

预防春季传染病国旗下讲话两到三分钟

国旗下讲话稿春季传染病预防(精选5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。相信许多人会觉得范文很难写？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。

预防春季传染病国旗下讲话两到三分钟篇一

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!

预防春季传染病国旗下讲话两到三分钟篇二

敬爱的老师、亲爱的同学!

早上好!

今天我国旗下讲话的内容是“怎样预防春季的常见传染病。”

万物复苏,春意盎然。春天是一年最美好的季节,但也是一些传染病的高发阶段。我们只要了解和掌握一些基本的预防知识,就可以远离疾病,享受快乐的春天。

流行于春季的常见传染病有以下几种:流行性感、麻疹、流行性腮腺炎、水痘等,下面给同学们简单介绍一下这几种疾病的一些基本常识:

流感是常见的呼吸道传染病,潜伏期1—3日,主要症状为发热、头痛、流涕、咽痛、干咳等,发热一般持续3—4天,也有表现为较重的肺炎或胃肠型流感。

麻疹是由麻疹病毒引起的传染病,潜伏期8—12日,主要症状为发热、怕光、流泪、流涕,眼结膜充血,出现口腔粘膜斑及全身斑丘疹。

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、早上到教室，把教室南北两边的窗户打开，空气对流，让教室里的空气保持新鲜。
- 2、平时要多喝水，可起到除燥，保护黏膜的功能，促进病毒的排除。
- 3、保证饮食营养的均衡全面。养成良好的饮食习惯，不挑食、不偏食，有助于增强体质。也可以适当的补充维生素。
- 4、培养生活好习惯、养成勤洗手的好习惯。用冷水洗脸可增强鼻黏膜对空气的适应能力，有效预防呼吸道传染病。
- 5、保证充足的睡眠有助于提高机体的免疫机能，是身体最基本和最重要的保健条件。还有就是要增强体育锻炼，强健的身体就是抗病的基础。
- 6、在预防呼吸道传染病易发的季节，要尽量避免去人群聚集的公共场所。

同学们，身体是知识的载体，只有健康的体魄，以及良好的心理品质，才能更好地学习和工作，才能应付各种困难和挑战。

最后，希望同学们都能有一个健康的身体来认真的学习。

预防春季传染病国旗下讲话两到三分钟篇三

各位老师，各位同学：

大家好！

许多人对“感冒”的概念并不清楚，存在许多误解。实际上“感冒”、流感(流行性感冒的简称)、上感(上呼吸道感染的简称)的概念是不同的，预防和治疗的方法也不完全一样。

感冒和流感虽然都是由病毒感染呼吸道引起的，但它们是两种不同的疾病。

1、两种疾病的病原体不同。流感由流感病毒引起，流感病毒包括甲型、乙型和丙型三种；普通感冒可由多种病原体引起，如鼻病毒、腺病毒、细菌及支原体等，一般人在受凉、雨淋、过度疲劳后，因抵抗力下降时容易发病。

2、两种疾病的临床表现不同。与流感相比，普通感冒主要表现为打喷嚏、流鼻涕等上呼吸道症状，全身症状较轻，不发热或仅有低热，一般3至5天痊愈。流感的表现全身症状较重，突然畏寒、发热、头痛、全身酸痛、鼻塞、流涕、干咳、胸痛、恶心、食欲不振，婴幼儿或老年人可能并发肺炎或心力衰竭。中毒型流感病人则表现为高热、说胡话、昏迷、抽搐，有时可以导致人死亡。

3、流感与普通感冒的传染性不同。流感病毒存在于病人的呼吸道，在病人咳嗽、打喷嚏时经飞沫传染给别人，流感的传染性很强，由于这种病毒容易变异，即使是患过流感的人，当下次再遇上流感流行，仍然会感染，所以流感容易引起暴发性流行。普通感冒较流感传染性要弱得多，往往是个别出现，很少像流感流行那样病人成批大量出现。

6、在一定条件下，流感可能大流行或暴发。当流感病毒发生变异产生新的亚型时，由于人群普遍缺乏免疫力，可以发生跨越一省、一国、一个大洲，乃至遍及全世界的流行，称为大流行或世界大流行。在流感流行季节经常会发生在一个局部地区或单位，特别是学校和托幼机构，短时间内突然有很多人发病称为暴发。

(二) 流感的预防

遇到流感初起，症状轻微的病人，可以用生姜、红糖、葱白熬水服用，对预防流感和治疗有一定的作用。而较重的病人

应及时送医院治疗。根据病人情况，给予解热镇痛和抗病毒等对症治疗。高烧病人注意补液，防止脱水。对某些患有慢性呼吸道疾病的病人，患上流感后，除给予抗病毒治疗外，还应预防性的给予抗菌治疗。严重并发症的根据情况进行综合性治疗。

预防小常识

- 1、流感流行季节，应避免到人多的公共场所去，必要时应戴上口罩。
- 2、注意保持室内空气的流通，开窗通风。
- 3、注意休息，不要劳累。
- 4、可注射流感疫苗。
- 5、应注意个人卫生，勤洗手。流感病毒虽然是经飞沫空气传播，但病人的手如果接触了自身的唾沫、鼻涕等，又去接触其他东西，很容易污染被他接触的东西。此时，如果你再去接触了这些东西，就很容易被传染上，所以，一定要勤洗手，注意个人卫生。
- 6、在饮食上应注意清淡饮食，多吃含维生素丰富的食物，如蔬菜、瓜果等。
- 7、多喝水，加强排泄
- 8、加强体育锻炼，注意增减衣服。

流感并不可怕，我们应该正确看待它，自己和家人患上流感后，不要惊慌，但也不要自己随使用药，应该及时到医院就医，这样才能有比较好的愈后。

预防春季传染病国旗下讲话两到三分钟篇四

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！

预防春季传染病国旗下讲话两到三分钟篇五

春天是一年最美好的季节，也是一些传染病的高发季节。下面是本站小编给大家整理的预防春季传染病国旗下讲话稿，仅供参考。

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！

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。

- 1、每天开窗通风，保持室内空气新鲜，尤其宿舍、电脑室、教室等。
- 2、不到人口密集、空气污染的场所去。
- 3、勤洗手，并用流动水彻底清洗干净。
- 4、养成良好的个人卫生习惯。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，增加机体免疫能力。合理膳食，增加营养。

大家如能做到以上几点，一定会拥有一个强壮的身体。愿同学们都有一个美好的春天，都有一个健康的体魄。

尊敬的老师们，可爱的同学们：

大家好！

今天，我给大家简单介绍一下我们小学生春季疾病和预防。大家都知道，春天是万物生长的季节，因此细菌、病毒也不例外，它们加速繁殖，再由于气候变化无常，忽冷忽热，也使春天成为了一个疾病好发的季节，对我们的小学生来说，春天容易患两大类疾病：一类是传染性疾病（主要是通过空气

中的飞沫经呼吸道传播。譬如有：流行性感冒，水痘、腮腺炎，流脑，麻疹等)，另一类是过敏性疾病(譬如有菜麻疹，过敏性鼻炎，严重的甚至发生支气管哮喘)，但是，小朋友也不要过于担心，害怕，只要我们在平时能做到下面几点，这些疾病还是可以预防的。

- 1、我们在平时学习之余，要多参加体育锻炼，如跳绳、跳步、打球等，只有我们的身体强壮了，疾病才不能乘虚而入。
- 2、我们的教室、家里要经常开窗通风以保持空气的新鲜，流通。
- 3、平时要尽量少去人多，拥挤，尤其是通风不畅的公共场所。
- 4、我们要注意个人卫生，勤洗手，勤剪指甲。
- 5、根据气候变化注意增减衣服，避免着凉。
- 6、不能偏食，平时要多吃些蔬菜，水果，多喝水。
- 7、家里的生活用品，和衣服、被子(在天气好的时候要勤洗、勤晒)
- 8、一定要保证充足的睡眠，不能过于疲劳，因疲劳容易使我们的抵抗力下降。
- 9、学校要严格执行晨、午检制度，并做好相关记录。发现发热及出疹学生必须要求其立即离校就医，注意追访就诊及病情发展情况，并严格要求其在家隔离治疗至该病的隔离期满。密切注意病例班级内有无续发病例，如有续发，及时报告，同时采取相应的预防性措施。患病学生必须持学校/幼儿园所属地段保健科出具的复课证明方可返校上课。

另外，对于过敏体质的小朋友来讲，因为自然界中的过敏源

有很多很多：如花粉、虫蠕、动物羽毛、冷的空气，所以要特别注意：如对花粉过敏的，在花粉播散期要减少户外活动，特别是公园里，鲜花房，家里不养猫、狗等小动物，不用地毯，外出戴口罩等。

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，去健康地生活学习！