

最新幼儿园冬季预防感冒演讲稿小班 预防冬季感冒演讲稿(实用8篇)

师德是教师在教育教学实践中应遵循的道德规范，是推动学生健康成长的重要因素。面对环保问题，我们不应被动等待，而是主动出击。下面是一些环保行动方案的参考。

幼儿园冬季预防感冒演讲稿小班篇一

尊敬的同学们：

大家上午好

我是高三（11）班的xx，很高兴能有机会站在这国旗下为大家进行演讲，今天我演讲的主题是“预防冬季传染病”。

冬季是各种传染病的高发季节，学校是人群高度密集的场所。师生又是传染病易感人群。为有效预防与控制传染病在学校的发生和流行，确保师生健康。下面就由我来带领大家学习一些有关冬季传染病的知识。

冬季传染病分为普通感冒，流行性脑脊髓膜炎，麻疹、风疹、流行性腮腺炎及呼吸道传染病。

其中呼吸道传染病最为易发。这些疾病主要通过空气飞沫传播，感染人群，甚至流行。

对比，我们可以从以下几个方面来进行预防：

2、体弱者，慢性病患者应尽量避免到人群拥挤的公共场所，避免被传染；

3、可适当接种疫苗，提前做好预防准备。

- 2、根据天气变化和体质情况，适当增减衣物，避免着凉；
- 4、合理安排饮食，适当增加水分和维生素的摄入；
- 5、注意生活规律，保证充足睡眠。

最后，希望大家坚持做到以上几点，保持健康、愉快的心情，以更好的姿态投入到学习生活中。

我的讲话完了。谢谢大家。

幼儿园冬季预防感冒演讲稿小班篇二

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好，我是初一4班的刘硕。今天我国旗下讲话的题目是《预防冬季传染病》。

同学们，你们痛快了，而有的生物也高兴了。冬季的教室可是细菌的温床啊。在它们的眼中，你就是手无缚鸡之力的金主，只能任凭它们的侵略。要知道，冬季可是许多呼吸道传染病的高发的季节。例如流行性感、流行性脑膜炎、流行性腮腺炎、麻疹、肺结核、水痘等。

或许同学们会觉得这些疾病离我们都很遥远。其实并非如此，我们身边就有真实的例子。因为有人患上了水痘，且没有及时开窗通风等原因而导致水痘蔓延，以至于全班都停课。若因生病而无法为自己的梦想，为自己的未来拼搏，这岂不是非常可惜？因此我们都需要做好冬季疾病的预防。

这些传染病的传播途径都是通过空气经呼吸道传染的。所以我们必须认真做好以下几点预防工作。

- 1、随着天气变化增减衣物，避免受凉。否则，抵抗力下降，

细菌、病毒易侵入。

2、保持工作、学习、生活环境，通风换气，教室应在每节课后开窗通风，其他教学生活用房应每天开窗通风2—3次，每次20分钟左右。实验证明：有效通风20分钟，即可将室内空气完全更新，清除室内致病微生物，较室内消毒更为有效、方便。当然，寝室的通风也是很重要的，所以请寝室长们监督定时开窗通风。

3、注意生活规律，保证充足睡眠，以增强免疫力。

4、保证饮食营养，补充水分，多吃水果、蔬菜，适当补充维生素的摄入。

5、适度锻炼，增强体质。

6、做好免疫预防。讲究个人卫生。

7、早发现、早报告、早治疗。

最后，希望大家都能保持健康、愉快的心情，全心全意地投入到学习生活中。

我的.讲话完了。谢谢大家。

幼儿园冬季预防感冒演讲稿小班篇三

各位老师、同学们：

大家早上好，今天国旗下讲话的主题是：“关爱生命，预防流感”。生命是一个五彩斑斓的梦，那么真实，那么美丽，那么甜蜜。在各种各样疾病肆意横行的今天，生命又显得如此脆弱，从今年3月份起，我国部分城市出现了人感染h7n9禽流感疫情，大家知道“h7n9”指什么吗？“禽流感”又是怎么

回事呢?禽流感是由禽流感病毒引起的一种急性传染病，也能感染人类，人感染后的症状主要表现为高热、咳嗽、流涕、肌痛等，多数伴有严重的肺炎，严重者心、肾等多种脏器衰竭导致死亡，病死率很高。

h7n9型禽流感是一种新型禽流感，于2013年3月底在上海和安徽两地率先发现。人感染h7n9禽流感潜伏期一般为7天以内。患者一般表现为流感样症状，如发热，咳嗽，少痰，可伴有头痛、肌肉酸痛和全身不适。重症患者病情发展迅速，表现为重症肺炎，体温大多持续在39以上，出现呼吸困难等。对于突发的禽流感，我们既不能反应迟钝、麻痹大意，更不能矫枉过正、反应过度，以免引起不必要的恐慌。打乱了正常的学习、工作和生活秩序。面对流感病毒这个无形的“杀手”，只有正视它才能战胜它。因此，我们要做好各项预防工作：

- 1、加强体育锻炼，注意补充营养，以增强抵抗力。
- 2、尽可能减少与禽类不必要的接触，尤其是与病、死禽的接触。勤洗手，远离家禽的分泌物，接触过禽鸟或禽鸟粪便，要注意用消毒液和清水彻底清洁双手。
- 3、养成良好的个人卫生习惯，加强室内空气流通，每天1~2次开窗换气半小时。吃禽肉要煮熟、煮透，食用鸡蛋时蛋壳应用流水清洗，应烹调加热充分，不吃生的或半生的鸡蛋。
- 4、要有充足的睡眠和休息，均衡的饮食，注意多摄入一些富含维生素c等增强免疫力的食物。
- 5、不要喂饲野鸽或其他雀鸟，如接触禽鸟或禽鸟粪便后，要立刻彻底清洗双手。外出在旅途中，尽量避免接触禽鸟，不要前往观鸟园、农场、街市或到公园活动;不要喂饲白鸽或野鸟等。

6、不要轻视重感冒，禽流感的.病症与其他流行性感冒病症相似，如发烧、头痛、咳嗽及喉咙痛等，因此，若出现发热、头痛、鼻塞、咳嗽、全身不适等呼吸道症状时，应戴上口罩，尽快到医院就诊，并务必告诉医生自己发病前是否到过禽流感疫区，是否与病禽类接触等情况，并在医生指导下治疗和用药。

信心是战胜困难无形的助力。而这种信心首先来自于对疫情认知和防控措施的科学性。科学研究证实，迄今为止暂未发现h7n9禽流感人传染人的案例，已经发现的案例间也不存在流行病学关联，禽流感大规模爆发的可能性较小。加大防控力度，就能阻止流感病毒的传播。

老师们，同学们，在流感面前，让我们科学认识，积极预防，多运动，讲卫生，从一点一滴做起，让疾病远离我们。

幼儿园冬季预防感冒演讲稿小班篇四

尊敬的各位老师、同学们：

大家早上好！

今天国旗下讲话的内容是冬季传染病的预防。

冬天已到，预防冬季传染病的话题又该老话新提了。冬天季节气温干燥，呼吸道的抵抗力差，季节的更替，因而容易造成传染病。

同学们，冬春季是流感、出血热等传染病的高发季节。呼吸道传染病好发于冬春两季，传播迅速、流行性强，是最常发生的疾病。为切实加强学校流脑、出血热等冬季传染病的防控工作，有效预防冬季呼吸道传染病，特提出以下要求：

1、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，坚决杜绝购买路边小吃，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，也是预防冬季传染病的关键。饭前便后以及外出归来一定要洗手，减少冬季呼吸道传染病的流行。

3、冬天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。同时也要合理安排运动量，以免对身体造成不利影响。另外，睡眠休息要好。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、各班坚持做好晨午检，任课老师要密切关注学生的身体变化，发现有学生发烧等现象，要立即让学生就医，做到早发现、早报告、早治疗。

5、各班开展冬季传染病预防的宣传教育活动，教育学生提高自我保护意识和能力，发现身体异常，及时到医院就诊。

6、保持教室环境的`空气流畅，少去拥挤、密闭的公共场所；

同学们，以上对冬季传染病预防的几点简单措施，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，确保同学们的身体健康，消除传染病的各种隐患。

幼儿园冬季预防感冒演讲稿小班篇五

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！

今天国旗下讲话的主题是：“关爱生命，预防流感”。生命是一个五彩斑斓的梦，那么真实，那么美丽，那么甜蜜。在各种各样疾病肆意横行的今天，生命又显得如此脆弱，从今年3月份起，我国部分城市出现了人感染h7n9禽流感疫情，大家知道“h7n9”指什么吗？“禽流感”又是怎么回事呢？禽流感是由禽流感病毒引起的一种急性传染病，也能感染人类，人感染后的症状主要表现为高热、咳嗽、流涕、肌痛等，多数伴有严重的肺炎，严重者心、肾等多种脏器衰竭导致死亡，病死率很高。

h7n9型禽流感是一种新型禽流感，于3月底在上海和安徽两地率先发现。人感染h7n9禽流感潜伏期一般为7天以内。患者一般表现为流感样症状，如发热，咳嗽，少痰，可伴有头痛、肌肉酸痛和全身不适。重症患者病情发展迅速，表现为重症肺炎，体温大多持续在39以上，出现呼吸困难等。对于突发的禽流感，我们既不能反应迟钝、麻痹大意，更不能矫枉过正、反应过度，以免引起不必要的恐慌。打乱了正常的学习、工作和生活秩序。面对流感病毒这个无形的“杀手”，只有正视它才能战胜它。因此，我们要做好各项预防工作：

- 1、加强体育锻炼，注意补充营养，以增强抵抗力。
- 2、尽可能减少与禽类不必要的接触，尤其是与病、死禽的接触。勤洗手，远离家禽的分泌物，接触过禽鸟或禽鸟粪便，要注意用消毒液和清水彻底清洁双手。
- 3、养成良好的个人卫生习惯，加强室内空气流通，每天1~2次开窗换气半小时。吃禽肉要煮熟、煮透，食用鸡蛋时蛋壳应用流水清洗，应烹调加热充分，不吃生的或半生的鸡蛋。
- 4、要有充足的睡眠和休息，均衡的饮食，注意多摄入一些富含维生素c等增强免疫力的食物。
- 5、不要喂饲野鸽或其他雀鸟，如接触禽鸟或禽鸟粪便后，要

立刻彻底清洗双手。外出在旅途中，尽量避免接触禽鸟，不要前往观鸟园、农场、街市或到公园活动；不要喂饲白鸽或野鸟等。

6、不要轻视重感冒，禽流感的病症与其他流行性感冒病症相似，如发烧、头痛、咳嗽及喉咙痛等，因此，若出现发热、头痛、鼻塞、咳嗽、全身不适等呼吸道症状时，应戴上口罩，尽快到医院就诊，并务必告诉医生自己发病前是否到过禽流感疫区，是否与病禽类接触等情况，并在医生指导下治疗和用药。

信心是战胜困难无形的助力。而这种信心首先来自于对疫情认知和防控措施的科学性。科学研究证实，迄今为止暂未发现h7n9禽流感人传染人的案例，已经发现的案例间也不存在流行病学关联，禽流感大规模爆发的可能性较小。加大防控力度，就能阻止流感病毒的传播。

老师们，同学们，在流感面前，让我们科学认识，积极预防，多运动，讲卫生，从一点一滴做起，让疾病远离我们。

幼儿园冬季预防感冒演讲稿小班篇六

敬爱的老师、亲爱的同学们：

进入冬季以来，天气反复，变化无常。大家都在不同的媒体看到或听到，今年的雾霾天气格外严重。这样的天气极易造成呼吸道传染病高发，很多疾病如感冒、麻疹、水痘等，会趁虚而入，侵袭我们的肌体，影响我们的健康。学生是呼吸道传染病的易感人群之一，学校又是这些易感人群聚集的场所，一旦有传染源的病人，即可通过空气飞沫和密切接触传播，在同学中造成病情扩散，甚至引起局部暴发。

预防传染病最关键的措施便是重视综合性预防，在这里我想提醒同学们注意以下几点：

- 1、教室要经常开窗通风，保持室内空气新鲜，每天通风至少3~4次，每次不少于10分钟。这样做一是能减少室内病毒病菌的含量，防止传染病的发生；二是确保了室内空气中的氧含量，降低室内二氧化碳的浓度，有利于大脑的积极思维。
- 2、养成良好的卫生习惯，不要对人打喷嚏咳嗽，不要随地吐痰，要勤洗手。
- 3、衣着适量，根据天气变化适时增减衣服，避免着凉。
- 4、均衡饮食，锻炼身体，劳逸结合，提高自身抗病能力。
- 5、如果有发热、皮肤出现痘疹时，应及时到医院检查治疗，疾病痊愈后才能到教室上课，以免传染给其他同学。
- 6、疾病流行季节，尽量减少到人多的公共场所去，更不要到患呼吸道传染病病人家串门。另外，还要提醒同学们，在体育课上和体育活动时，要特别注意安全，防止外伤，保护好自己。

健康的身体是我们学习和生活的重要保障。在这里我大声呼吁，预防冬季传染病从我做起、从今天做起！同学们！我们不能左右天气，但可以为健康付诸行动；不能预见明天，但可以把握今天。预防疾病，增强体质。让我们行动起来，爱惜自己，爱护身边的每一个人，让我们美丽的'学校变成一个健康和谐温馨的大家园。祝大家远离疾病，拥有健康，快乐成长！

幼儿园冬季预防感冒演讲稿小班篇七

亲爱的老师们、同学们：

大家上午好！

h7n9禽流感从确诊首例病例到现在，已经有半个月时间了，感染人数已经超过50人，地域范围也在扩大，从上海、浙江、江苏和安徽等中东部地区，到北京、河南都相继出现确诊病例，同时还出现了密切接触者中的确诊病例。

其实，传染病不可怕，就怕习惯差、体质差、抵抗力差。为了培养良好的卫生习惯，有效避免传染病的发生，所以从今天起，请老师和同学们按以下要求完成：

1. 每天早上进校门时，必须向值周的.老师或者同学敬礼，然后接受卫生检查，包括：手掌、指甲、头发、衣服等，经过卫生检查后才能进入学校，在此也希望后续的值周老师和值周班级坚持完成。
2. 每天早上第一节课前班主任老师进班级进行晨检，逐一检查每一位同学身体健康状况。
3. 每班的饮水机必须每天擦洗干净，饮水机的水槽必须每天倒掉并清洗干净。
4. 每个班的拖把贴好班级标签后，挂到拖把间，这样可以有效避免滋生细菌，同时，也请同学们注意，每天做清洁时必须由班上的劳动委员亲自拿拖把，避免多拿的现象，乱拿多拿拖把的班级当天清洁卫生扣一分。拖把不齐的班级请班主任用班费购买。
5. 课间玩耍的时候不可在地面滚、爬、躺着玩耍，特别是一二年级的小朋友请注意这一点。
6. 不可玩耍花坛里的泥巴，不然既脏了环境，又脏了自己。
7. 不可随地吐痰，你吐出的是一口痰，带出的却是成千上万的病菌。

8. 为了有效提高抵抗力，倡议同学们多锻炼身体，我们希望看到同学们像运动会期间一样，早上跑起来，生活更精彩！

为了你和家人的健康，以上要求，请同学们认真做到，谢谢！

幼儿园冬季预防感冒演讲稿小班篇八

各位老师，同学们：

大家早上好！

今天我讲话的主题是《冬季传染病的预防》。

入冬季以来，天气变化无常。这样的天气极易造成呼吸道传染病的高发，很多疾病如感冒、麻疹、水痘等，都会趁虚而入，侵袭我们的身体。其传播途径的共同特点是：大多通过呼吸道飞沫传染，也可通过患者口、鼻、眼睛及疱疹的分泌物传染给被接触者；水痘还可通过直接接触传播。学校是人群密集的场所，一旦有传染源的病人，即可通过空气飞沫和密切接触传播，在同学中造成病情的扩散。

预防传染病最关键的措施便是重视综合性预防，在这里我想提醒同学们注意以下几点：

- 1、注意气温变化，随时增减衣服，避免受凉。人体受凉时，呼吸道血管收缩，血液循环减少，局部抵抗力下降，病毒容易侵入。
- 2、净化环境，保持室内空气清新，教室要经常开窗通风，换气。冬天气温低，窗户可以开小一点，不要太大。
- 3、加强个人卫生和个人防护。要勤洗手，用流动水进行七步洗手。特别在双手接触呼吸道分泌物后（如打喷嚏后）应立即洗手。打喷嚏或咳嗽时应用手帕或纸巾掩住口鼻，避免飞

沫污染他人。呼吸道传染病患者在家或外出时，要佩戴口罩，以免传染他人。疾病流行季节，尽量减少到人多的公共场所，更不要到患呼吸道传染病病人家中串门。在空气不流通处，要佩戴好口罩。我们在校内公共区域如食堂、宿舍、操场等地方，班级同学间要保持安全距离，避免聚集，减少接触，做好自我防护。

4、均衡饮食，锻炼身体，劳逸结合，提高自身抗病能力。同时注意冷链食品安全，如食用鱼类、肉类、海鲜等冷冻食品时要选择正规市场、超市的，并煮熟煮透。

5、如果有发热、咳嗽、皮肤出现痘疹时，应及时到医院检查治疗，疾病痊愈后才能到教室上课，以免传染给其他同学。同时第一时间向班主任老师报告就诊情况，以便学校统计上报。做到疾病的早发现，早报告，早控制、早隔离，早治疗。

健康的身体是我们学习和生活的重要保障。同学们！我们不能左右天气，但可以为健康付诸行动；不能预见明天，但可以把握今天。预防疾病，增强体质。让我们行动起来，爱惜自己，爱护身边的每一个人，让我们美丽的'学校变成一个健康和谐温馨的家园。

谢谢大家！