

# 预防传染病宣讲演讲稿 预防冬季传染病 讲话稿(优秀8篇)

演讲稿也叫演讲词，是指在群众集会上或会议上发表讲话的文稿。演讲稿是进行宣传经常使用的一种文体。演讲的作用是表达个人的主张与见解，介绍一些学习、工作中的情况、经验，以便互相交流思想和感情。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 预防传染病宣讲演讲稿篇一

各位老师、同学们：

大家好！

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！

## 预防传染病宣讲演讲稿篇二

主持人b:早上好，我是\*\*班的。很高兴在这一期的广播中与大家见面，希望我们能带大家度过快乐的时间。

主持人a:今天的“健康随行”要为大家介绍的是春季传染病的预防。

主持人b:是的，春天是传染病高发的季节，我们生活在集体环境下，很容易感染传染病。一旦被传染，自己痛苦难受不说，还会影响学习。

主持人a:所以，我们要多掌握一些传染病的预防知识。春季常见的传染性疾病包括：流行性感、流行性脑脊髓膜炎、麻疹、水痘、腮腺炎、风疹、猩红热等。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。

主持人b:最常见的就是流行性感了。感冒分为流行性感

冒(简称流感)和普通性感冒两种。流感病情较重,恢复较慢,主要表现为发热、怕冷、头痛、咽痛、全身乏力酸痛、不想吃东西,以及其他一些类似于感冒的症状。

主持人a:水痘也是常见的急性传染病。水痘一年四季都可发病,其中以冬春季为多。水痘传染性极强,主要通过唾液飞沫传染,亦可因接触水痘病毒污染的衣服、玩具、用具等而得病。患者以婴幼儿多见,集体儿童亦为易感人群,病初症状较轻,可出现微热,全身不适。发热的同时或1—2日后,躯干皮肤、粘膜分批出现和迅速发展为斑疹、丘疹、疱疹与结痂。水痘病毒可波及多脏器,还可并发皮肤感染、肺炎、脑炎等。

主持人b:另外,手足口病也常见于儿童期。病初起,只在手部或口腔粘膜处看见几粒散在的小疹,有疼痛和痒感,但不明显。但是手足口病一旦发生治疗若不及时的话,很容易出现身体其他部位的继发感染,从而危及生命。

主持人a:同学们一定要多掌握传染病的预防知识,从而能降低感染传染病机会。不同的传染病有不同的预防方法,但基本的预防措施是相通的,只要注意以下几点,就能有效地减少呼吸道传染病的发生和传播。第一是改善通风。教室里要经常开窗通风,每天至少三次,每次不少于10分钟。当周围有病人时,应增加通风换气的次数。必要时用消毒剂喷洒教室。

主持人b:第二是接种疫苗。常见的传染病现在一般都有疫苗,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,预防性疫苗是阻击传染病发生的最佳积极手段,也是投资小,收效大的预防举措。

主持人a:养成良好的卫生习惯是预防春季传染病的关键。要保持学习、生活场所的卫生,不要堆放垃圾,教室打扫卫生时,先洒水后扫地,免得把飞尘飞扬开来。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，打喷嚏、咳嗽和清洁鼻子应用卫生纸掩盖，用过的卫生纸不要随地乱仍，勤换、勤洗、勤晒衣服、被褥，不随地吐痰，个人卫生用品切勿混用。

主持人b: 睡眠休息要好，生活有规律，保持充分的睡眠，对提高自身的抵抗力相当重要。要合理安排好作息，做到生活有规律，劳逸结合，不要劳累过度，必然导致抵御疾病的能力下降，容易受到病毒感染。

主持人a[]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，应积极参加体育锻炼，多到郊外、户外呼吸新鲜空气，每天散步、慢跑、做操、打拳等使身体气血畅通，筋骨舒展，体质增强。

主持人b:为大家介绍了这么多的知识，同学们，你们记住了吗？

主持人a[]下面进入我们的“你点我播”栏目春季预防传染病广播稿春季预防传染病广播稿。今天点歌的是四1班的赵天辰同学，他要把歌曲送给他们班的张建新同学，希望张建新以后能对他好点。

主持人b:(开玩笑)真有意思，赵天辰，难道张建新平时对你不好吗?张建新，接受了赵天辰送给你的歌曲，你可要对他好点哦，千万别欺负他呀!

主持人a[]恩，跟张建新开个玩笑了，下面就让我们一起来欣赏这首《朋友》。(播放歌曲)

主持人b:时间过得真快，又要和大家说再见了。

主持人a[]是的，让我们在歌声中结束本次广播吧!

合：同学们，再见！

## 预防传染病宣讲演讲稿篇三

各位老师，各位同学：

大家好！

今天我国旗下讲话的题目是《春季传染病的预防》。

万物复苏，春意盎然。春天是一年最美好的季节，春季也是一些传染病的高发季节。如水痘、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。学校这种人员比较密集、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，供大家参考。

- 1、每天开窗通风，保持室内空气新鲜。
- 2、不到人口密集、空气污染的场所去。
- 3、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。双手接触呼吸道分泌物后(如打喷嚏后)应立即洗手或擦净。
- 4、避免与他人共用水杯、餐具、毛巾等物品。养成良好的个人卫生习惯。

5、多喝水，多吃蔬菜水果，增加机体免疫能力。

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。

## 预防传染病宣讲演讲稿篇四

各位老师，各位同学：

大家好！今天我国旗下讲话的题目是：春季传染病的预防。

1、每天开窗通风，保持室内空气新鲜，尤其宿舍、电脑室、教室等。

2、不到人口密集、空气污染的场所去。

3、勤洗手，并用流动水彻底清洗干净。

4、养成良好的个人卫生习惯。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，增加机体免疫能力。合理膳食，增加营养。

大家如能做到以上几点，一定会拥有一个强壮的'身体。愿同学们都有一个美好的春天，都有一个健康的体魄。

# 预防传染病宣讲演讲稿篇五

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好，我是初一4班的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。

## 预防传染病宣讲演讲稿篇六

亲爱的老师、同学们：

早上好！

我国旗下讲话的内容是“冬季传染病的预防”。

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、通风不良的公共场所。
- 7、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。

最后祝同学们都能健健康康地过冬！

## 预防传染病宣讲演讲稿篇七

老师们、同学们：

大家早上好！

我是高二（4）班的xx今天国旗下讲话的题目是“如何防控冬春季传染病。”

春天是一年最美好的季节，大地回春，万物复苏，春意盎然。在这春光明媚的大好时光里，细菌、病毒异常活跃，是一些传染病的高发季节。学校是人群高度密集的场所，学生又是传染病易感人群之一，传染病一旦出现是比较容易传播的，会对广大师生的工作学习带来较大的影响。为有效预防与控

制春季传染病在我校的发生和流行，提高同学们的自我保护意识，确保同学们身体健康，同学们有必要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、以及近几年新发现人禽流感等。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、我们的教室必须要每天通风、保持空气流动。定时打开门窗自然通风，可有效降低室内空气中微生物的数量，改善室内空气质量，调节居室微小气候，是最简单、行之有效的室内空气消毒方法。

- 2、我们要定时接种相关疫苗。常见的传染病现在一般都有疫苗，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，预防性疫苗是阻击传染病发生的最佳积极手段。

- 3、我们要养成良好的卫生习惯。要保持学习、生活场所的卫生，教室内不要堆放垃圾。饭前便后、以及外出打球回来后一定要洗手，打喷嚏、咳嗽和清洁鼻子应用纸巾掩盖，用过的纸巾不要随地乱扔，勤换、勤洗、勤晒衣服、被褥，不随地吐痰，个人卫生用品切勿混用。

- 4、我们要加强锻炼，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，应积极参加体育锻炼，多到郊外、户外呼吸新鲜空气，每天锻炼使身体气血畅通，筋骨舒展，体质增强。在锻炼的时候，必须注意天气变化，要避开晨雾风沙，要合理安排运动量，要注意自我监护身体状况等等，以免对身体造成不利影响。

5、我们生活要有规律。睡眠休息要好，保持充分的睡眠，对提高自身的抵抗力相当重要。要合理安排好作息，做到生活有规律，劳逸结合，无论学习或其他活动使身体劳累过度，必然导致抵御疾病的能力下降，容易受到病毒感染。

6、我们的衣、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，也不宜过食油腻。要减少对呼吸道的刺激，要多喝开水，少喝饮料，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。

7、切莫讳疾忌医。由于春季传染病初期多有类似感冒的症状，易被忽视，因此身体有不适应及时就医，特别是有发热症状，应尽早明确诊断，及时进行治疗。如有传染病的情况，应立刻采取隔离措施，以免造成传染。

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，身体是知识的载体，只有拥有健康的体魄，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，享受快乐的春天。祝三高全体师生身体健康，万事如意。

谢谢大家，我的演讲结束。

## 预防传染病宣讲演讲稿篇八

尊敬的老师们，可爱的同学们：

大家好！

今天，我给大家简单介绍一下我们小学生春季疾病和预防。大家都知道，春天是万物生长的季节，因此细菌、病毒也不例外，它们加速繁殖，再由于气候变化无常，忽冷忽热，也使春天成为了一个疾病好发的季节，对我们的'小学生来说，春天容易患两大类疾病：一类是传染性疾病（主要是通过空气中的飞沫经呼吸道传播。譬如有：流行性感冒，水痘、腮腺炎，流脑，麻疹等），另一类是过敏性疾病（譬如有菜麻疹，过敏性鼻炎，严重的甚至发生支气管哮喘），但是，小朋友也不要过于担心，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、我们在平时学习之余，要多参加体育锻炼，如跳绳、跳步、打球等，只有我们的身体强壮了，疾病才不能乘虚而入。
- 2、我们的教室、家里要经常开窗通风以保持空气的新鲜，流通。
- 3、平时要尽量少去人多，拥挤，尤其是通风不畅的公共场所。
- 4、我们要注意个人卫生，勤洗手，勤剪指甲。
- 5、根据气候变化注意增减衣服，避免着凉。
- 6、不能偏食，平时要多吃些蔬菜，水果，多喝水。
- 7、家里的生活用品，和衣服、被子（在天气好的时候要勤洗、勤晒）
- 8、一定要保证充足的睡眠，不能过于疲劳，因疲劳容易使我们的抵抗力下降。
- 9、对卫生防疫制订安排的各种预防接种，我们一定要按时去接种。因为很多的预防接种，都是针对特定的季节，特定的疾病，卫生防疫部门都是作了精心安排的，和麻腮风疫苗，

流脑疫苗，流感疫苗等。接种以后，还是可以起到一定预防的作用的。

另外，对于过敏体质的小朋友来讲，因为自然界中的过敏源有很多很多：如花粉、虫蠕、动物羽毛、冷的空气，所以要特别注意：如对花粉过敏的，在花粉播散期要减少户外活动，特别是公园里，鲜花房，家里不养猫、狗等小动物，不用地毯，外出戴口罩等。

我想，大家如能做到以上几点，一定会拥有一个强壮的身体。

最后祝

老师们，小朋友们身体健康！