

2023年预防春季传染病国旗下讲话演讲稿 国旗下讲话稿春季传染病预防(优质5篇)

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。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。

预防春季传染病国旗下讲话演讲稿篇一

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家早上好！天气渐渐冷了。随着气温的降低，细菌、病毒等更容易存活，我们要特别注意呼吸道疾病等传染病的预防。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。
- 2、保持室内空气清新。虽然天气比较冷，但在每天上课前、课间，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，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、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。

最后祝老师们、同学们健健康康度过每一天！

预防春季传染病国旗下讲话演讲稿篇二

时光在我们在身边不停息的流逝，没有谁能挽留，更没有人能阻碍它的离逝。我们早习惯在失去的下一秒才会懂得珍惜，但新的时间就在我们的叹息中偷偷的离去，一去不复返。去一个我们永远也到不了的地方。

转眼之间，很多时光已经从我的身边流逝。一天天浑浑噩噩的度过，找不到自我的价值，不明白自我整天该干什么。一个人在学校里转来转去，没有方向。每一天重复这单调的生活，平淡无期。在教室里发呆一节课一节课的那么度过，等到一个学期结束的时候才明白自我已经落后了太多太多，红灯高挂总是一个学期的结尾。下一个学期依然这样，这样反反复复已经伴我走过了二十多年的时光了。以往也想过发奋图强，也以往幻想自我站在高高的领奖台上放肆的笑。但这些都是那么短暂，那么梦幻。就像一个透明的泡泡，从生成到破灭只是转眼之间，而我能做的只是呆呆的看着它的过程到头来一无所获。

有时候感觉小的时候是最幸福的，有许多许多的幻想，有许多许多的朋友在身旁，有许多许多有意思的事……小的时候我们不用研究未来，那时候总是感觉未来很遥远，离我们太远太远，就像我们的生命一样长；我们也能够不顾及一切的做自我喜爱的事情，不用研究后果；我们更不用每一天戴着伪善的面具疲惫的挣扎与社会的勾心斗角中。自由自在没有束缚的成长，没有顾虑，没有城府。此刻有时想起以前的事情感觉自我的很傻，但也很天真。那是每一天行走在由钢铁铸造的城市的人永远做不到，也许他们也以往很天真很傻，可是此刻他们永远回不去以前，永远，永远。

但孤独的时候没有人陪伴。一个人一个影子在学校里孤独的徘徊，孤单寂寞。

长大的我们与从前的梦想越走越远，我们也再也不相信童话里的浪漫故事。梦想被现实打击的支离破碎，没有什么能够把它们重新粘在一齐。那些以往的梦想只能藏在内心深处，也许当我们老去的时候，当我们将要离去的时候那个梦想将是我们一生的遗憾；童话故事变的不真实，白马王子遥不可及，白雪公主令人却步。那些童话故事也许只是给儿童说的话，但当我们长大以后才发现我们根本就不会有童话故事里的美丽感情，那些都是一个美丽的幻想。离我们是那么的遥远。

越长大越孤单，我们每一天都在不安中长大，梦想的翅膀折断，美丽的童话变得不现实，未来变的遥不可及。一切的一切我们都困扰这我们使我们变得脆弱变得绝望。也许这就是成长的代价，这都是必然的。

预防春季感染病国旗下讲话演讲稿篇三

“大千世界无奇不有”，这句话就是讲的是人类的共同生存地——地球。地球五彩斑斓，地球充满乐趣，对，这倒有提醒了我，在我的心目中，世界是多彩的，世界是美丽的！

春天，万物复苏，大地回春，春姑娘也睁开朦胧的睡眼，为世界各地带去绿意，鲜花齐放。鸟儿欢鸣，到处是一片生机勃勃的景色，小燕子们当然也不错过这个机会，从南方赶回来，为人们献上春的合唱，此时的燕儿就像一个报喜员，来给人们送贺春天的喜庆。人们都脱去了厚厚的棉袄，穿上了薄薄的衣服，我想，此时此刻，最高兴的应当是小朋友们吧，应为他们能够不再担心天气太冷会冻着了，能够敞开玩耍，在草地上打滚儿，摘鲜花，扑蝴蝶儿等等！

夏天，太阳公公露出红通通的脸蛋，天气热了起来，小孩子们都躲在家里，看着电视，吃着雪糕，有些个调皮的捣蛋

鬼不时还会三五成群偷偷地到小河里去游泳呢，你向我洒点水，我又要逗你一下，这应当也就是孩子们简单的欢乐吧！回到家里，还会看见自家的小狗迎面而来，摇着尾巴，张着嘴直哈气，好像在说：“小主人，这天气可真是太热了，你下次要是要去游泳，也把我带着吧！”

秋收过后当然又是美丽的冬天了，雪花们纷纷扬扬地从天空中飘落下来，不多久，大地便呈现出一片银色的景象，把花草、树木和村庄全都盖住了，此刻这个时候树木，要不是秋天叶儿落掉，它也许就不可能熬过这寒冷的冬季。等雪停了，屋外面又会陆陆续续地聚集一些人，有大人，也有小孩，大人们说说笑笑，小孩们就在一旁打起了雪仗，还堆起了雪人儿，他们可开心了，欢声笑语也都聚集在了那里。

所以我认为，春天是生机勃勃的绿色；夏天是喜气洋洋的红色；秋天是盈车嘉穗的金黄色；冬天是收后欢快的银白色，可是我还认为世界不仅有这些颜色，还有更多的美丽色彩！

我眼中的世界，五彩斑斓，是一幅美丽的五彩画卷！

预防春季传染病国旗下讲话演讲稿篇四

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、合理膳食，增加营养，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；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，增强体质。

- 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；

- 4、每天开窗通风，保持室内空气新鲜，尤其宿舍、电脑室、教室等；
- 5、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，以免抗病力下降；
- 6、不食、不加工不清洁的食物，拒绝生吃各种海产品和肉食，及吃带皮水果，不喝生水。不随便倒垃圾，不随便堆放垃圾，垃圾要分类并统一销毁。
- 7、注意个人卫生，不随便吐痰，打喷嚏；
- 8、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；
- 9、避免接触传染病人，尽量不到传染病流行疫区；
- 10、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、地面用含氯消毒剂喷洒、擦拭。

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。

预防春季传染病国旗下讲话演讲稿篇五

各位老师，各位同学：

大家好！

许多人对“感冒”的概念并不清楚，存在许多误解。实际上“感冒”、流感(流行性感冒的简称)、上感(上呼吸道感染的简称)的概念是不同的，预防和治疗的方法也不完全一样。感冒和流感虽然都是由病毒感染呼吸道引起的，但它们是两

种不同的疾病。

1、两种疾病的病原体不同。流感由流感病毒引起，流感病毒包括甲型、乙型和丙型三种；普通感冒可由多种病原体引起，如鼻病毒、腺病毒、细菌及支原体等，一般人在受凉、雨淋、过度疲劳后，因抵抗力下降时容易发病。

2、两种疾病的临床表现不同。与流感相比，普通感冒主要表现为打喷嚏、流鼻涕等上呼吸道症状，全身症状较轻，不发热或仅有低热，一般3至5天痊愈。流感的表现全身症状较重，突然畏寒、发热、头痛、全身酸痛、鼻塞、流涕、干咳、胸痛、恶心、食欲不振，婴幼儿或老年人可能并发肺炎或心力衰竭。中毒型流感病人则表现为高热、说胡话、昏迷、抽搐，有时可以导致人死亡。

3、流感与普通感冒的传染性不同。流感病毒存在于病人的呼吸道，在病人咳嗽、打喷嚏时经飞沫传染给别人，流感的传染性很强，由于这种病毒容易变异，即使是患过流感的人，当下次再遇上流感流行，仍然会感染，所以流感容易引起暴发性流行。普通感冒较流感传染性要弱得多，往往是个别出现，很少像流感流行那样病人成批大量出现。

6、在一定条件下，流感可能大流行或暴发。当流感病毒发生变异产生新的亚型时，由于人群普遍缺乏免疫力，可以发生跨越一省、一国、一个大洲，乃至遍及全世界的流行，称为大流行或世界大流行。在流感流行季节经常会发生在一个局部地区或单位，特别是学校和托幼机构，短时间内突然有很多人发病称为暴发。

(二)流感的预防

遇到流感初起，症状轻微的病人，可以用生姜、红糖、葱白熬水服用，对预防流感和治疗有一定的作用。而较重的病人应及时送医院治疗。根据病人情况，给予解热镇痛和抗病毒

等对症治疗。高烧病人注意补液，防止脱水。对某些患有慢性呼吸道疾病的病人，患上流感后，除给予抗病毒治疗外，还应预防性的给予抗菌治疗。严重并发症的根据情况进行综合性治疗。

预防小常识

- 1、流感流行季节，应避免到人多的公共场所去，必要时应戴上口罩。
- 2、注意保持室内空气的流通，开窗通风。
- 3、注意休息，不要劳累。
- 4、可注射流感疫苗。
- 5、应注意个人卫生，勤洗手。流感病毒虽然是经飞沫空气传播，但病人的手如果接触了自身的唾沫、鼻涕等，又去接触其他东西，很容易污染被他接触的东西。此时，如果你再去接触了这些东西，就很容易被传染上，所以，一定要勤洗手，注意个人卫生。
- 6、在饮食上应注意清淡饮食，多吃含维生素丰富的食物，如蔬菜、瓜果等。
- 7、多喝水，加强排泄
- 8、加强体育锻炼，注意增减衣服。

流感并不可怕，我们应该正确看待它，自己和家人患上流感后，不要惊慌，但也不要自己随使用药，应该及时到医院就医，这样才能有比较好的愈后。