

# 秋季疾病预防心得体会(模板10篇)

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会下面是小编为大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 秋季疾病预防心得体会篇一

XX:

大家好!

今天我的讲话主题是“如何预防春季春染病”。

春季来临，气温渐渐回升，自然界各种微生物也开始活跃起来，正是传染性疾病的多发季节。春季传染病大多通过呼吸道传播，可通过空气、短距离飞沫或接触呼吸道分泌物等途径传播。学校人员密集，一旦发生传染病，极易传播流行。因此，了解足够的春季传染病知识对于预防此类疾病的发生和流行有着重要的意义。

流行性感冒是春季的一种多发疾病，简称流感，由流感病毒引起的急性呼吸道传染病，具有很强的传染性，其流行传播的机率很高。其症状有：发热、头痛、流涕、咽痛、干咳，全身肌肉、关节酸痛不适等，发热一般持续3—4天，也有表现为较重的肺炎或胃肠型流感。

传染病流行的三个基本环节为传染源、传播途径、易感人群。有大规模传染病发生的时候，切断三个基本环节中的任何一个环节，即可有效的控制传染病的流行。然而，我们需要做到以下几点：

- 1、不到人口密集、人员混杂、空气污染的场所去，如：农贸市场、个体饮食店、游艺活动室等。
- 2、勤洗手，并用流动水彻底清洗干净，包括不用污浊的毛巾擦手。
- 3、每天开窗通风，保持室内空气新鲜，尤其宿舍、电脑室、教室等。
- 4、合理安排好作息，做到生活有规律；注意不要过度疲劳，防止感冒，以及免抗病力下降。
- 5、不生吃各种海产品和肉食，及吃带皮水果，不喝生水。
- 6、注意个人卫生，不随便吐痰，打喷嚏。
- 7、发热或有其它不适及时就医；到医院就诊最好戴口罩，回宿舍后洗手，避免交叉感染。
- 8、避免接触传染病人，尽量不到传染病流行疫区。
- 9、传染病人用过的物品及房间适当消毒，如日光下晾晒衣被，房内门把手、桌面、地面用消毒剂喷洒、擦拭。
- 10、合理膳食，增加营养，要多饮水，摄入足够的维生素，积极参加体育锻炼，多到郊外、户外呼吸新鲜空气等。

谢谢大家！

- 5、尽量少到人群聚集的公共场所玩耍。
- 6、采取有效的灭蝇、灭蟑和防蝇、防蟑措施，
- 7、及时接种相关疫苗。

8、一旦发现有发热、皮疹、腹泻症状或其它自感不适感觉时，应及时到正规医院就诊，不要自己在家滥用药物，以免延误治疗时机。

养成良好的饮食和卫生习惯是预防春季传染病的关键。

## 秋季疾病预防心得体会篇二

绿油油的校树，亭亭玉立的小草，我们这些正值花季的新生，正在接受军训的洗礼，在严格的训练中进行自我升华。感谢亲爱的高中，我们有机会在军训中演奏青春之歌。

凡是参加过军训的人，对跑步的印象一般。因为这是军事训练中的高科技项目，流程比较繁琐。果然，刚站起来，原本整齐的班级变得参差不齐。于是教官决定布置作业。

今天的太阳格外明亮，太阳肆无忌惮地晒着我们的皮肤。不一会儿，大家都汗流浹背，口干舌燥。“快跑——快跑！121！121”“看台！1234”我扯起嗓子，想让大家都听见。每个人都在操场上跑来跑去。遵循教官“前不露肘，后不露手”，“准备时前倾”的教导，我从一开始就跑得一塌糊涂，渐渐变成了一条直线到整排。

但是站着之后，总有那么几个人，不是急停，就是慢跟。看着男生止步远比我们好。很多人开始担心。训练成绩好像又回到了起点。我突然不知道该怎么办了。突然想到团结就是力量。如果我搞砸了，大家只会更乱。于是我冷静下来，提高声音，加强练习，互相打气。终于训练好了，安顿好了。

这几天的军训场上，风景几乎一成不变：教官一本正经的脸，嘶哑的口令，学生们扛着长虹的喊声，额头晶莹的汗珠，湿透的迷彩服。一切都显得那么单调，但这看似单调的风景教会了我很多。

想想很多事情是这样的：欲速则不达。军训不仅让我领略到军人的本色，也让我从实践中体会到做人的道理。

军训，首先教会我什么叫严肃，什么叫专注，虽说是学生军训，可教官们都拿出了100%的责任心。看，那笔直的军姿，那沙哑的口令能者多劳不在表现着教官们的用心良苦。一个部队那么大，没有严肃的作用与专注的态度，是绝不成方圆的。

军训，让我深受真诚待人的感动，录你走方阵踩到前面人脚跟，极尴尬的抱歉，别人微笑地说了句“没关系”时，当你口渴至极而未带水，别人为你递上未拧开的矿泉水时；当你学不会一个动作，别人耐心教会你时……这一切，无不让我心里在炙热的阳光下，感觉到一阵阵清爽的风，给我更多的动力。

军训，让我懂得的，太多，太多……

### **秋季疾病预防心得体会篇三**

八月底，炽热的太阳吸收了我们的精华。在过去的暑假里，在家美美地睡一觉吃午饭的待遇被称为说再见。可惜了。每天还是（7：30），在我眼里真的是一种煎熬。老师说这是百年一遇，想起来也是一回事。

说你因为这个光荣的任务而兴高采烈，简直是当头一棒。一个学期积累下来的睡意猛增，失控了。几次在军训的练习中站在原地，静静的闭上了眼睛。也是几次教官的大嗓门从喧嚣中惊醒，吓得尖叫。

痛苦的军训，本该在高一忍受的，却因为震惊中外，举世无双的北京奥运会而屡屡延期。今年夏天，中国建国60周年，作为志愿者，学校将体能训练和军事训练结合起来进行国庆训练。这个想法不错，一举两得。

军训的第一天，我以为会轻松一些。但最后，是空的。在这条400米跑道的操场上，展示了教官们磅礴的气势，震撼了四面八方。

哈哈。内容还是简单的。只是为了我，一个不和谐的人。注意。稍息。向左向右拐。跨越。走吧。就几件事。内容很少，但并没有丢失。

教官有时候也很可爱。

歌唱比赛在绿色的“草地”上进行。教官的口号好经典…好古老…比如“x教官，来一个。来一个x教官。让你唱，你就唱。娇气不体面。喜欢什么，喜欢一个女孩……”（这个口号叫我一生难忘！）

一天下来，所谓结果显示，选一，二，三，做个对比。与此相比，我们所有热爱团和集体的人都充满了活力。女孩们欣赏着“猛男”教练精彩的摔跤表演，纷纷尖叫起来。校长舍不得失去展示自己的机会，竭尽全力，也引起阵阵口哨声。

为了今天的训练，我带着断指来到这里。不是不喜欢，是身体太脆弱脆弱，腰疼，回家都起不来。但发自内心，是泛滥的。这可能是那种一生只有一次，再也回不去的经历。

## 秋季疾病预防心得体会篇四

传染病常见的传播途径有5类：接触传播、空气或者飞沫传播、食物或水传播、昆虫或动物媒介传播、经血液或体液传播。因此，我们可以这样预防传染病的传播：

儿童青少年，他们的免疫功能发育还不完善，身体的抵抗力还非常的弱，卫生习惯也比较差，自我保护的能力也比较差。所以在青少年儿童当中，容易发生传染病的传播和流行，因此给我们儿童少年，开展疫苗接种就是提高儿童的群体免疫

水平的一个非常有力的措施。

利用班会课、黑板报、专题讲座等向学生普及卫生知识。比如，教学生如何预防红眼病，让学生常洗手，不用手揉眼睛，不用别人的毛巾等。

教室内外要注意做好清洁卫生，要常通风消毒，夏天要注意灭蚊，避免动物媒介传播。

班上如有学生得了传染病，教师要及时处理。如是流感等病，应马上通知家长，让其把孩子带回家进行治疗，病好后才让其返校。以免传染给其他学生。

冬春季是疾病特别是传染性疾病的多发季节，孩子们常常生病，常见的传染性疾病包括：流行性感、流行性脑脊髓膜炎、麻疹、水痘、腮腺炎、风疹、猩红热等。这些传染病大多都是呼吸道传染病，可通过空气、短距离飞沫或接触呼吸道分泌物及被病毒污染的物品等途径传播。幼儿园是易感人群比较密集的地方，需对冬春季常见的传染病制定积极的预防措施。

通过此次的培训，我们详细具体的了解到各种传染病的症状、传染方式等等。并且制定了具体的预防措施。

1、教室必须要每天通风、保持空气流动。每次在半小时以上。通风时间安排在早晨及上下午班级幼儿户(室)外活动时。空调使用中应保持半扇南向窗户敞开，但应注意防止冷风直冲幼儿。

2、加强卫生消毒工作。保持学习、生活场所的卫生，不要堆放垃圾。定时进行紫外线灯照射等空气消毒措施。

## 秋季疾病预防心得体会篇五

如今电信诈骗的手段随着信息技术的进步也日新月异，而且防诈骗往往滞后于诈骗手段的更新换代，因此作为银行一线的工作人员，在此通过一些逻辑小提醒广大群众，在接到不知名的电话时，应该这样做：

1、养成好习惯，如果接到陌生电话，首先看一下是否是外地的，尽量不要去接外地的号码，尤其是固定电话，如果手机是智能的，请安装类似360防诈骗的软件，能够一定程度上防止已经被举报过的诈骗电话。

2、接到任何有公信力的机构电话声称您的账户或者邮件涉及非法事件的时候，请相信自己，没有做的事情无须为之担忧，更加不必相信对方为你着想的不良企图，任何机构在冻结或者扣划您的账户资金都需要有合法的手续去银行执行，不需要恐吓或者表现出一副为您着想的菩萨心肠，现在是法治社会，这些行为都必须有法律依据，相信自己就是最大的盾甲！

3、接到亲朋好友或者师友的电话声称手术或者急需借钱的信息或者电话，请务必联系可以联系的熟人确认相关事项，诈骗分子往往利用遇到急事或者灾祸容易慌乱和担心的心理进行诈骗，遇事沉着冷静，不要轻易相信。

4、伪基站的高度发达使得客户发生电信诈骗的几率大大提高，同时作为高度发达的诈骗手段，伪基站的行为往往防不胜防，在这里，如果收到这样的信息，一定要联系各大机构公示的客服电话，而不是去联系伪基站发过来的网址或者联系电话。

临柜工作人员在工作时谨记：

1、合规操作，保护客户，保护自己，善于观察，对于边打电话边办理业务的客户，要适时提醒客户，尽到工作责任和义务。

2、定期检查防诈骗小提示是否放置醒目。

3、对于汇往外地的客户尤其要多一个心眼，对于客户不能说明清楚的业务，最好能让客户自己打一个电话当场确认。因为我们多一句提醒，客户就减少一个发生损失的概率，少则几百，多则上百万，花费提醒的时间不用两分钟，但是这两分钟如果有成效的话，减少诈骗的机会成本有可能高达几百万之巨。时刻心怀责任，心怀客户。

## 秋季疾病预防心得体会篇六

经过一天的军训，说不出的愉悦，说不出的苦涩。第一天我挺过来了，第二天很快就来了。我只需要咬紧牙关训练。

“今天我们学点军体拳！”耶！我对这个项目超级感兴趣，拳击…我会学的！所以，我们是厚着脸皮学的。“弓腿！”教官命令。旁边那个可能太激动了。当他抬起脚时，他摔倒在一匹大马上，全班哄堂大笑。

又到中午了，我们饿了，全神贯注地盯着桌上的菜。“吃！”教练下达了命令。我们二话不说，拿起筷子以闪电般的速度抓起食物，不到10分钟就一扫而空。哦，我的上帝！

下午两点，我们经历了传说中的“高空断桥”。在空旷的森林中，两根柱子从地面升起，在离地面十几米的空中架起了一座独木桥，但桥中心断了一条约50厘米的缝隙。这个项目的规则是从柱子的立足点爬到桥头，然后过断桥才算成功。看着这一幕，我们一个个胆战心惊。你看我，我看你，没人敢试。尽管有安全带的保护，我们还是不敢爬上去。

我第一个站起来：“我试试！”系好安全带后，我开始向上爬。越来越高，越来越高……我不敢往下看，怕自己会恐高，终于来到了桥上。天啊，这么高！我觉得头上冒冷汗，但我



可能还有点信心。我又往前爬。我正要断桥，下意识的停下来，感觉桥摇晃的厉害。看着差距，我犹豫了。很吓人。放弃吧，跳下去。不，所有人都在看我！我咬紧牙关，迈出了最艰难的一步。这一步只是印在桥的另一段。我靠在椅背上，成功地通过了木桥。响起了热烈的掌声。

今天就到这里。我太开心了！

## 秋季疾病预防心得体会篇七

20xx年x月x日是第x个世界艾滋病日，今年主题仍是“遏制艾滋，履行承诺”。艾滋病已成为我国重点控制的重大疾病，我国已步入艾滋病的快速增长期，据专家估计，我国有hiv感染者达84万人。目前仍无治愈艾滋病的药物，也无有效的疫苗，对艾滋病的控制措施主要是预防，因此宣传教育至关重要。为此，在校长的领导下，我们以世界艾滋病日为契机，以今年艾滋病日主题为口号在校园进行一次艾滋病宣传活动。为了搞好艾滋病防治宣传周活动，学校领导非常重视这项工作，把预防艾滋病健康教育与禁毒教育、青春期教育等教学活动结合起来。现将工作总结如下：

对于我校开展预防艾滋病健康教育活动，学校领导非常重视，制定了防治艾滋病工作方案和计划，成立了遏制与预防艾滋病宣传教育小组，校领导亲自挂帅，明确职责，协调各方面力量，狠抓落实，做到领导到位、投入到位、保障到位、措施到位，扎扎实实地开展艾滋病预防工作，活动真正做到了有领导、有计划、有组织、有目的。

开展全校师生预防艾滋病知识宣传教育活动；

- 1、为了有目的、有教育意义、科学地开展预防控制艾滋病健康教育，按照上级的要求，制定具体的实施计划，全校8个教学班，由教务处统一安排课程，先由健康教育教师对班主任进行培训，然后讲明班主任本学年需要完成健康教育的

部分。每周安排0.5课时为健康教育课。

2、为了提高学校教师和学生有关艾滋病基本知识水平，增强学生自我防护能力，共进行2次有关知识讲座，内容包括：

(1) 艾滋病流行态势及对人类危害的普遍性、长期性及毁灭性。

(2) 艾滋病的基本知识：着重介绍了艾滋病是由人类免疫缺陷病毒[hiv]引起的一种叫获得性免疫缺陷综合症[aids]艾滋病的传播途径；艾滋病与hiv感染者区别；艾滋病临床表现；艾滋病毒的体外消毒方法。

(3) 艾滋病预防原则：洁身自爱、拒绝毒品，增强自我防护能力。

(4) 同情艾滋病人和hiv感染者；告知同学们目前全人类的敌人是艾滋病，而不是艾滋病人和hiv感染者；我们要关心他们，如果歧视，只会加速艾滋病的传播。

3、组织开展形式多样的教育活动。

利用广播、讲座和发放宣传材料等多种形式，为学生们提供预防吸毒和预防艾滋病的知识。并教会他们一些学校基本生活技能，学会如何倾听，促进同学们交流过程，尊重别人，学会如何与人亲密相处，学会如何拒绝来自社会各方面的不良诱惑，提高自尊，将其学到知识融入预防艾滋病中去。为了使学生有深刻的认识，学校组织放映有关录像、片子有《艾滋病基本知识》、《逼近中国人的艾滋病》、《拒绝毒品、珍爱生命》等。

总之，开展以学校健康教育为中心的全民宣教，是预防艾滋病在我国蔓延的最有效手段，也是预防艾滋病的重要方法。通过活动，教师和学生澄清一些模糊的认识，知道了对待hiv

感染者、艾滋病人不应歧视，艾滋病知识知晓率达95%以上。今后，我校将在加大宣传力度、建立艾滋病预防工作的长效机制，继续努力探索和实践，力争为艾滋病防治工作做出更大的贡献。

## 秋季疾病预防心得体会篇八

在炎热的夏季，游泳是所有青少年喜爱的体育运动项目之一，而在没有大人的监护下，游泳意味着失去了“生命之神”的笼罩，而一步步地踏进“死亡之神”的陷阱。如果你和同伴去附近的水塘游泳，你必须做好充足的准备，拥有安全防范意识，遇到意外时要冷静，叫伙伴用周围的木棍把他捞上来。

我觉得学生一般溺水都是这样的原因：

- 1、学生在水边玩耍下水摸鱼，捡落水中的物品。
- 2、在水中逞能打闹或游泳时抽筋而不能泳泳，掉入水中，慢慢挣扎着死去。
- 3、雨天掉入深水坑，而因为不能出来死亡。
- 4、在过桥时，走路不慎掉落江中，而死去。

我的身边就有一个例子。一天下午，3名小孩其中一个13岁，一个9岁，一个8岁在水库边玩耍，其中一名9岁小孩不慎跌落水库，直至晚上8时，才被打捞上岸。这个水库很深，据附近村民说这个水库是以前用人工挖出来的，最深的地方达6——8米，而且这个水库管理存在严重漏洞，水库边上没有任何设施阻挡，小孩子在附近玩水的时候很容易跌落到水库里。

所以，为了不让更多的人溺水身亡，就应该让更多人懂得溺水的预防工作。

- 1、在无家长或老师的带领下，不要私自下水游泳；
- 2、不要去不知水情偏僻的地方游泳。
- 3、游泳时不要嬉戏玩闹逞强好胜。请大家多注意。

## 秋季疾病预防心得体会篇九

为了有防地预防及遏制艾滋病的传播和危害，本县开展了各项有关艾滋病的宣传活动，收好了良好的教育宣传效果。

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。

参加此次活动的有防治艾滋病工作委员会成员单位以及疾病预防控制中心、卫生监督所等近40家单位，各单位通过宣传车、悬挂横幅、设置展牌、设立咨询台、发放宣传材料等多种形式对艾滋病防治知识和国家政策进行了广泛宣传。县电视台在“12.1”前后一个星期内每晚在收视黄金时间播放了艾滋病防治知识宣传片和防艾电视剧“情证今生”。

此次活动，人民政府副县长xxx、政府办公室副主任xxx以及县卫生局局长xxx、书记xxx、副局长xxx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，为了突出此次宣传活动的宣传气氛，各单位的宣传人员身着工作服，向群众发放宣传材料，宣传艾滋病防治的相关知识以及国家的艾滋病防治政策和措施；详细讲解艾滋病的预防知识，解答群众提出的问题，将“预防艾滋，全民参与，相互关爱，共享生命”的理念深入人心，县电视台对此次宣传进行了现场跟踪报道。

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，出示展板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。

## 秋季疾病预防心得体会篇十

如今电信诈骗的手段随着信息技术的进步也日新月异，而且防诈骗往往滞后于诈骗手段的更新换代，因此作为银行一线的工作人员，在此通过一些逻辑小tip提醒广大群众，在接到不知名的电话时，应该这样做：

- 1、养成好习惯，如果接到陌生电话，首先看一下是否是外地的，尽量不要去接外地的号码，尤其是固定电话，如果手机是智能的，请安装类似360防诈骗的软件，能够一定程度上防止已经被举报过的诈骗电话。

- 2、接到任何有公信力的机构电话声称您的账户或者邮件涉及非法事件的时候，请相信自己，没有做的事情无须为之担忧，更加不必相信对方为你着想的不良企图，任何机构在冻结或者扣划您的账户资金都需要有合法的手续去银行执行，不需

要恐吓或者表现出一副为您着想的菩萨心肠，现在是法治社会，这些行为都必须有法律依据，相信自己就是最大的盾甲！

3、接到亲朋好友或者师友的电话声称手术或者急需借钱的信息或者电话，请务必联系可以联系的熟人确认相关事项，诈骗分子往往利用遇到急事或者灾祸容易慌乱和担心的心理进行诈骗，遇事沉着冷静，不要轻易相信。

4、伪基站的高度发达使得客户发生电信诈骗的几率大大提高，同时作为高度发达的诈骗手段，伪基站的行为往往防不胜防，在这里，如果收到这样的信息，一定要联系各大机构公示的客服电话，而不是去联系伪基站发过来的网址或者联系电话。

临柜工作人员在工作时谨记：

1、合规操作，保护客户，保护自己，善于观察，对于边打电话边办理业务的客户，要适时提醒客户，尽到工作责任和义务。

2、定期检查防诈骗小提示是否放置醒目。

3、对于汇往外地的客户尤其要多一个心眼，对于客户不能说清楚的业务，最好能让客户自己打一个电话当场确认。因为我们多一句提醒，客户就减少一个发生损失的概率，少则几百，多则上百万，花费提醒的时间不用两分钟，但是这两分钟如果有成效的话，减少诈骗的机会成本有可能高达几百万之巨。时刻心怀责任，心怀客户。