

预防秋冬季传染病演讲稿 春季传染病预防知识讲座演讲稿(精选5篇)

使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

预防秋冬季传染病演讲稿篇一

同学们：

春天到了，万物复苏，风和日丽。春季是一个充满活力的季节，人们户外活动增多了，但是，随之而来也增加了传染病的传播机率。学校又是人群聚集的场所，讲究个人卫生，爱护校园环境，形势严峻，刻不容缓。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。

由于春天风大，温度变化无常，因此春季是一个多发传染疾病的季节，主要病症：

一是上呼吸道感染。俗称“伤风”，“感冒”，早期症状有咽部干痒或灼热感、打喷嚏、鼻塞。春季感冒多半是由病毒引起的，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，要及时到校医室去就诊，对症下药。

二是过敏性皮炎。大家都知道，春天风大，空气中浮尘很多，飞扬着柳絮、花粉等容易引起过敏的因子，很容易使皮肤过敏。如果同学们遇到皮肤搔痒，出现红斑，不要紧张，及时到校医务室去就诊，不要自作主张乱用药，因为处理不当极可能产生局部皮肤感染。

三是“流脑”。“流脑”是流行性脑脊髓膜炎的简称，不但

儿童易得此病，就是青少年得病人数也逐年上升。“流脑”也是一种经呼吸道感染和传播的疾病，它可使患者出现高热、头疼、随后身上就出现为数不等的斑点，有针尖大小的，也有绿豆、黄豆大小的，这些斑点融合成片状，形成出血点、出血斑、淤斑。随着皮疹的出现，患者的精神头越来越差。甚至出现喷射状呕吐、嗜睡、昏迷、抽风等症状，少数人还可出现呼吸衰竭、休克等危险情况。一旦发现自己正在发烧的同时又出现皮疹，就应该及时就医，做到及早发现、对症治疗，不要随意吃药。

为了预防春季传染病的发作和流行，请同学们严格要求自己，自觉做到以下几点：

- 2、尽量少到人群密集、通风效果差的场所去；
- 3、要保持居住环境的空气清洁和流通；
- 4、常用清水洗脸洗手，勤剪指甲，勤换衣物，勤晒被褥，充足睡眠；
- 5、还要坚持锻炼身体，合理饮食，平时多喝水，多吃新鲜的水果和蔬菜，少吃多脂肪，多糖份的食物。

预防秋冬季传染病演讲稿篇二

什么叫传染病呢？顾名思义，就是一类会传染的疾病，比如像肺结核、流感等呼吸道传染病，像感染性腹泻、甲肝等消化道传染病以及手足口病、红眼病这些总是出现在我们周围的传染病。可能有些同学要问了，为什么某某同学得了水痘，得了腮腺炎呢，我却没有得。

那我告诉你们，得传染病需要三个条件：

很简单一是要有病菌存在，二是要有易感人群，三是两者之

间有桥梁纽带(传播途径)。那今天我主要和大家说说春季传染病的预防?春天由于气候变化异常,一些细菌病毒也冬眠结束,开始活跃起来,像手足口病、红眼病,特别是流感、水痘等呼吸道传染病进入高发季节。

(1)飞沫传播:当学生或老师在讲话,咳嗽,打喷嚏时,通过唾液飞沫,空气飞沫将病菌传播给他人。据有些资料统计,人们在讲话,咳嗽时飞出来的唾液飞沫速度很快,每秒有16米,并且喷出来的唾液数量有几百个甚至几万个,打喷嚏更可怕,喷出来的飞沫,每秒40米。

(2)灰尘传播:患者的痰液,鼻涕里都含有大量病菌,由于平时不注意卫生,随地吐痰,拧鼻涕。这些脏物干燥后,病菌就夹在灰尘中随空气到处飞扬,结果被健康人吸入就会感染。

(3)直接接触传播:手是传染病菌最直接的途径。在传染病流行期间,患者手上都沾有大量病菌。他们所接触的物品表面都留下大量病菌。如果健康人不注意,直接接触患者的物品,这些病菌就有可能从鼻腔进入呼吸道引起感染。

现这些传染病呢?比如水痘,是由水痘一带状疱疹病毒引起的一种急性呼吸道传染病。主要通过空气飞沫传播,也可通过接触疱疹浆液而感染。患水痘之前,一般会出现发热,头疼,全身不适,食欲减退,上呼吸道炎症,全身分批出现皮疹等。皮疹出现顺序一般为躯干,头部,面部,四肢。潜伏期一般为14—16天。措施:加强隔离,至疱疹干燥结痂(或出疹7天)为止。如果疱疹破裂,可以涂紫药水。出疹期间禁止去公共场所。流行性腮腺炎:俗称“猪头瘟”,是腮腺炎病毒引起的急性呼吸道传染病。主要发生于儿童或青少年。临床主要表现为发热和腮腺肿痛。隔离至腮腺肿大完全消退,但不得少于肿后9天。

红眼病:多是双眼先后发病,患病早期,会感到双眼发烫、烧灼、畏光、眼红,自觉眼睛磨痛,像进入沙子般地滚痛难

忍，紧接着眼皮红肿、怕光、流泪，早晨起床时，眼皮常被分泌物粘住，不易睁开。有的还有全身症状。本病由于治愈后免疫力低，因此可重复感染(如再接触病人还可得病)，从几个月的婴儿至八九十岁的老人都可能发病。流行快，患红眼病后，常常是一人得病，在1~2周内造成全家、幼儿园、学校、工厂等广泛传播，不分男女老幼，大批人感染。手足口病：以发热，口腔粘膜出现散在疱疹，手、足和臀部出现斑丘疹、疱疹，疱疹周围可有炎性红晕，疱内液体较少。可伴有咳嗽、流涕、食欲不振等症状。隔离至症状完全消失后7天返校(园)，一般为病后2周。

对于春季传染病, 我们应采取哪些预防措施呢?

1、教室内经常开窗通风换气(窗户边的同学特别注意)，促进空气流通;勤打扫环境卫生，扫地之前先洒水，保持环境清洁，勤晒衣服和被褥等。

2、经常到室外活动，呼吸新鲜空气，增强体质。

3、如果自己觉得不舒服，比如有发热，身上出疹子，那要赶紧告诉老师或者父母，及时到医院去，确诊是否是患传染病，不要为了学习耽误了病情。

4、患病期间，要做好隔离观察，不要和周边的小朋友接触，以免传给他人，外出带好口罩。待症状消失经医院检查无传染性才可以返回学校，学校也会及时对教室等公共场所进行消毒。

5、保持良好的个人卫生习惯，打喷嚏，咳嗽时要用手绢捂住口鼻，清洁鼻涕后要用流动水洗手。洗手后用清洁的毛巾和纸巾擦干，不要共用毛巾。

第一步：掌心相对，手指并拢相互摩擦;第二步：手心对手背沿指缝相互搓擦，交换进行;

第三步：掌心相对，双手交叉沿指缝相互摩擦；第四步：双手轻合成空拳，相互搓揉，洗净指背：

第五步：一手握另一手大拇指旋转搓擦，交换进行；

第六步：弯曲各手指关节，在另一手掌心旋转搓擦，交换进行；第七步：搓洗手腕，交换进行。

6、注意均衡饮食，不挑食，少吃零食；定期运动，充足休息，根据气候变化增减衣服，增强身体的抵抗力。

7、注射疫苗：我想从小打到，同学们都去打过针吧，那就是为了预防传染病。

因为不打预防针，对一些传染病没有抵抗力，患病会影响学习，又影响健康。所以大家回去把这个打针的本子去找找，去看看你已经打了什么疫苗，还有什么疫苗没有打，那你也清楚了自己对哪些传染病有相对的免疫力了。

同学们，通过这次讲座，你知道如何做好预防了吗？请同学们结合这次所学知识，做好自身防护吧！祝同学们身体健康，学习进步，谢谢！

预防秋冬季传染病演讲稿篇三

同学们：

春夏季是各类病毒、细菌容易滋生、繁殖，容易传染的季节。

1、如何注意食物中毒

2、注意流感的措施

食物中毒是指摄入了含有生物性、化学性有毒有害物质的食

品或者把有毒有害物质当作食品摄入后出现的急性亚急性疾病。这是一类经常发生的疾病，会对人体健康和生命造成严重损害。青少年正处于身体生长发育阶段，因此，预防食物中毒，保证健康成长至关重要。

首先了解一下食物中毒的种类。食物中毒主要分为细菌性食物中毒、真菌毒素食物中毒、化学性食物中毒、植物性和动物性食物中毒。日常生活中常见的食物中毒主要以细菌性食物中毒多见。另外，菜豆中毒、豆浆中毒和因误食有毒有害物质引起的中毒也时有发生。

那么怎样预防食物中毒呢？

针对儿童青少年的特点，应该主要做到以下几点：

- 1、养成良好的卫生习惯。饭前便后要洗手。不良的个人卫生习惯会把致病菌从人体带到食物上去。比如说，手上沾有致病菌，再去拿食物，污染了的食物就会进入消化道，就会引发细菌性食物中毒。

- 2、选择新鲜和安全的食品。购买食品时，要注意查看其感官性状，是否有腐败变质。尤其是对小食品，不要只看其花花绿绿的外表诱人，要查看其生产日期、保质期，是否有厂名、厂址等标识。不能买过期食品和没有厂名厂址的产品。否则，一旦出现问题无法追究。

- 3、食品在食用前要彻底清洁。尤其是生吃蔬菜瓜果要清洗干净；需加热的食物要加热彻底。如菜豆和豆浆含有皂甙等毒素，不彻底加热会引起中毒。

- 4、尽量不吃剩饭菜。如需食用，应彻底加热。剩饭菜，剩的甜点心、牛奶等都是细菌的良好培养基，不彻底加热会引起细菌性食物中毒。

- 5、不吃霉变的粮食、甘蔗、花生米，其中的霉菌毒素会引起中毒。
- 6、警惕误食有毒有害物质引起中毒。装有消毒剂、杀虫剂或鼠药的容器用后一定要妥善处理，防止用来喝水或误用而引起中毒。
- 7、不到没有卫生许可证的小摊贩处购买食物。
- 8、饮用符合卫生要求的饮用水。不喝生水或不洁净的水。
- 9、提倡体育锻炼，增强机体免疫力，抵御细菌的侵袭。

只要从以上几个方面入手，认真学习食品卫生知识，掌握一些预防方法，提高自我卫生意识，就能最大限度减少食物中毒的风险度，预防食物中毒，保证少年儿童的身体健

康。夏秋季节是学校传染病多发季节，学校是人群密集的场所，学生是传染病易感人群。为了保证学生身心健康，保证学校正常的教学秩序，结合我校实际，特做如下决定，请同学们遵照执行：

一、加强晨检及时就医

加强晨检工作，保证做到“早发现、早隔离、早治疗”，如发现学生出现发热等流感样症状，班主任、卫生委员要做好登记和上报工作，并动员学生及时就诊，暂停上课，重者进行隔离治疗，直到病愈。

二、开窗通风

注意教室、宿舍等公共场所的通风换气，每天通风不少于2小时，保持空气新鲜、清洁；下课后，学生应到室外活动，呼吸新鲜空气。

三、勤洗手

学生一定要养成良好的卫生习惯，注意勤洗手。研究表明，感冒病毒在手上能存活70个小时。感冒患者在擤鼻涕、挖鼻孔时会将病毒沾在手上，健康人若与患者握手或在公共场所接触了患者触摸过的物品，手上就会带有感冒病毒。所以勤洗手十分关键。

四、劳逸结合

注意劳逸结合，每天保证至少有8个小时的睡眠时间，以增加抗病能力。经研究表明，人在睡眠时体内会产生一种有提高免疫力作用的物质。因此感冒病人保证充足的睡眠十分重要。

五、少去公共场所

在流感流行期间，应少到公共场所。尽量减少去人群密集的地方，减少感染几率。与流感病人接触时，戴口罩。

六、注意生活细节

根据气温变化增减衣物，合理均衡饮食提高人体免疫力。在夏、秋季节要注意防寒保暖，尽量减少发生流感的诱因。冬季尽管出汗较少，也要多饮水，多吃水果和蔬菜。高脂肪、高蛋白、高糖饮食会降低人体免疫力，饮食过咸，会使唾液分泌及口腔内的溶菌酶减少，并降低干扰素等抗病因子的分泌，使感冒病毒易进入呼吸道黏膜而诱发感冒，故提倡清淡饮食。勤换牙刷，人们每天都要使用牙刷，如果上面带有病毒，则容易反复感染；另外，牙刷常处于潮湿状态，病原体易滋生繁殖，对身体健康极为不利。注意脚部保暖，脚对温度比较敏感，如果脚部受凉，会反射性地引起鼻黏膜血管收缩，使人容易受感冒病毒侵扰；同时提倡冷水洗脸。

七、加强体质锻炼，增强抗病能力

学生长时间坐在教室里，要增加室外的体育运动，改善学习的紧张情绪，增强体质，增强抗病能力。

八、随时消毒和终末消毒

对发病学生所在的班级进行随时/终末消毒，流行期间要对教室进行空气消毒（过氧乙酸、乳酸、紫外线、食醋等），食醋熏蒸法对预防流感有良好效果，食醋用量5—10毫升/立方米，加水稀释一倍，置火炉上温火加热到食醋蒸干，每日1次，连用3天，可有效控制流感病毒的传播。教室每天坚持采用湿式打扫，疾病流行期间坚持对地面进行消毒。

九、药物预防

金刚烷胺类药物目前公认对甲型流感有预防效果，其作用机制是抑制病毒进入上呼吸道上皮细胞，但由于这些抗病毒药物均有一定的副作用，因此不易推广应用。亦可用中药贯众、板蓝根、藿香、生甘草各9g煎服，每日一剂，连用三日。

预防秋冬季传染病演讲稿篇四

亲爱的老师们、同学们：

大家早上好！

今天我国旗下讲话的内容是《预防春季传染病，争做健康小翰林》。

春天是一年中最美好的季节，风和日丽，万物复苏，然而在这明媚的大好时光里，细菌、病毒也异常活跃，因此春天亦是一些传染病的高发季节。学校是人群高度密集的场所，而我们学生又是传染病的易感人群之一，一旦感染，必然会对生活与学习工作学习造成较大的影响。为有效预防与控制春季传染病在我校的发生和流行，进一步提高同学们的自我保

护意识，韦老师想通过这次讲话，让同学们对春季常见的传染病及其预防措施有所了解。

春季流行的传染病主要有呼吸道传染病和消化道传染病。通过空气、飞沫等传播途径引起的传染病，称为呼吸道传染病。常见有流感、肺结核、流脑、腮腺炎、麻疹、水痘、以及近日来新发现的h7n9禽流感等。消化道传染病主要有甲型肝炎等。这些疾病在冬春时节尤其常见。

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. 教室必须要每天开窗通风，保持空气的流通。定时打开门窗自然通风，可有效降低室内空气中细菌的数量，改善室内空气的质量，是既简单又有效的室内空气消毒法。
2. 养成良好的卫生习惯，是预防春季传染病的关键。同学们要保持学习、生活场所的卫生，不要随意堆放垃圾。饭前便后、以及外出归来时一定要洗手。打喷嚏、咳嗽和清洁鼻子应用卫生纸掩盖，用过的卫生纸切勿随地乱扔。此外，还要勤换、勤洗、勤晒衣服，保证个人卫生的整洁。
3. 加强锻炼，增强免疫力。春天人体新陈代谢开始旺盛起来，正是运动锻炼的好时机，同学们要珍惜每一次的大课间及体育课时间，积极参加体育运动，使身体得到充分的锻炼。下课后多到户外走走，晒晒太阳，呼吸呼吸新鲜空气，保证气血的通畅。当然，在锻炼的时候，还要注意气候的变化，避开晨雾风沙，合理安排自己的运动量，以免对身体造成不利影响。
4. 生活有规律。保证充足的睡眠时间，对提高自身的抵抗力有着举足轻重的作用。同学们要合理安排好作息，做到劳逸结合。一旦学习或其他活动使身体劳累过度，必然会导致抵

御疾病的能力下降，容易受到病毒感染。

5. 衣、食细节要注意。春季气候多变，乍暖还寒，若骤减衣服，极易降低人体的呼吸道免疫力，造成细菌的侵入。因此同学们要根据天气变化，适时适当地增减衣物。此外，还要合理安排好自己的饮食，尤其这段时间，尽量不吃禽类，少食过于辛辣与油腻的食物，多吃新鲜的蔬果多饮水，排除体内的毒素。

6. 一旦感染，及时就诊。由于春季传染病初期多有类似感冒的症状，易被忽视，因此身体有不适时要及时就医，特别是有发热症状，更应尽早明确诊断，去医院接受治疗。坚持带病上课既是对病情的延误，也是对他人的不负责，因此一旦染病，还请同学们在家安心地在家休息，落下的功课，老师会等你们康复后给你们补上。

同学们，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。

身体是革命的本钱，唯有拥有健康的体魄，才能更好地生活与学习，才能应付各种困难和挑战。

最后，祝愿同学们都能有一个健康的身体，享受这莺歌燕舞的美好春天！

预防秋冬季传染病演讲稿篇五

春夏季是各类病毒、细菌容易滋生、繁殖，容易传染的季节。

1、如何注意食物中毒

2、注意流感的措施

食物中毒是指摄入了含有生物性、化学性有毒有害物质的食

品或者把有毒有害物质当作食品摄入后出现的急性亚急性疾病。这是一类经常发生的疾病，会对人体健康和生命造成严重损害。青少年正处于身体生长发育阶段，因此，预防食物中毒，保证健康成长至关重要。

首先了解一下食物中毒的种类。食物中毒主要分为细菌性食物中毒、真菌毒素食物中毒、化学性食物中毒、植物性和动物性食物中毒。日常生活中常见的食物中毒主要以细菌性食物中毒多见。另外，菜豆中毒、豆浆中毒和因误食有毒有害物质引起的中毒也时有发生。

那么怎样预防食物中毒呢？

针对儿童青少年的特点，应该主要做到以下几点：

1、养成良好的卫生习惯。饭前便后要洗手。不良的个人卫生习惯会把致病菌从人体带到食物上去。比如说，手上沾有致病菌，再去拿食物，污染了的食物就会进入消化道，就会引发细菌性食物中毒。

2、选择新鲜和安全的食品。购买食品时，要注意查看其感官性状，是否有腐败变质。尤其是对小食品，不要只看其花花绿绿的外表诱人，要查看其生产日期、保质期，是否有厂名、厂址等标识。不能买过期食品和没有厂名厂址的产品。否则，一旦出现问题无法追究。

3、食品在食用前要彻底清洁。尤其是生吃蔬菜瓜果要清洗干净；需加热的食物要加热彻底。如菜豆和豆浆含有皂甙等毒素，不彻底加热会引起中毒。

4、尽量不吃剩饭菜。如需食用，应彻底加热。剩饭菜，剩的甜点心、牛奶等都是细菌的'良好培养基，不彻底加热会引起细菌性食物中毒。

- 5、不吃霉变的粮食、甘蔗、花生米，其中的霉菌毒素会引起中毒。
- 6、警惕误食有毒有害物质引起中毒。装有消毒剂、杀虫剂或鼠药的容器用后一定要妥善处理，防止用来喝水或误用而引起中毒。
- 7、不到没有卫生许可证的小摊贩处购买食物。
- 8、饮用符合卫生要求的饮用水。不喝生水或不洁净的水。
- 9、提倡体育锻炼，增强机体免疫力，抵御细菌的侵袭。

只要从以上几个方面入手，认真学习食品卫生知识，掌握一些预防方法，提高自我卫生意识，就能最大限度减少食物中毒的风险度，预防食物中毒，保证少年儿童的身体健康。

夏秋季节是学校传染病多发季节，学校是人群密集的场所，学生是传染病易感人群。为了保证学生身心健康，保证学校正常的教学秩序，结合我校实际，特做如下决定，请同学们遵照执行：

加强晨检工作，保证做到“早发现、早隔离、早治疗”，如发现学生出现发热等流感样症状，班主任、卫生委员要做好登记和上报工作，并动员学生及时就诊，暂停上课，重者进行隔离治疗，直到病愈。

注意教室、宿舍等公共场所的通风换气，每天通风不少于2小时，保持空气新鲜、清洁；下课后，学生应到室外活动，呼吸新鲜空气。

学生一定要养成良好的卫生习惯，注意勤洗手。研究表明，感冒病毒在手上能存活70个小时。感冒患者在擤鼻涕、挖鼻孔时会将病毒沾在手上，健康人若与患者握手或在公共

场所接触了患者触摸过的物品，手上就会带有感冒病毒。所以勤洗手十分关键。

注意劳逸结合，每天保证至少有8个小时的睡眠时间，以增加抗病能力。经研究表明，人在睡眠时体内会产生一种有提高免疫力作用的物质。因此感冒病人保证充足的睡眠十分重要。

在流感流行期间，应少到公共场所。尽量减少去人群密集的地方，减少感染几率。与流感病人接触时，戴口罩。

根据气温变化增减衣物，合理均衡饮食提高人体免疫力。在夏、秋季节要注意防寒保暖，尽量减少发生流感的诱因。冬季尽管出汗较少，也要多饮水，多吃水果和蔬菜。高脂肪、高蛋白、高糖饮食会降低人体免疫力，饮食过咸，会使唾液分泌及口腔内的溶菌酶减少，并降低干扰素等抗病因子的分泌，使感冒病毒易进入呼吸道黏膜而诱发感冒，故提倡清淡饮食。勤换牙刷，人们每天都要使用牙刷，如果上面带有病毒，则容易反复感染；另外，牙刷常处于潮湿状态，病原体易滋生繁殖，对身体健康极为不利。注意脚部保暖，脚对温度比较敏感，如果脚部受凉，会反射性地引起鼻黏膜血管收缩，使人容易受感冒病毒侵扰；同时提倡冷水洗脸。

学生长时间坐在教室里，要增加室外的体育运动，改善学习的紧张情绪，增强体质，增强抗病能力。

对发病学生所在的班级进行随时/终末消毒，流行期间要对教室进行空气消毒（过氧乙酸、乳酸、紫外线、食醋等），食醋熏蒸法对预防流感有良好效果，食醋用量5—10毫升/立方米，加水稀释一倍，置火炉上温火加热到食醋蒸干，每日1次，连用3天，可有效控制流感病毒的传播。教室每天坚持采用湿式打扫，疾病流行期间坚持对地面进行消毒。

金刚烷胺类药物目前公认对甲型流感有预防效果，其作用机制是抑制病毒进入上呼吸道上皮细胞，但由于这些抗病毒药

物均有一定的副作用，因此不易推广应用。亦可用中药贯众、板蓝根、藿香、生甘草各9g煎服，每日一剂，连用三日。