

应急救护心得体会(优秀8篇)

军训心得是对军事训练过程中各种情况和问题的思考和答案，可以为后续训练或工作提供参考和借鉴。另外，我也会在培训心得中提出自己对于培训内容的疑问和不足之处，并尝试给出解决方案和改进建议，以便更好地促进自己和他人的学习成长。

应急救护心得体会篇一

心肺复苏是一项紧急且重要的急救措施，对于拯救生命至关重要。在日常生活中，每个人都有可能遇到心跳骤停等紧急情况，因此每个人都应该学会基本的心肺复苏技能。在我学习并实践了心肺复苏技术后，我深刻意识到这项技术的重要性，并体会到了它的有效性与挑战。通过我的个人经历，我希望能够分享自己的心得体会，以便更多人能够了解并正确运用心肺复苏技术。

首先，我学会了识别心脏骤停的迹象。在进行心肺复苏之前，我们首先要确认患者是否处于心脏骤停的状态。我学会了观察患者是否有呼吸困难、昏迷、面色苍白等迹象，以及检查是否有自主呼吸。这些迹象帮助我准确判断患者是否需要紧急的心肺复苏。例如，有一次我在公共场所看到一个人突然倒地，呼吸困难并且昏迷。我立即开始了心肺复苏措施，成功地保持了他的生命体征，并及时将他送往医院。这个经历让我认识到了识别迹象的重要性，以及快速采取措施的必要性。

其次，我了解了心肺复苏技术的具体步骤。心肺复苏核心是保持血液循环，并使血液运输至脑部和其他重要器官，以维持机体的功能。我学会了心肺复苏技术的具体步骤，包括按压胸骨、进行人工呼吸等。在实践中，我发现正确的手法和力度对于提供有效的心肺复苏至关重要。一次我遇到一个心

脏骤停的女孩，她的家人担心自己可能无法正确进行心肺复苏，于是我赶紧过去提供帮助。我立即开始按压胸骨，并且在配合他人进行人工呼吸。幸运的是，在急救过程中，女孩的心跳恢复了。这个经历让我认识到了掌握正确的心肺复苏技术的重要性。

在实践中，我也体会到了心肺复苏的挑战和困难。一方面，急救时的环境往往是紧张和复杂的。例如，在一个拥挤的公共场所，当有人突然发生心脏骤停时，我们需要迅速作出判断，并立即进行心肺复苏。这样的情况下，压力巨大，因为每一秒都可能关系到患者的生死。另一方面，心肺复苏需要体力和技巧的双重运用。长时间的按压和频繁的人工呼吸对于操作者的体力要求较高，并且我们还需要掌握准确的力度和频率。因此，我每天都坚持体育锻炼，以保持较好的体能和体力。这种实践中遇到的挑战让我明白，成为一名合格的急救者需要不断学习和训练。

最后，我希望强调心肺复苏的及时性。心肺复苏需要尽快开始，以提高患者的生存率。根据统计数据，每分钟心肺复苏的开始延迟，患者的生存率就会下降7%-10%。因此，我们应该尽可能地迅速开展心肺复苏，尤其是在紧急情况下。在实际操作中，我学会了及时决策与行动，以确保患者能得到最佳的护理。

总之，学习应急救护心肺复苏是一项重要的技能，它可以帮助我们紧急情况下挽救生命。通过我的学习和实践，我体会到了识别心脏骤停迹象、掌握心肺复苏技术的步骤、面对挑战与困难的勇气，以及心肺复苏的及时性。我相信，通过普及心肺复苏知识，我们可以为更多的人提供及时救治，最终减少生命的损失。

应急救护心得体会篇二

很早就知道有红十字会这个组织，一直以为他们就是哪里发

生灾情就往哪里进行捐助的组织。在娄底红十字会胡老师的讲解下，我们知道了红十字会发展过程中的一个个感人故事，了解了红十字会历史起源、发展历程。红十字会的宗旨是保护人的生命和健康，发扬人道主义精神，促进和平进步事业。红十字会的基本原则是人道、公正、中立、独立、志愿服务、统一、普遍。红十字会是从事人道主义工作的社会救助团体，是社会公益事业的化身，是全世界组织最庞大、最有影响力的慈善救援组织，也在人类社会发展中的影响意义是深远而伟大的。

通过这次培训，急救培训师胡梅芳、李婕、蒋丽萍等在工作繁重的情况下，利用休息时间为我们讲述了很多理论基础和她们的亲身经历，生动形象的举例、简洁易懂的图片更能让我们领悟动作的要领。老师们详细讲解现场急救、心肺复苏、排除气道异物、创伤救护，止血、包扎、固定等基本技能的要领。在教学过程中，理论结合实践，并结合救援队的特点，用真人加模型进行现场示范。老师们的精辟解说和亲自演示让我们更深刻的掌握了应急救护技术要领。在实践培训中，各位老师都重点说明作为一名救护员在进行救护时首先要注意救助现场环境的安全、自身保护的完善，才能进行救护，心肺复苏急救培训中，老师们反复强调尽量要在四分钟的“黄金救命时间”内，冷静检查，动作标准，准确施救，及时求救，才能最大可能挽救回生命。课程最后，全体学员现场进行包扎实际操作。虽然一开始还不太熟练和紧张，但是在红十字会老师的指导下还是顺利的完成了，并且进行笔试结业考试。

这个世界上最重要的是什么？不是金钱不是权力，是生命！“珍爱生命，一视同仁，自救互救，从我做起。”这不光是一个口号，更是红十字会的精神。通过这次培训，我觉得我不仅仅学会了救护的技能，也同时学会了尊重生命，我会把它发扬下去，将“人道、博爱、奉献”的火炬传递给更多人。

应急救护心得体会篇三

近年来，自然灾害和安全事故屡见不鲜，给人们的生命财产安全带来巨大风险，而学校作为一个密闭的小社会更需要重视应急救护的实践和培训，因此，在我国许多学校中开展应急救护实践已成为一个受青年学生欢迎的活动。本人参加了其中的应急救护实践培训，通过二十天的实践和学习，积累了不少的心得和体会。

一、重视基础知识的学习

在应急救护实践中，所学的应急救护知识涵盖了一定的医学基础，对学生的专业能力以及实践能力都提出了较高的要求。因此，从学习的角度来说，我们应该重视应急救护的基础知识学习。例如，基本人工呼吸术、心肺复苏术等，都需要我们多次反复的联系、实践。只有在这些基本操作上有了熟练的掌握，才能在真正危急时刻快速反应、正确处理。

二、注重团队协作和沟通

在应急救护实践中，最重要的是合理组织团队进行抢救，切实将团队协作和沟通发挥到极致。无论是紧急的人员转运、抬运还是心肺复苏术等，都需要团队中每个人有配合默契、各司其职的作业态度和动作。而正确的沟通和指挥是整个团队成员能够正确、迅速地执行抢救行动的关键。这也让我体会到，在一起工作时要尊重、理解和信任他人，相互之间需要有良好的默契和思维方式。

三、强化应急情况下的自我控制

在紧张的应急环境下，面对突如其来的危险和困难，需要切实加强心理素质的训练。在应急救护实践过程中，我经历了一次紧急的情况。当时，我发现了一名大量出血的伤者，情急之下的却无法立刻做出决断。这次事件让我认识到，紧急

情况下需要切信、勇敢、果敢地采取有效措施，同时也让我明白了要学会如何缓解紧张情绪，保持冷静和清晰头脑。

四、提高综合应用能力

在现实生活中，复杂多变的应急情况可能会需要我们综合应用所学的知识，合理对待各种不同的情况。例如，在紧急情况下，第一时间要展开现场救援，同时应提高自身的安全防护意识；当需要提供长时间紧急救治时，应全面了解伤者的身体状况、用药情况等，并给予妥善的救治措施。

五、不断提高自身能力与技术

应急救护是一个不断提高自身能力和技术的不断发展和充实的过程。所以，在校园应急救护实践中，不断学习和实践，增强自身的应急救护能力，是我们一直努力的方向。除了更深入地学习已掌握的应急救护知识，我们还要关注新的应急救护技术和新的医学知识，提升自身的综合素质。

总之，校园应急救护实践，可以锻炼青年学生的应变能力，提高她们在紧急情况下的救护技能。这项实践对于每一位学生来说都具有重要意义，在日常生活中，我们也不断强化应急救护的知识和技能，以应对万一。

应急救护心得体会篇四

应急救护是一项十分重要的技能，在校园生活中更是必不可少。作为一名大学生，我参加了学校的应急救护实践，学习了如何在危急时刻做出有效的应对措施，这一过程给我留下了深刻的印象和体会。

二段：实践过程中的收获

在学习过程中，我收获了很多知识。首先，我明白了紧急情

况下要如何快速鉴别伤员的伤情并采取合适的现场急救措施，如一氧化碳中毒、骨折、心脏骤停等。其次，我学会了如何利用急救工具急救包（AED自动体外除颤仪）等，应对不同的紧急情况。最后，我还了解了应急救护常识和应急预案，这对我在日常生活中应对紧急状况也起到了积极的作用。

三段：现实中的应用体验

在实践中，我们模拟了一些突发情况，包括呼吸道阻塞、休克、心肺复苏等。我们需要根据每个情况的不同，做出相应的处理和反应。在实际操作过程中，我们克服了各种困难和挑战，例如过度紧张、操作不熟练等。通过反复练习，我不仅提高了处理突发事件的水平，而且还增强了解决问题的能力和勇气。

四段：自我反思

在实践过程中，我也有一些缺点需要改进。例如，我在面对紧急事项时，有时会产生过度紧张的情绪，导致操作不够流畅。因此，在日常生活中，我可以多加锻炼自己的心理承受力，提高自己的紧急应变能力。另外，在操作急救设备时，有时也会存在一些错误。因此，我还需要多加练习和学习，熟悉各种应对措施和急救技巧。

五段：总结

校园应急救护实践给我留下了深刻的印象，不仅提高了自我应急救护能力，更是培养了我对生命的尊重和对生命安全的投入。希望大家在日常生活中也能多加关注这方面的知识，并在实践中提高自己应急救护技能。在紧急情况下能够妥善处理问题，不仅证明了我们的能力，也将使我们的生命及他人的生命免于意外。

应急救护心得体会篇五

关于这个急救培训，我感觉培训的重要性。原本以为很容易的事情，实际操作起来会很乱。比如很容易看到老师做。想说什么的话，要多记东西，但一般来说，并不难。但是我们在进行实际操作的时候，总是会忘记很多事情，很匆忙。所以，一旦遇到紧急情况，一定要学会冷静。

多练多练。学会在压力下保持冷静是非常重要的。未来我们会面临很多意想不到的情况，每一次冷静的分析都可能挽救自己和他人的生命。

总之，这次训练收获很大，虽然现在可能用不上，但是有一天我们可以用现在学到的东西去拯救生命，这将是一件非常值得骄傲的事情。作为一个医学生，我觉得这个训练让我提前接触到了社会生活中的医学，学会了面对紧急情况应该怎么做，怎么做，而不是做一个帮助别人的人。

虽然很多事情我还是不记得了，但是这种事情一旦发生，我一定会知道该怎么做，而不会对伤者造成更多伤害。

应急救护心得体会篇六

为提高教师自救、互救的能力，增强教师的安全意识及应对突发意外事件的能力，为掌握必要急救技能，提高教师应急能力，完善学校应急机制，这几天，宁波教育学院给我们省骨干教师安排了“救护员急救技能”培训。

本次培训内容包括两个方面：

一、救护新概念、心肺复苏，运用不同种类灭火器扑灭大火的知识讲座。

二、发生紧急状况时的实际操作方法。

首先，徐医生为我们讲解了何为心肺复苏抢救：心肺复苏又称cpr是针对呼吸心跳骤停和心肌梗死的急症危重病人所采取的抢救关键措施，在我国，人们对于这一技术的掌握不足10%，而成功率更是远远低于1%，因此，提高老师们的自救互救能力，非常重要。徐医生又向我们讲解了它的作用和专门针对的对象和实施者的要求。接着，徐医生又用幽默风趣的语言为大家做了一个简洁、全面的讲课。又因为关注到教师们教育的对象——幼儿年龄的特殊性，徐医生又另外重点讲解了幼儿心肺复苏术和成人心肺复苏术的不同之处及应重点注意的方面。最后，为了让广大教职工们对心肺复苏有一个更加全面的掌握而不单单只是了解，徐医生又请部分教师上台进行心肺复苏实际操作，而台下的老师们协同徐医生负责监督检查。这样，让大家在一个理论的基础上又有一个全面演练从而完全掌握技能的机会。进一步增强了教师对紧急施救认识，提高了老师的安全意识和安全素质，强化了责任意识。

在学习过程中，我们通过亲自动手操作，掌握了心肺复苏、扑灭明火的紧急救治方法。同伴们纷纷表示，通过这次学习，了解了各类突发事件及意外的处理方法，掌握了紧急救护的基本技能及防治措施的必要性，提高了自救、互救能力，也让我对各种救护知识有了更加全面系统的了解。

紧急救护是每个人必须掌握的技能，当人的生命在紧急危难的情况下可以救人一命。我想，我们幼儿园的老师在安全方面的知识也是很贫乏的，我应该活血活用，回去马上组织全园教师进行紧急救护技能培训，增强老师的自救以及紧急施救的知识，提高紧急救护能力，加强幼儿园安全工作，提高安全意识。以后也将继续开展多方式的演练，做好急救技术的普及，将意外对儿童的伤害降到最低。

紧急救护心得体会篇七

13号，我参加了由联盛公司举办的《矿山救护队》的培训，

在此期间，我学会了很多关于救护队的知识并将它们能够熟练应用。

我们的训练队伍是由来自联盛和福山九个煤矿的五十多个人组成的。训练日程非常紧张，一天的时间被安排得满满当当。我们的军训时间是上午6—7点，下午5—6点，培训时间在上午8—12点，下午3—5点。时间很紧，而我们要学习的东西非常多。

我们主要是学习在矿山发生危难时如何进行救援。熟练掌握自救呼吸器的原理、构造以及使用是我们培训的主旋律。

培训的老师让我们实际观看了自救呼吸器、一氧化碳鉴定器，给我们讲解了他们的原理和使用方法。为了让我们能够更熟练的应用它，老师让我们亲自使用这些仪器。更有趣的是，为了让我们适应救援时的环境，有一天让我们背着自救呼吸器在山上跑呢！理论加上实践，我们很快就掌握了他们的使用方法。

作为一名合格的救援队员，我们需要很好的体力和应对突发事件的能力。灾难可能随时都会发生，我们需要随时做好准备。就连吃饭的时候我们都要爬山，这种近乎魔鬼式的训练让我们体会到了救援时的紧迫和突发性，生命一份不容等待的急迫。

在培训中我学习到了很多东西。首先，作为救援队，我们是一个团队，我们需要有高度的团队合作精神。只有靠团队齐心协力的努力，我们才能出色的完成我们的任务，无愧于党和人民对我们的栽培。其次，超强度的训练要求我们吃苦耐劳、有决心、毅力、和奉献精神。这也是我们90后新生代最缺乏的东西。在训练过程中，我体会到了灾难的突发性，生命的脆弱与可贵。经历了这次的培训，我对生命有了一种敬畏，这更培养了我的责任心。

感谢联盛公司给我提供了这样一个机会，给我这个90后上了如此生动的一课。而我将用实际行动来证明我会不负众望，在以后的救援行动中出色的完成自己的任务，给党和人民交一份满意的答卷。

应急救护心得体会篇八

20xx年7.4—7.13号，我参加了由联盛公司举办的《矿山救护队》的培训，在此期间，我学会了很多关于救护队的知识并将它们能够熟练应用。

我们的训练队伍是由来自联盛和福山九个煤矿的五十多个人组成的。训练日程非常紧张，一天的时间被安排得满满当当。我们的军训时间是上午6-7点，下午5-6点，培训时间在上午8-12点，下午3-5点。时间很紧，而我们要学习的东西非常多。

我们主要是学习在矿山发生危难时如何进行救援。熟练掌握自救呼吸器的原理、构造以及使用是我们培训的主旋律。

培训的老师让我们实际观看了自救呼吸器、一氧化碳鉴定器，给我们讲解了他们的原理和使用方法。为了让我们能够更熟练的应用它，老师让我们亲自使用这些仪器。更有趣的是，为了让我们适应救援时的环境，有一天让我们背着自救呼吸器在山上跑呢！理论加上实践，我们很快就掌握了他们的使用方法。

作为一名合格的救援队员，我们需要很好的体力和应对突发事件的能力。灾难可能随时都会发生，我们需要随时做好准备。就连吃饭的时候我们都要爬山，这种近乎魔鬼式的训练让我们体会到了救援时的紧迫和突发性，生命一份不容等待的急迫。

在培训中我学习到了很多东西。首先，作为救援队，我们是

一个团队，我们需要有高度的团队合作精神。只有靠团队齐心协力的努力，我们才能出色的完成我们的任务，无愧于党和人民对我们的栽培。其次，超强度的训练要求我们吃苦耐劳、有决心、毅力、和奉献精神。这也是我们90后新生代最缺乏的东西。在训练过程中，我体会到了灾难的突发性，生命的脆弱与可贵。经历了这次的培训，我对生命有了一种敬畏，这更培养了我的责任心。

感谢联盛公司给我提供了这样一个机会，给我这个90后上了如此生动的一课。而我将用实际行动来证明我会不负众望，在以后的救援行动中出色的完成自己的任务，给党和人民交一份满意的答卷。