

临床执业医师考试前的一些细节让你多考60分 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/650/2021_2022__E4_B8_B4_E5_BA_8A_E6_89_A7_E4_c22_650363.htm 很多时候我们也许会遇到身边有这样的情况，比如某个朋友考执业医，本来复习的挺好，结果分数下来就不如人意。分数下来后悲痛欲绝的拉着你的手说：哥们，我惨啊。然后还要再熬一年。也许还有这样的情况，就是在考前感觉自己准备的不够充分，生怕自己过不了的人，结果分数下来却出乎意料的过了。很幸运，我是第二种，去年考的，复习不佳，考了393，现在跟大家交流一下应考的经验，都是一些小细节，但是却是多年积累，对付考试我觉得还行，所以献宝拿出来跟大家分享。

1. 考试前1周必须保证好的睡眠。这个非常重要，我有失眠的习惯，尤其是遇到大考就失眠的厉害，晚上怎么也睡不着，我告诉自己一定要睡觉，要不考试的时候肯定不行。高考的时候，我的做法是喝酒，一大口烧酒下去，睡着了。后来考研的时候，我是吃的安定。考执业医也是。不管你用什么办法，一定要让自己睡个好觉。
2. 考试之前，会封闭考场，然后你就会发现考场的教学楼楼下聚集了一大群人，有的是老同学，有的是同事，还有的是陌路相逢却一下子聊的很好的，在那扎堆聊天。还有拿着一堆资料在那苦背，梦想能正好考试碰到的。还有的人一会就去上厕所，来来回回跑个不停。其实这些都是紧张的表现。我想说的是，如果你很紧张，脑子肯定是糊的，明明记得的东西都会忘掉。最好是一个人找个角落，安静的坐着，想想家人，想想人生，然后跟自己说，其实这没什么。总之是让自己平静，不要慌。
3. 考前别吃非

常油腻的东西，最好就是二个馒头。馒头最好了，能供应足够的糖，还不会让你的胃肠为了消化而消耗过多的血液导致脑部缺氧。也别喝太多水，要不一会你就想上厕所，耽误时间还影响状态。4.拿到卷子后，别匆匆忙忙看题，你想想，万一第一题你就不会，你还有信心继续考下去吗?拿到卷子后，先按老师要求把姓名，准考证号什么的填好，填的时候仔细一点，别涂错了。趁涂卡的时候，把心情稳定下来。拿到卷子后再看题。看题也有讲究，如果第一题没见过，或者说拿不准，别在那抠了，立刻换第2题。先总结这么多，大家加油! 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com