

最新国旗下讲话预防疾病讲究卫生 预防疾病国旗下讲话稿(优质9篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

国旗下讲话预防疾病讲究卫生篇一

尊敬的老师，亲爱的同学：

大家好！

今天我国旗下讲话的主题是秋季流行性疾病的预防。

秋季正处于夏季和冬季之间，气温变化比较大，冷热失常。是多种传染病的高发季节。一般秋季常见传染病可分为肠道传染病、呼吸道传染病、虫媒传染病。

目前是诺如病毒感染的高发时期，因其传染性强，常在托幼机构、学校、医院、养老院、工厂等人群聚集场所出现聚集性病例。麻城市疾控中心提醒公众近期应关注诺如病毒感染性腹泻，有呕吐或腹泻症状者，切勿带病上学或上班，并及时就医；确诊患者不应加工处理食物或作陪，避免污染食物或传染病人。

一、认识诺如

诺如病毒感染，俗称肠胃流感，肠胃炎，以及学校多见的食物中毒。具有发病急，传染快，范围广特点，常引起集体爆发。感染的对象有成人，也有儿童。若感染了诺如病毒，48

小时内，会出现恶心、呕吐、发热、腹痛、腹泻等症状，严重时，可因腹泻脱水致死。儿童发病以呕吐为主，还会表现出啼哭无泪或少泪、异常瞌睡或烦躁。成人则以腹泻为主，粪便为稀水便或水样便，无黏液脓血。

二、诺如六征

诺如病毒有六个特性。

1、变异速度快。每隔2—3年即可出现能引起全球流行的新变异株。以前感染过诺如病毒而获得的抗体，对再次感染没有显著的保护作用，所以无法形成长期免疫力，极易造成反复感染。

2、生存能力强。0℃ - 60℃均可生存，所以冬天也能发作，且能耐受pH值2.7的酸性环境，胃酸也奈何不了它。酒精和免冲洗的洗手液对它没有效果。

3、感染途径广。可通过污染的水源、食物、物品、空气中的气溶胶、粉尘等传播，牡蛎等贝类食品和生鲜果蔬容易被污染。

4、致病力度大。最少只需18个病毒粒子即可致病。

5、排毒周期长。病人发病前至康复后2周，均可在粪便中检测到诺如病毒，但是患病期和康复后的三天内是传染性最强的时期。

尽管如此，诺如病毒却并不难对付。

三、防病关键

1、注意个人卫生，勤洗手，不吃生冷食品和未熟透的食物，避免接触病患及其物品。

- 2、多喝水，大量的水可以把病毒从身体中带走，防止脱水症。
- 3、开窗通风，不要在封闭的空间久留。
- 4、在诺如病毒高发的季节，体弱者应避免前往人群密集的公共场所活动。
- 5、平时积极体育锻炼，注意营养均衡，增强体质。
- 6、班上发现疑似病患者要及时送医，短时间内出现多名相似症状的病例要及时向学校德育处报告。

四、诺如易治

轻症患者即使不治疗，一般3天就可自愈。虽然没有特别的针对性药物，抗生素也无效，但是重症患者也只要对症治疗即可康复。对严重病例尤其是婴幼儿及体弱者则应及时输液或口服补液，以纠正水、电解质、酸碱平衡失调。

国旗下讲话预防疾病讲究卫生篇二

老师们、同学们：

大家早上好。今天我讲话的题目是《讲究卫生，预防夏季传染病》。

炎炎夏季的到来，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、麻疹、水痘、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断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，极易引这些疾病。所以，为了预防这些传染病，大家需做到以下预措施：

(1)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。洗手后用清洁的毛巾或纸巾擦干，一年级的同学们更应该改掉咬手指和吸手指的换毛病。牢记“病从口入”这句话。

(2)养成良好的生活习惯，饮食均衡，作息规律，保证充足的睡眠。但要注意根据气候变化增减衣服，合理安排运动量。体育课和剧烈运动后切不可着凉，一个劲儿的猛吹电扇。

(3)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，注意休息，保持充足睡眠，避免机体免疫力下降。

(4)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径过有关部门的排查，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。

(5)尽量不去空气流通不畅、人口密集的公共场所。

(6)注意环境卫生，创造整洁的校园环境。不要随意乱扔废弃物。希望所有的同学用我们的举手之劳，维护我们整洁的环境。

(7)同时还要注意教室内要每天通风换气，避免细菌滋生。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病；如果确诊得了传染病，请假隔离，以防止二次传染。

国旗下讲话预防疾病讲究卫生篇三

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。这样才能有效阻止细菌的滋生，从源头上防止疾病的发生。更重要的是我们每个人都应该做好保洁工作，不乱丢纸屑、包装袋，不随地吐痰，更不去买那些不卫生的三无食品。只有我们每个人都管好自己的手和口，我们的校园才会变得清洁干净，我们的身体健康才能有保证。

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，勤换、勤洗、勤晒衣服、被褥，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。

国旗下讲话预防疾病讲究卫生篇四

秋冬季是呼吸道传染病高发季节，学校是人群高度密集的场所，师生又是呼吸道传染病易感人群之一。为有效预防与控制呼吸道传染病在学校的发生和流行，确保师生身体健康，请广大师生关注秋冬季呼吸道传染病预防知识的相关信息，了解呼吸道传染病的传播途径和预防方法，增强和提高自我防病意识。比较常见的秋冬季传染病包括：流感、流行性脑脊膜炎、麻疹、风疹、水痘、流行性腮腺炎等。

主要预防措施及自我保健方法：

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，亦可用食醋熏蒸房间。

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。要注意饮食平衡，营养搭配，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。

5. 进行合理的体育锻炼，如：早操、晨跑、散步等，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。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。流感患者在家或外出时佩戴口罩，以防传染他人。

7. 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。

8. 疾病流行时，适当的采取预防性服药。

9. 早发现、早治疗，如遇身体不适请及时就医检查，出现呼吸道及消化道症状时应及时就诊，切忌不当回事，更不能自行服药。如发现流行病患者应早报告、早隔离、防止校园内传播。

总之，有效的措施，完善的防预机制，科学的自我保健方法

能预防传染病的发生。最重要的是提高自身的免疫力，修好自身的万里长城。

国旗下讲话预防疾病讲究卫生篇五

尊敬的老师、亲爱的同学们，大家早上好!我是来自___的___，今天非常荣幸能够代表我的_____演讲。我今天演讲的题目是：向身边的榜样学习。

有人曾说：“播撒一种思想收获一种行为，播撒一种行为收获一种性格。”我想说的是，播撒一种榜样，我们就能够时时看到奋斗的目标和参照物。徐本禹是一个榜样，他用自己的青春书写一卷美丽的教育图画;刘翔是一个榜样，他用一面奔跑的旗帜，将崛起的中国形象深深烙刻在世界的每一个人的心里。

新东方教育集团创始人俞敏洪先生认为生命中要有榜样。众所周知的喜剧之王——周星驰，在他功成名就之前只是一个默默无闻的跑龙套，但他为自己寻找到了一个榜样，也正是榜样的力量指引着他朝理想奋斗。当他站在第24届香港电影金像奖颁奖典礼上，手握最佳男主角的奖杯时，他的获奖感言是：首先要感谢的是李小龙先生，是他让我成为了一名演员。”是的，周星驰生命中的榜样就是李小龙，是他指引着周星驰一步一步踏上了成功之路。同学们，你们想成功吗?那就为自己寻找一个榜样吧!在我身边有很多同学会以马云，李嘉诚等一些大咖为榜样。但有时候，我们不免会觉得这些榜样离得太远，总没办法抓到他们的身影。其实，榜样可以是伟大的，也可以是平凡的，只要我们留心生活，就会发现榜样就在我们身边。

我们总能看到很多勤思好问，积极进取的同学，也能看到很多有才华，有思想，热爱集体，乐于奉献的同学，他们的学习基础可能并不扎实，成绩可能并不优秀，但他们却在努力地做好生活中的每一件事。我们有理由相信，上天不会辜负

勤奋的人，他们坚持不懈的努力一定会换来收获的成果。他们，同样是我们学习的榜样！

孔子有云：“见贤思齐焉，见不贤而内自省也。”同样，在我们身边也存在少数同学不能够很好的自律，试图将一些不好的风气带入校园，比如说在校吸烟、上课玩手机、穿拖鞋入校等一些学校明文禁止的行为；这些现象与我们充满书香的校园并不和谐。在此，我希望这些同学能够反思自省，明辨是非，进一步规范自己的言行，以一个更高的标准要求自己。向你们身边的同学学习，以他们为榜样，塑造一个更好的自己，使自己也成为别人的榜样吧！

身边的榜样，默默无闻，不像名人大张旗鼓，但依然能如阳似火，温暖我们的心灵，他们，是我们积极向上，奋力拼搏的 催化剂，传递予我们不朽的精神。因为有了心中的榜样，属于我们的那一片天空才更加蔚蓝；因为有了心中的榜样，前面的道路才更加宽广。

让我们将其转化为学习的动力，为自己铸一身钢皮筋骨，在胃里铺满荆棘的道路上披荆斩棘勇往直前，成为祖国真正迎风而舞的花朵，为创造祖国辉煌未来贡献自己的力量吧！

最后，我想引用列宁的一句话作为我今天演讲的结尾[an e_ample of the power is infinite[thank you!谢谢大家。

国旗下讲话预防疾病讲究卫生篇六

亲爱的老师们、同学们：

大家早上好！

1935年12月9日，一个令人痛心，但值得我们永远纪念的日子。在这一天，一场轰轰烈烈的爱国运动在北京爆发了，当北京的爱国学生在听到蒋介石下令“绝对不抵抗”后，他们像雄

狮一样怒吼起来，把“九·一八”以来郁积在心头的仇恨和对一个腐朽政府的愤怒都迸发出来，开展了抗日救亡斗争，掀起了“一二·九”运动。作为中国人，我们不能忘记这段历史；作为学生，更应该牢记这段历史。

今天我们站在国旗下，怀着敬仰的心情，共同回顾78年前那个不平凡的日子，缅怀那些投身民族救亡运动的爱国青年，缅怀那段为争取祖国的独立、民族的自由而舍生忘死的历史。

正义、热爱祖国是人类永远赞扬的美德，今天，虽然没有战争，但面对屈辱的历史，面对列强的竞争，我深知我们的祖国还是发展中国家，党的为我们描绘了宏伟的民族复兴蓝图，刚刚结束的三中全会更是发出了深化改革的最强音，我们正在从大国向强国不断奋进，在这条道路上还需要几代人的不懈努力。

当代中国面临的挑战正是我们中国少年面临的挑战，新的形势和任务正期待着我们新一代的少年，期待着我们发扬崇高的爱国主义精神，确立改变中国面貌的志向与决心，掌握富国强国的现代化知识和技术。我们要继承一二九运动的精神，坚定理想信念，坚持认真学习，刻苦磨砺，才能真正无愧于这个伟大的时代。

我们每一位同学的心中都有一份火热的爱国情，可是，你们是否知道怎样做才算是真正的爱国者？傅雷先生在他的家书中曾告诫他的儿子傅聪说，“热爱祖国就要对祖国尽自己的责任。”作为21世纪的青少年，爱国最基本的前提就是了解祖国的悠久历史、壮丽山河和灿烂文化，进而热爱家乡、美化校园、关心身边的每一个人。这样，你才能用行动去证明自己是爱国的。著名教育家陶行知说过：“今天多做一份学问，多养一份元气，将来就能为国家多做一份事业，多尽一份责任”。

同学们，少年智则国智，少年强则国强，少年进步则国进步，

我们是祖国的希望，祖国的未来必将属于我们。“天下兴亡，匹夫有责”，作为学生，我们要珍惜时间，刻苦学习，努力拼搏。我相信，只要我们志存高远，就一定能取得优异的成绩。让我们踏着先行者的脚步奋勇前进，让“一二九”运动这面爱国报国的旗帜在我们心中高高飘扬。让我们用少年梦托起中国梦的美好明天，我们要为中华民族的伟大复兴而读书！

国旗下讲话预防疾病讲究卫生篇七

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。

人感染h7n9禽流感会有哪些症状呢？同学们知道吗？一般表现为流感症状，如发高烧，咳嗽，少痰，呼吸困难，伴有头痛、肌肉酸痛和全身不适等。

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：

- 1、每天开窗通风，保持室内空气新鲜，尤其教室，但也要避免穿堂风，以免着凉。
- 2、尽量不到人口密集、空气污染的场所去，如大型超市、肯德基店、游乐场所、影剧院等。
- 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、牙刷等物品。养成良好的个人卫生习惯。

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；小学生每天要保证十小时的睡眠时间。

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。适量服用预防药物，如板蓝根、玉屏风散颗粒或吃醋浸大蒜头等方法预防。

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。

最后，还要特别提醒同学们一定要重视预防，如出现发高烧时，一定要及时到正规的医院进行检查治疗。愿各位老师和同学们都有一个美好的春天，都有一个健康的体魄。

国旗下讲话预防疾病讲究卫生篇八

老师们、同学们：

自六月份以来，全国共有40余名中小學生溺亡，其中济南市有两名，看到这样的消息，令人万分悲痛！上周，我们的市长刘天东市长专门对暑假前学生安全教育做出了重要批示：要求全市各学校在暑假前集中开展好学生安全教育，特别是消防和防溺水方面的教育，同时向广大家长发放一封信，要求家长做好孩子的安全教育，确保安全。为此，经学校研究决定，今天由我做暑假前安全教育的国旗下讲话，希望大家严格遵守学校提出的要求：

1、不携带危险品入校。前期，学校经检查发现个别同学携带火机、香烟、手机、管制刀具到校，请各班主任本周对本班进行一次检查，发现有违纪的同学要严肃处理，并在放假前加大监控力度，确保安全。

2、爱护公物。上周，有同学故意破坏凳子和卫生间的开关，总务处已经查到几个了，并进行了严肃批评，在接下来的这段时间里，请大家把精力用在学习上，严禁破坏公物。

3、中午校外安全。个别学生中午不回家吃饭，在小吃街随便吃点垃圾食品，就聚集到某个学生家中或者到不该去的地方。请各班主任加强管理，发现问题及时与家长沟通。

4、校内活动安全。请同学们在课间、体育课、课外活动和社团活动等活动时间，按老师的要求进行活动，不要追逐打闹，防止受伤。5、防溺水。做到“六不准”：即不准私自下水游泳；不准擅自与他人结伴游泳；不准在无家长带领的情况下游泳；不准到无安全设施、无救护人员的水域游泳；不准到不熟悉的水域游泳；不准不会水性的学生擅自下水施救。如发现其他同学私自外出游泳或到水边游玩，要及时制止，并向家长报告。

6、防雷雨。雷雨天气要留在室内，不要外出，避开大树或者危险建筑物，不要在危房及周边停留，以防遭到雷击或埋压。

7、交通安全。不在马路上游玩、不横穿马路、不闯红灯，过交叉路口等要注意过往车辆，靠右行走。乘坐汽车和校车要系好安全带，车辆行驶中不要将头、手、身体伸出窗外，不要乘坐三无和超载车辆。不准未满十二周岁的学生骑自行车上路，不准未满十六周岁的学生骑电动车上路，骑车时不打闹，不并行，不逆向，不带人。

8、饮食卫生安全。少去或不去人多的公共场所，不买街上三无食品和垃圾食品，不喝生水，不吃变质腐烂食物，吃瓜果

要洗干净，吃冷饮要适量，不暴饮暴食。

9、防触电和消防安全。在家不玩火，不乱拉电线，不乱动插座、电器开关，不使用燃气，以免引起火灾。如发现火灾，要赶快告知家长或拨打119。

10、网络安全。绝对不浏览黄色和暴力等不健康网页；不要沉迷于电子游戏。严禁进入“网吧、游戏机房、歌厅、舞厅、台球房”等娱乐性场所。

11、外出活动安全和在家安全。有事外出或参加活动，须向家长打招呼，家长要掌握孩子活动的时间和地点。外出活动要有家长带领，不要随便与陌生人外出游玩，不到安全无保障的危险地点游玩。不要轻信陌生人，不认识的人不要让他们进门。同学们：以上是学校对大家的要求，更是关爱，请大家一定要认真遵守，希望大家都平平安安成长，快快乐乐学习。谢谢大家！

国旗下讲话预防疾病讲究卫生篇九

老师们、同学们：

大家上午好，我今天讲话的主题是《预防春季疾病》。

春天到了，风和日丽，万物复苏。春季是一个充满活力的季节，人们户外活动增多了，但是，随之而来也增加了疾病的传播机率。今天，借此升旗仪式机会，向同学介绍一些预防春季传染病的基本常识。

由于春天风大，温度变化无常，主要病症有以下两种：一是上呼吸道感染。俗称“伤风”，“感冒”，早期症状有咽部不适、打喷嚏、鼻塞。春季感冒多半是由病毒引起的，因此，不能不吃药，任凭人体抗，要及时去就诊，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，也不要自作主张乱用药，应及时去就诊，处理得当能避免进一步的皮肤感染。

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：

- 1、春天气候冷暖不定，不要急着脱棉衣，当心着凉；
- 2、要保持居住环境的空气清洁和流通；
- 3、常用清水洗脸洗手，勤剪指甲，勤换衣物；
- 4、坚持锻炼身体，多吃新鲜的水果和蔬菜，少吃多脂肪和多糖份的食物。

最后，我代表七年二班呼吁大家：学校是人群聚集的场所，请每位同学讲究个人卫生，爱护校园卫生环境，祝愿每一位同学和老师都能拥有一个健康体格！谢谢大家！