# 禁毒的心得体会作文500字(10篇)

来源：网络 作者：梦里花开 更新时间：2025-07-28

*禁毒的心得体会作文500 禁毒的心得体会作文500字一看着那些服用了摇头丸的人们发疯的样子，你叫我的心怎能平静下来?有多少人为了毒品而丢失了自己最宝贵的生命，难道就是为了自己能在酒吧里能够快活、痛快一点吗?听到“毒品”二字，谁都会胆战心惊呀...*

**禁毒的心得体会作文500 禁毒的心得体会作文500字一**

看着那些服用了摇头丸的人们发疯的样子，你叫我的心怎能平静下来?有多少人为了毒品而丢失了自己最宝贵的生命，难道就是为了自己能在酒吧里能够快活、痛快一点吗?

听到“毒品”二字，谁都会胆战心惊呀!可是，我不明白那些可恶的毒贩子们，为什么还要“生产”毒品?这些危害人体健康、危害社会的“废物”，难道就是为了那一点点的利益，泯灭自己的良心，让那么多的人失去了他们宝贵的生命?

摇头丸的成本仅仅是3元一颗，但那些无良的奸商把一颗摇头丸的价钱提高到180元，甚至更高的价钱，再卖给“瘾君子”们，而那些“瘾君子”为了自己一时的痛快，有的不惜出卖自己的身体，有的欺骗家人，有的杀人放火、拦路抢劫，这样做严重危害了社会。

那些吸毒的人们醒醒吧，想想你们那在岁月中逐渐衰老的父母，想想你们那尚在襁褓中嗷嗷待哺的儿女，想想你们那和蔼可亲的亲人们他们都在呼唤着你能迷途知返……

我衷心地希望那些吸毒的人们不在吸食毒品，让我们一起把肚皮灭绝，让我们共同拥有一个健康、美丽的世界，一同倾听世界的欢声笑语……

**禁毒的心得体会作文500 禁毒的心得体会作文500字二**

现实中，青少年吸毒已成为一个触目惊心的严重问题。来自国家禁毒委员会办公室的数字表明，我国最近几年青少年吸毒的比例始终在吸毒人口中占80%左右。据不完全统计，16岁以下的少年吸毒人数有所增加，青少年已成为最易受到毒品侵害的“高危人群”。

至于如何搞好学校禁毒教育，我认为：

一、领导到位，加强对学校禁毒工作的组织领导，多渠道开展形式多样的毒品预防教育活动。指导学生开展禁毒知识宣传、自护教育、志愿帮教等工作，并负责具体活动的组织和实施。

二、加强教育，增强青少年拒毒防毒能力。

1、大力宣传，营造良好的禁毒氛围。 少先队可以充分利用广播、宣传栏、手抄报、主题班队会、演讲、征文等形式宣传毒品的种类、性能、危害以及远离毒品的方法和知识，使100%的学生都能深刻认识毒品犯罪的社会危害性，自觉抵制、远离毒品，从而自觉增强防毒的意识和决心。

2、抓好“国际禁毒日”宣传。每年6月26日的“国际禁毒日”，要充分运用各种方法宣传禁毒法律法规知识，揭露毒品的危害。

3、请公安局负责禁毒教育的警官到学校做报告，以案例分析的形式让学生了解毒品的危害，提高自我保护能力。

**禁毒的心得体会作文500 禁毒的心得体会作文500字三**

自从我们听了禁毒的讲座以后，我才知道毒品的危害。许多人因为无知、好奇、冲动、叛逆、天真、自负……被死神缠绕着，最终倒在死神面前，这究竟是为什么?难道，他们被毒品吸引了吗?

这个世上没有真正的神灵，却的确存在着恶魔。毒品就是这魔鬼的化身。如果你了解这种白色瘟疫诞生至今所酿成的惨剧，你就会明白这绝不仅是一个比喻。因为吸食毒品者被毒品所剥夺的也绝不仅是金钱和健康，他们所要付出的代价是灵魂沦丧，家破人亡至生命消逝。这绝不是危言耸听，因为每年为这白色恶魔所害的是无数的生命。

至今，我国青少年吸毒的人数在吸毒总人数中比例达85.1%。85.1%，一个令人惊讶的数字，已经家喻户晓了。使人有着双重依赖，唯有八个字应该紧记：珍爱生命，拒绝毒品。因此我们该做的很多，而且必须从小做起。然而认清毒品的真面目并彻底与其化清界限不仅仅需要无数的禁毒知识，更加需要的是有意识地培养健康的心理和良好的生活习惯：是谨慎地择交朋友和高度的警觉和自制;是树立正确的人生观、世界观、价值观……也唯有将预防毒品从意识转化为行动，再由行动上的拒绝升华为精神上的排斥，从生命的高度去抵制这中食人瘟疫的诱-惑，才有可能做到远离毒品而不受侵害。

一个为了吸毒，把家里的经济财产全部好光的人，还有人帮他吗?

一个为了吸毒的钱，到处贩卖毒品的人，还有人帮他吗?

没有，无能为力。

人生有的一次生命是无价的，也是脆弱的。它承载着你的亲人，朋友和整个社会赋予你的责任，所以它绝不仅仅是你一个人的。它承受不起任何不负责任的冒险，所以请珍惜你的生命-为自己，也为所有人--永远拒绝毒品!

近日，我校在派出所的大力支持和关注下，请来了一位警-察给我们详细地讲了一堂生动的禁毒课，让我们拥有了一本健康的宝书，正确地认识了吞噬着人类宝贵生命的魔头--毒品。

毒品，致命的恶魔，吸毒是人类赶上地狱的快车，是人类慢性自杀的行为。这些年由于国际毒品的泛滥，毒品像一头张开血盆大嘴的猛兽，正飞快地吞蚀着年轻一代。从近来年资料发现：吸毒的人中青少年就占了80%以上。这些年，青少年学生吸毒分子被毒品诱-惑上瘾，一步步走向罪恶的泥坑，成为人类特级的恐怖组织。

然而，青少年正是长身体，长知识的时期，他们是祖国未来的花朵。毒品这个大恶魔头正无时无刻地危害着这些充满希望的年轻的生命。难道我们就不应该拒绝毒品，珍重生命吗?

况且，毒品还正在残暴地销蚀着人的灵魂，人们一旦染上了毒品，精神就会开始堕落，吸毒次数越多，毒瘾越大，精神就堕落越深。事实正是这样，吸毒者完全丧失了事业心和责任感，更谈不上什么理想、道德，通通被抛到九霄云外，整天烦躁不安，人格扭曲，严重者还会出现重症精神病一类的幻想，行为不当……

此外，毒品还无情地破坏着我们的家庭和社会，导致多少家庭家破人亡、妻离子散，国家财富严重流失……后果不堪设想。由件件的事例可见，毒品是严重危害人类社会的，是人类必须认识的敌人，所以我们就应该谨慎地防备它，战胜它。

第一、青少年一定要做到洁身自重，树立正确的人生观，追求健康的生活情趣，识破毒品诱-惑，坚决抵制毒品的侵略。

第二、要慎重交友，不能义气用事，发现朋友吸毒要及时劝阻，当无计可施时就该远离他(她)。

第三、多参加禁毒活动，让自己彻底地认识毒品的危害性，增强防毒意识和拒毒信心。

第四、加强学习，让知识来充实自己，优化自己的心。

**禁毒的心得体会作文500 禁毒的心得体会作文500字四**

上周德育活动时间老师播放了一个有关“禁毒”的短片。观看后，我久久不能平静，看着哪一幕幕惊心动魄的情景，我的心都颤抖了。

毒品，致命的恶魔，吸毒是人类赶上地狱的快车，是人类慢性自杀的行为。通过前些日子学校的宣传，我知道了这些年由于国际毒品的泛滥，毒品像一头张开血盆大嘴的猛兽，正飞快地吞蚀着年轻一代。毒品这个大恶魔头正无时无刻地危害着这些充满希望的年轻的生命。难道我们就不应该拒绝毒品，珍重生命吗?

人们一旦染上了毒品，精神就会开始堕落，吸毒次数越多，毒瘾越大，精神就堕落越深。事实正是这样，吸毒者完全丧失了事业心和责任感，更谈不上什么理想、道德，通通被抛到九霄云外，整天烦躁不安，人格扭曲，严重者还会出现重症精神病一类的幻想，行为不当……

此外，毒品还无情地破坏着我们的家庭和社会，导致多少家庭家破人亡、妻离子散，国家财富严重流失……后果不堪设想。 由件件的事例可见，毒品是严重危害人类社会的，是人类必须认识的敌人，所以我们就应该谨慎地防备它，战胜它。 第一、青少年一定要做到洁身自重，树立正确的人生观，追求健康的生活情趣，识破毒品诱惑，坚决抵制毒品的侵略。

第二、要慎重交友，不能义气用事，发现朋友吸毒要及时劝阻，当无计可施时就该远离他。

第三、多参加禁毒活动，让自己彻底地认识毒品的危害性，增强防毒意识和拒毒信心。

第四、加强学习，让知识来充实自己，优化自己的心态，从中找到避毒方法。

“毒品时刻要警惕，吸毒上瘾很容易”，朋友们，让我们行动起来，共同努力，铲除毒品，铲除这个致命的恶魔。我坚信：“有志者，事竟成。 ”

**禁毒的心得体会作文500 禁毒的心得体会作文500字五**

你知道毒品是什么东西吗?顾名思义,就是有毒的东西,既然有毒,为什么还是有很多人吸毒而无法自拔呢?吸毒者是因为好奇才吸毒,可是这一吸,就再也不能出来了。

我看过一幅漫画，画的是一个人吸毒，他骨瘦如柴，和一只狼跳舞，狼身上写了：毒品，这就是典型的“与狼共舞”。与狼共舞很危险，所以吸毒也很危险。

人在他们毒瘾为发作前，和平常人没什么两样，但当他们的毒瘾上来时，就会不顾一切代价，去买毒品来止住毒瘾。没钱的时候更会想到去偷钱甚至去杀人。而其原因只为了得到一小包白粉状的毒品，等待他们的最终是一副冰冷的手铐。许多有钱人和一些及富声望的官员，只为了尝试一下毒品对人体的吸引力，而越发堕落。最终成为了遭人唾弃的千古罪人。

毒品理当被人唾弃、遗忘。它会让一个人失去家人，失去一切人间美好的事物，让他觉得人间已无值得他留念的了，从而结束了自己宝贵的生命。会让一个和睦的家庭，充满硝烟的战火。

有个家庭的丈夫，原本是一位品质很好的人，他有一个孩子，而且家庭也很富裕，家里什么家用电器都有。但吸毒以后，他完全失去了理智，不但把家里值钱的东西拿出去变卖，换成毒品，而且自己断送了宝贵的生命，给妻子和儿子带来悲痛。看，一个孩子就这样没了自己的父亲，一个妻子就这样没了丈夫，一对父母就这样没了儿子。他们是多么伤心呀!

毒品——它，是腐蚀人们心灵的恶魔;它，是破坏温馨家庭的“第三者”;它，是吞噬金钱的“机器”它，是摧残人们身体的“黑市医生”;它，是一把杀人不见血的刀，它，是一个吃人不吐骨头的恶魔;，是一座随时都能使人掉入万丈深渊的绳索桥……。抵制毒品，这是我们每个地球人应尽的责任!

**禁毒的心得体会作文500 禁毒的心得体会作文500字六**

吸毒对身体的毒性作用: 毒性作用是指用药剂量过大或用药时间过长引起的对身体的一种有害作用，通常伴有机体的功能失调和组织病理变化。中毒主要特征有:嗜睡、感觉迟钝、运动 失调、幻觉、妄想、定向障碍等。精神障碍与变态:吸毒所致最突出的精神障碍是幻觉和思维障碍。他们的行为特点围绕吸毒转，甚至为吸毒而丧失人性。

对家庭的危害:家庭中一旦出现了吸毒者,家便不成其为家了。吸毒者在自我毁灭的同时，也破害自己的家庭，使家庭陷入经济破产、亲属离散、甚至家破人亡的困难境地。

吸毒--这一丑恶现象乘着我国改革开放之机，肆无忌惮闯了进来，带来的危害真是数也数不清!主要对人体与身心的危害在于吸毒作用于人体，使其体能产生改变，形成在药物作用下的新的平衡状态。一旦停掉药物，生理功能就会发生紊乱，出现戒断反应，使人感到痛苦万分。许多吸毒者在没有经济来源购毒、吸毒的情况下，或死于严重的身体戒断反应引起的各种病发症，或由于痛苦难忍而自杀身亡。所以这种戒断反应的痛苦，反过来又促使吸毒者为避免这种痛苦而千方百计地维持吸毒状态。也有很多人忍受不了这种强烈的痛苦而不断加大剂量，使吸毒者终日离不开吸毒。而吸毒进入人体后又作用于人的神经系统，出现精神依赖性，并导致幻觉和思维障碍等一系列的精神障碍。使吸毒者出现一种渴求用药的强烈欲望，驱使吸毒者不顾一切地寻求和使用吸毒，甚至为吸毒而丧失人性。吸毒不仅对人体与身心有一定的危害作用，还带给社会与家庭不少的伤痛。家庭中一旦出现了吸毒者，家便不成家了。吸毒者在自我毁灭的同时，也破害自己的家庭，使家庭陷入经济破产、亲属离散、甚至家破人亡的困难境地!并且对社会生产力有巨大的破坏性，还扰乱社会治安，带给人们巨大的威胁，吸毒活动造成环境恶化，并逐年缩小了人类的生存空间。

目前，日趋严重的吸毒问题已成为全球性的灾难。吸毒的泛滥直接危害人民的身心健康，并给经济发展和社会进步带来巨大的威胁。 据联合国的统计表明，全世界每年吸毒交易额达5000亿美元以上，吸毒蔓延的范围已扩展到五大洲的200多个国家和地区，而且全世界吸食各种吸毒的人数已高达2亿多，其中17~35周岁的青壮年占78%。

吸毒已成现今困扰社会生活最大的祸患，多少人因这个仅次于军火而高于石油的世界第二大宗买卖失去了学习的机会、工作的能力，出卖了自己的良心，背弃了家人与朋友，甚至失去了活在世上的意义，更为严重的是有人就因这小小的药丸献上了年轻且无价的生命!请人们仔细地想想，你觉得这样值吗?有很多因吸毒或贩卖吸毒的人们，就用他们一个又一个的曲折而惨痛的经历告诉我们，吸毒的危害是多么的巨大啊!!

“吸毒”，两个再简单不过的字眼，可出现的频率却非常之高，在报纸上、宣传栏里、书本中……但是它到底是什么，为什么不仅可以对吸毒者个人造成无法形容的伤害，而且还带给吸毒者家庭乃至社会非常巨大的伤痛与影响呢?

吸毒带给人类的只会是毁灭。旧中国，我们曾受的泛滥，而被称为“东亚病夫”，使民穷财尽、国势险危。吸毒于国、于民、于己有百害而无一利!吸毒摧毁的不但是人的肉体，也是人的意志。我希望人们要积极宣传吸毒的危害，自觉地与吸毒、贩毒等不法行为作斗争，珍爱生命，终身远离吸毒、拒绝吸毒!

“远离吸毒，关爱未来”，对每一个人而言，这决不仅仅是一句简单的口号。无论是出于主观还是客观，有些路，永远不能走;有的错，永远都不能犯!

**禁毒的心得体会作文500 禁毒的心得体会作文500字七**

青少年正是长身材，长知识的时代，是祖国未来的花朵，吸毒这个大恶魔头正无时无刻地损害着这些充满期望的年轻的生命。难道咱们就不应当拒绝吸毒，珍新生命吗?况且，吸毒还正在残酷地销蚀着人的灵魂，人们一旦染上了吸毒，肉体就会末尾蜕化，吸毒次数越多，毒瘾越大，肉体就蜕化越深。梦想正是这样，吸毒者完整损失了事业心和权利感，更谈不上什么梦想、品格，统统被抛到无影无踪，终日焦躁不安，人格曲解，严酷者还会出现重症肉体病一类的梦想，行为不当…此外，吸毒还有情地破坏着咱们的家庭和社会，导致多少家庭流离失所、妻离子散，国家财产严酷损失…结果不堪想象。由件件的事例可见，吸毒是严酷损害人类社会的，是人类必须看法的朋友，所以咱们就应当慎重地防范它，战胜它。

这个世上没有真正的神灵，却的确存在着恶魔。吸毒就是这魔鬼的化身。如果你了解这种白色瘟疫诞生至今所酿成的惨剧，你就会明白这绝不仅是一个比喻。因为吸食吸毒者被吸毒所剥夺的也绝不仅是金钱和健康，他们所要付出的代价是灵魂沦丧，家破人亡至生命消逝。这绝不是危言耸听，因为每年为这白色恶魔所害的是无数的生命。

至今，我国青少年吸毒的人数在吸毒总人数中比例达85.1%。85.1%，一个令人惊讶的数字，已经家喻户晓了。使人有着双重依赖，唯有八个字应该紧记:珍爱生命，拒绝吸毒。因此我们该做的很多，而且必须从小做起。然而认清吸毒的真面目并彻底与其化清界限不仅仅需要无数的禁毒知识，更加需要的是有意识地培养健康的心理和良好的生活习惯:是谨慎地择交朋友和高度的警觉和自制;是树立正确的人生观、世界观、价值观……也唯有将预防吸毒从意识转化为行动，再由行动上的拒绝升华为精神上的排斥，从生命的高度去抵制这中食人瘟疫的诱惑，才有可能做到远离吸毒而不受侵害。

一个为了吸毒，把家里的经济财产全部好光的人，还有人帮他吗?

一个为了吸毒的钱，到处贩卖吸毒的人，还有人帮他吗?

没有，无能为力。

人生有的一次生命是无价的，也是脆弱的。它承载着你的亲人，朋友和整个社会赋予你的责任，所以它绝不仅仅是你一个人的。它承受不起任何不负责任的冒险，所以请珍惜你的生命-为自己，也为所有人--永远拒绝吸毒!

**禁毒的心得体会作文500 禁毒的心得体会作文500字八**

那一刻

人，一个美丽而高贵的名词。毒，一个肮脏而又恐怖的词汇。

不敢想象，这两个名词碰在一起的那一刻将是怎样的触目惊心。

可是， 现实毕竟不是天堂，恐怖终是要发生，一幕幕惨剧陆续呈现在了人们的眼前……

毒品的定义，也许我们早已熟其而闻之色变，其危害更是不言而喻。多少人因其毒害而深陷其中无法自拔，或是拖妻累子，危害社会，抑或终日自暴自弃，痛不欲生。反正接触了毒品的都有十有八九像是跌进了无底深渊，离阳光越来越远，而等待他们的则尽是黑暗雨恐惧……

别以为这离我们很遥远，在我们的同龄人中也有不少毒品的受害者，他们也都是花季少年，跟我们同样大小……

其实这些我们也已经是听得耳熟能详了，再讲也只能是废话。可是一件又一件血淋淋的事实，真的不得不抱头痛思，一切都是怎么了?

虽然此刻我们也许认为自己是绝对永远也不可能接触这种东西的，可是那些跟我们同样年龄的吸毒者又何尝没有这样想过，可是他们最后还是上了毒品的钩，也许那一刻他们想的是：试一试，死不了人的!又或者是好奇心使然而有过分相信自己的意志力，偏偏就是这样一个单纯的念头在这一瞬间就将他们从阳光下推进了无底暗渊。害死了自己，也害苦了他们的家人……

青春，一个多么美好的名词，人的花季，生命的花苞尽情地努力绽放着。谁也不会想到自己的明天是阴天，因为他们是花季的。也许他希望他的明天是一名警察，甚至可能是一名缉毒警察，可是在这一刻的这一个动作的瞬间，就把他的人生和理想完全相反了过来，一切又将是多么可笑而又可悲啊~

一念之差的瞬间，将生命从阳光下的雨露中推入了黑暗的深渊，也许是无奈，但那终将是大错铸成不可回头……

朝阳刚刚升起，勿让乌云彻底摧毁了辉煌的绽放，青春不应因为一瞬的误区而彻底葬送……

所以，珍爱生命，远离毒品!

**禁毒的心得体会作文500 禁毒的心得体会作文500字九**

近日，通过观看有关“禁毒”的图片材料、电影、电视，使我们对吞噬人类宝贵生命的魔头——毒品，有了一个正确地认识。

这些年，由于国际毒品的泛滥，毒品像一头张开血盆大嘴的猛兽，正飞快地吞蚀着年轻的一代，这个大恶魔头正无时无刻地危害着那些充满希望的年轻的生命。难道我们就不应该拒绝毒品，珍惜生命吗?

人们一旦染上了毒品，精神就会开始堕落，人格必将扭曲。毒品不仅残暴地销蚀着人的灵魂，还无情地破坏着我们的家庭生活。因此，我们就应该谨慎地防备它，战胜它。努力做到以下几点：

一、洁身自重，树立正确的人生观，追求健康的生活情趣，识破毒品诱惑，坚决抵制毒品的侵略。

二、要慎重交友，不能义气用事，发现朋友吸毒要及时劝阻，当无计可施时就该远离他(她)。

三、多参加禁毒活动，让自己彻底地认识毒品的危害性，增强防毒意识和拒毒信心。

四、加强学习，让知识来充实自己，优化自己的心态，从中找到避毒方法。

我坚信：只要我们行动起来，团结一心，共同努力，就一定能把“ 毒品”这个致命的恶魔铲除，从而使我们的身体永远健康，生活永远充满阳光。

**禁毒的心得体会作文500 禁毒的心得体会作文500字篇十**

毒品，致命的恶魔，吸毒是人类赶上地狱的快车，是人类慢性自杀的行为。这些年由于国际毒品的泛滥，毒品像一头张开血盆大嘴的猛兽，正飞快地吞蚀着年轻一代。从近来年资料发现：吸毒的人中青少年就占了80%以上。这些年，青少年学生吸毒分子被毒品诱-惑上瘾，一步步走向罪恶的泥坑，成为人类特级的恐怖组织。

然而，青少年正是长身体，长知识的时期，他们是祖国未来的花朵。毒品这个大恶魔头正无时无刻地危害着这些充满希望的年轻的生命。难道我们就不应该拒绝毒品，珍重生命吗

况且，毒品还正在残暴地销蚀着人的灵魂，人们一旦染上了毒品，精神就会开始堕落，吸毒次数越多，毒瘾越大，精神就堕落越深。事实正是这样，吸毒者完全丧失了事业心和责任感，更谈不上什么理想、道德，通通被抛到九霄云外，整天烦躁不安，人格扭曲，严重者还会出现重症精神病一类的幻想，行为不当……

此外，毒品还无情地破坏着我们的家庭和社会，导致多少家庭家破人亡、妻离子散，国家财富严重流失……后果不堪设想。由件件的事例可见，毒品是严重危害人类社会的，是人类必须认识的敌人，所以我们就应该谨慎地防备它，战胜它。

第一、青少年一定要做到洁身自重，树立正确的人生观，追求健康的生活情趣，识破毒品诱-惑，坚决抵制毒品的侵略。

第二、要慎重交友，不能义气用事，发现朋友吸毒要及时劝阻，当无计可施时就该远离他(她)。

第三、多参加禁毒活动，让自己彻底地认识毒品的危害性，增强防毒意识和拒毒信心。

第四、加强学习，让知识来充实自己，优化自己的心态，从中找到避毒方法。

“毒品时刻要警惕，吸毒上瘾很容易”，朋友们，让我们行动起来，共同努力，铲除毒品，铲除这个致命的恶魔。我坚信：“有志者，事竟成。”人的生命是宝贵的。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找