

春季传染病预防国旗下讲话演讲稿 预防 春季传染病讲话稿(通用8篇)

演讲稿具有宣传，鼓动，教育和欣赏等作用，它可以把演讲者的观点，主张与思想感情传达给听众以及读者，使他们信服并在思想感情上产生共鸣。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看看。

春季传染病预防国旗下讲话演讲稿篇一

尊敬的老师、亲爱的小朋友们：

大家上午好

我是来自大三班的xx小朋友，我今天给大家演讲的主题是《健康你我他》。俗话说：“一年之计在于春”。春天的到来，必将是欣欣向荣，新希望的开始。

小朋友，你们知道什么是健康吗？健康就是拥有良好的体魄，好的食物对我们的身体是很重要的，春季是小朋友成长的最佳时机，小朋友应该多吃含钙的食物，同时还要补充维生素，除了这些小朋友还要多多锻炼身体，多参加游戏活动，把自己的身体练得棒棒的。

春季里也有许多的传染病，这很容易危害小朋友的身体健康，所以我们应该这样做：

小朋友，都知道，传染病预防有高招。

勤换衣，多通风，人多不去凑热闹。

饭前便后要洗手，生冷食物不入口。

水果蔬菜不可少, 牛奶鸡蛋也需要。

多喝水, 多锻炼; 休息好, 身体好。

传染病吓得快快跑, 你我健康哈哈笑。

谢谢大家, 我的讲话完了!

春季传染病预防国旗下讲话演讲稿篇二

甲: 敬爱的老师们。

乙: 亲爱的同学们。

甲乙: 大家新学年快乐!

甲: 红领巾小广播又和大家见面了。

乙: 俗话说一年之计在于春。春天是美好的, 百花盛放, 万物复苏。然而, 当我们在享受美妙的春光, 在知识海洋遨游的同时, 千万不要忽视春天也是传染病多发季节, 如: 流感、水痘、麻疹、腮腺炎等病毒也正在我们周围悄悄地活动起来。这些传染病菌、病毒飘浮在空气中, 被健康的人吸入, 会使健康人生病, 影响我们正常的学习和生活。

甲: 今天小广播的主题是春季传染病的了解和预防。

乙: 我们首先来了解一下春季传染病究竟有哪些种类吧!

丙: 同学们, 我们首先来了解一下在春季里有哪些对我们虎视眈眈的传染病吧! 流行于春季的常见传染病有以下几种: 流行性感冒、麻疹、流行性腮腺炎, 以及近一两年新发现的sars□人禽流感等。接下来让我和你细细说说这些病毒吧!

流行性感冒简称流感，是一种由流感病毒引起的急性呼吸道传染病。流感通过流感病人咳嗽，打喷嚏及接触病毒污染物等方式传播给易感者，其传染性极强，传播迅速，人群普遍易感。

同学们，你们知道吗？20世纪的全世界有4次甲型流感大流行，中国近半个世纪内流感流行共计17次，其中2次为大流行。比如去年曾经仓狂一时的甲型h1n1就是流感的一种。感冒和流感是两种不同的疾病。如何来区分这两种疾病呢？你们只要记住一个简单的特征：流感会引发咽痛，高烧，乏力，胸痛，肌肉酸痛等症状，和普通的感冒相比较咳嗽，打喷嚏等症状较轻。流感的重症病人会持续高热，剧咳，血性痰，常有严重的并发症。如果病情严重且得不到及时就诊的将会有死亡的危险。

水痘是最常见的病毒了，有些同学可能也长过水痘。如果你发现自己的身上有一颗颗像水珠子一样的泡泡长出来，那就一定要告诉自己的爸爸和妈妈。因为你可能感染水痘病毒了。水痘的传染性极强，如果你周边有同学感染水痘，一定要远离。如果自己出了水痘也一定要在家休息，不要到公共场合，以免将这个病菌带给其他的同学哦！

流行性腮腺炎由腮腺炎病毒引起，。它的主要特征是腮部的肿大为特点又称为“痄腮”，得了病的会觉得自己耳下腮部肿大疼痛。值得注意的是这个疾病就像是一个善于潜伏的特务分子，它可以在人体内潜伏期7—21天，发病前一周至腮肿消退时都具有传染性。

最后和你们讲讲麻疹。这是由麻疹病毒引起的一种急性呼吸道传染病。以发热，咳嗽，鼻涕，眼结膜充血为主要特征。

甲：同学们，听了同学的介绍，你是否对这些春季里的传染病有所了解了呢？

甲：我们来听听预防这些传染病的方法吧！

丁：春季传染病预防措施，同学们可要仔细听喽！

1、定时打开门窗自然通风。可有效降低室内空气中微生物的数量，改善室内空气质量，调节居室微小气候，是最简单、行之有效的室内空气消毒方法。尤其是我们教室这样人多，空间小的环境。大家一定要每天通风，保持教室空气的干净、新鲜。还有不能在教室里追逐打闹，因为扬起的灰尘也会加快病毒的传染。当然，我们学校也会有计划的在每周对每一个教室实施消毒措施。

2、接种疫苗。常见的传染病现在一般都有疫苗，例如流感、水痘、麻疹等等。还有如果你已经长过水痘了，你的身体里就有了抵抗水痘的细胞，下次就用有免疫能力。

3、养成良好的卫生习惯，是预防春季传染病的关键。饭前便后、以及外出归来一定要按规定程序洗手，打喷嚏、咳嗽和清洁鼻子应用卫生纸掩盖，用过的卫生纸不要随地乱仍。勤换、勤洗、勤晒衣服、被褥，不随地吐痰。这些习惯虽然小，但是要坚持可不是件容易的事情。愿每一个同学都能牢记心间。

4、加强锻炼，增强免疫力。春天人体新陈代谢开始旺盛起来，正是运动锻炼的好时机，应积极参加体育锻炼，多到郊外、户外呼吸新鲜空气，每天锻炼使身体气血畅通，筋骨舒展，体质增强。在锻炼的时候，必须注意气候变化，要避开晨雾风沙，要合理安排运动量。

5、生活有规律。睡眠休息要好，生活有规律，保持充分的睡眠，对提高自身的抵抗力相当重要。要合理安排好作息，做到生活有规律，劳逸结合，无论学习或其他活动使身体劳累过度，必然导致抵御疾病的能力下降，容易受到病毒感染。

春季传染病预防国旗下讲话演讲稿篇三

各位老师、同学们，上午好！

万物复苏，春暖花开，春天已经向我们走来。春天是个阳光明媚、暖风熏人的季节，但就在我们尽情享受春天美好景致的时候，也不能忘了春天是传染性疾病的多发季节。随着万物复苏的还有那些病毒和病菌，它们将和小草花朵一起来到我们的身边，而且初春乍暖还寒，人体内部系统还来不及适应气候的变化，加之初春天气变化无常，忽冷忽热，早晚温差较大，人体的免疫系统来不及调节以适应外界的变化，同时病毒、细菌、真菌等病原微生物又比冬季活跃，所以人体就容易患病。春季是流感、流脑、腮腺炎、麻疹、水痘、风疹等呼吸道传染病的高发季节。这些疾病传播迅速、流行性强，是最易在学校发生的疾病。

自从开学以来，我市传染病防控形势也比较严峻，传染病发病情况明显上升。有些个别学校出现以“咽痛、发热”症状为主的流感样病例，截止3月15日全市共报告21起275例病例，其他常见传染病也时有发生，共报告水痘57例、手足口病8例、腮腺炎9例、猩红热6例。

针对以上形势，为了尽可能减少疾病的发生，学校提醒师生做好防控措施，尽可能的减少疾病在校内的漫延，特提出以下要求：

- 1、首先从思想上树立起预防传染病的防范意识，切断传播途径。合理营养，不挑食，不偏食，不食用不清洁的食物，坚决杜绝购买路边流动摊贩的食品，不吃生食，不喝生水。
- 2、注意个人卫生和防护，养成良好的卫生习惯，也是预防春季传染病的关键。饭前便后以及外出归来一定要洗手，减少春季呼吸道传染病的流行。

3、春天人体的各个器官、组织、细胞的新陈代谢开始旺盛起来，正是运动锻炼的好时机，同学们要上好体育课和阳光活动课，使身体气血畅通，筋骨舒展，增强体质。同时也要合理安排运动量，以免运动受伤。根据天气变化，适时增减衣服，生活有规律，保持充分的休息睡眠，对提高自身的抵抗力显得相当重要。要合理安排好作息，做到生活有规律，否则必然导致抵御疾病的能力下降，容易受到病毒感染。

4、各班级要积极开展春季传染病预防的宣传教育活动，学生们请提高自我保护意识，发现自己身体异常，及时向家长或老师汇报。请各位老师提醒家长密切关注学生的身体变化，如发现学生出现发热等不适等现象，要立即让家长带学生到医院就医，并及时告知学校，留存好病例资料，做到早发现、早报告、早治疗。如出现传染病病例，则需要及时配合学校进行隔离治病，并到医院确认身体完全恢复持医院的痊愈证明方可回校上课。在这里强调下，各班级每天的“晨检情况登记表”请务必如实填写，并在每天上午第四节课前交到卫生室。请各位班主任老师每天按时如实上报学生因病缺课系统。

5、保持室内环境的空气流畅，教室内做到下课及课间操期间，定人定岗及时把门窗打开来通风，并做好每周一中午教室的定期消毒工作以及每月一次的定期消毒工作。近期请所有同学尽量少去拥挤、密闭的公共场所。请同学们提醒家长，家庭内的房间每天也要开窗通风，每天开窗通风半小时以上。

以上是对春季传染病预防的几点简单的措施，希望引起全体师生的重视，学校将进一步落实和加强对各种传染病的预防措施，消除传染病的各种隐患，确保同学们健康快乐成长。

春季传染病预防国旗下讲话演讲稿篇四

亲爱的老师们、同学们：

大家早上好！

今天我国旗下讲话的内容是：预防春季传染病，争做健康小翰林。

春天是一年中最美好的季节，风和日丽，万物复苏，然而在这明媚的大好时光里，细菌、病毒也异常活跃，因此春天亦是一些传染病的高发季节。学校是人群高度密集的场所，而我们学生又是传染病的易感人群之一，一旦感染，必然会对生活与学习工作学习造成较大的影响。为有效预防与控制春季传染病在我校的发生和流行，进一步提高同学们的自我保护意识，韦老师想通过这次讲话，让同学们对春季常见的传染病及其预防措施有所了解。

春季流行的传染病主要有呼吸道传染病和消化道传染病。通过空气、飞沫等传播途经引起的传染病，称为呼吸道传染病。常见有流感、肺结核、流脑、腮腺炎、麻疹、水痘、以及近日来新发现的h7n9禽流感等。消化道传染病主要有甲型肝炎等。这些疾病在冬春时节尤其常见。

不同的传染病有不同的治疗方法，但基本的预防措施是相通的，我们只要注意以下几点，就能有效地减少疾病的发生和传播。

- 1、教室必须要每天开窗通风，保持空气的流通。定时打开门窗自然通风，可有效降低室内空气中细菌的数量，改善室内空气的质量，是既简单又有效的室内空气消毒法。
- 2、养成良好的卫生习惯，是预防春季传染病的关键。同学们要保持学习、生活场所的卫生，不要随意堆放垃圾。饭前便后、以及外出归来时一定要洗手。打喷嚏、咳嗽和清洁鼻子应用卫生纸掩盖，用过的卫生纸切勿随地乱扔。此外，还要勤换、勤洗、勤晒衣服，保证个人卫生的整洁。

3、加强锻炼，增强免疫力。春天人体新陈代谢开始旺盛起来，正是运动锻炼的好时机，同学们要珍惜每一次的大课间及体育课时间，积极参加体育运动，使身体得到充分的锻炼。下课后多到户外走走，晒晒太阳，呼吸呼吸新鲜空气，保证气血的通畅。当然，在锻炼的时候，还要注意气候的变化，避开晨雾风沙，合理安排自己的运动量，以免对身体造成不利影响。

4、生活有规律。保证充足的睡眠时间，对提高自身的抵抗力有着举足轻重的作用。同学们要合理安排好作息，做到劳逸结合。一旦学习或其他活动使身体劳累过度，必然会导致抵御疾病的能力下降，容易受到病毒感染。

5、衣、食细节要注意。春季气候多变，乍暖还寒，若骤减衣服，极易降低人体的呼吸道免疫力，造成细菌的侵入。因此同学们要根据天气变化，适时适当地增减衣物。此外，还要合理安排好自己的饮食，尤其这段时间，尽量不吃禽类，少食过于辛辣与油腻的食物，多吃新鲜的蔬果多饮水，排除体内的毒素。

春季传染病预防国旗下讲话演讲稿篇五

各位老师、同学们：

大家好！今天我国旗下讲话的题目是《讲究卫生，预防春季传染病》。

首先，让我们的教室和校园保持干净整洁。每天打扫卫生时不放过任何一个卫生死角，及时处理堆积的垃圾，并把垃圾倒入学校指定的地点。这样才能有效阻止细菌的滋生，从源头上防止疾病的发生。更重要的是我们每个人都应该做好保洁工作，不乱丢纸屑、包装袋，不随地吐痰，更不去买那些不卫生的三无食品。只有我们每个人都管好自己的手和口，我们的校园才会变得清洁干净，我们的身体健康才能有保证。

其次，要注意个人卫生和防护，养成良好的卫生习惯，这是预防春季传染病的关键。饭前便后、打喷嚏、体育课结束后都要及时认真洗手，勤换、勤洗、勤晒衣服、被褥，决不随地吐痰，要保持教室以及室内空气流通。尽量少去公共场所。

另外，提醒大家要注意休息和睡眠。生活要有规律，劳逸结合。根据天气变化，适时增减衣服，切不可一下子减得太多。如果不小心感冒了，要及时报告老师或家长，多喝白开水，按时休息。

同学们，健康的身体是我们快乐学习的基本保证，要有一个健康的体魄，讲究卫生是最基本的，也是每个人都能做到时刻做到的，只要大家时刻谨记，并身体力行，那么无论什么样的疾病都是可以预防的。

最后，希望同学们都能养成良好的卫生习惯，让疾病远离我们每一个人，去健康地生活！

春季传染病预防国旗下讲话演讲稿篇六

老师们、同学们：

大家好！今天我国旗下讲话的题目是《春季传染病的预防》。

随着气温回升，春天即将到来。春天是一年最美好的季节，但也是一些传染病的高发季节。如水痘、诺如病毒、流行性腮腺炎、风疹、人禽流感等呼吸道传染病，是春季最常见的传染病。这些传染病大多都是呼吸道传染病，可通过空气、短距离飞沫或接触呼吸道分泌物等途径传播。学校是人员相对比较集中的地方，一旦出现更是比较容易传播，会对广大师生的工作学习带来较大的影响，因此我们有必要对春季常见的传染病及其预防措施有所了解。

不同的. 传染病有不同的治疗方法，但基本的预防措施是相通

的，我们只要注意以下几点，就能有效地减少疾病的发生和传播，我提出以下几条，供大家参考。

- 1、每天开窗通风，保持室内空气新鲜，尤其房间、电脑室、教室等，还要避免穿堂风，以免着凉。
- 2、尽量不到人口密集、空气污染的场所去，如大型超市、游乐场所、影剧院等。
- 3、勤洗手，并用流动水彻底清洗干净，洗手后要有干净的毛巾或纸巾擦手。饭前便后、打喷嚏、体育课结束后都要及时洗手。
- 4、养成良好的个人卫生习惯。勤换、勤洗、勤晒衣服、被褥，决不随地吐痰，避免与他人共用水杯、餐具、毛巾、牙刷等物品。
- 5、到医院就诊最好戴口罩，回家后洗手，避免交叉感染。
- 6、注意不要过度疲劳，防止感冒，以免抗病力下降；小学生每天有保证十小时的睡眠时间，各种艺术特长的培训量要适度，减轻小学生的课业负担。
- 7、多喝水，多吃蔬菜水果，增加机体免疫力。合理膳食，增加营养，不买不吃三无食品。

春季传染病虽然种类繁多，但只要我们重视预防工作，做到早发现、早隔离、早诊断、早治疗，就可以有效地阻断传染病的流行与传播。愿同学们都有一个美好的春天，都有一个健康的体魄。

春季传染病预防国旗下讲话演讲稿篇七

合理安排饮食也可以提高自身免疫力。荤多素少、热量过高、

脂肪过剩的饮食对人体非常不利，会使消化系统功能减退，身体抗病毒的能力下降，让流感病毒乘虚而入。所以要合理安排饮食，均衡地搭配蛋白质、糖分、脂肪、矿物质、维生素等各种有助于增强体质的营养素，还可以多补充一些富含维生素c的食物，因为维生素c有助于提高免疫力。饮食一定要规律，不可暴饮暴食。另外，还要注意多饮水，因为上火后更容易招致病毒侵袭。

二、注意个人卫生

个人卫生在预防流感的过程中也起着关键的作用。流感病毒很容易通过手部接触表面沾有病毒的物品后再接触口鼻而感染，专家称约一半的流感发病就是通过手部接触患病的，所以勤洗手、保持手部的卫生十分重要，平时还应尽量避免用手接触眼睛、口鼻等。另外，洗手时不要简单地在水龙头下面冲一冲，而要用肥皂来认真清洗，时间也要尽可能长一些。另一个是外出时注意戴口罩，虽说戴口罩不能起到完全阻隔病毒的作用，但就目前来说是减少被传染的最好办法之一，至少可以让我们少吸入一些空气中飘散的病毒。

三、注意个人锻炼

合理地安排一些体育锻炼，如散步、跑步、爬山、打球、练太极拳、做中华通络操等都可以增强体质，提高机体抵御病毒侵袭的能力。

四、注意充分休息

人的休息和睡眠状况会直接影响抵抗力水平，所以任何活动都应适可而止，保持充足的睡眠，尽量不要熬夜，感到身体疲劳时要及时安排休息，保持精力充沛才有能力抵御外邪。

五、注意空气流通

流感病毒是通过空气传播的病毒，尤其在密闭的环境中更容易传播，所以我们要经常开窗通风，注意保持室内空气流通，从而降低房间内病毒的浓度，减少人与病毒接触的机会。

密闭的环境中病毒更容易传播，所以流感流行期间应尽量少乘坐飞机、空调火车或是空调大巴，少去有中央空调的大酒店或大商场；人多拥挤的地方空气混浊，空气中病毒存在的几率大、浓度高，所以为了安全起见，最好不要到这类地方去。

六、注意接种流感疫苗

在重点人群中形成免疫屏障是防治甲流的有效措施之一。专家建议年老、体弱、慢性病患者、医务人员、6个月-3岁的儿童每年都应该接种。接种疫苗后需要大约两个星期的时间，身体才会产生抗体，可以起到预防流感病毒感染的作用。值得提醒的是，流感疫苗并不是接种一次就可以一劳永逸，而是每年都需要接种，因为疫苗配方是在对当年流行病毒毒株预测的基础上制成的，而流感病毒毒株几乎每年都发生变异。

七、注意防寒保暖

冷暖交替比较频繁的时候，人体由于无法适应剧烈的冷暖变化，抵抗力就会下降，易于受到流感病毒的侵袭。因此人们需要根据气温的变化适时增减衣服。早春季节早晚都比较寒冷，更要特别注意，如早晚适当添加衣服，夜间睡眠时换厚被等，睡眠时室内温度在18℃—22℃为宜。另外，阳光既有助于室内保暖，又有利于杀菌消毒，应充分利用，保证室内接受日光充分照射。

八、注意预防性用药

在流感流行期间预防性用药能减少流感的发病机会。中药如连花清瘟胶囊，该药具有广谱抗病毒和抗菌消炎的作用，还有一个最大的特点是能增强人体免疫机能，可明显提高人体

细胞免疫功能和体液免疫功能，是预防流感的首选中成药。

p

春季传染病预防国旗下讲话演讲稿篇八

各位老师，各位同学：

大家好！

今天我国旗下讲话的题目是：春季传染病的预防。

首先老师给大家播报一则新闻，这段时间，人感染h7n9禽流感病毒事件一直牵动着众人的心。这也是全球首次发现人感染h7n9的病例。据报道截止到4月6日下午6时30分，全国共有18例确诊人感染禽流感病例，其中死亡6人。

那么人感染h7n9禽流感会有哪些症状呢？同学们知道吗？一般表现为流感症状，如发高烧，咳嗽，少痰，呼吸困难，伴有头痛、肌肉酸痛和全身不适等。

这些传染病大多都是呼吸道传染病，可通过空气、短距离飞沫或接触呼吸道分泌物等途径传播。学校是人员比较密集、相对比较集中的地方，一旦出现更是比较容易传播，会对广大师生的工作学习带来较大的影响，因此我们有必要对春季常见的传染病及其预防措施有所了解。

不同的传染病有不同的治疗方法，但基本的预防措施是相通的，我们只要注意以下几点，就能有效地减少疾病的发生和传播，我提出以下几条：

- 1、每天开窗通风，保持室内空气新鲜，尤其教室，但也要避免穿堂风，以免着凉。

2、尽量不到人口密集、空气污染的场所去，如大型超市、肯德基店、游乐场所、影剧院等。

3、勤洗手，并用流动水彻底清洗干净，包括不用污浊的毛巾擦手。双手接触呼吸道分泌物后（如打喷嚏后）应立即洗手或擦净。

4、避免与他人共用水杯、餐具、毛巾、牙刷等物品。养成良好的个人卫生习惯。

5、到医院就诊最好戴口罩，回家后洗手，避免交叉感染。

6、注意不要过度疲劳，防止感冒，以免抗病力下降。小学生每天要保证十小时的睡眠时间。

7、多喝水，多吃蔬菜水果，增加机体免疫能力。合理膳食，增加营养。适量服用预防药物，如板蓝根、玉屏风散颗粒或吃醋浸大蒜头等方法预防。

春季传染病虽然种类繁多，但只要我们重视预防工作，做到早发现、早隔离、早诊断、早治疗，就可以有效地阻断传染病的流行与传播。

最后，还要特别提醒同学们一定要重视预防，如出现发高烧时，一定要及时到正规的医院进行检查治疗。愿各位老师和同学们都有一个美好的春天，都有一个健康的体魄。