

最新医学护理自我鉴定大专(大全7篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

医学护理自我鉴定大专篇一

不管是作为一名医生或是一名军人，像我们这样的，我觉得最好的方法，说的难听点，头二十年，夹起尾巴做人，这是两个职业的共同特点决定的。很多事，不管自己对不对，你错了是你错，你对了，别人说你错，你就得认为你是错得，尽管你是对。只有这样，我才能混下去。要想混得好，不要把自己当人看，至少在头十年内，不是人。

当然，现在看已经过去的1/2的实习历程。学习了很多。曾经我也曾纠结于是考研还是什么。很多人也问我，考研不。现在，或者考研报名的时候我可以很明确的说，不考。由于身处环境的不同，我的情况比较复杂。在权衡各项利弊后，我很坦然的说，我实习我不考研。也许有人说，可以边考研边实习，可是我要说，我不是很聪明的人，我也没那么勤劳，我不想把自己搞得那么累，(好吧，我承认我懒)甚至我可以说不考，为了实习，我可以放弃考研(鉴于考研背景考虑)。研随时可以考，可是，作为第四军医大学口腔医院的实习医生，我想无数人想破头都难以在这样好的条件下实习，也很难再有如此有利的条件系统的学习临床。在这，我受到很多名师的教导。门诊、#住院部实习，我学到了很多。勤学多问，很多人都愿意教我，而这些却是书本上没有，考研也不是考点，可却是别人总结的宝贵经验。在住院部，我的身份只是一名实习医生，可是，我的上级，却是用住院总的标准培养我，从他身上，我学到了很多临床知识。

临床医学实习后，感想诸多，实习活动已经结束好长时间了，但是直到今天，实习留给我的思考还在脑子里面回想。我不知道那些感觉、那些思路要在我心里停留多长时间，也不知道这些思路留在心里面是好还是坏。自打有了那样一些经历之后，整个人都有所变化，现在仿佛还在变化着。对我来说这次实习心得作业仿佛比以往任何一次作业都要困难，犹豫了很长时间不能下笔。脑子里面的东西从来没有像现在这样多，但是难以将它们定位。如果下面说得太乱，还希望大家见谅。

给我印象最深的是王教授讲的”结合临床量表治疗强迫症患者”。在那次课中，我第一次全面接触到了如何誊写患者病历。

病历的誊写要体现以下几个部分：

1患者的一般情况。姓名，年龄，职业，籍贯，住所等等。

2主诉情况。即患者家属提供的有关患者的情况。

3患者的现病史。患者提供的有关自己的现在患病情况。

4患者的既往史。患者或家属提供的有关患者以前患病的情况。特别注意要确定，患者是否有器质性脑外伤，还要特别考虑患者是否有酒精依赖。

6精神科检查。意识障碍检查，感知觉障碍检查，思维活动障碍检查，注意力障碍检查，记忆力障碍检查，智力活动障碍检查，有无自制力检查，情绪情感活动障碍检查，意志行为活动障碍检查等等。

7量表测评□b超检验报告□x光检验报告等等。

据王健老师介绍，全部报告要在72小时内全部写完，其中任

何一项没有完成，都要打回去重做，不能给患者确诊。

这部分的病历誊写要求介绍，只占全部实习教学内容的一小部分，大概只用了不到三十分钟的时间，但是我感觉它对我们医师来讲格外重要。它是医师确诊的主体思路，换句话说就是你医师的思路落实到哪一步，才能给眼前的个案定性的问题。病历的严谨与否能体现一个医院，一个医师医术水平的高低。也严重关系到确诊的准确性，直接涉及患者的就诊与治疗，干系重大。

在以往的教科书上，只是简单谈到要了解求助者的一般情况，躯体症状，心理症状，家庭支持系统结构，要辅助量表测评。但是。书本上的介绍没有王教授的介绍全面。王教授在课堂上明确强调以下几点。

1要凸现既往史。特别要注意排除器质性脑病对神经症的影响。比如肺性脑病，肝性脑病还有腮腺炎。另外不要忘记考虑酒精依赖。

2在个人史部分。（首先老师的层次划分就十分细致，比书本上的周到。另外老师特别强调）从小学到大学的学习生活部分问得要细，几乎是只要患者有挫折就要问为什么。在家族史里，要问父母两系三代内成员近一亲婚配情况。

3精神检查部分要充分重视检查患者自制力有无。

医学护理自我鉴定大专篇二

实习期即将要结束了，时间过得真快，实习是我将理论转为能力，迈向临床的第一步，在实习期间我受益匪浅，并将我终生受用，我下面对本次实习期间的表现进行自我鉴定。

10年6月份我到永煤集团总医院实习，按医院和学校的要求，我分别到了外（脑、普、骨）科、内（神经、心血管、消化）

科、辅助（心电图□x线）科室.....等科室学习,在实习期间,我严格遵守医院及医院各科室的各向规章制度,遵纪守法,尊敬师长,团结同学,严格要求自己做到了不迟到,不早退,不旷工等,对病人细心照顾,和蔼可亲,努力将理论知识结合实践经验.

在临床实习期间,我积极向临床医生学习,经过将近一年的实习实践,我熟练掌握了病程记录,出院记录,化验单等所有医疗文件的书写,还掌握了清创缝合,无菌术等操作方法,我对内科,外科.内科等专业课的学习更加努力,重点掌握了疾病的诊治和治疗,对一些常见病.多发病的特点,诊断.鉴别及治疗原则等更为重视,为以后的临床实践打下了坚实的基础,在实习过程中我还不断总结学习方法和临床经验,努力培养自己的独立思考,独立解决问题的能力,实习生活也培养我全心全意为人民服务的崇高思想和医务工作者必须具备的职业道德.但从中也知道了还有许多疾病我们人类上无法克服的,对他还不了解,所以我更加知道自己肩责任,还要在以后的工作中刻苦努力,注重理论与实践的结合,为祖国的医学事业做出突出的贡献.

在实习期间我严格遵守医院及医院各科室的各项规章制度,遵纪守法,尊敬师长,团结同事,严格律己,做到了不迟到、不早退、不旷工及擅离工作岗位。对病人细心照顾,和蔼可亲。努力将理论知识结合实践经验,在实习过程中我还不断总结学方法和临床经验,努力培养自己独立思考、独立解决问题、独立工作的能力,实习生活也培养我全心全意为人民服务的崇高思想和医务工作者必须具备的职业素养,经过将近一年的实习实践我熟练掌握了病程记录、会诊记录、出院记录等所有医疗文件的书写;掌握了临床各科室的特点及各科室常见、多发病人的诊治;掌握了常见化验的正常值和临床意义及和各类危、重、急病人的紧急处理。较好地完成了各科室的学习任务,未发生任何医疗差错和医疗事故。

医学5年,塑造了一个健康、充满自信的我,自信来自实力,但

同时也要认识到眼下社会变革迅速,对人才的要求也越来越高,社会是不断变化,发展的,要用发展的眼光看问题,自己还有很多的缺点和不足,要适应社会的发展得不断提高思想认识,完善自己,改正缺点.作为一名医学专业的学生,所受的社会压力将比其他行业更加沉重,要学会学习,学会创新,学会适应社会的发展要求.

医学护理自我鉴定大专篇三

本人是xxx医科大学临床外科专业**级的学生,在学校的组织安排下我来到**人民医院外科为期一个月的实习。充实而紧张的实习转眼间就结束了,这次经历可谓收获颇丰,使自己对医学的认识有了质的飞跃。

在进入icu前带教师向我讲解icu内管理制度和消毒制度,并介绍icu环境,使我对监护室有所了解,工作起来得心应手。特别安排专科疾病知识讲座,即对胸心外科常见病的介绍,使我对胸心外科疾病有一定的认识,有利于术后监护。使我了解中心静脉测压的意义和重要性,它是直接反应左心功能和衡量血容量的客观标准,指导补液速度和评估血容量。

在进入临床实习后,我往往把学习重心放在了操作上,而对理论学习和临床思维的训练有所放松,在胸心外科尤其如此。胸心外科病种多、手术多,我极易把注意力全部放在手术操作上。所以我把多上手术、多练手作为实习的主要目的,手术后的病理生理会发生很大改变,我必须全面准确的综合病史、体征、病情程度、手术方式等多方面考虑,方能准确掌握要害所在,看清本质,理解手术对患者的影响,制定正确的处理措施。

通过一个月的实习,使我对胸心外科术后监护有所了解,基本掌握监护仪,呼吸机,除颤仪,微量泵等的临床应用和注意事项,并能独立完成中心静脉压的检测,气管插管内吸痰,护理记录单的书写,出入量的等监护技能。

这次宝贵的实习对临床经验上十分欠缺的我来说就是雪中送炭，在实习过程中我保持谦虚、认真的学习态度，积极主动的学习。对从医者整体素质也有比较深刻的了解，为我以后的学习道路指明了方向。

医学护理自我鉴定大专篇四

我在供应室实习期间，遵守科室的各项规章制度，尊重老师，在老师的辛勤教导下，我基本掌握了供应室各项工作流程及要点，学会了操作各种仪器设备。能够独立完成各种物品，器械，包裹的清洁、消毒和无菌处理，对各科送来及取回的包裹认真登记，未发生任何差错。实习期间，我工作积极主动，仔细认真，圆满完成了实习任务。出科小结不用写太多，主要是写自己在科室学到了什么就行了。

刚刚走上实习岗位，第三站进入供应室；其实是幸福快乐的！刚刚走进供应室的时候，我就好象一个乳嗅未干的孩子，什么都不懂。对于一切的事物也都感觉到陌生和茫然。做起事来也显得很拘束，好象生怕会做错事一样！后来在老师们的热情还有细心的教导下，我渐渐找到方向；对于这个新环境也一天天熟悉起来。更摸索出一个道理——每做一件事时，多问问。这样不仅能对你正在做的这件事情多一分的了解还能多长一些知识。也就不仅仅只是很盲目的去做事！

这样一天天的累计就会明白很多以前所不知道的东西。在供应室中，我了解到，供应室是整个医院整体工作的重要部分，担负着全院提供充足，完好；规格齐全；品质保障的消毒灭菌任务。它相当于一个部队的后勤部，一部电影的幕后制作。

而奔跑于医疗工作第一线的医护人员之所以能够放心使用医疗器械为病人手术及护理，也都要归功于供应室中的工作人员辛勤的劳动成果！在供应室里，我掌握了它至关重要的三大划分区域。即：污染区——清洁区——无菌区；也加重了我脑海中对于无菌消毒的概念。

受益匪浅！现在我才刚刚涉足于这个行业，以后的路还很长。而对于护理这个行业我还是一长白纸，还有很多东西等着我去学习去自行摸索。但是我知道，只要经过不懈的努力和学习；终有一天我会为自己展现出一张让自己满意的蓝图！现在的学习跟努力就好象是无形中的一只水彩笔，正一点点的在描绘着那张蓝图。尽管它是很抽象的，但是我可以感受到它的存在！

马上要进入临床了，以后的日子会很辛苦。我们所做的工作其实很平凡，但是如果出了一点差错就会由平凡变的不平凡。以后要加油了！所谓三人行必有我师，纵然人无完人。可是只要取其精华，去其糟糠。这样周而复始，日积月累下来，我想我会变的好起来的！加油吧。

医学护理自我鉴定大专篇五

小时的梦想成为我进入大学的动力，经过努力我也进入到__大学，从进入大学的那一刻，我就知道，我必须面对挑战，在大学做好积累，为毕业准备，当毕业到来时我为自己过去做的努力自豪。

汗水从不会欺骗人，我认为学习就应该脚踏实地，吃他人所不能吃的苦，这样才能够一步步成长，我经过了多年学习，也明白在大学期间应该如何做。每天把时间分为上课时间，和休息时间。上课期间，做好笔记，下课积极复习练习题目，同时为下一门课准备。然而大学的时间要比高中充裕，每天都有很多时间可以自由分配，想要如何利用却看个人取舍。

有的人选择在课后打篮球，锻炼身体，逛街，玩游戏。我的选择是利用课余时间，积极复习，尽量提升自己的成绩把能力提升上去，不让自己后悔，而且大学需要考英语四级，还有专业证书考试，所以每天都会把时间用在自学和备考上面，备考时间专心为考证准备，自学喜欢到图书馆，阅览学校丰富的藏书。

有时候读书多了，对自己的发展和成长都有极大的好处，而且我也喜欢看书，我看书的范围很广，专业相关的知识，各种技能书籍，或者一些有趣的故事都是我阅读的目标，我不光读书更会思考分析，如果读了一本书却马上就忘记了，这完全没有任何意义，看一本书不但要看书中的各种知识，更要学习和吸收，甚至提炼出来书中的哲理。

因为我在学生会工作，所以待人接物方面，相对过去有了很大进步，对同学对老师，都友好结交，与同学融洽相处，与老师交朋友，同时也会学习老师和同学的优点，提升自我，锻炼自我，因此让我走的更高更远。三人行必有我师，取他人所长，补自己不足与短处，这样也方便我们的成长。

在大学期间，我更是多次参加社会实践活动，因为我明白，温室的花朵，需要经历考验，不管在学校内有如何好的成绩，都不如在社会中考验磨砺，进入社会会发现，以前自己引以为傲的能力在社会中并不缺，社会需要的是实用型人才，而大学培养出来的很多都是理论型人才，想要符合社会的要求就只有把理论转化为实际的能力在工作中不断磨砺。

社会的竞争，要比大学更加激烈，想要在社会中有一席之地，就必须能够坚定的朝着自己的目标方向前行，不屈不挠。在工作中我受过委屈，也承受过压力，更因为自己能力不足被被淘汰过，所以让我具备竞争力，毕业已经到来，让我有了全新的开始。我会积极应对社会挑战，努力备战未来。

医学护理自我鉴定大专篇六

我们积极努力的争取每一次的锤炼机遇，一同还不停丰厚临床实际知识，积极自觉地思考各类问题，关于不懂的问题谦逊的向带教教员或其它教员讨教，做好知识笔记。遇到教员没空解答时，我们会在义务之余查找书籍，或向教员及更多的人讨教，以更好的增强实际知识与临床的联合。依据学校和医院的央求我们积极自觉地完成了病历的书写，教学查房，

病例讨论，这些培育了我们书写、组织、表达等各方面的才干。

这段耐久的实习时辰里，我们的播种很多很多，假定用随意的词汇来概括就显得言语的惨白有力，至多不能很精确和明晰的表达我们收获颇丰。实习时代的播种将为我们今后任务和学习打下良好的根底。总之在感激人民医院培育我们点点滴滴播种时，我们将以更积极自觉的义务态度，更扎实结实的操作技艺，更丰厚深沉的实际知识，走上各自的义务岗位，进步临床义务才干，对卫惹事业尽心尽责！

在师友的严厉教益及本身的努力下，我具有了扎实的专业根底知识，零碎地掌握了临床医学专业课程。一同，在不满足于学好实际课的一同也注重于对各类相干医学知识的学习。一同我运用课余时辰普遍地涉猎了大批书籍，参与各类活动，这不光空虚了本身，也培育了本身多方面的技艺。我对知识、对本专业一丝不苟，因此在效果上不停都失掉一定，以及助学金。更紧要的是，在“勾搭，勤劳，务虚，创新”的校训下，严谨的学风和端正的学习态度塑造了我朴实、稳重、创新的性情特点。

严厉恪守国度法规及学院各项规章制度。在校风的鞭笞下，我努力学习，刻苦研究、勇于进取、努力将本身培育成为具有较高综合素质的医学毕业生。我尊重教员，勾搭同窗，以“热情、务虚、失职”的作风，积极完成学校和年级的各项义务，积极向医院的医生学习，秉着“安康所系性命相托”的决计，孜孜不倦地吸收医学知识为日后的学习、义务打下坚实的根底。不停追求，不停学习，不停创新，努力展开自我，完善自我，跨越自我是我崇尚的理念。尽力做好每一件事是我本身的根本准绳。

身为医生的我在修好学业的一同也注重于对社会的理论。本着学致运用，理论联合实际发扬，抓住每一个机遇，锤炼本身。大学五年，我深深地感遭到，与出色先生同事，使我在

竞争中获益；向实践困难应战，让我在迂回中生长。祖辈们教我勤劳、尽责、严酷、耿直；苏州大学医学院培育了我实事求是、开辟进取的作风。

我酷爱医学事业，并立志献身于医学事业！我牢记着医先生的誓词：我自愿献身医学，酷爱家乡，忠于人民，遵守医德，尊师守纪，刻苦研究，孜孜不倦，如虎添翼，片面展开。我决计疗养生息除人类之病痛，助安康之圆满，维护医术的圣洁和荣誉，治病救人，不辞艰苦，执着追求，为家乡医药卫惹事业的展开和人类身心安康妥协终生。我将在事前的义务和学习中愈加努力，不停空虚自我、完善自我，做一名二十一世纪的好医生！

医学生实习自我鉴定2

为期十个月的实习生活转眼已经结束，时间过得真快。实习是我们将理论转化为能力，迈向临床的第一步，在实习期间我受益匪浅并将终生受用。

xx年xx月份我到xx市人民医院实习，按医院和学校的要求和规定，我分别到了急诊、骨伤、内、妇、儿、外、五官等7个科室学习，在实习期间我严格遵守医院及医院各科室的各项规章制度，遵纪守法，尊敬师长，团结同事，严格律己，做到了不迟到、不早退、不旷工及擅离工作岗位。对病人细心照顾，和蔼可亲。

努力将理论知识结合实践经验，在实习过程中我还不断总结学习方法和临床经验，努力培养自己独立思考、独立解决问题、独立工作的能力，实习生活也培养我全心全意为人民服务的崇高思想和医务工作者必须具备的职业素养，经过将近一年的实习实践我熟练掌握了病程记录、会诊记录、出院记录等所有医疗文件的书写；掌握了临床各科室的特点及各科室常见、多发病人的诊治；掌握了常见化验的正常值和临床意义及和各类危、重、急病人的紧急处理。较好地完成了各

科室的学习任务，未发生任何医疗差错和医疗事故。

在实习医院学习将要结束的这个时候，我对自己实习期间的表现还是较为满意的，并且学校教授的理论知识和在实习医院的实践经验让我对自己未来的工作充满了信心，更鉴定了我成为一个救死扶伤的好医生志愿。诚挚请求学校和医院领导给我提出宝贵的批评建议，纠正存在的错误，帮助我成为一个合格的医务工作者和社会主义建设者和接班人。

此外，作为一名预备党员我与实习医院的党支部保持联系，在离开了学校继续接受党组织的教育，努力向党组织靠拢，十个月的实习我踊跃参加了实习医院及各科室组织的政治活动努力使自己思想道德更好。

医学生实习自我鉴定3

在内科这两个多月中，在带教老师的悉心与耐心带教下，我学到了许多在课堂上不曾懂得的东西。在实习的日子中，我了解到收治病人的一般过程：如测量生命体征；询问病人病史、过敏史等，认真写好护理记录，同时观察病人的病容，配合老师的指导，了解抗生素对各种消化系统的基本应用。

在实习过程中，本人严格遵守医院及各科室的规章制度，认真履行护士职责，严格要求自己，尊敬师长，团结同学，踏实工作，全心全意为患者着想。同时坐到了理解家属，正确处理好护患关系，能做好解释与安慰工作，多说“对不起”，是家属也理解护士的工作，减少不必要的误会或过激行为的发生。

在工作的同时我也不断的认真学习和经验，能勤于、善于观察患者病情，从而及时地掌握病情变化，作出准确判断。这段日子，虽然时间不长，但是我接触到了很多以前不了解的专科知识和技能，重新拾起了很多操作技术，例如无菌原则，氧气的应用，以及抢救车的五定等。

总之我觉得在这段实习的日子里，我学到了很多，虽然我还只是学生，也许我的能力有限，但是我用我的努力充实我的知识与技能，希望能用我的微笑送走病人健康的离去，渴望在学习中成。这只是实习之初，是一个挑战，也是一种机遇。我一定要把学到的知识应用到下一实习科室，并牢记老师的教诲，不断地学习进步。同时，我要感谢本科室的患者，他们很配合的让我做治疗，俗话说，病人就是老师。希望下一站，一切顺利。

医学生实习自我鉴定4

短短一年的实习生活就要结束了，回顾这段时间的点点滴滴，虽然说不上激情澎湃，但是毕竟我们为此付出了诸多的心血，心里难免有着激动。现在要离开带领我们踏入医生行列的老师，心中的确有万分的不舍，但天下无不散之筵席，此次的分别是为了下次更好的相聚。第一次作为医生的经历会让我们铭记一生。在此，我就我们小组的六位组员对这一年来的工作和学习做一个小小的总结，希望从中发现一些优点和缺点，为我们以后的学习和工作增加经验。

临床的实习是对理论学习阶段的巩固与加强，也是对临床技能操作的培养和锻炼，同时也是我们就业前的最佳训练。尽管这段时间很短，但对我们每个人都很重要。我们倍偿珍惜这段时间，珍惜每一天的锻炼和自我提高的机会，珍惜与老师们这段难得的师徒之情。

刚进入病房，总有一种茫然的感觉，对于临床的工作处于比较陌生的状态，也对于自己在这样的新环境中能够做的事还是没有一种成型的概念。庆幸的是，我们有老师为我们介绍各科室的情况，介绍一些规章制度、各级医师的职责等，带教老师们的丰富经验，让我们可以较快地适应医院各科临床工作。能够尽快地适应医院环境，为在医院实习和工作打下了良好的基础，这应该算的上是实习阶段的一个收获：学会适应，学会在新的环境中成长和生存。

到病房实习，接触最多的是病人，了解甚深的是各种疾病，掌握透彻的是各项基础技能操作。实习的最大及最终目的是培养良好的各项操作技能及提高各种诊疗技能。所以在带教老师“放手不放眼，放眼不放心”的带教原则下，我们积极努力的争取每一次的锻炼机会，同时还不断丰富临床理论知识，积极主动地思考各类问题，对于不懂的问题虚心的向带教老师或其它老师请教，做好知识笔记。遇到老师没空解答时，我们会在工作之余查找书籍，或向老师及更多的人请教，以更好的加强理论知识与临床的结合。按照学校和医院的要求我们积极主动地完成了病历的书写，教学查房，病例讨论，这些培养了我们书写、组织、表达等各方面的能力。

在医院实习期间，我们所做的一切都以病人的身体健康，疾病转归为目的，我们严格遵守医院的各项规章制度，所有操作都严格遵循无菌原则。我们在内、外、妇、儿各个科室里，都是认真细心的做好各项工作，在带教老师的指导下，对各种常见病，多发病能较正确地进行预防、诊断和处理。比较熟练的掌握了临床常用诊疗技能。本着三基、三严的精神，培养和提高了我们独立思考和独立工作的能力。

在这段短暂的实习时间里，我们的收获很多很多，如果用简单的词汇来概括就显得言语的苍白无力，至少不能很准确和清晰的表达我们受益匪浅。实习期间的收获将为我们今后工作和学习打下良好的基础。总之在感谢医院培养我们点点滴滴收获时，我们将以更积极主动的工作态度，更扎实牢固的操作技能，更丰富深厚的理论知识，走上各自的工作岗位，提高临床工作能力，对卫生事业尽心尽责！

我不断地挑战自我，充实自己，为实现人生的价值打下坚实的基础。在师友的帮助下，我具备了扎实的专业基础知识，系统地掌握了医学专业课程。同时，在不满足于学好理论课的同时也注重于对各种相关医学知识的学习。

我热爱医学事业，并立志献身于医学事业！。我决心竭尽全

力除人类之病痛，助健康之完美，维护医术的圣洁和荣誉，救死扶伤，不辞艰辛，执着追求，为祖国医药卫生事业的发展和人类身心健康奋斗终生。

医学护理自我鉴定大专篇七

——成一个标准的手术医生来对待。再这段短暂得实习时间里，我们得收获许许多多，如果用简单得词汇来概括就显得言语得苍白无力，至少不能很准确和清晰得表达我们受益匪浅。实习期间得收获将为我们今后工作和学习打下很不错得基础。

总而言之，再感谢临沂市人民医院培养我们点点滴滴收获时，我们将以更积极主动得工作态度，更扎实牢固得操作技能，更丰富深厚得理论知识，走上各自得工作岗位，增加临床工作能力，对医生事业尽心尽责！我感觉自己的目标更加明确了，动力更足了。我相信，只要通过我的努力，我会做得更好，帮助更多的患者。

2——的诊治；掌握了常见化验的正常值和临床意义及和各类危、重、急病人的初步处理。在带教老师的悉心指导下能完成生命体征的测量，新生儿的各项生活护理，以及新生儿培养箱，蓝光箱，心电监护仪的使用。希望在接下的科室能更完善自己，提高自己。

4----