

国旗下演讲春季传染病预防(模板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？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

国旗下演讲春季传染病预防篇一

各位老师、同学们：早上好！今天我讲话的题目是：预防疾病，健康成长。春天雨水多，气温时高时低，是流行病的高发季节，又因大家在室内活动的时间多，流行病的传播途径大。最近在初一初二年级都有发现有些班级出现好几个同学同时感冒发烧这样的现象，为了增强大家对疾病预防的意识，所以呢，今天，借此升旗仪式机会，给同学进行一次预防春季传染病的基本常识教育。

大家都知道，春天温暖湿润，是万物生长的季节，细菌、病毒也不例外，它们会在这个时候加速繁殖，这样就使得春天成为了一个疾病好发的季节。而我在日常生活中，了解到我们的同学大多还没有注意到要在这个时候加强自身对疾病预防的意识，经常在一上完体育课，满头大汗的情况下，回到课室立刻就要开空调，宁可冷一点，也不愿意忍受热一点的天。最近我们学校就有同学，因为晚上在家睡觉的时候就喜欢对着空调口吹，有一天他觉得颈椎不舒服，去医院一查，结果是颈椎脱位。原因是什么呢？这位同学颈椎脱位的主要原因是夏季空调刚开，这位同学又喜欢近距离吹空调，颈椎持续受冷风吹，导致颈椎部分软组织受损，从而引起颈椎脱位发生。再加上我们同学平时看书、写作业，同一个姿势保持时间较长，导致颈椎、肩关节等部位肌肉疲劳，以至于在我们平时活动时，稍微幅度大点，就容易引发脱位。所以在平时要注意，坐久了，课间多活动活动筋骨，做课间操的时候把手脚舒展开来，把动作做到位，而且要注意对空调的

使用，也不要对着空调口吹，不要把温度调太低，那样不仅容易引起上面说的关节脱位，而且由于室内与室外温差大，人经常进出会感受到忽冷忽热，这会造成人体内平衡调节系统功能紊乱，会降低我们的抵抗力，进而引起头痛，易患感冒。

主要是流感病毒引起的，同时表现为畏寒，发热，体温可高达39-40℃，同时患者感头痛，全身酸痛，软弱无力，它和受凉引起的感冒有本质上的区别，因此，不能不吃药，任凭人体抗，要及时到医院就诊，对症下药。这种感冒具有一定的传染性，可通过飞沫传播，人在打喷嚏时，一次可以喷出10万个唾液飞沫，飞沫一般可以飞到2米远，即使是一个健康者的呼吸道里也有很多细菌，除非打喷嚏的人用纸巾或手帕捂着嘴，否则唾液中所含的细菌和病毒可以在2秒之内附着到周围的环境，那么在你周围的同学就会很容易受感染。所以，当一个班级里出现一个患者的时候，如果卫生方面不注意好，那么班上一些抵抗力比较差的同学就很容易会受到传染。为了你自己与别人的健康，无论你是否患病，如果打喷嚏，大家最好能用纸巾捂住鼻子，注意卫生。另外，有些同学开空调后还出现了肠胃方面的疾病，这是因为“冷”感觉可导致腹腔内血管收缩、胃肠运动减弱，从而出现一些胃肠道症状，加恶心，呕吐，腹泻等诸多相应症状。

但是，同学们也不要过于担心，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. 是使用空调必须注意通风，每天应定时打开窗户，关闭空调，增气换气，使室内保持一定的'新鲜空气。

2. 是空调室温和室外自然温度不宜过大，以不超过5度为宜，空调开到26摄氏度以上，不易患病，所以开空调的时候，大家最好备多一件外套回来，冷的时候可以穿上。晚上在家睡觉时，最好不要用空调，入睡时关闭空调更为安全，睡前在户外活动，有利于促进血液循环，预防空调病。

3. 是在空调环境下工作、学习，不要让通风口的冷风直接吹在身上，大汗淋漓时最好先不要吹空调，这样降温太快，很容易发病。应该先把汗擦干。

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体锻课，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。另外，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，平时多吃些蔬菜，水果，多喝水。对提高自身的抵抗力显得相当重要。否则必然导致抵御疾病的能力下降，容易受到病毒感染。

同时各班生活委员要做好每天晨检工作，及时把班里的情况报给校医室，发现有同学发烧等现象，要立即向班主任报告，做到早发现、早报告、早治疗。

现在，随着天气渐渐变暖，很快又要到了7月到11月，这个广东登革热高发期的季节。登革热是由伊蚊传播登革病毒引起的急性传染病。蚊子很小，但有大患，广东的天气炎热，加上雨水丰沛，气候潮湿导致蚊虫滋生，伊蚊有更多机会传播病毒。此病不会经由人与人之间传播，与患者接触是不会被传染的，所以预防登革热重在灭蚊、防蚊。学习过生物我们知道预防传染病的原理无非是那三种：控制传染源、切断传播途径和保护易感人群。预防登革热也是一样的，主要有以下几条：

1. 清理积水，因为积水是蚊子滋生的天堂。

2. 搞好卫生，保持所处区域的清洁，防止蚊子活动。

3. 适当地使用驱蚊剂，防止蚊子叮咬。我们学校也会定期全校统一灭蚊

3. 发现感染者必须及时报告，同时要快速隔离(安置区域尤其

要注意灭蚊)。

4. 注意个人卫生，多洗手，多开窗通风。
5. 在平时多锻炼，加强营养，注意休息，提高自身的免疫力。
6. 假如当自己出现登革热的症状时，及时检查、就诊。

老师们、同学们，健康是一个人最大的财富，要有一个健康的体魄，讲究卫生、增强自身体质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。

最后祝大家身心健康，事业、学业更上一层楼。我的讲话结束了，谢谢大家！

国旗下演讲春季传染病预防篇二

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。下面是本站小编给大家整理的四月份预防春季传染病国旗下讲话稿，仅供参考。

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，以供大家参考。

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。

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家，早上好！

首先，校园是我们生活和学习的主要场所，校园环境卫生的好坏与我们每个同学的身体健康有着密不可分的关系。因此，我们每天都应该积极主动的做好室内外清洁，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、果皮，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。一定要勤洗手，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。积极参加体育锻炼，多到户外呼吸新鲜空气。

第三，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。如果不小出现发热、头痛、咽喉痛等症状，要及时报告老师或家长，并到医院就诊检查治疗，避免疾病的传播。

第四，要调整好心态。对各类传染性流行病应正视它的存在，形成良好有序的生活规律，不必恐慌，但也不能掉以轻心，因为它们有传染性，对生命健康会带来一定威胁。但是我们只要形成良好有序的生活规律，加强营养和合理的休息，防止过度的紧张和疲劳，并注意防寒保暖。以健康的、科学的良好心态生活，我们的免疫系统才会免遭侵袭。

健康是一个人最大的财富，是全社会幸福的基础，要有一个健康的体魄，讲究卫生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，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。

我的讲话结束，谢谢大家！

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!谢谢大家!

国旗下演讲春季传染病预防篇三

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急性传染病，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。

国旗下演讲春季传染病预防篇四

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。”

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。

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。

国旗下演讲春季传染病预防篇五

尊敬的校领导，各位老师、同学们大家上午好！

今天我在这里和大家再谈谈怎样做好春季传染病、流行病防治工作。

对于这个话题，虽然我们并不陌生，早已耳熟，但也曾吃过苦头，受过伤害，所以我认为再谈依然必要，而且还应更加警醒，时刻警惕，要常抓不懈，这是学校卫生工作重点之一，这事关学生身心健康、家庭稳定和学校教学秩序的顺利开展。

事实证明，在所有工作的开展中，人起到主观能动性的作用，什么都不可怕，就怕马虎的思维习惯。无所谓，事不关己高高挂起的心态以及无知无畏的认识，这是做不好事情的根源。防治学校流行性、传染性疾病不能有此心态。省、市、县卫生部门，教育部门在多个场合都明确提出流行性、传染性疾病的防治要求，并作出重要指示。市、县级领导还多次来我校现场指导。今年我校已把学生因病缺课统计工作提上日程，纳入到常态化卫生工作当中，细化工作，专人专抓。因病缺课复学、复课的学生必须持县级以上医院康复证明，经校医室登记，送分管领导处备案，方可进班学习。因病缺课统计是发现传染病和流行病的重要环节，请各位班主任认真落实这项工作，不能漏报、瞒报、不报，要齐心协力把这项工作做好。

本人在平时的工作中通过自己对学校卫生健康工作的理解，为了便于记忆，总结了几句顺口溜和大家一起学习，希望大家能从中受益。

- 1、迈开腿，管住嘴，春季多喝白开水。
- 2、勤理发，多洗澡，衣服不能穿得少。
- 3、勤拖地，勤打扫，开窗通风少不了。
- 4、勤洗衣，多晒被，细菌病毒也报废。
- 5、多消毒，切途径，人群不会多生病。
- 6、勤擦拭，控传染，吐痰不能太随便。
- 7、早确诊，早隔离，结核不会常跟随。
- 8、勿自卑，勿轻狂，心理也要谈健康。

9、心态好，勿早恋，同学相处有底线。

10、学习好，身体棒，前途才能有希望。

11、预防病，齐动员，健康快乐每一天。