

2023年年度考核个人总结税务(通用7篇)

心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

急救心得体会篇一

司机是我们日常生活中必不可少的职业，虽然能够为我们提供便利，但在面临紧急情况时也需要具备一定的急救技能。本文将主要介绍一些司机们在日常工作中所总结的急救心得和体会，以期能够引起更多人的注意和关注，并帮助更多人在紧急情况下做出正确的决策和行动。

第二段：急救心得体会

1. 紧急情况下保持冷静

在紧急情况下，司机们需要保持冷静，并尽可能采取正确的措施，以避免情况进一步恶化。尽管这是一项基本的技能，但往往在危急时刻下司机们容易慌张，从而无法正确做出决策。

2. 动手能力

当车辆出现故障或遭遇事故时，司机需要有一定的动手能力，以便能及时处理简单的故障或提供暂时的帮助。

第三段：应对突发情况的方法

1. 拨打急救电话

当在驾驶过程中出现突发情况时，及时拨打急救电话能够在

第一时间得到救援和处理。

2. 熟悉医疗急救知识

在平时的工作和生活中，司机们可以学习一些医疗急救知识，以便更好地在紧急情况下做出决策和行动。

第四段：急救相关装备

1. 急救箱

在车辆里按规定配备急救箱可以让司机及时进行一些初步的急救操作。在紧急情况下，把装备好的急救箱带上，可以让司机安心应付任何情况。

2. 灭火器和安全锤

配备灭火器和安全锤可以为遇到紧急状况时提供更全面的救助措施和避免危险。

第五段：急救心得体会的重要性

1. 提高自我保护能力

学习和掌握急救相关知识、积累救援经验，实现自我保护。许多事情说来容易做起难，但掌握急救技能能在不知不觉中使自己具备应对危急时刻的能力。

2. 发挥人性的关爱和担当精神

各种社会突发情况时，身处其中的人们始终体现出人类的良知和美德。而学习急救知识、准备好相关的急救装备，或许也能成为我们在万朵人丛中独挑大梁的时候给出一份最好的自己。

结语：

在现代社会中，人们的生活和工作方面都有着越来越高的风险和紧张度。而无论是司机、医护人员，还是普通市民，都必须时刻掌握肝胆相照的精神和实用的技能，做出正确的行动。希望通过本文的分享，让更多人理解和认识到急救心得体会的重要性，并能在需要的时候用自己的实际行动为他人、为社会多做一份贡献。

急救心得体会篇二

很有幸能选上这门课，这也是我上选修课最认真、最感兴趣的一门课了，老师不仅人很漂亮，人也很好，很理解学生，讲课也非常认真、生动，深受我们学生的尊敬和喜欢。

通过在对急救医学的学习，我从一个不懂任何急救常识的人逐渐的学会了一些简单的急救常识。在这个学期的学习中，在老师的仔细认真讲解下，通过讲课与一些多媒体的材料生动形象的讲述，总结下来，我学到紧急状况发生时应该如何应对？了解了以下几个方面的急救常识：

总的急救原则就是要保证有正常的呼吸和心跳，同时防止失血过多，尽量恢复伤者的意识。

1. 一定要镇静，不要慌乱。
2. 明确状况，判断是否情况危急，即是否出现意识障碍、呼吸停止、心跳停止、大出血等情况。
3. 有些情况下要马上进行急救处理，而不是打120电话，比如食道中有异物堵塞，心脏病突然发作、心脏停跳等，等救护车来可能已经晚了。有些情况下要马上打120电话：不知道应该如何是好，这时可以打电话，在叫救护车的同时，询问医生应该如何处理；或是周围人多，可以分出人来打电话。

4. 如果病人有意识，但有明显呼吸或心脏问题，要马上帮助病人恢复呼吸循环和心脏功能。
5. 如果病人没有意识，但还有呼吸，必须马上把病人的头偏向一方，不可令其后仰，以防舌后坠而引起窒息，导致病人死亡。但如果病人可能颈椎受伤的话，就一定不能这样做，以免导致损伤位于颈椎椎管内的脊髓神经而引起高位截瘫。此时，应将下巴向前拉，将舌根提起来，或是用其他一些方法保证舌头不会挡住呼吸道。
6. 如果伤者呼吸已完全停止，应该马上进行口对口人工呼吸。
7. 如果伤者心跳停止，应马上在硬床上或其他硬的支持面上进行心脏按摩和人工呼吸，直到呼吸和心跳恢复。
8. 如果伤者有大出血，应马上止血。如果怀疑有脑部或躯干内出血，要马上送医院，如果伤者丧失意识，要保证呼吸通畅。如果是喷射状出血说明是动脉出血，应该马上止血，同时马上送医院。前面说的是两种最危险的情况。如果是四肢出血，可将出血的肢体抬高，用止血带在近心脏端捆绑止血或是直接压迫近心脏端的动脉止血或是直接压迫伤口止血。

在意外伤害的事故现场，不要被当时混乱的场面和危急的情况所干扰，如有其他人在事故现场，应首先呼叫叫急救车。沉着镇静地观察伤者的病情，在短时间内作出伤情判断，先对伤者的生命体征进行观察判断，检查神志是否清醒，检查呼吸是否正常，观察脉搏是否正常，检查心跳是否正常……包括神志，呼吸，脉搏，心跳，瞳孔，血压。然后再检查局部有无创伤，出血，骨折畸形等变化。

经过检查后，基本可判断伤员是否有生命危险，如有危险则立即进行心、脑、肺的复苏抢救。

心肺复苏急救不一定要口对口。

学习急救医学后，我知道传统上的心肺复苏术和口对口人工呼吸几乎画上等号，不过并不是每种急救场合都必须进行人工呼吸的，对于因心脏突发状况而需要急救的人，单纯实施胸外按摩的效果并不比配合实施口对口人工呼吸的效果来的差要实施口对口人工呼吸增加接触而感染病毒机会。

1. 急救员跪在患者身旁。
2. 利用靠近患者下肢的食指和中指，沿着肋骨边缘向上滑行到肋骨与胸骨交接处之心窝部位。
3. 将中指放在心窝处，并将食指合并于胸骨下端定位。
4. 另一只手掌根置于食指旁的胸骨上（即胸骨的下半段）。
5. 将定位的手重叠于其上，两手手指互扣或平行、手指上翘，以避免触及肋骨。
6. 以每分钟80至100次的速率，施行15次的胸外按摩（15次的压缩时间共约9~11秒钟），每次下压胸廓约4~5公分。
7. 下压与放松时间应相等，施压时口里数着一下，二下、三下... 十三、十四、十五，注意念第一个字时下压、第二个字时放松。
8. 15次胸外按摩后施行2次人工呼吸(约4~7秒钟)。
9. 持续上项cpr动作约1分钟(约四个循环)，再检查脉搏和呼吸。
10. 若仍无呼吸、脉搏，再继续施行cpr并每4~5分钟检查患者脉搏与呼吸一次。
 1. 垫低枕头，找平坦的地方，让病人躺倒。

2. 脸色正常者，只要盖棉毯保暖就行。

3. 意识清楚，无休克症状者，可让病人保持原有姿势，不宜多搬动。

1. 用棉被垫在病人背后，让病人呈平卧姿势。

2. 面朝椅背坐下，让脚伸出，头搁在坐椅背上，这一姿势可以帮助减轻呼吸困难。

1. 用棉被垫高下肢部。

2. 休克症状：脉搏、呼吸加快，面色苍白，冒冷汗，血压下降，意识模糊，手脚发冷。

让病人侧身躺下，轻轻将脚弯曲，把自然弯曲了的左手腕压在右手心背上，将下腭搁在上面，使下腭突出，舌伸出，这样有利呼吸道通畅。

1. 用清洁的毛巾等压迫止血。

2. 迅速探明出血点。

3. 呼吸急促且无力时，预示着危险，应马上叫救护车。手脚出血

1. 如果伤口被泥沙污染，应首先用消毒凉水或冷开水冲洗，切忌用肥皂洗涤。

2. 出血伤口周围的血块、血浆等不要去擦洗，伤口内的玻璃片、小刀等异物也不要勉强拔出，因拔出后可能引起大出血，应马上送医院处理。

1. 用清洁的布块、毛巾（最好是消毒纱布）等垫在伤口上，直接压迫约 10—20 分钟止血。

2. 血止住后，用包带轻轻包扎，注意别包得过紧，以能压住出血为度，然后上医院处理。

出血、受伤后应马上用净水器过滤的自来水或消毒井水、冷开水清洗，没什么特别需要消毒的。伤口污染后，只要在6小时内能进行充分的消毒，一般不会出现化脓。但是，如果是刃物刺入等引起的伤口，以及刺入物残留体内，又未在6小时内作充分清创处理，会出现伤口化脓。另外，要记住，无论什么东西致伤的伤口，都有发生破伤风的可能，要即时采用预防措施。

急救心得体会篇三

急救是一项非常重要的技能，它可以挽救生命。为了提高我自己的急救技能，我报名参加了一次急救培训课程。在这次课程中，我学到了许多关于急救的知识和技巧，并且有机会进行实际操作。通过这次培训，我获得了许多宝贵的心得体会。

首先，急救是一项具有很高风险的工作，需要我们保持冷静。在急救现场，我们常常会看到伤者流血或疼痛万分，这会让我们感到紧张和焦虑。然而，当我们自己保持冷静时，我们的思维和行动就会更加清晰、有条理。培训课程中，教练强调了“先冷静再行动”的重要性。只有在冷静的状态下，我们才能更好地应对各种急救情况。

其次，培训课程让我意识到了急救时正确使用急救道具的重要性。在课程中，我们学习了如何正确使用绷带、止血带、呼吸器等急救器材。这些器材对于急救工作起到了至关重要的作用，使用不当可能导致伤者情况恶化。所以我们要严格按照培训中学到的知识和技巧来操作，确保伤者得到适当的急救。

另外，培训课程教会了我有效的急救技巧。例如，人工心肺

复苏和止血技巧等。人工心肺复苏是一项拯救心脏停跳患者生命的重要技巧。在培训课程中，我们通过模拟训练学习了正确的手法和节奏。止血技巧也是急救工作中不可或缺的技能之一。我们学习了如何使用绷带和止血带来控制伤口出血。这些技巧的灵活运用，可以在关键时刻挽救伤者的生命。

此外，培训课程还强调了团队合作的重要性。在急救现场，时刻都充满了紧张和压力。在这种情况下，团队的合作就显得尤为重要。急救中，每个人都有自己的分工和责任，只有所有人协作配合，才能最大限度地减少伤者的痛苦和危险。我在培训课程中看到了良好的团队合作的力量，这让我深刻地体会到了团队的重要性。

最后，这次培训让我认识到急救工作是一项需要不断学习和实践的工作。培训课程只是一个开始，我们需要通过不断地学习和实践来提高自己的急救水平。急救技能是一种需要长期保持和提升的技能，只有通过不断地学习和实践，我们才能随时应对各种急救情况，并为他人提供最好的帮助。

总的来说，这次急救培训让我受益匪浅。我学到了许多关于急救的知识和技巧，并深刻体会到了急救工作的重要性和挑战。通过冷静、正确使用急救道具、掌握有效的急救技巧、团队合作以及不断学习和实践，我们可以更好地挽救生命，为他人带去安慰和帮助。我将会把这些心得体会融入到实际生活中，不断提升自己的急救能力，为更多的人提供帮助。急救是一项具有非凡意义的工作，我将把它视作终身的使命。

急救心得体会篇四

今天我一大早就起床了，因为要参加救护演习活动。我脑子里顿时浮现出十万个为什么？去哪儿呢？是不是医院？我学得会吗？做错了怎么办没？现场会不会很恐怖呢？我顿时陷入了无比困惑之中。

我怀着紧张而又兴奋的心情来到了教室。老师开始认真地讲课，讲了救护的主要内容：如何包扎三角巾，如果包扎伤口，骨折、还有刀插在伤口又该如何包扎的各种方法。老师讲得非常用心，一次又一次的提醒强调我们要注意的地方，并亲自仔细地示范给我们看。同学们都虚心听讲，并把老师讲过示范过的内容一一刻在脑子里。接着轮到同学们开始练习了。张瑞恒同学扮演手臂受伤的伤员，而我当救护员，我首先拿出纱布并解开纱布，轻轻地放在他的手臂伤口上，按住刚才放下去的点，然后开始缠绕纱布，转了一圈又一圈，最后把没有用光的布塞到里面去。中间副队长不断地帮助提醒同学们练习，直到我们熟练掌握为止，为下午激动的救护演习比赛做充分的准备。

很快到了下午，比赛即将开始啦！项往同学代表我们阳光队抽到了第6支参赛队伍。我们在等待其他队伍比赛的过程中，紧张就像热锅上的蚂蚁一样，不时地问叔叔：“轮到我们的吗？轮到我们的吗？”

像过了一个世纪一样漫长，终于轮到我们的了。大家排着整齐的队伍跟着叔叔向灾区快速跑去。到了现场队长大喊：“立正、报数。”“1、2、3、4、5、6。”报数完毕，队长马上跑过去报告“老师，我们阳光救护队六人已到齐，并且已经做好防护措施，准备进入灾区。”老师说了一声“好。”队长马上请副队长帮忙打120救护电话。我们全体快速进入了灾区。一到灾区现场队长就大声喊：“能够自己行走的叔叔阿姨请举手并站起来。”于是那些能自己走路的叔叔阿姨都站了起来，潘若希马上递给他们绿绳子，请他们走到安全区并把绳子系在自己的手臂上，徐冀晗同学马上跟去安全区进行包扎并不断安抚伤员。

这时潘子屹发现了一位腿部失血过多的阿姨，就立刻向队长汇报，队长马上过来给她系上红绳子，并给她的腿包扎起来，我们几个人拉住布的四角将她拖到了安全区。我还在河边发现了一位溺水的阿姨，立刻唤来队友，大家一起拉住布的四

角将溺水的阿姨拖到了安全区。大家都在现场快速地寻找伤员，给几位骨折的、腿部扭伤、刀插在腿上的伤员分别寄上了红绳子并进行包扎，并且搀扶着他们走到了安全区。现场还有几位迷的伤员，队员们都小心翼翼地把他们全部抬到了安全区。这时所有的队员都在安全区对伤员进行包扎和安抚，直到全部的伤员包扎完毕。我们同学们团结一致、同心协力出色地完成了所有的任务。

最后老师公布了比赛结果，我们阳光队居然得到了第一名。同学们兴奋地喊起来阳光队的口号：“阳光、阳光照亮天下。”在颁奖的时候，老师对我们说：“大个子都不如你们这些小个子，你们可真厉害！”

这样的活动真有意义，它让我们学到了各种救护知识，万一有人发生了意外我们就可以去帮助他们了！

急救心得体会篇五

为了进一步提高全校师生的安全意识，使广大师生掌握逃生常识，从而有效确保师生生命安全。学校于3月14日下午3点32在教学区区、4点35在宿舍区进行了应急疏散演练活动。演练紧张、有序进行，并取得圆满成功。通过此次疏散演练，不仅增强了全体师生的安全意识，同时还掌握了安全疏散的技巧。

学校领导高度重视，成立了应急疏散演练小组，制订了急疏散演练方案，从演练策划、前期准备、组织实施到正式演练所经历的各个阶段，演练小组的领导都给予了很大的关心、支持和帮助。认真审定演练方案，确定演练目的、原则和规模，还亲自对演练工作进行部署，亲临演练现场进行指挥，下达演练命令，观察演练情况，对演练效果进行全面点评。

根据疏散领导小组要求，确定本次疏散演练的主要任务是开展一次应急疏散演练。其主要目的是使每位参与者能掌握应

急逃生基本方法，提高自我安全意识，化解危险。为了使得演练方案安全可行，在方案中就演练的时间、地点、职责分工、前期宣传教育、现场勘察和检查、演练步骤、演练指导、注意事项、疏散图和集合图都作了具体的说明。

首先大家学习有关安全的文件，然后由班主任老师和学生一起学习安全疏散基本知识，熟悉紧急疏散路线图。通过这次的疏散演练，进一步增强了师生的防范意识和自救的能力，了解和掌握如何识别危险、如何采取必要的应急措施等基本方法，以便在突发事件中达到快速、有序、及时、有效的撤离危险区域的效果。演练达到预期效果，最终获得了圆满成功。学校将经常性地开展训练或演练工作，以提高全体师生的应急救援技能和应急反应综合素质，有效降低事故危害，减少事故损失，确保学校安全、健康、有序的发展。

急救心得体会篇六

第一段：引言（引出学习急救的重要性）

急救是一项非常重要的技能，它可以帮助人们处理各种突发状况，包括疾病、伤害、事故等。在日常生活中，急救知识的掌握对于保护自己和他人的生命安全至关重要。然而，急救的原则和方法千差万别，因此学习急救真的非常重要，因为它可以教会我们如何正确、快速地应对紧急情况。

第二段：急救的基本原则和方法

学习急救首先要了解基本原则和方法。在紧急情况下，我们需要冷静思考，采取正确的行动措施。首先，我们需要保护自己的安全，确定周围环境是否安全。然后，要迅速评估受伤者的状况，判断患者是否有意识、呼吸是否正常等。如果患者没有呼吸或心脏停跳，我们可以进行心肺复苏术。另外，我们还要了解如何处理出血、骨折、烧伤、中毒等常见的急救状况。通过学习这些基本原则和方法，我们可以在危机时

刻作出迅速而准确的反应，为受伤者提供最有效的援助。

第三段：学习急救的必要性

学习急救是一项必要的生存技能。不论我们是在家中、工作场所还是在公共场合，突发情况总会发生。学习急救可以使我们有能力及时应对紧急情况，并为受伤者提供救助，可能拯救他们的生命。此外，在自然灾害、地震、洪水等紧急情况下，急救技能更是至关重要。如果有足够多的人掌握急救技能，整个社会的安全水平将大大提高。

第四段：学习急救的方法和途径

如今，学习急救的方法和途径多种多样。我们可以通过参加公益组织的急救培训课程学习，也可以通过在线教育平台、手机应用程序等学习。不论采取何种方式，我们都应该选择专业、权威的教育机构或平台，确保学到的知识正确可靠。此外，我们还可以利用各种资源来提高急救知识的掌握水平，如实践演练、自学参考资料等。

第五段：学习急救的好处和感悟

学习急救不仅可以使我们成为更有用的人，还可以给予我们成就感和满足感。当我们能在紧急情况下提供帮助，并挽救生命时，我们会觉得自己的努力是非常有价值的。同时，学习急救还可以提高我们的责任心和人际交往能力。因为急救常常需要合作、团队精神和清晰的沟通。此外，学习急救还可以培养我们的冷静和应变能力，在其他领域中也会受益匪浅。

总结：

通过学习急救，我们能够掌握处理各种突发情况的知识和技能。这项技能不仅可以提高我们的生存能力，还可以拯救他

人的生命。因此，我们应该重视急救教育，通过不断学习和实践，将急救技能转化为自己的本能反应，为社会的进步和安全贡献自己的一份力量。