

# 四年级小学生防疫安全手抄报内容5篇(最新)

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/zhishi/a/168468074116014.html>

范文网，为你加油喝彩！

穷山僻壤-600字叙事作文



2023年5月21日发(作者：六年级数学教案)

1.四年级小学生防疫安全手抄报内容：预防流感病毒的方法

1.提高自身免疫力。可以通过锻炼身体，提高身体免疫力，抵抗病毒。正常的工作、生活，学习应劳逸结合，过分疲劳，导致抵抗力下降、极易感染病毒性感冒。加强营养，均衡饮食，饮食宜清淡，要多食富含高维生素的蔬菜、水果，儿童不宜进食冷饮。

2.坚持用冷水洗脸，增强鼻粘膜对空气的适应能力。及时掌握天气变化，根据天气添衣御寒。同时，加强体育锻炼，增强适应环境的能力和身体的免疫力。

另外，在感冒流行期间，尽量少去人口稠密的地方，经常洗手。当身体稍感不适，轻度口干，鼻塞时就立即吃药，多喝水，注意保暖和休息，使病情及时好转。

3.空调使用空调前前应先清洗，避免当中的大量病菌随风吹出;室温控制在24℃以上，保持室内外温差不超过7℃，避免体温调节中枢负担加重;睡觉时注意空调或电扇勿直吹头部等。

4.夏季出汗多、消耗大，应补充足够的营养以提高机体抵抗力。可适当食用鱼、肉、蛋、奶和豆类食品补充蛋白质，多食用新鲜蔬果以摄取维生素C，以及多吃些清热利湿的食物，如苦瓜、桃子、黄瓜、绿豆等。

5.服用预防药物后，一般可使感冒的发病率降低50%左右。另外，体质较弱的人也可以提前注射疫苗来预防感冒。

6.注意卫生，清洁卫生要注意，防止病从口入。勤洗手、洗澡，勤换衣，勤晒被褥，房间经常通风。身边如有感冒患者，注意保持距离!感冒高发季节，尽量少到人员密集场所。

7.学习相关知识，了解流行性感冒的预防和防治，发现感冒及时就医，以免延误病情，同时需卧床休息，注意保暖，减少活动，多喝水。

## 2.四年级小学生防疫安全手抄报内容：如何预防流感

1、常洗手。病毒可以在患者手摸过的地方存活3个小时，所以你应经常洗手。

2、小心封闭的空间。空气不好的办公室、教室等是很容易传染上感冒的地方。

因此我们应该做到每天让办公室教室等人多的空间多通风。也可以用淡盐水使你的鼻子经常保持湿润。

3、大量喝水。大量的水可以将病毒从你身上冲走，并防止脱水症的发生，而脱水症则是感冒的并发症之一。

4、不要总揉你的鼻子。揉鼻子容易把手上的病毒直接揉在你身上这个最易被传染上的地方。

5、别老坐着不活动。每天进行30—45分钟的有氧锻炼。如散步、骑车、跳舞，都可以极大地增强你抵御感冒的能力，避免患上呼吸道传染病。

6、多吃维生素E和C。维生素E在人的免疫系统中占有重要的地位，但它多存在于动物脂肪和植物油当中，所以那些不爱吃肉、吃油的人摄入得少。他们需要补充一些维生素E类的食品。维生素C有减轻感冒症状及程度的作用，所以可以口服一些，但别过量。

### 3.四年级小学生防疫安全手抄报内容：传染病的预防性措施

控制传染病效的方式在于防控，由于在传染病的三个基本条件中：传染源，传播途径和易感人群，缺乏任何一个都无法造成传染病的流行，所以对于传染病预防也主要集中在这三个方面：

1.控制传染源：这是预防传染病的最有效方式。对于人类传染源的传染病，需要及时将病人或病源携带者妥善的安排在指定的隔离位置，暂时与人群隔离，积极进行治疗，护理，并对具有传染性的分泌物，排泄物和用具等进行必要的消毒处理，防止病原体向外扩散。然而，如果是未知传染源，特别是动物担任的传染源，由于其确定需要流行病学的因果推断和实验室检测结果上得到充分的证据，有的时候并不是很容易得到确切结果，尤其是突发急性传染病发生时，想要短时间内锁定传染源更是困难。不过，一旦确定传染源后，需要及时采取高效的措施控制传染源，以保证传染源不会继续将病原体向易感人群播散。

2.切断传播途径：对于通过消化道传染病、血液和体液传播的传染病，虫媒传染病和寄生虫病等，切断传播途径是最为直接的预防方式。主要方式在于对于传播媒介阻断，消毒或扑杀。如对于污染了病原体的食物或饮水要进行丢弃或消

毒处理，对于污染了病原体的房间或用具要进行充分的消毒，对于一次性的医疗用品在使用后要及时进行消毒或焚烧等无害化处理，在虫媒传染病传播季节采取防蚊防虫措施等。同时，对于高危人群的健康教育干预手段也是极为必要的，如促进静脉注射吸毒人群对使用针具进行消毒，对会发生高危性行为的人群进行安全套使用的宣传教育等。如今预防甲型H7N9流感病毒的方法也仍然是注意基本卫生，勤洗手，戴口罩，吃肉要煮熟——虽然是老调重弹，但仍然是切断传播途径

2

最有效的方式。

3.保护易感人群：保护易感人群也是传染病预防重要组成部分，而且往往是较为容易实现的预防方法。对于已经有预防性疫苗的传染病，给易感人群接种疫苗是最为保险的方法，如婴儿在出生后进行的计划免疫，对于传染病医生，护士，从事传染性疾病研究的科研人员和从事禽类养殖工作的人员等接种相应的疫苗。历，人们利用高效的疫苗已经成功的攻克了天花，证明对于易感人群的保护在传染病防治上起到了重要角色。

#### 4.四年级小学生防疫安全手抄报内容：预防传染病的10个小常识

1、经常洗手。您是否知道微生物可以在惰性表面生活几分钟到几个月?想象一下，这些致病微生物可以生活在计算机键盘里，电开关上，甚至在人行道的扶手上!令人惊讶的是，大多数人不知道有效洗手是的预防措施。疾病预防控制中心建议使用肥皂和水彻底清洗，然后用纸巾擦干手。在没有流动水的地方，基于酒精的凝胶可以满足洗手的要求，尽管它不如肥皂和水好用。

2、不要共享个人物品。牙刷，毛巾，剃刀，手帕和指甲刀都可以是传染因子(细菌，病毒和真菌)的来源。在幼儿园，孩子通常会被教导共享玩具，但要学会控制自己的手。尝试记住不要把自己的个人物品与别人共享。

3、咳嗽和打喷嚏时掩住嘴。本着同样精神，良好的个人卫生习惯不仅包括个人清洁，还包括在咳嗽和打喷嚏时掩住嘴巴的传统做法。为什么这在没有生病时也很重要？因为对于大多数传染，致病微生物在症状出现很久之前就已经开始增长和分裂。咳嗽或打喷嚏可以通过空气传播这些病菌。建议用手臂，袖子遮住嘴，而不是用手。

4、注射流感疫苗。人体免疫系统被设计的具有“记忆”先前感染的功能。当身体遇到了以前引起感染的微生物时，它会提高生产白血细胞和抗体，以防止第二次感染。因此，通过接种疫苗，可以欺骗身体，让它认为曾经感染过某些特定微生物，从而提高自己的传染病防御能力。

5、使用安全烹饪方法。不良食品制作和饮食习惯常常是造成食物性疾病的原凶。事实上，微生物喜欢所有食品，特别是放在室温环境下时。冷藏可以减缓或阻止大部分微生物生长。给熟食和生食准备单独的砧板，并在吃之前确保清洗所有水果和蔬菜。

3

6、做聪明的旅行者。在旅途中很容易感染传染病，特别是在欠发达地区旅游时。如果旅游目的地的水值得怀疑，请务必准备安全水源，如瓶装水用来饮用和刷牙。吃煮熟的食物，避免生吃水果和蔬菜。建议根据旅游目的地更新所有免疫接种。

7、安全性行为。性传播疾病可能是最容易预防的传染病。聪明的采取有关安全性行为(使用安全套)，可以预防把传染性细菌或病毒从一个人传播到另一个人。

8、不要抠鼻子(或嘴和眼睛)。它不仅是一种社会禁忌，也会导致各种疾病传染。环顾四周，会发现许多人把手放在自己的脸上。许多微生物喜欢鼻子温暖和潮湿的环境，以及眼睛和嘴巴的粘膜覆盖表面等。避免触及这些区域，就很容易

预防传染病。

9、谨慎接触动物。动物传染给人的疾病叫做“动物传染病”，它比人们知道的还要普遍和常见。如果养有宠物，应确保它们获得定期检查，接种疫苗。

10、收看新闻。很好的了解当前发生的事件，可以帮助你对旅游和其他娱乐活动做出明智决定。例如，曾经在亚洲发生的禽流感就值得引起你的注意。

#### 5.四年级小学生防疫安全手抄报内容：如何预防传染病

疫苗接种：是一种为可能被感染的人创造免疫力的积极方法。必须在患者健康时根据一般疫苗接种计划进行疫苗接种。接种率越高，社区免疫人数越多，传播疾病的难度就越大。

个人卫生：每天在进食前和上厕所后，与物体接触后洗手，保持口腔卫生。定期清洗，以防止皮肤感染。旅行时和拥挤时戴口罩。保持足够的睡眠。

食品安全和卫生：吃熟食，喝白开水，处理当天吃剩下的食物（例如冷藏），防止苍蝇进入食物，切菜板要生熟分开。这些措施有助于预防霍乱，痢疾，伤寒等胃肠道疾病。

环境卫生：通过昆虫叮咬来预防胃肠道疾病的传播。有必要清除传播疟疾和登革热的蚊子的繁殖地。饮食和生活提供干净的水源。需要收集和处理人类和卫生废物。在附近的鱼塘喷洒化学物质以杀死蚊子和苍蝇。容器、水槽，不要存水以限制蚊子滋生地点。

发现传染病患者，需要到医疗机构进行诊断和治疗。该治疗将帮助患者迅速康复，避免病情恶化和死亡风险，减少疾病传播给社区其他人。



更多 在线阅览 请访问 [https://www.wtabcd.cn/zhishi/list/91\\_0.html](https://www.wtabcd.cn/zhishi/list/91_0.html)

文章生成doc功能，由[范文网](http://www.wtabcd.cn/fanwen/)开发