**学校冬春季呼吸道传染病防控**

老师、同学们：

大家好！今天我国旗下讲话的内容是《冬春季呼吸道传染病预防控制》

目前已进入冬春季呼吸道传染病防控的重点时期。根据闵行区疾病预防控制中心提供的监测数据，近期多所学校有聚集性发热、流感疫情发生，特别是以甲型H1N1为主导的流感疫情有上升态势。

**冬季是呼吸道传染疾病的高发季节，学校是人群高度聚集的场所，如果不**注意个人卫生和环境卫生，加之身体抗病能力较差，就会患病尤其是一些传染性疾病。但只要同学们了解掌握传染病常识，我们就可以做到早防治。

1、加强晨检，对因病缺课有发热、头痛、流涕、鼻塞等症状的学生及时发现、及早隔离、及早诊治，发热的学生应劝其不要来校，进行居家观察或医院就诊。流感样病例症状须消失后48小时方可返校。同一班级１天内发生３例及以上，或连续３天内发生５例以上，必须及时上报社区卫生服务中心。

2、净化环境、保持室内空气清新。班主任安排专人负责落实教室开窗通风，做到每天两次，每次不少于10分钟；

3、加强锻炼，增强体质：体育锻炼可增强血液循环，提高免疫力，我们每天的大课间对增强体质预防疾病十分重要，所以希望同学们没特殊情况都要参加。

4、避免受凉：当人体受凉时，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。出门在外要尽量站在空气通畅的地方，同时尽量少到拥挤的公共场所，减少传播风险。

5 、有规律的作息时间：充足的睡眠能消除疲劳，调节人体各种机能，增强免疫力。

6 、冬季干燥，应多喝热开水。多吃些新鲜的蔬菜，水果以补充维生素，尤其是维生素C还具有一定的抗感冒的作用。