常重要的。艾滋病是由人类免疫缺陷病毒[HIV]引起的一种病毒感染，它会攻击人体免疫系统，使得患者的免疫功能大大降低，容易受到各种感染的侵袭。因此，防止身体与HIV病毒接触是最简单也最有效的预防艾滋病的方法之一。

第三段：正确使用避孕措施（300字）

性传播是艾滋病最常见的传播途径之一，所以正确使用避孕措施是预防艾滋病的重要途径。安全套是一种广泛应用的避孕工具，正确使用安全套可以有效预防HIV病毒的传播。在与他人发生性行为之前，确保双方都戴上安全套，这样可以有效地降低感染的风险。此外，也要注意避免与身体出现明显感染的人发生性行为，因为这可能会增加感染HIV病毒的机会。

第四段：远离注射毒品（300字）

血液传播是另一种常见的艾滋病传播途径，而注射毒品正是一种常见的血液传播方式。因此，远离注射毒品是保护自己免受艾滋病侵害的关键措施之一。注射毒品往往需要共用注

射器或针头，这很容易造成血液传播疾病的风险。因此，要杜绝注射毒品的行为，并教育周围的人远离毒品，维护良好的身体健康和社会健康。

第五段：干净卫生的生活方式（200字）

艾滋病还可以通过母婴传播途径传播，因此，保持卫生的生活方式也是预防艾滋病的重要手段。对于女性来说，在怀孕和分娩过程中要接受艾滋病病毒的检测和治疗，以避免将病毒传染给胎儿。同时，每个人都应该养成勤洗手、不共用刮胡刀、牙刷等个人卫生用品的好习惯。通过保持良好的个人卫生习惯，可以有效降低艾滋病毒的传播风险。

结尾（200字）

预防艾滋病是每个人的责任，通过正确科学的预防措施，我们可以有效地保护自己 and 他人免受艾滋病的侵害。了解艾滋病的传播途径和预防方法，正确使用避孕措施、远离注射毒品，保持干净卫生的生活方式，这些都是艾滋病预防的重要措施。相信通过我们每个人的共同努力，就能够有效地控制和预防艾滋病的传播。

预防艾滋病收获体会心得感悟篇五

艾滋病是一种严重的传染病，感染者会受到免疫系统的破坏，导致身体无法抵御疾病的攻击。艾滋病预防是一个重要的话题，尤其是在当今社会，大家更加注重自身健康和安​​全。通过我的亲身经验和深入了解，我总结了一些艾滋病预防的心得体会。

第二段：加强自我保护意识

艾滋病主要通过血液、性行为等途径传播，因此加强自我保护意识是非常重要的。首先，要注意避免与他人共用注射器、

针头等注射设备，尤其是在吸毒或者需要注射药物的情况下，应确保使用无菌器材。其次，在性行为中要坚持使用安全套，尽量减少性伴侣的数量，避免非正常性行为以及不洁的性行为。另外，要特别注意在接触血液时的防护，如使用一次性手套、避免直接接触他人血液等。

第三段：推广艾滋病知识

艾滋病的预防不仅仅是个人行为，还需要全社会的支持和参与。我们可以通过宣传教育的方式来推广艾滋病的知识，提高人们对艾滋病的认识和意识。在学校、社区、企事业单位等场所开展相关的讲座、宣传活动，向社会大众普及艾滋病的预防知识和重要性。同时，利用各种媒体平台，如电视、报纸、互联网等，传播艾滋病预防的信息，让更多的人能够了解并采取相应的防护措施。

第四段：重视艾滋病的早期预防与诊断

艾滋病的早期预防和诊断非常重要，因为及早发现艾滋病感染，能够及时采取措施阻止病情的进一步发展，减少病毒的传播。我们要养成定期进行健康体检的习惯，特别是在高感染危险性行为之后，及时进行艾滋病的检测。同时，也要重视艾滋病的治疗和保健，确保在医生的指导下进行获得良好的治疗效果。

第五段：加强社会关怀与支持

艾滋病感染者常常面临歧视和孤立的问题，这对他们的身心健康造成了巨大的影响。作为社会的一员，我们应该加强对艾滋病感染者的理解与关怀，传递关爱和温暖。政府和社会组织要建立艾滋病感染者的社会支持体系，提供心理咨询和康复服务，帮助他们重新融入社会，减少孤立感。我们每个人都要以积极的态度面对艾滋病，消除歧视与偏见，共同为预防艾滋病做出努力。

总结：艾滋病预防是一项关乎个人和社会的重要工作，只有加强自我保护意识、推广艾滋病知识、重视早期预防与诊断、加强社会关怀与支持，我们才能建立一个更加健康、安全的社会。每个人都应该心怀责任感，积极投入到艾滋病预防工作中，共同守护自己和他人的健康。

预防艾滋病收获体会心得感悟篇六

艾滋病是当前社会一个十分严重的问题，影响着人们的身心健康。为预防艾滋病的传播，各个社会机构广泛开展预防艾滋病教育课程。本文就笔者参加的一次预防艾滋病教育课程进行心得体会。

第二段：课程内容

此次预防艾滋病教育课程主要涉及艾滋病的定义，传播途径，潜伏期和防病方法等内容。其中，传播途径的讲解最为生动具体，引起了极大的兴趣。通过老师的讲解，我了解到艾滋病的传播途径有血液传播、母婴传播、性传播等，如何避免被感染，更好地保护自己以及别人，是下一步需要加强注意的环节。

第三段：课程效果

通过参加这次预防艾滋病教育课程，我建立了正确的预防艾滋病的信念。同时，我也意识到自己应该多加注意自身的健康，如在性生活中应有正确的保护措施，当在野外旅游或者接触之际，不要随意使用他人的刀剪和针头，以及实行良好的卫生习惯等等。这些方法对于预防艾滋病的传播以及维护自身健康都有很好的保障作用。

第四段：启示

预防艾滋病教育课程不仅仅是教给我们如何防范疾病，还能

启发我们关注自己的身体和健康，培养健康的生活方式。同时可以通过向家人、朋友等普及疾病防护知识，让更多的人学习自我保护，共同维护一个健康、美好的社会环境。我们必须要有预防艾滋病的信念，也要有正确的行动，保护好我们的健康。

第五段：总结

在此次预防艾滋病教育课程中，我从学习知识上获益良多，不仅仅是提升了自身的健康意识，更学会如何更好地预防疾病。在未来的学习和生活中，我会积极贯彻执行预防艾滋病的知识，也会将自己的心得体会分享给身边的人，一起为预防艾滋病做出自己的贡献。

预防艾滋病收获体会心得感悟篇七

为了存有防地防治及遏止艾滋病的传播和危害，本县积极开展了各项有关艾滋病的宣传活动，捡拾了较好的教育宣传效果。

为充分发挥“12·1”世界艾滋病日的宣传作用，县防治艾滋病工作委员会办公室制定了周密的宣传活动计划，进行了统一部署，决定以这一宣传日为楔机，通过各种形式将艾滋病防治知识传达到千家万户。

出席此次活动的存有预防艾滋病工作委员会成员单位以及疾病防治控制中心、卫生监督所等将近40家单位，各单位通过宣传车、装设横幅、设置条幅、成立咨询台、派发宣传材料等多种形式对艾滋病预防科学知识和国家政策展开了广为宣传。县电视台在“12.1”前后一个星期内每晚在收视率黄金时间播出了艾滋病预防科学知识宣传片和严防艾电视剧“情证今生”。

此次活动，人民政府副县长淡湘旭、政府办公室副主任文冬

蓉以及县卫生局局长唐俊雄、书记罗锋、副局长张金开等领导亲临宣传现场参加了活动，并在县疾控中心主任符三乃的陪同下慰问了从事艾滋病防治工作的医务人员，表彰了他们的无私奉献精神，还当面慰问了艾滋病病人，了解他们在生活工作中存在的实际困难，并向他们发放了慰问金，体现了党和政府对艾滋病病人的关怀，同时淡县长就我县的艾滋病防治情况提出要求，要求在以后的工作中，继续加大宣传力度，希望通过宣传能使更多的人了解艾滋病，正视艾滋病，了解艾滋病的传播途径、发病机理和症状，以更好地遏制艾滋病的传播和蔓延；理解、关爱和不歧视艾滋病病毒感染者和艾滋病病人，为艾滋病病毒感染者和艾滋病病人营造良好的社会和生活环境；呼唤全社会共同关注艾滋病的防治问题。

在县城，为了注重此次宣传活动的宣传气氛，各单位的宣传人员身穿工作服，向群众派发宣传材料，宣传艾滋病预防的有关科学知识以及国家的艾滋病预防政策和措施；详尽传授艾滋病的防治科学知识，答疑群众明确提出的问题，将“防治艾滋，全民参予，相互关怀，共享资源生命”的理念深入人心，县电视台对此次宣传展开了现场跟踪报道。

此次宣传活动共出动宣传人员100余人，宣传车辆6辆，悬挂横幅20条，出示展牌22块，发放宣传材料1万余份，安全套6000余只，接受群众咨询300余人次，受益群众达2万余人。通过此次宣传，使广大群众对艾滋病的相关知识、国家对艾滋病感染者、患者的关怀救治政策有了更深入的了解，提高了群众参与艾滋病防治积极性以及自我防护的意识，为推动我县艾滋病防治工作的全面开展打下了坚实的基础。

人类步入新世纪以来，经济和社会发展更加快速。人民的生活水平越来越低，就在人类社会获得一系列进步的同时，毒品和艾滋病这两大毒瘤却在全世界快速地传播和盛行，已对人类的存活和发展形成了轻微的挑战。

艾滋病又称获得性免疫缺陷综合症，目前世界上许多国家病

后无特效疗法，病死率高。艾滋病是当前人类最严重的疾病之一。目前，我国的禁毒和预防艾滋病工作也面临空前严峻的形势：到今年初，我国艾滋病病毒感染者和病人已达100万，且每年递增30%，到2022年就达到1000万，登记在册的吸毒人员也已突破了100万。艾滋病严重影响了经济的建设以及社会的发展，非洲就有惨痛的教训，艾滋病可能毁了一个国家，毁了一个民族。有些国家原来的平均寿命为75岁，现在降为45岁，国民经济也受到严重的影响。我们要大声呼吁，积极采取措施，遏止住艾滋病的发展势头。当前西方发达国家艾滋病的发展已缓，但大部分发展中国家因宣传力度不够，易感人群多和资金不足等因素，艾滋病有蔓延之势。

艾滋病病毒[hiv]主要存于血液及宫颈分泌物中，尿液、尿液、泪液和乳汁等分泌物中也可以搜到。病人和带病毒者就是主要传染源[hiv]病毒感染后可以沦为携带者，也可以进一步变为病人。吸食毒品的艾滋病患者，主要为血液传播[hiv]病原的各种血液制品，例如血液、血浆、凝血因子等输出体内病毒感染发作；另外[hiv]携带者或病人微量血液污染的注射液、针头、针灸等也可以传播艾滋病病毒[hiv]经毁坏的皮肤、粘膜或口服途径以及母婴传播步入人体后，主要侵害t淋巴细胞，毁坏正常的免疫系统功能[mammalian]条件致病性微生物病毒感染，导致多脏器损坏。

而在上述中的艾滋病传播方式中，吸毒与艾滋病病毒的关系最值得重视。吸毒是传播艾滋病病毒的温床，这是因为吸毒者常共用针管、针头，引起hiv病毒在血液中传播。吸毒者瘾一上来，别说消毒，清洗都来不及。如果其中有一个是艾滋病病毒感染者，注射器就会被感染，艾滋病病毒就会在其他吸食毒品的患者中传播，吸食毒品者的体质下降身体免疫力差，也为艾滋病病毒的感染和发病创造条件。

艾滋病的潜伏期长短不一短者几个月，长者数年，多数为3—5年播发玻艾滋病患者全身淋巴结未明原因长久肿胀在3

个月以上或诱发咳嗽、疲惫、头晕和体重上升，诱发慢性呕吐，t细胞功能上升，病人皮肤、四肢及内脏可知红色的斑块和结节，并广为扩散，蔓延丧命。

目前，预防艾滋病的传播有两方面的规划。

第一：增加静脉吸毒者中hiv的传播，静脉吸毒者间共用针具就是艾滋病传播的方式，在中国和东南亚静脉吸食毒品就是hiv的主要病毒感染方式。对吸毒者实行的干涉措施可以根据相同的目的分成相同的层次，从宣传教育的角度来说分成两个层次。首先就是全盘消灭毒品，杜绝吸食毒品现象出现；其次就是对已吸食毒品上瘾的人展开戒毒，并使他们再次返回社会中来；从防治hiv的角度来说：主要存有三个层次：首先对其展开宣传教育宣传，教育吸毒者退出吸食毒品，还可以在静脉吸毒者间教导其使用安全的吸食毒品犯罪行为，包含力劝其退出共用针具的习惯。

第二：（1）管理传染源；

（2）防疫部门对国内高危人群进行普查，发现hiv抗体阳性者，进行卫生管理；

（3）保护易感人群，到目前为止，仍未发现有效的疫苗，艾滋病已蔓延到世界各国，全球已有1390万人被艾滋病夺去生命。目前仍有3300万人感染艾滋病病毒，其中95%发展中国家，且递增迅速。据估计，每天约有16000个新的感染者。到2000年全球艾滋病患者已达到4000万人。

艾滋病，已成了全世界人民共同关心的一个话题。怎样预防艾滋病，也就成了大家更为关注的话题。

或许你指出只要不吸食毒品、不性取向就不能得艾滋病，其实，病毒感染艾滋病的途径存有很多种，艾滋病距我们并不荒凉。亲人、同学、朋友、火车上的临座，擦肩而过的陌生

人、说不定就存有艾滋病感染者，他们就在我们身边。艾滋病不是想象中的那么可怕，我们无须谈虎色变，走进它，直面它，努力做到靠近艾滋病并不难。正像艾滋病的'英文缩写的字面意义一样就是“援助”的意思。

多种途径都可能使你感染艾滋病，比如不规范采供血(浆)，母婴传播，家庭内传播，与艾滋病人共用剃须刀、牙刷等，以及吸食毒品，滥交等等。感染艾滋病初期只是一些常见的感冒症状，而后病毒开始长达数年的潜伏期。一旦全面发作，就会连带一系列并发症，病人痛苦难当，只能眼睁睁看着病魔吞噬自己的身体。现在世界上还没有有效的治疗方法，所以艾滋病带来的灾难是无法估算的！

艾滋病盛行趋势非常紧迫，给人类增添的严重损失和危害就是触目惊心的。据介绍，自1983年以来，全球尚无少于2800万条生命被艾滋病魔夺去，崭新病毒感染病毒的人数仍在以每年400至500万的数量减少，其中一半就是15—24岁的青少年。艾滋病已经沦为联合国确认的当今三小国际公害之一。防治艾滋病，刻不容缓！不仅必须自己掌控艾滋病的防卫科学知识，还要在社会上广为宣传艾滋病的防治科学知识，不仅协助人们消解恐慌，进一步增强自我保护意识，还要助推社会其它成员消解性别歧视，关怀艾滋病患者。

现如今让越来越多的人成为红丝带志愿者，使他们更深入的了解艾滋病知识、正视艾滋病问题、消除对艾滋病患者的歧视、关注艾滋病相关弱势群体、增强自我保护意识、降低感染艾滋病的危险性，让他们真正参与到防治、关爱艾滋病这个社会主题中来，成为抗击艾滋病蔓延的主力军。青春是美好的，就像那飞舞的蝴蝶，只有保护好自已的翅膀，才能飞的更远，生命是一袭华美的袍，我们要爱惜它，呵护它！预防艾滋病，你我同参与！

非常感谢学校为我们开办此门课程，通过本门课程一形势与政策课的自学，以及每年6月26日的国际禁毒日和12月1日世

界艾滋病日学校所举行的各种有关宣传和讲座，我仿佛经历了一场思想上的洗礼，减少了不少科学知识，比如说艾滋病的危害，艾滋病的传播途径，艾滋病预防措施等等，也使我认识到了挚爱生命的重要性。

曾经我以为毒品和艾滋病离我很遥远，我完全没有必要去关注它，甚至我连所谓的毒品和艾滋病是什么都不知道。直到有一次听村里人说邻家的一位叔叔在外工作因为接触毒品离开了这美好的人间。那一刻，我对“毒品”两个字有了一种模模糊糊的恐惧感，也感受到了生命的脆弱，我想要去了解所谓的毒品是什么，怀着这样一种心情，我认认真真听老师讲课，积极参与每次活动。这使我深刻认识到拒绝毒品、预防艾滋的重要性以及向身边的人宣传相关知识的必要性，尤其是作为一名当代大学生，作为一名云南人。

毒品，一个多么可怕的词语，很多人因为不介绍，一不小心便掉入了它的魔掌，多人生动的生命被它迷人的外表所蒙蔽，从此踏上了不归路，就像是那位叔叔，最终等候他的就可以就是和这个美丽的世界说道拜拜。

吸毒毁灭自己，祸及家庭，危害社会。它不仅对吸毒者本人身体、心里造成巨大伤害，还导致家庭内部关系恶化，破坏周围邻里的和睦关系，使家庭成员背负沉重的心理负担，导致家破财尽，还会贻害后代。对于社会，吸毒吞噬社会巨额财富，阻碍社会经济发展；诱发多种犯罪，影响社会治安稳定；影响国民素质，破坏生产力；影响社会风气，还破坏生态环境。

同样，艾滋病的危害也就是非常大的。艾滋病的全称作“获得性免疫瑕疵综合症”，当人体处在正常状态时，体内免疫系统可以有效率抵抗各种病毒的突袭。一旦艾滋病病毒侵入人体体内，这种较好的防卫体系便可以土崩瓦解，各种病毒乘机通过血液、损坏伤口长驱直入。通俗地谈，艾滋病病毒就是通过毁坏人的免疫系统和机体抵抗能力，而散发出可怕

的压制。艾滋病影响了社会中很多层面的互动，在个人层面，由于艾滋病的致命性，它增添的就是非常大的生命代价、无力回天的化疗和高额的化疗费用以及非常大的心理经济负担。在家庭层面，社会上对艾滋病人及感染者的种种性别歧视态度可以波及其家庭，他们的家庭成员和他们一样也必须背负着沈重的心理经济负担。由此难产生家庭不和，甚至引致家庭断裂。在社会层面，艾滋病弱化了社会生产力，减慢了经济快速增长，引致民族素质上升，国力弱化，同时导致社会的不能安稳因素，并使犯罪率增高，社会秩序和社会平衡遭毁坏。它主要通过性传播、血液传播和母婴传播。

既然毒品和艾滋病的危害如此之大，那么了解掌握相关措施就非常必要。不管是毒品还是艾滋病，预防的关键还是在于自身，因此我们要努力做到：

第一，提升自己的科学文化素质和道德水平，践行恰当的人生观和价值观。

第二，不断培养自己健康的心理素质，提高自我控制、自我调节平衡能力和拒绝毒品诱惑的能力。培养自己多方面的健康向上的兴趣爱好，参加文明高雅的娱乐活动，丰富自己的精神生活。

第三，培养较好的生活习惯。

尤其是艾滋病的预防方面，其实它的预防比预防感冒还简单，只要求做到：不吸毒；尽量少用血制品；不共用刮脸刀、牙刷等，不到不合标准的小诊所拔牙之类；主动积极的获取正确的性知识和安全性行为的信息，树立正确的性观念，洁身自爱，包括节制性欲、忠于伴侣、正确使用安全套之类；多了解艾滋病的传播途径，有针对性地进行自我保护；及早治疗并治愈性病可减少感染艾滋病的危险；不在皮肤和黏膜表面有破溃的时候与艾滋病感染者直接接触等等。

做为一名当代大学生，尤其就是做为一名云南人，我存有义务、存有能力和搞好宣传教育严防艾工作，极力努力做到不抽烟，不饮酒，培养较好的生活习惯；在学校，帮助老师、同学宣传宣传教育严防艾科学知识，返回家乡，积极主动向家乡人宣传毒品和艾滋病的有关科学知识，共扛起我们幸福的明天。“宣传教育严防艾，靠近毒品，关怀未来”，这不仅仅就是一句直观的口号，更像一口警钟，时时刻刻在你我的耳边听到。从现在开始，自律珍视生命，靠近毒品，防治艾滋，如果说维护不好自己，不被毒品所杀，不被艾滋所杀。

预防艾滋病收获体会心得感悟篇八

我在学校参加了一天的预防艾滋病教育课，这是一次非常有意义的经历。通过这次课程，我了解到了关于艾滋病的基本知识，以及如何预防艾滋病的方法。我也认识到了预防艾滋病的重要性。在这篇文章中，我将分享我的心得体会。

第二段：艾滋病知识的重要性

艾滋病是由艾滋病毒引起的病毒性感染疾病。它会破坏人体免疫系统，导致感染者容易得到其他疾病，甚至导致死亡。然而，在许多人认为艾滋病只是发生在某些群体中的时候，人们对艾滋病的认识仍然存在困惑。因此，了解关于艾滋病的知识是非常重要的，不仅可以帮助我们更好地保护自己，也可以帮助我们消除对艾滋病的歧视。

第三段：预防艾滋病方法的理解

防艾教育课程的重点之一是学习如何预防艾滋病。这包括使用避孕套、不共用注射器等基本卫生措施。了解如何预防艾滋病的方法不仅可以帮助我们保护自己，也可以帮助我们为我们的亲朋好友提供帮助。随着社会的不断进步，预防艾滋病的方法也在不断更新和拓展，学习如何预防艾滋病已经变

得更加多样化。

第四段：自我保护意识的提高

通过参加预防艾滋病教育课，我们可以提高自我保护意识和意识观念。一个人的健康需要自己来保护，许多人在日常生活中缺乏预防艾滋病的意识和习惯。通过学习预防艾滋病的知识和方法，可以帮助我们形成正确的自我保护意识，减少患上艾滋病的可能性。

第五段：结语

预防艾滋病是一项浩大的任务，我们每一个人都需要为之贡献自己的力量。通过参加预防艾滋病教育课程，我们可以更好地了解预防艾滋病的方法和重要性，并提高自己的保护意识。在今后的日子里，我们要时刻关注预防艾滋病和教育普及的情况，为社会的发展和人类的健康贡献我们的智慧和力量。

预防艾滋病收获体会心得感悟篇九

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。

预防艾滋病收获体会心得感悟篇十

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。

预防艾滋病收获体会心得感悟篇十一

近日，我有幸参加了一场关于预防艾滋病的会议，会议内容涉及到了艾滋病的传染途径、预防方法以及对艾滋病患者的关爱等内容。通过这次会议，我深刻认识到了预防艾滋病的重要性，也意识到预防艾滋病需要全社会的积极参与。以下是我对会议的总结和体会。

首先，会议向我们普及了艾滋病的基本知识，扩大了大家的认识面。艾滋病的主要传播途径有性传播、血液传播和垂直传播。了解这些传播途径可以让人们更好地认识到避免艾滋病传播的重要性。比如，通过安全性行为、避免共用针头以及婴儿母婴传播的防范措施等，人们可以在日常生活中有效地降低感染艾滋病的风险。

其次，会议提到了预防艾滋病的各种方法。其中，宣传教育是最重要的一种方法。通过增加公众对艾滋病个人卫生知识的了解，提高人们的健康意识和自我保护意识。此外，艾滋病病毒的快速检测和早期诊断也非常重要。艾滋病患者可以通过及时发现感染并接受正确的治疗，从而减少病毒的传播和

恶化。此外，大力推广艾滋病病毒感染阻断药物，可以有效地减少病毒在人群间的传播，降低患者的病情。

再次，会议强调了对艾滋病患者的关爱与支持。艾滋病患者虽然面临着沉重的生活负担和歧视，但社会应该给予他们关怀和支持，提供必要的医疗和心理支持。在这个方面，政府、医疗机构和社会组织都应该扮演重要的角色。只有给予艾滋病患者更多的关注和爱心，才能使他们更加有信心面对自己的疾病，同时也能促进全社会共同抗击艾滋病，实现一个充满爱心与温暖的社会。

此外，会议也提到了青少年与艾滋病的关系。青少年是未来社会的希望，但他们更容易冒着感染艾滋病的风险。因此，社会应该加强对青少年的教育，普及有关艾滋病的知识，引导他们保持健康的生活方式。此外，在预防艾滋病方面，青少年也需要受到更多的关注和支持，为他们提供艾滋病病毒的检测和咨询服务，确保他们能够健康成长。

最后，会议提出了预防艾滋病全社会参与的重要性。预防艾滋病需要全社会的积极行动和参与。政府应该加大资金投入，加强艾滋病防治工作的组织和领导，建立良好的政策和法律法规，保障人们的艾滋病防治权益。同时，医疗机构和社会组织也应加强合作，在艾滋病预防救治工作中发挥更大的作用。

综上所述，参加预防艾滋病的会议使我受益良多。我更加深入地了解到了艾滋病的预防和治疗的重要性，认识到艾滋病患者需要更多的关爱和支持。预防艾滋病需要全社会的积极参与，在政府、医疗机构和社会组织共同努力下，我们一定能够控制艾滋病的传播，构建一个健康、和谐的社会。

预防艾滋病收获体会心得感悟篇十二

艾滋病是一种可怕的疾病，令人闻风丧胆，艾滋病也是全世

界共同的敌人，它时刻在威胁着我们的生命。目前，全世界每天有14000多名新增感染者，每天被艾滋病毒恶魔夺去生命的多达8000多名。1985年我国确诊首例艾滋患者，到20xx年底，全国累计报告艾滋病病毒感染者40560例，其中艾滋病患者2639例，死亡1047例，据专家估计：我国实际感染艾滋病病毒的人数已超过100万。按照国际通行的标准，就感染率而言，我国目前尚处于艾滋病低流行期，但由于我国人口基数大，艾滋病病毒感染者的绝对数很大，艾滋病防治形势不容乐观。由此可见，预防、控制艾滋病毒的传播已经成为我国目前一项艰巨任务。

预防滋病意识是我们时刻都要有的，不要存在任何侥幸心理；不要因好奇而尝试吸毒；生病时要到正规的诊所、医院求治，注意输血安全，不到医疗器械消毒不可靠的医疗单位特别是个体诊所打针、拔牙、针灸、手术。不用未消毒的器具穿耳孔、文身、美容；不与他人共享剃须刀、牙刷等，尽量避免接触他人体液、血液，对被他人污染过的物品要及时消毒。

我们可以告诉我们身边的人，艾滋病虽是不治之症，但可以预防。最要紧的是要遵守政府法令，遵守性道德，特别要注意非法黑血站——再贫穷也不能去卖血，再紧急也不能输用可能污染hiv的血液，以免感染艾滋病病毒而断送家庭幸福。

预防艾滋病收获体会心得感悟篇十三

第一段：引言（100字）

最近，我有幸参加了一场关于预防艾滋病的会议。这场会议邀请了许多专家学者和卫生工作者，他们通过分享最新的科学研究成果和预防措施，让我们对艾滋病的预防有了更深入的了解。以下是我对这次会议的心得体会。

第二段：对艾滋病的认识与预防（300字）

会议上，专家们首先介绍了艾滋病的定义、传播途径和流行情况。通过听他们的演讲，我对艾滋病的认识有了更全面的了解。艾滋病是由人体免疫系统受损引起的，主要通过暴露在感染者的血液、精液或阴道分泌物等体液中传播。目前全球艾滋病疫情仍然严峻，尤其是在一些发展中国家和高风险群体中，艾滋病的传播呈现上升趋势。

会议还介绍了一些常见的艾滋病传播途径以及预防的方法。例如，正确使用安全套、注射器和其他一次性物品是避免性传播和母婴传播的关键。另外，定期进行艾滋病病毒检测和及时接受治疗也是预防艾滋病的重要手段。这些预防措施都需要加强宣传普及，提高人们的预防意识和自我保护能力。

第三段：关于性教育的重要性（300字）

在会议上，我特别关注了专家对性教育的强调。性教育被认为是预防艾滋病的重要环节，尤其是对青少年和年轻人。通过性教育，人们可以获得正确的性知识，了解性行为对健康的影响，以及使用安全套等措施的正确方法。

然而，在很多地区，性教育仍然被忽视或受到限制。一些传统观念和文化因素导致人们对性教育持保守态度，这使得年轻人更容易陷入不安全的性行为中。为了改变这种现状，我们需要加强对性教育重要性的宣传，让更多的人认识到性教育对预防艾滋病的重要性，并将其纳入到教育体系中。

第四段：社区参与与合作（300字）

在会议上，我们还学到了社区参与和合作在预防艾滋病中的重要性。专家们指出，只有通过社区的参与，才能更有效地推动艾滋病预防措施的落实。社区参与包括宣传和宣讲预防艾滋病的知识，组织检测和咨询活动，以及提供艾滋病感染者的支持和关爱等。

合作也是预防艾滋病的关键手段。不同部门、各级政府以及民间组织之间的合作，可以实现资源的共享和信息的互通，从而提高预防艾滋病的效果。只有形成全社会的共同努力，才能真正解决艾滋病问题。

第五段：总结与展望（200字）

通过参加这次会议，我对预防艾滋病有了更深入的认识。预防艾滋病需要全社会的共同努力，包括加强宣传普及预防知识、提高性教育的重要性、推动社区参与和建立合作机制。在未来，我将积极参与到艾滋病预防工作中，为创造一个没有艾滋病的健康社会做出努力。

总结一下，这次会议对我来说是一次难得的学习机会。通过与专家的交流，我对艾滋病的认识有了更全面和深入的了解，同时也认识到预防艾滋病所需的全社会合作的重要性。我相信，只要我们共同努力，艾滋病将不再是一个威胁社会健康的问题。

预防艾滋病收获体会心得感悟篇十四

人类进入新世纪以来，经济和社会开展更加迅速。人民的生活水平越来越高，就在人类社会取得一系列进步的同时，毒品和艾滋病这两大毒瘤却在全世界迅速地传播和流行，已对人类的生存和开展构成了严重的挑战。

艾滋病又称获得性免疫缺陷综合症，目前世界上许多国家病后无特效疗法，病死率高。艾滋病是当前人类最严重的疾病之一。目前，我国的禁毒和预防艾滋病工作也面临空前严峻的形势：到今年初，我国艾滋病病毒感染者和病人已达100万，且每年递增30%，到2022年就到达1000万，登记在册的吸毒人员也已突破了100万。艾滋病严重影响了经济的建设以及社会的开展，非洲就有惨痛的教训，艾滋病可能毁了一个国家，毁了一个民族。有些国家原来的平均寿命为75岁，现在降

为45岁，国民经济也受到严重的影响。我们要大声呼吁，积极采取措施，遏止住艾滋病的开展势头。当前西方兴旺国家艾滋病的开展已缓，但大局部开展中国家因宣传力度不够，易感人群多和资金缺乏等因素，艾滋病有蔓延之势。

艾滋病病毒[hiv]主要存在于血液及宫颈分泌物中，尿液、尿液、泪液和乳汁等分泌物中也可查到。病人和带病毒者是主要传染源[hiv]感染后可成为携带者，也可进一步转为病人。吸食毒品的艾滋病患者，主要为血液传播[hiv]病原的各种血液制品，如血液、血浆、凝血因子等输入体内感染发病；另外[hiv]携带者或病人微量血液污染的注射液、针头、针灸等也可传播艾滋病病毒[hiv]经破坏的皮肤、粘膜或注射途径以及母婴传播进入人体后，主要侵犯t淋巴细胞，破坏正常的免疫功能，并发条件致病性微生物感染，造成多脏器受损。

而在上述中的艾滋病传播方式中，吸毒与艾滋病病毒的关系最值得重视。吸毒是传播艾滋病病毒的温床，这是因为吸毒者常共用针管、针头，引起hiv病毒在血液中传播。吸毒者瘾一上来，别说消毒，清洗都来不及。如果其中有一个是艾滋病病毒感染者，注射器就会被感染，艾滋病病毒就会在其他吸食毒品的患者中传播，吸食毒品者的体质下降身体免疫力差，也为艾滋病病毒的感染和发病创造条件。

艾滋病的潜伏期长短不一短者几个月，长者数年，多数为3—5年发玻艾滋病患者全身淋巴结不明原因持久肿大在3个月以上或伴有发烧、虚弱、盗汗和体重下降，伴有慢性腹泻[t细胞功能下降，病人皮肤、四肢及内脏可见红色的.斑块和结节，并广泛蔓延，扩散致死。

目前，预防艾滋病的传播有两方面的规划。

第一：减少静脉吸毒者中hiv的传播，静脉吸毒者间共用针具是艾滋病传播的方式，在中国和东南亚静脉吸毒是hiv的主要

感染方式。对吸毒者采取的干预措施可根据不同的目的分为不同的层次，从禁毒的角度来讲分为两个层次。首先是彻底铲除毒品，杜绝吸毒现象发生；其次是对已吸毒成瘾的人进行戒毒，使他们重新回到社会中来；从预防hiv的角度来讲：主要有三个层次：首先对其进行禁毒宣传，教育吸毒者放弃吸毒，还可在静脉吸毒者间教其采用平安的吸毒行为，包括劝其放弃共用针具的习惯。

第二：〔1〕管理传染源；〔2〕防疫部门对国内高危人群进行普查，发现

hiv抗体阳性者，进行卫生管理；〔3〕保护易感人群，到目前为止，仍未发现有效的疫苗，艾滋病已蔓延到世界各国，全球已有1390万人被艾滋病夺去生命。目前仍有3300万人感染艾滋病病毒，其中95%开展中国家，且递增迅速。据估计，每天约有16000个新的感染者。到2000年全球艾滋病患者已到达4000万人。

预防艾滋病收获体会心得感悟篇十五

预防艾滋病教育课是一门非常重要的教育课程，因为艾滋病对社会和个人都有巨大的危害。此次听课，我深刻认识到了艾滋病的可怕和预防艾滋病的重要性，从而更加懂得如何保护自己 and 他人。

第二段：艾滋病对社会的危害

艾滋病是一种严重的疾病，其危害不仅在于病毒的传染性，还在于其社会和心理影响。患有艾滋病的人面临着被社会排斥、歧视和恐惧的风险，影响他们的生活和心理健康。同时，艾滋病治疗周期长、花费高，也给家庭带来了巨大的经济负担。

第三段：对艾滋病的预防

在预防艾滋病方面，最重要的措施是保持个人卫生习惯，使用避孕套，并避免与不同人的性行为、共用针头、与感染艾滋病病毒者的接触等行为。此外，得知自己的艾滋病病毒检测结果也是很重要的，可以在早期发现病毒并得到及时的治疗。

第四段：个人责任与担当

预防艾滋病不仅仅是政府和社会的责任，个人也有责任和担当。我们应该认真学习并遵守预防艾滋病的法规和条例，不仅是为了自己的健康，还为了他人的健康。同时，我们也应该帮助那些从艾滋病中受到伤害的人，让他们得到社会的关注和慰藉。

第五段：结论

通过本次预防艾滋病教育课程，我更加深入地了解到了艾滋病的危害和预防措施，并且也深刻认识到个人责任和担当在预防艾滋病方面的重要性。我相信只有全社会共同努力，才能实现预防和控制艾滋病的目标。

预防艾滋病收获体会心得感悟篇十六

非常感谢学校为我们开设此门课程，通过本门课程——形势与政策课的学习，以及每年6月26日的国际禁毒日和12月1日世界艾滋病日学校所举办的各种相关宣传和讲座，我仿佛经历了一场思想上的洗礼，增加了不少知识，比如艾滋病的危害，艾滋病的传播途径，艾滋病预防措施等等，也让我认识到了珍爱生命的重要性。

曾经我以为毒品和艾滋病离我很遥远，我完全没有必要去关注它，甚至我连所谓的毒品和艾滋病是什么都不知道。直到有一次听村里人说邻家的一位叔叔在外工作因为接触毒品离开了这美好的人间。那一刻，我对“毒品”两个字有了一种

模模糊糊的恐惧感，也感受到了生命的脆弱，我想要去了解所谓的毒品是什么，怀着这样一种心情，我认认真真听老师讲课，积极参与每次活动。这使我深刻认识到拒绝毒品、预防艾滋的重要性以及向身边的人宣传相关知识的必要性，尤其是作为一名当代大学生，作为一名云南人。

毒品，一个多么可怕的词语，很多人因为不了解，一不小心便落入了它的魔掌，多人鲜活的生命被它迷人的外表所迷惑，从此走上了不归路，就像那位叔叔，最终等待他的只能是和这个美丽的世界说拜拜。

吸毒毁灭自己，祸及家庭，危害社会。它不仅对吸毒者本人身体、心里造成巨大伤害，还导致家庭内部关系恶化，破坏周围邻里的和睦关系，使家庭成员背负沉重的心理负担，导致家破财尽，还会贻害后代。对于社会，吸毒吞噬社会巨额财富，阻碍社会经济发展；诱发多种犯罪，影响社会治安稳定；影响国民素质，破坏生产力；影响社会风气，还破坏生态环境。

同样，艾滋病的危害也是很大的。艾滋病的全称为“获得性免疫缺陷综合症”，当人体处于正常状态时，体内免疫系统可以有效抵抗各种病毒的袭击。一旦艾滋病病毒侵入人体体内，这种良好的防御体系便会土崩瓦解，各种病毒乘机通过血液、破损伤口长驱直入。通俗地讲，艾滋病病毒是通过破坏人的免疫系统和机体抵抗能力，而给人以致命的打击。艾滋病影响了社会中很多层面的互动，在个人层面，由于艾滋病的致命性，它带来的是巨大的生命代价、无望的治疗和高额的治疗费用以及巨大的心理负担。在家庭层面，社会上对艾滋病人及感染者的种种歧视态度会殃及其家庭，他们的家庭成员和他们一样也要背负沉重的心理负担。由此容易产生家庭不和，甚至导致家庭破裂。在社会层面，艾滋病削弱了社会生产力，减缓了经济增长，导致民族素质下降，国力减弱，同时造成社会的不安定因素，使犯罪率升高，社会秩序和社会稳定遭到破坏。它主要通过性传播、血液传播和母婴

传播。

既然毒品和艾滋病的危害如此之大，那么了解掌握相关措施就非常必要。不管是毒品还是艾滋病，预防的关键还是在于自身，因此我们要努力做到：第一，提高自己的科学文化素质和道德水平，树立正确的人生观和价值观。第二，不断培养自己健康的心理素质，提高自我控制、自我调节平衡能力和拒绝毒品诱惑的能力。培养自己多方面的健康向上的兴趣爱好，参加文明高雅的娱乐活动，丰富自己的精神生活。第三，养成良好的生活习惯。尤其是艾滋病的预防方面，其实它的预防比预防感冒还简单，只要求做到：不吸毒；尽量少用血制品；不共用刮脸刀、牙刷等，不到不合标准的小诊所拔牙之类；主动积极的获取正确的性知识和安全性行为的信息，树立正确的性观念，洁身自爱，包括节制性欲、忠于x伴侣、正确使用安全套之类；多了解艾滋病的传播途径，有针对性地进行自我保护；及早治疗并治愈性病可减少感染艾滋病的危险；不在皮肤和黏膜表面有破溃的时候与艾滋病感染者直接接触等等。

作为一名当代大学生，尤其是作为一名云南人，我有义务、有能力做好禁毒防艾工作，坚决做到不吸烟，不喝酒，养成良好的生活习惯；在学校，协助老师、同学宣传禁毒防艾知识，回到家乡，积极主动向家乡人宣传毒品和艾滋病的相关知识，共撑起我们美好的明天。“禁毒防艾，远离毒品，关爱未来”，这不仅仅是一句简单的口号，更像是一口警钟，时时刻刻在你我的耳边响起。从现在做起，自律自爱，珍惜生命，远离毒品，预防艾滋，确确实实保护好自己，不被毒品所害，不被艾滋所害。

预防艾滋病宣传活动简报2016

社区开展预防艾滋病宣传活动简报

预防艾滋病宣传活动工作简报

学校开展预防艾滋病宣传活动工作简报

预防校园欺凌心得体会

2016学校世界艾滋病日活动简报精选