

冬季传染病的预防国旗下讲话 预防冬季 传染病国旗下讲话稿(优秀19篇)

文明礼仪不仅体现在言语举止，也体现在人们的思维方式和价值观念。在职场上，要遵守职业道德和职业操守，尊重上级和同事，遵循工作规范和秩序。通过学习和实践，我总结了一些有效的文明礼仪技巧和方法，现在与大家分享。

冬季传染病的预防国旗下讲话篇一

各位老师，同学：

大家早上好！xx之声又和大家见面了，我是医务室的朱医生，今天我讲话的主题是“冬季流行传染病的预防”。

记得中国现代女作家冰心曾说过：“权利是暂时的，金钱是子女的，只有身体是自己的。”健康是生命的本钱。健康是奋斗的资本，只有健康才有一切。反过来，如果没有健康的身体，学习、工作再好，到头来，还是一无所有。

眼下正值冬季，是流行性疾病的易发季节，因为气候多变，学校人口密集，易引发某些传染病的暴发流行，对同学们的健康和生命安全构成威胁，希望引起全体同学高度重视。冬季常见的呼吸道传染病有普通感冒、流行性感、麻疹、水痘、风疹、腮腺炎等，主要通过空气飞沫传播，防治呼吸道传染病应注意以下事项：

- 1、避免受凉。人体受凉时，呼吸道血管收缩，血液供应减少，局部抵抗力下降，病毒容易侵入。应关注每日天气预报、根据天气变化、适时增减衣物。

- 2、净化环境、保持室内空气清新。应定时开窗通风，保持空气流通，让阳光射过室内；也可用食醋熏蒸房间。

3、注意生活规律，保证充足睡眠。充足睡眠能消除疲劳，调节人体各种机能，增强免疫力。

4、增加营养。补充营养，适当增加水分和维生素的摄入。不外出就餐(特别是无卫生资质的摊点)平时饮食应多吃青菜、蛋类和豆制品，少吃油腻甜食保持饮食均衡，合理营养，不挑食和偏食。

5、加强锻炼，增强体质。体育锻炼可增强血液循环，提高免疫力。

6、讲究卫生。加强个人卫生和个人防护。勤换衣，用餐前洗手，不随地吐痰，不正对人咳嗽，不共用毛巾、碗、筷等生活用品，不在运动后发汗时立即洗澡。

7、免疫预防。流行季节前可进行相应的预防接种，如流感、肺炎、麻疹、流脑等疫苗。

8、早发现、早治疗。出现呼吸道症状时，应及时就医，切忌不当回事，更不要自己胡乱吃药。同学们老师们，希望你们都能拥有一个健康的体魄，能够快乐、舒心的学习、生活。

今天的xx之声到此结束，谢谢大家！

冬季传染病的预防国旗下讲话篇二

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好，我是xxx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。在他们的眼中，你就是手无缚鸡之力的金主，只能任凭他们的侵略。要知道，冬季可是许多呼吸道传

染病的高发的季节。例如流行性感冒、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。

冬季传染病的预防国旗下讲话篇三

老师、同学们：

大家早上好！

今天我给大家讲关于冬季呼吸道传染病的预防知识。

冬季是考验我们的呼吸系统时候。本身有呼吸系统疾病如慢性鼻炎、气管炎、哮喘的患者这时容易复发，而冬季传染病也与日俱增，包括：流感、流行性脑脊髓膜炎、麻疹、风疹、水痘、流行性腮腺炎等，都与干冷、污浊的空气对呼吸道的刺激有关。为了有效预防和控制呼吸道传染病在我校的发生和流行，确保大家的身体健康，就需要大家多关注和了解冬季呼吸道传染病的预防知识，知道呼吸道传染病的传播途径和预防方法，从而增强和提高自我防病意识和能力，远离呼吸道疾病。主要预防措施及自我保健方法归纳为如下10点：

- 1、积极学习了解卫生防病知识，树立传染病的防病意识。
- 2、注意气候变化，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。
- 3、净化环境，保持室内空气清新。工作、学习、生活环境通风换气，教室应在每节课后应开窗通风，其他教学、生活用房应每天开窗通风2—3次，每次30分钟以上，尤其是寝室，在离开时一定要把门窗打开，让阳光充分照射。开窗通风是最好的空气消毒法。

4、养成良好的生活规律，保持充足的睡眠。充足的睡眠能消除疲劳，调节人体各种机能，增强抵抗力。要注意饮食卫生，营养平衡，保证每日适量的蛋白质、淀粉、脂肪和维生素的摄入。注意多饮水，多食新鲜的瓜果、蔬菜，忌烟酒。

5、进行合理的体育锻炼，如：早操、晨跑、课间操等，上好体育课、体锻课，平时增加户外活动，可增强血液循环，提高人体免疫力，从而增强体质，提高机体抗病能力。

6、加强个人卫生和个人防护，养成戴口罩的好习惯。勤洗手，使用肥皂或洗手液并用流动水洗手，不用污浊的毛巾擦手。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。健康的同学和有感冒样症状的同学之间至少保持2米的距离，防止飞沫传染。健康人在外出或到人口密集的地方最好佩戴口罩，流感患者在家或外出时佩戴口罩，以免传染他人。

7、免疫预防，流行季节前可进行相应的预防接种疫苗，如流感、肺炎、麻疹、风疹、腮腺炎、流脑等。抵抗力弱者还可注射人体免疫球蛋白、胸腺肽，乌体林斯等，增强免疫力。

8、疾病流行季节尽量减少到人多的公共场所，更不要到传染病患者聚集的场所。

9、要早发现、早治疗。如遇身体不适要及时就医检查，不提倡带病坚持上课。出现呼吸道及消化道症状时应及时就诊，切忌不当回事。如发现发热(体温超过37.5度以上)病患者要及时上报班主任或生活委员、尽早隔离，防止校园内传播。在家发热的同学应请假在家休息，待热退后24小时不反复，方能复课。寄宿学生发热要住隔离观察室，也要待热退后24小时不反复，才能进班级上课。

10、落实晨检制度和因病缺勤、病因追踪制度。传染病防控我校领导及德育处非常重视，各班级生活委员、班主任、年

段长肩负重任，切实做好每日晨检和因病缺勤、病因追踪登记，及时上报学校卫生室校医。

总之，有效的措施，完善的防预机制和科学的自我保健方法才能预防传染病的发生。保护自己、爱护他人是我们每一个附中人的职责。谢谢大家！

冬季传染病的预防国旗下讲话篇四

大家上午好，今天我国旗下讲话的主题是《预防冬季传染病》。

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！

冬季传染病的预防国旗下讲话篇五

老师、同学们：

大家早上好！

今天我给大家讲冬季呼吸道传染病的预防知识。冬季是考验我们的呼吸系统时候。本身有呼吸系统疾病如慢性鼻炎、气管炎、哮喘的患者这时容易复发，而冬季传染病也与日俱增，包括：流感、流行性脑脊髓膜炎、麻疹、风疹、水痘、流行性腮腺炎等，都与干冷、污浊的空气对呼吸道的刺激有关。为了有效预防和控制呼吸道传染病在我校的发生和流行，确保大家的身体健康，就需要大家多关注和了解冬季呼吸道传染病的预防知识，知道呼吸道传染病的传播途径和预防方法，从而增强和提高自我防病意识和能力，远离呼吸道疾病。主要预防措施及自我保健方法归纳为如下10点：

1、积极学习了解卫生防病知识，树立传染病的防病意识。

2、注意气候变化，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。

生活用房应每天开窗通风2—3次，每次30分钟以上，特别是寝室，在离开时一定要把门窗打开，让阳光充分照射。开窗通风是最好的空气消毒法。

4、养成良好的生活规律，保持充足的睡眠。充足的睡眠能消除疲劳，调节人体各种机能，增强抵抗力。要注意饮食卫生，营养平衡，保证每日适量的蛋白质、淀粉、脂肪和维生素的摄入。注意多饮水，多食新鲜的瓜果、蔬菜，忌烟酒。

5、进行合理的体育锻炼，如：早操、晨跑、课间操等，上好体育课、体锻课，平时增加户外活动，可增强血液循环，提高人体免疫力，从而增强体质，提高机体抗病能力。

6、加强个人卫生和个人防护，养成戴口罩的好习惯。勤洗手，使用肥皂或者洗手液并用流动水洗手，不用污浊的毛巾擦手。双手接触呼吸道分泌物后(如打喷嚏后)应即将洗手。打喷嚏或者咳嗽时应用手帕或者纸巾掩住口鼻，避免飞沫污染他人。健康的同学和有感冒样症状的同学之间至少保持2米的距离，防止飞沫传染。健康人在外出或者到人口密集的地方最好佩戴口罩，流感患者在家或者外出时佩戴口罩，以免传染他人。

7、免疫预防，流行季节前可进行相应的预防接种疫苗，如流感、肺炎、麻疹、风疹、腮腺炎、流脑等。抵抗力弱者还可注射人体免疫球蛋白、胸腺肽，乌体林斯等，增强免疫力。

8、疾病流行季节尽量减少到人多的公共场所，更不要到传染病患者会萃的场所。

9、要早发现、早治疗。如遇身体不适要及时就医检查，不提倡带病坚持上课。浮现呼吸道及消化道症状时应及时就诊，

切忌不当回事。如发现发热(体温超过37、5度以上)病患者要及时上报班主任或者生活委员、及早隔离，防止校园内传播。在家发热的同学应请假在家歇息，待热退后24小时不反复，方能复课。寄宿学生发热要住隔离观察室，也要待热退后24小时不反复，才干进班级上课。

10、落实晨检制度和因病缺勤、病因追踪制度。传染病防控我校领导及德育处非常重视，各班级生活委员、班主任、年段长肩负重任，切实做好每日晨检和因病缺勤、病因追踪登记，及时上报学校卫生室校医。

总之，有效的'措施，完善的防预机制和科学的自我保健方法才干预防传染病的发生。保护自己、爱护他人是我们每一个附中人的职责。谢谢大家！

冬季传染病的预防国旗下讲话篇六

各位老师、同学们：

大家早上好。我是xx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，及时到医院就疹。

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。

冬季传染病的预防国旗下讲话篇七

老师们、同学们：

大家上午好！

转眼又到了年末，冬天到了，天气渐渐冷了。随着气温的降低，呼吸道疾病的病原体，如细菌、病毒等更容易存活，而我们的呼吸道黏膜受到冷空气的刺激，抵抗病原体的能力下

降，这两方面的共同作用导致了冬天呼吸道传染病的多发。冬天常见的呼吸道传染病包括了大家都比较熟悉的流行性感
冒、流行性腮腺炎、水痘、麻疹等等。我们要特别注意这些
学校中常见的传染病的预防。

要想不被这些传染病侵袭，我们需要做到以下几点：

1、注意气候的变化，及时增减衣物。人着凉时，呼吸道血管收缩，血液循环减少，局部的抵抗力下降，容易患病。

2、保持室内空气清新。虽然天气寒冷，但在每天上课前、课间以及午休时间，应该要打开门窗通风，保持空气流畅。

3、养成良好的生活习惯。充足的睡眠、营养均衡的饮食都有助于调节我们身体的各种机能，增强我们的抗病能力。

4、进行合理的体育锻炼。适当的.户外运动，可增强身体的血液循环，提高抵抗力。

5、加强个人卫生和个人防护。勤洗手，打喷嚏或咳嗽时用纸巾掩住口鼻，与呼吸道传染病患者接触时佩戴口罩，这些都是保护自己不受疾病侵害的有效手段。

6、尽量少去人员密集、通风不良的场所。

7、主动进行免疫接种。

8、早发现、早治疗。一旦出现咳嗽、咽痛、流涕等呼吸道症状应及时就诊，明确诊断，科学用药。

最后祝同学们都能健健康康地过冬！

冬季传染病的预防国旗下讲话篇八

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。流行性感冒、。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。每关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。注意优息，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！

冬季传染病的预防国旗下讲话篇九

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！今天的演讲主题是：“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！

冬季传染病的预防国旗下讲话篇十

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。

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，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。

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！

冬季传染病的预防国旗下讲话篇十一

各位老师、各位同学：

大家早上好，今天我讲话的题目是秋冬季节常见传染病的预防。目前正值秋冬之际，昼夜温差比较大，是各种传染病尤其是肠道传染病、呼吸道传染病和虫媒传染病的多发季节，学校因学生集中，要避免这三类传染病造成的流行或暴发，应及时控制传染源，切断传播途径，做好预防工作。下面我将就三类常见的传染病及其预防做一些简单介绍。

首先，肠道传染病是由细菌、病毒、原虫等病原体经消化道传播的疾病。常见的有感染性腹泻、伤寒、副伤寒、细菌性痢疾等。肠道传染病主要经水、食物传播。预防肠道传染病注意事项有：

- 1、注意饮食卫生，不吃腐烂变质食物；蔬菜、水果生吃一定要洗净；不吃校外流动摊点所生产的食物，适当进食蒜、醋以防肠道传染病的发生。
- 2、注意饮水卫生，不喝生水，要喝开水。
- 3、养成良好的卫生习惯，做到饭前、饭后洗手。
- 4、增强抵抗力，经常进行体育活动。
- 5、感染性肠道传染病应立即到医院就诊，不要胡乱用药，特别是不能自行使用抗菌素进行不规范治疗，防止细菌产生耐药性，某些肠道传染病抗生素使用不当，会产生生命危险。
- 6、要加强对垃圾和污水的管理，做好灭蝇、灭蟑螂工作。

二、呼吸道传染病是由细菌或病毒直接通过空气传播或通过灰尘中的细菌、病毒的飞沫经呼吸道进入体内而引起的传染

病。常见的有流感、肺结核等。预防呼吸道传染病传播措施如下：

- 1、早期发现病人，及时隔离，立即到医院就诊。
- 2、讲究卫生，不随地吐痰，日常用品进行日照消毒和适当处理。
- 3、做好教室的通风换气，保持空气清新。
- 4、在呼吸道传染病流行时，到公共场所应戴口罩。
- 5、到疾控中心进行相关疫苗的接种：接种卡介苗预防肺结核，接种流感疫苗预防流感(常见病都有疫苗，进行计划性人工自动免疫是预防各类传染病发生的主要环节)。

三、虫媒传染病是通过一些昆虫媒介，如蚊、螨、虱子、跳蚤等叮咬人体后传播，是“叮咬传播”的疾病，昆虫先叮咬病人，然后再咬健康人，同时将病原体传入健康人体内导致发病，常见的有流行性乙型脑炎、疟疾等。预防措施如下：

- 1、搞好环境卫生，消灭苍蝇、蚊螨等传播病毒、病菌的媒介物。
- 2、对早期发现的病人，要早报告、早隔离、早治疗，防止病毒传播。

除此之外同学们还要随时关注天气预报，注意气候变化，随时增减衣物，避免淋雨、受凉，注意生活规律，保证充足睡眠、补充营养。在这里，校医室建议各班定期用“84”消毒液对教室进行彻底消毒，做好预防。

冬季传染病的预防国旗下讲话篇十二

大家好，我是高一七班的。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。例如流行性感冒、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。今年冬天，我校高三年级就有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。总所周知，高三年级的每一天都很宝贵，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。
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、愉快的身心。全心全意的投入到学习生活中。我的讲话完了。谢谢大家。

今天我讲话的题目是《春季传染病知多少》。

春暖花开，万物复苏，一片生机盎然。春寒料峭，微风习习，站在队列中的我们也不禁捂住领口(坐在教室中的我们也能感受到丝丝寒意)。但是，我们可能不知道，有些传染病正蠢蠢欲动，悄悄地靠近我们。

一、流行性感。流行性感简称流感，是由流行性感病毒引起的急性呼吸道传染病，传染性强、传染迅速、发病急。常有高热、头痛，全身酸痛、疲乏无力等明显的中毒症状和呼吸道炎症的表现。流行性感主要通过病人咳嗽、喷嚏等飞沫直接传播，发病三天内传染性最强。

二、水痘 水痘是由水痘一带状疱疹病毒引起的急性传染病。临床以发烧多见，传染性很强，要尽早隔离，接触者约有百分之九的人会发病。发病第一天起全部皮疹干燥结痂，此段时间里都有传染性，主要通过飞沫传播。预防水痘主要是对患者隔离，一直到全部皮疹干燥结痂为止。得过水痘的人可以获得持久性免疫，复发者极少，因此，得过水痘的人不必担心再次感染。

三、流行性腮腺炎 它由腮腺炎病毒引起，通过空气飞沫传播。通常在发病当天或次日先由一侧腮腺肿胀，然后波及内侧，也有的始终局限于一侧。以耳垂为中心，向四周蔓延，肿胀疼痛，边缘不清，皮肤微热，有压痛。口腔内的腮腺开口常常红肿，整个病程大约1-2周。值得注意的是该病潜伏期7-21天，发病前一周至腮肿消退时都有传染性。患病期间禁食刺激性食物，尤其是酸性食物，酸性食物刺激腺体分泌，加重腮肿及疼痛，还会由于腮液增加阻塞淋巴肿胀的腮腺开口造

成并合症。

预防春季传染病主要是通过保持环境卫生，增强个人免疫力，必要时接种疫苗来进行的。同学们在学校除了保持教室清洁外，也要打开靠教学楼外墙一侧的窗户进行通风。同时，如果自己身体感觉异样，应尽早就医、服药，使病情在初期就得到控制，确保不会对学习和生活造成影响。至于增强免疫力，就要靠每位同学自己尽量吃好、睡好，并加强锻炼来达到了。在日常生活中，每个人也要注意勤洗手，常喝水，少食辛辣的食品，并避免着凉。这样一些良好的生活习惯能帮助你远离春季传染病。

患病的同学也要关爱他人的健康，多为他人着想，隔离期满后方可到校，并于第一时间到医务室复查。

最后，希望同学们都能以健康的身体，愉悦的心情，良好的心态，轻松享受美丽快乐的春天。

尊敬的老师、亲爱的同学们：

一、流行性感

二、流行性脑脊髓膜炎

三、流行性腮腺炎

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：

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！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

冬季传染病的预防国旗下讲话篇十三

老师们、同学们：

“春暖花开，万物复苏”，当我们置身于明艳春光、陶醉于鸟语花香时，你可曾知道各种致病菌也在迅速地生长。气候变化无常，早晚温差较大，导致人的抵抗力下降，一些春季传染病也在悄悄地开始传播。预防春季传染病不容忽视。

春季常见传染病有以下6种：

患病初期有发热、头疼、全身倦怠等症状，发病24小时内出

现皮疹，发病前2天和发病后6天都具有传染性。

患病初期有发热、头疼、无力、食欲不振等症状，发病1—2天后出现颧骨弓或耳部疼痛，然后出现唾液腺肿大，通常可见一侧或两侧腮腺肿大。发病前6天至发病后9天具有传染性。

患病初期出现发热、头疼、肌肉疼、乏力、鼻炎、咽喉疼和咳嗽等症状。流感病人是传染源，主要在人多拥挤的密闭环境中经空气或飞沫传播，也可通过接触病人的分泌物传播。

患病初期出现咳嗽、流涕、发热、眼红及口腔内出现白点，3—7天后皮肤会出现斑丘疹，通常由面部扩散到全身。严重者呼吸系统、消化系统及脑部都会受影响，可导致严重后果甚至死亡。

麻疹病人是传染源，主要通过飞沫或接触病人的鼻咽分泌物传播。

手足口病多发于学前儿童，主要症状是手、足、口等部位出现斑丘疹、疱疹、少数病例出现脑膜炎、脑炎、脑脊髓炎、肺水肿等。

该病主要通过消化道、呼吸道和密切接触等途径传染。

主要出现高热（38度以上）、咳嗽、咽喉疼、头疼、全身不适等症状。主要经过呼吸道感染，也可以通过密切接触感染到禽类及其分泌物、粪便、受污染的水而感染。

1、在人群集聚场所打喷嚏、咳嗽要用手绢或纸巾掩盖口鼻、不随地吐痰，不要随意丢弃擦鼻涕、吐痰使用过的纸巾。

2、勤洗手，不用污浊的毛巾擦手。

3、双手接触呼吸道分泌物后应立即洗手或擦干净。

- 4、避免与他人共用水杯、餐具、毛巾、牙刷等物品。
- 5、注意环境卫生、室内通风。如周围有呼吸道传染病人，应增加通风换气次数，注意保暖，衣服、被褥要经常晒太阳。
- 6、多喝水，多吃水果蔬菜，增强免疫能力。
- 7、尽量避免到人多拥挤的. 公共场所。
- 8、尽量避免接触猫狗、禽鸟、鼠类及其排泄物，一旦接触，一定要及时洗手。
- 9、发现死亡或可疑患病的动物，不要接触，立即报告。
- 10、不吃不卫生的食品，如不合格的零食。

老师们，同学们，希望你们养成良好的`卫生习惯，在享受美好生活的同时，重视春季流行疾病的防控。祝愿大家：人人都有好身体，天天都有好心情！

冬季传染病的预防国旗下讲话篇十四

各位老师、同学们::

大家早上好。我是xx□

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。

冬季传染病的预防国旗下讲话篇十五

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，及时到医院就疹。

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。

冬季传染病的预防国旗下讲话篇十六

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，秋冬季人体的各个器官、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。

冬季传染病的预防国旗下讲话篇十七

尊敬的老师们、同学们：

大家早上好！

今天我们国旗下讲话的题目是《冬季预防疾病小知识》。

队员们，我想问问大家：害怕打针吃药吗？害怕的'话，那我们就要保护好我们的身体，努力做到不生病。现在天气已进入冬季，随着气温的降低，细菌、病毒等更容易存活，而我们的呼吸道黏膜受到冷空气的刺激，抵抗病毒的能力下降，导致了冬天呼吸道传染病的多发。

冬天常见的呼吸道传染病包括大家都比较熟悉的流行性感冒、

流行性腮腺炎、水痘、麻疹等等。我们要特别注意这些学校中常见的传染病的预防，那么该如何预防呼吸道传染病呢？我们就要做到以下几个方面：

首先要讲究卫生，流感、腮腺炎、麻疹等传染病，它们主要经过空气飞沫传播，容易在人群密集的地方发生流行。为此要养成良好的卫生习惯，如经常洗手，在饭前便后、外出归来、打喷嚏、咳嗽以及清洁鼻子后，要立即用流动水和肥皂洗手；打喷嚏或咳嗽时要捂住口鼻，不随意吐痰；下课后教室应立刻开窗通风，保持空气新鲜和室内干燥，及时打扫教室和校园卫生，清理卫生死角，不给病菌以孳生之地。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。就会生病，特别是教室有暖气，下课后，室外气温低，温差很大，因此要穿好衣服，注意保暖。

保证充足睡眠，增强我们的免疫力。做到不挑食，多吃新鲜的蔬菜瓜果，不吃变质的和不卫生的食品，以防病从口入。加强锻炼，增强体质。我们应当积极认真参加学校安排的课间操、体育课，真正做到“每天运动一小时”，强健体魄、提高自身的抗病能力。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。

队员们，让我们携起手来为了我们能拥有一个健康的体魄，快乐、舒心的学习、生活，一起努力。衷心祝福大家健健康康、快快乐乐度过这个冬季，谢谢大家！

冬季传染病的预防国旗下讲话篇十八

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：流行性感冒、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。

冬季传染病的预防国旗下讲话篇十九

尊敬的各位老师，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！