

最新中班健康活动教案小小救护员教案 反思(模板5篇)

作为一名老师，常常要根据教学需要编写教案，教案是教学活动的依据，有着重要的地位。优秀的教案都具备一些什么特点呢？下面是小编整理的优秀教案范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

中班健康活动教案小小救护员教案反思篇一

皮炎严重的困扰了患者的生活，那过敏性皮炎多久能好？很多人得了过敏性皮炎，由于没有去正规的医院进行治疗，所以反反复复，一直好不了，这是因为患者没有找到科学的治疗方法，还需要注意平时的护理工作。

过敏性皮炎原因可分两大类：原发性刺激：主要由强酸、强碱、斑蝥和某些刺激性较强或浓度较大的化学物质引起。此类无个体选择性，且无潜伏期，任何人接触均可立即引起皮肤急性炎症。

过敏性皮炎初次接触后并不立即发病，而往往经过4—20天的潜伏期(平均7—8天)使机体先致敏，如再次接触该物质后，可在12小时左右(一般不超过72小时)即可发生皮炎。此类过敏反应是接触性皮炎中最常见者。

中班健康活动教案小小救护员教案反思篇二

脂溢性皮炎的治疗可以采取外用的方法，也可采取内外结合的方法。

1、中药内服结合微波

中药内服结合微波对于治疗溢脂性皮炎有很大的伤害，而且，

据临床实践证明：可大大加速患者的康复效果，同时能够有效增强机体自身免疫调节功能，达到腺体分泌的自然平衡，从而防止脂溢性皮炎的反复复发。

2、皮肤病治疗仪

皮肤病治疗仪治疗脂溢性皮炎有很好的效果，它的主要治疗原理是通过控制的皮肤腺体的分泌状态，达到调节机体内分泌和性激素平衡，活血化瘀，清热排毒，促进皮脂代谢，再配合中药进行综合治疗，可全面改善新陈代谢与血液微循环。

3、多运动

多运动是治疗溢脂性皮炎的方法，主要就是指户外体育锻炼，这种方法对于脂溢性皮炎的患者，是一种很好的方式。不过，户外体育锻炼前，最好全身清洁。户外体育锻炼后，也要全身清洁。

中班健康活动教案小小救护员教案反思篇三

1. 减少诱发加重因素及刺激因素如机械因素(搔抓、摩擦);物理化学因素(热水洗烫、高温、低湿度、刺激性药物);生物因素(动植物、微生物感染等);精神紧张或情绪低落或消化功能紊乱。

2. 远离致敏因素，这是预防过敏性皮炎最根本的办法。尽可能减少环境中的变应原，如吸入性过敏原(凡是能够经呼吸道吸入的物质都是潜在的过敏原)，包括尘土、尘螨、棉絮、花粉(春夏和秋季)，动物毛、真菌、昆虫和烟等。食物过敏原(是指通过食入引起过敏反应的过敏原)，包括鱼虾、蟹、牛羊肉、鸡蛋、牛奶、花生、黄豆和坚果等。接触性过敏原(通过与皮肤或粘膜接触引发过敏的过敏原)，包括衣物、染料、化妆品、首饰、外用药、漆胶、有机溶剂、染发剂和消毒剂等。为创造健康卫生环境，经常保持室内卫生、开窗通风、保持适宜

温度湿度、不随便使用消毒剂等;春季尽量少让孩子接触花粉;夏季避免直射阳光;家里不要养宠物,尤其不能在室内养;少用地毯,勤吸尘;不用电热毯;避免刺激性强的化妆品等。

3. 呵护皮肤,科学合理地洗澡,选择酸碱度(pH)中性,无刺激性的香皂;不可乱用的护肤产品,内衣要选择柔软的棉织品,不宜穿羊毛、化纤织物,这些织物较粗糙,且对皮肤有刺激性,容易引发皮炎、湿疹。

中班健康活动教案小小救护员教案反思篇四

打哈欠并不受控,很多主持人、娱乐明星在直播节目中也会打哈欠,这种情况就比较尴尬,但是打哈欠的确是人类的基本反应,关于打哈欠的起因众说纷纭,主要存在以下几种理论:

1、进化说

进化理论认为,人打哈欠的行为是我们的原始祖先传下来的,打哈欠时露出牙齿是为了向别人发出警告。然而,有专家认为,人类的发展已经进入文明社会,用打哈欠的方式向别人发出警告已经过时了。如果是这样的话,那么人类打哈欠的行为,最有可能是一种已经丧失存在意义的演化遗迹了。

2、大脑缺氧说

有人认为,打哈欠能缓解大脑缺氧。当人疲劳、睡眠不足时大脑会缺血缺氧,这时候打哈欠能使肺部扩张,增加心脏交换血液,以及血液中的含氧量,缓解缺氧现象。然而,随着研究增多发现,肺脏不一定会侦测到氧气的不足,且子宫内的胎儿肺脏虽还不能换气,但胎儿已经会打哈欠了。

3、唤醒假说

哈欠可能在维持大脑正常的清醒程度和警惕水平中扮演重要角色。人在疲惫时最常打哈欠，而且个人对困意的主观感觉也会增加打哈欠的频率。人在睡眠前后也即清醒度降低时容易打哈欠，哈欠的分布能够精确地反映人的作息规律。

4、嗜睡假说

与唤醒假说相反，嗜睡假说认为打哈欠让人更有困意。有实验数据发现，在打过哈欠之后人的清醒程度会降低。但是这一假说很难解释，困意引发的哈欠为何会进一步增加困意，因为没有反馈机制的存在很难保证睡眠和清醒之间的平衡。

5、温度调节说

有科学家提出打哈欠是为了给大脑降温。在打哈欠时，空气通过上腭和鼻腔，下颌做极限拉伸的时候，进入大脑的血液量增加，伴随着吸入大量空气，此时上颌窦扩张和收缩，不断将空气输送到脑部血管，从而降低血液的温度。

而近期又有研究，通过红外相机观测了大鼠在打哈欠前、中和后的角膜热变化，如下图所示，大鼠打哈欠后10秒，角膜的最高温度明显下降，20秒后恢复到基础温度，从而证明打哈欠跟体温调节有关。

为什么打哈欠会流眼泪？

伴随着哈欠，一定是不争气的眼泪，为什么打哈欠会流眼泪？其实这和我们的泪腺有很大的关系，泪腺位于我们眉骨下方的上眼睑深处，是产生眼泪的地方。

当我们打哈欠时，我们眼睛周围的面部肌肉会被拉紧，这可能会对我们的泪腺造成一定的压力，从而刺激它们会释放更多的泪液，再加上大多数人打哈欠时会眯上眼睛，所以多余的泪液就会从眼睛里流出。

除此之外，还有一个很重要的原因，我们的眼泪通常会从眼睛内眼角的小管道流出，但打哈欠时挤压面部肌肉会暂时关闭这些管道，这就会造成泪液会在眼睛里停留的时间比平时更长，这样一来，这些多余的眼泪无处可去，就会自然而然地流下来。

当然，如果你的泪腺非常大，那么当你打哈欠的时候，流的眼泪也就会更多。但如果此时此刻，你的眼睛干涩，也可能打哈欠的时候不会流泪。

打哈欠为什么会传染？

当你看到周围的人打哈欠时，你是否也会情不自禁地跟着打个哈欠？更有趣的是，当你看到这篇文章的时候，一定会打哈欠，打哈欠为什么会传染？科学家给出了以下几种解释：

1、移情作用的连锁反应

科学家发现，只有大脑皮层发达的脊椎动物，才能彼此传染，他们能了解同伴的想法，因此会在“移情作用”的影响下把同伴打哈欠的行为反映到自己身上，从而产生“连锁反应”。

美国一项研究结果显示正常孩子在看完视频后更易打哈欠，而自闭症的儿童却在看视频前后几乎无变化。因此，在沟通与社交上能力不足的人，很可能不太受到哈欠的传染。

2、“情绪感染”的无意识模仿

也有专家认为，打哈欠传染并不是移情，而是一种“情绪感染”。情绪感染是对他人情绪状态的直觉反应，并不包含对情境和他人心理状态的认知理解。即在当个体知觉到客观事物的状态时，一种特殊的自然反应便产生了。因此，打哈欠传染行为应被视为情绪感染而不是移情。

3、从众心理

还有人指出，打哈欠传染是心理学中的马纳姆效应，是人们的一种从众心理在作祟。其实人类一直都在寻找自己，但却常常迷失在自我当中，很容易受到周围信息的暗示，并把他人的言行作为自己行动的参照，从众心理便是典型的证明。

4、大脑无意识自动模仿

有科学家提出，打哈欠的信号会自动触发大脑运动皮质的原始反射，导致无意识地自动模仿，形成传染。研究人员称，被哈欠传染属于一种“模仿现象”，即不由自主地模仿他人的行为或语言、机械重复特定动作或语言。这种模仿特性也是原始人融入集体的一种表达方式，通过模仿同样的动作来表达共同属性，以避免树敌。

为什么老打哈欠？

如果说偶尔打哈欠是人类的基本行为的话，那么，老打哈欠就不正常了，如果是哈欠不断很有可能是以下原因造成的：

1、脑部缺氧

有人认为打哈欠是脑缺氧的表现，人体通过哈欠的深呼吸运动使血液中增加氧气，排出更多的二氧化碳，从而使人精力更加充沛。当人即将进入紧张工作之前，也常会哈欠连连，这可能是人体借助深吸气使血液中增加更多的氧气，提高大脑的活动能力。

紧张的学习过程，人体神经系统消耗较多的能量，产生大量的二氧化碳。平静呼吸不能把体内二氧化碳及时排出体外，过多的二氧化碳积累在体内，就会引起胸腔沉闷，身体各器官有疲劳感。由于血液中二氧化碳高于正常水平，就会刺激呼吸中枢，引起人的深呼吸运动，那就是打哈欠。

2、疲劳缺觉

人困乏的时候往往是哈欠不断，以提醒人体，表示大脑已经疲劳，需要睡眠休息，所以打哈欠也是一种催眠的方法。

当人体睡眠不足或劳累过度时，会接二连三地打哈欠，这是警告人们大脑和各器官已经疲劳，要我们赶快睡觉，得到休息。早晨起床后往往也哈欠不止，这可以促进大脑皮层的各个功能区由抑制状态转变为兴奋状态，以使大脑皮层进行正常的工作。

3、环境降温

奥地利维也纳大学与美国研究团队指出，打哈欠会增加脑部血流量，但目的是降温，增加运作效率，而非增加脑部的供氧。如果外部环境太冷，大脑不需要借助打哈欠来降温。如果温度太高(如37℃左右)，打哈欠降温效果不大，身体自然会减少打哈欠。当温度在0℃左右时，人最容易打哈欠。

4、血管健康

但有一派观点认为，哈欠异常多与血管健康情况有关。例如，血压患者可能打哈欠特别多，血压高、血管出现病变、大脑血流量减少，都容易打哈欠。

高血压或动脉硬化患者，因血管壁弹性降低，流到大脑的血流量减少，会经常打哈欠，来让脑细胞供血情况改善。因此，频繁打哈欠可能是脑部供血不畅的前兆，应尽快就医。

中班健康活动教案小小救护员教案反思篇五

病毒性感冒主要是由多种病毒引起的一种常见呼吸道传染病，所以当然是会传染的，特别是在病毒性感冒流行的季节，所以患者要积极的治疗，而身边的人更应该注重预防。

一、病毒性感冒是由多种病毒引起的常见呼吸道传染病

。治疗病毒性感冒目前尚无特效抗病毒药物。专家指出，早期发现、及早用药、可取得较好疗效。临床上多采用对症治疗、中医治疗等方法。病毒性感冒自然病程约一周左右，治疗上不能操之过急，有的患者见自己的病情无明显好转，连日辗转多家医院就诊，治疗用药时续时断，这种做法反而会影响疗效，导致恢复较慢或病情加重。眼下预防病毒性感冒，应注意季节变化，随时增减衣服，尤其是夜间睡觉要避免受凉；正常的工作、生活，学习应劳逸结合，过分疲劳，导致抵抗力下降、极易感染病毒性感冒。

二、预防

由于感冒没有特效的治疗药物，而一旦患上感冒会对工作、生活造成一定的影响，所以预防尤为重要。增强抵抗力，防止病原体入侵是预防的关键。主要措施有：

- (1)平日要注意锻炼身体，合理安排户外活动，以适应环境和气候的变化。
- (2)衣着要适宜，随气候变化要及时增减，防止受凉或过热。
- (3)控制、治疗慢性疾患，纠正营养不良。
- (4)注意室内通风，避免去人多拥挤及空气污浊的公共场所。
- (5)避免过劳，醉酒等诱发因素。
- (6)注意个人卫生，勤洗手。