

春季防传染病国旗下讲话 预防传染病的国旗下讲话稿(优质5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？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。

春季防传染病国旗下讲话篇一

老师们、同学们：

早上好！

今天国旗下讲话的内容是传染病的预防。

秋冬季节已到，预防秋冬季传染病的话题又该老话新提了。秋冬季节气温干燥，呼吸道的抵抗力差，季节的更替，加之气温回暖人们常去人多拥挤的公共场所，因而容易造成传染病。

预防秋冬季传染病首先要开展健康教育和爱国卫生运动，普及卫生防病知识，同学们都要树立起预防传染病的防范意识。切断传染途径。不食用不清洁的食物，不吃生食，不喝生水，不随便倒垃圾，不随便堆放垃圾，尽量远离宠物狗、猫。

第二注意个人卫生和防护，养成良好的卫生习惯，也是预防秋冬季传染病的关键。饭前便后、打喷嚏、咳嗽和清洁鼻子以及外出归来一定要按规定程序洗手，要勤换、勤洗、勤晒衣服、被褥，绝不随地吐痰，教室里要勤开窗，保持空气流通，减少秋冬季呼吸道传染病的流行。

第三，秋冬天人体的各个器官、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，应积极参加体育锻炼，多呼吸新鲜空气，使身体气血畅通，筋骨舒展，增强体质。但是，同学们在锻炼的时候，也必须要合理安排运动量，以免对身体造成不利影响。另外，睡眠休息要好。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。

秋冬季气候多变，乍暖还寒，若骤减衣服，极易降低人体呼吸道免疫力，使得病原体极易侵入。必须根据天气变化，适时增减衣服，切不可一下子减得太多。合理安排好饮食，饮食上不宜太过辛辣，太过辛辣容易上火，也不宜过食油腻。要多饮水，摄入足够的维生素，宜多食些富含优质蛋白、糖类及微量元素的食物，如瘦肉、禽蛋、大枣、蜂蜜和新鲜蔬菜、水果等。

春季防传染病国旗下讲话篇二

敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

同学们，你喜欢自己吗？你对自己满意吗？你很羡慕某些人，甚至愿意自己也成为他吗？如果你对自己有疑惑，那么我来告诉你：就像每一片叶子都有它独特的形状，每一朵花儿都有它独特的香味，我们每一个人都是世上独一无二的个体，在这个世界上，没有两个人是完全一样的。我们每一个人的存在，都有自己的价值与意义，别人可以比我好，也可以比我差，但没有人可以取代我。美国少年天使肯尼，一出生就因为身体畸形截掉双腿，后来又发现切口的根部被癌细胞侵入，只好把腰部以下的身体全部切除。但是，肯尼并没有向病魔低头，他在家人的帮助下向自己的生命挑战，拼命练习生存技能，使得自己日渐独立，能跟常人一样上学，甚至还学会了溜滑板、溜冰。肯尼的生命是美丽的、动人的。

有时候我们以为遭遇到的危机使我们走投无路了，却在事后发现这是生命的转机。美丽的生命在于勇于更新，且愿意努力学习。化蛹为蝶，才能使生命焕然一新。人的一生也需要蜕变才能成长。每一次蜕变都回带你走进人生的新领域、新境界，使你获得新的感受、新的惊喜。

健康的我们，更要学会容忍自己的不足和缺点。俗话说人无完人。正因为这样，我们才要不断学习、不断提高自己。如何在正视不足和缺点的前提下，采取积极的行动来弥补不足、克服缺点呢？一方面要正确和别人做比较，认识到自己在群体中处于什么样的位置，寻找以后努力的方向；另一方面要正确认识自己。不要只从不同的方面平价自己，却看不到自己的优点，老觉得“某某的学习比我好，某某的书法比我好，某某的琴比我弹得好”，而实际上每个人身上都有自己的闪光点：学习好的可能体育不如你，书法好的可能学习不如你，不要一味给自己挑毛病。既能够看到闪光点，也能够看到不足之处，对自己的认识才会全面，才能更好的取长补短。

中国台湾著名作家琼瑶，小时候除了语文外，其他学科成绩并不好。有一次，数学考试她只考了20分，学校发给她一张“通知单”，要她拿回去给父母盖章。捱到深夜，她鼓足勇气拿着通知书交给母亲。母亲整个脸色都阴暗下去，将他好好责骂了一顿。她绝望的给母亲写了一封长信，服毒自杀，幸亏抢救及时，才没有造成终身的遗憾。从死神手中逃回来的她，分析了自己的长处与短处，下决心取长补短，专心写作。父母默认了她的追求，她开始发挥自己写作方面的长处，真正追求自己的事业，最终取得了令人羡慕的成就。

所以我们要多鼓励自己：“成绩单不漂亮没关系，只要我努力，就是一名好学生！”“基础不好没关系，只要我每天都有进步，就是一种成功！”“我的生活是充满阳光的，努力的我最美丽！”这样自信的度过每一天，你会越来越体验到：我的人生是非常有价值的，我是最棒的！

谢谢大家！

春季防传染病国旗下讲话篇三

大家好！

今天我的演讲主题是“如何预防春季春染病”。

春季来临，气温渐渐回升，自然界各种微生物也开始活跃起来，正是传染性疾病的. 多发季节。春季传染病大多通过呼吸道传播，可通过空气、短距离飞沫或接触呼吸道分泌物等途径传播。学校人员密集，一旦发生传染病，极易传播流行。因此，了解足够的春季传染病知识对于预防此类疾病的发生和流行有着重要的意义。

流行性感冒是春季的一种多发疾病，简称流感，由流感病毒引起的急性呼吸道传染病，具有很强的传染性，其流行传播的机率很高。其症状有：发热、头痛、流涕、咽痛、干咳，全身肌肉、关节酸痛不适等，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。

传染病流行的三个基本环节为传染源、传播途径、易感人群。有大规模传染病发生的时候，切断三个基本环节中的任何一个环节，即可有效的控制传染病的流行。然而，我们需要做到以下几点：

- 1、不到人口密集、人员混杂、空气污染的场所去，如：农贸市场、个体饮食店、游艺活动室等。
- 2、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。
3. 每天开窗通风，保持室内空气新鲜，尤其宿舍、电脑室、教室等。

4. 合理安排好作息，做到生活有规律；注意不要过度疲劳，防止感冒，以及免抗病力下降。
5. 不生吃各种海产品和肉食，及吃带皮水果，不喝生水。
6. 注意个人卫生，不随便吐痰，打喷嚏。
7. 发热或有其它不适及时就医；到医院就诊最好戴口罩，回宿舍后洗手，避免交叉感染。
8. 避免接触传染病人，尽量不到传染病流行疫区。
9. 传染病人用过的物品及房间适当消毒，如日光下晾晒衣被，房内门把手、桌面、地面用消毒剂喷洒、擦拭。
10. 合理膳食，增加营养，要多饮水，摄入足够的维生素，积极参加体育锻炼，多到郊外、户外呼吸新鲜空气等。

谢谢大家！

春季防传染病国旗下讲话篇四

亲爱的老师，同学们：

大家早上好，今天我讲话的题目是“讲究卫生，预防传染病”。

讲究卫生虽然是一个老生常谈的话题，但今天在这里再次提起就显得格外的重要和紧急。炎炎复季的到来。复季早晚温差较大，正是传染病的多发季节。常见的夏季呼吸道传染病有。流行性感、麻疹、水痘、风疹、流行性腮腺炎、猩红热等等。夏季气温高，人们的饮食量和睡眠时间都比其他季节少，人体的水分也比其他季节失去得多，身体抗病能力减弱，极易引起这些疾病。所以，为了预防这些传染病，大

家需做到以下预防措施：

（一）保持个人良好卫生，勤洗手洗脸，换洗衣服。打喷嚏、咳嗽、清洁鼻子、写完作业之后和就餐之前都要记得洗手：洗手后，用清港的毛巾或纸巾擦干。一年级的同学们更应该改掉咬手指和吮吸手指的坏习惯，要牢记“病从口入这句话”！

（二）养成良好的生活习惯，饮食均衡，作息规律，保证充足的睡眠。眼下正是运动锻炼的大好时机，大家应积极参加体育锻炼，多到室外呼吸新鲜空气，但要注意根据气候变化增减衣服，合理安排运动量。每天我们都应坚持做好课间操，积极上好体育课，但回教室后切不可贪凉，一个劲儿的猛吹电扇。

（三）注意饮食，多喝水，多吃瓜果蔬菜，维持身体营养平衡。不吃生冷、变质，的食物，少吃冷饮。注意休息，保持充足的睡眠，避免机体免疫力下降。

（四）坚决不吃三无食品。这些食品大多为不法商贩加工而成，他们的健康状况和加工的环境卫生没有经过有关部门的检查，食品也没有合格证，所以在这个非常时期，同学们要坚决和这些食品说再见，以防病从口入。

（五）尽量不去空气流通不畅、人口密集的公共场所。

（六）注意环境卫生，创造整洁的校园环境。我校长期以来非常重视环境卫生工作，经过大家的努力已经取得了一定的成效。但我们急需改进的是环境卫生的`保持。不要随意乱扔废纸、乱丢食品包装袋、不随地吐痰等，我们希望所有的同学用我们的举手之劳，维护我们整洁的环境。同时还要注意教室内要每天通风换气，避免细菌滋生。

（七）在学校如果出现不适症状，要及时报告老师，及时去

医院就诊，避免病情延误导致更严重的疾病。如果确诊得了传染病，要注意请假隔离，以便防止再进行，二次传染。

老师们、同学们，健康是一个人最大的财富，是幸福的基础。讲究卫生就是最基本也是每个人都能做到的预防疾病的方法，只要我们时刻谨记，并身体力行，那么无论什么样的疾病都是可以预防的。最后祝大家身体健康！

春季防传染病国旗下讲话篇五

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家早上好，今天我国旗下演讲的题目是：《共同携手，预防秋冬季传染性疾病》。

天气已进入冬季，此时，不但气温下降，而且各种易发的传染性疾病也悄然而至。如何保持良好的健康身体呢？今天，我就要和大家分享关于预防秋冬季传染性疾病的知识。

秋冬季常见的传染性疾病有如下几类——

一、流行性感冒

这是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病，具有很强的传染性。它的传染源主要是病人和隐性感染者，以空气飞沫直接传播为主，也可通过被病毒污染的物品间接传播。流感病毒主要侵入呼吸道，但其毒素对全身器官有广泛的毒性作用，常有发热、全身酸痛、咽痛、咳嗽与白细胞减少等症状。

二、流行性脑脊髓膜炎

这是由脑膜炎双球菌引起的急性呼吸道传染病。感染起自鼻咽，侵入血液循环，最终达到脑膜或身体其他部分，产生炎性损害。这种主要侵犯脑膜的传染病多发于冬春季节，发病

急，传播快。带菌者和流脑病人是本病的传染源，大多是通过呼吸道飞沫传播而感染。

三、流行性腮腺炎

这是由腮腺炎病毒引起的呼吸道传染病。腮腺炎患者和携带病毒者是本病的传染源，由空气飞沫传播。主要在儿童和青少年中发生，常在学校和公共集会场所爆发。开始有畏寒、食欲不振、头痛、低热等症状，其后则出现腮腺肿大等症状。

面对这些流行性较强的传染病，我们不必惊慌，只要我们预防到位、措施得当，一切都可避免。在这里，我向大家推荐以下几种预防传染病的措施：

1. 注意气候变化，随时增减衣服，避免受凉。因为身体受凉时，局部抵抗力下降，病毒容易侵入。
2. 下课后教室应立刻开窗通风，保持空气流通。
3. 注意生活规律，保证充足睡眠。充足睡眠能调节人体机能，增强我们的免疫力。注意饮食均衡，每天保证适量的水分和营养摄入，多食新鲜的蔬菜瓜果，不吃变质的和制作环境不卫生的食品，以防病从口入。
4. 加强锻炼，增强体质。我们应当积极参加学校安排的体育大课间、体育课、体活课，真正做到“每天运动一小时”，强健体魄、提高自身的抗病能力。
5. 尽量少到人多的公共场所去，更不要接近患呼吸道传染病的人。
6. 服用中药抗病毒冲剂、每天吃几瓣大蒜或几段大葱对预防流感非常有效。

8. 如遇身体不适请及时就医检查。发现病人早报告、早隔离、早治疗、早处理，以免在校园内传播。

同学们，学校为我们创造了良好的学习条件，为了让我们的校园生活更加精彩，请加强体育锻炼、注意身体健康，抵御传染性疾病，让我们的生活更加精彩，更加平安！