

2024-2025 学年第一学期安全主题班会教育记录

时间		周次	第 1 周	班级	
记录人		教育主题	秋季开学安全第一课		
教育内容	<p>秋实丰硕做伊始，起步轩昂再向前。秋已至，夏未央，我们迎来了 2024 年秋季学期。新学期，新起点，新希望，同时也伴随着新的安全挑战。无论是在校园里，还是在上下学的路上，或者是在日常生活中，安全问题都时刻围绕着我们。今天，我们开启秋季开学安全第一课，就是要让大家重新绷紧安全这根弦，提高安全意识，掌握安全知识和技能，为我们的新学期保驾护航。</p> <p>一、平安上学路，安全每一天</p> <p>遵守交通规则，靠右行走； 过马路遵守信号灯，走斑马线或过街设施； 乘坐公共交通工具时，在指定地点候车，有序上下车； 未满 12 周岁严禁骑自行车上路，未满 16 周岁严禁骑电动车上路。</p> <p>二、防患于未“燃”</p> <p>禁止学生携带火柴、打火机等易燃易爆物品进入校园； 实验课遵守实验室安全操作规范，要在老师的指导下使用实验室设备； 认真参加学校组织的消防演练活动，认识常见的消防安全标志。</p> <p>三、“食”刻关注，健康守护</p> <p>养成良好的饮食习惯，饭前便后洗手，细嚼慢咽，不偏食节食； 校内就餐时，要有序排队，就餐时保持间距，不推挤不打闹； 不饮用不洁净的水或者未煮沸的自来水； 不购买“三无”食品，不买街头无证照商贩出售的食品。</p> <p>四、严防秋季传染病</p>				

讲究个人卫生，勤洗手、勤洗澡、勤换衣，不随意用手揉眼睛。

保持良好的卫生习惯，做到居室卫生常打扫、通风、消毒。

五、时时刻刻防溺水

教始终做到“六不”：不私自下水游泳；不擅自与他人结伴游泳；不在无家长或教师带领的情况下游泳；不到无安全设施、无救援人员的水域游泳；不到不熟悉的水域游泳；不熟悉水性的学生不擅自下水施救。

严禁去水库、河流、湖泊、池塘等野外水域玩耍。孩子外出时，家长要做到“四知道”：知去向、知内容、知同伴、知归时。

六、网络不沉迷，诈骗要远离

开学后在校期间不上网。

牢记“三不一多”，即：未知链接不点击，陌生来电不轻信，个人信息不透露，转账汇款多核实。

七、向校园欺凌说“不”

严禁孩子携带刀具等危险物品进入校园，在学校或学校周围遇到可疑人员应及时向老师或学校保安报告。

发现或遭遇欺凌时，一定要及时向家长和老师报告、寻求帮助。

2024-2025 学年第一学期安全主题班会教育记录

时间		周次	第 2 周	班级	
记录人		教育主题	课间安全教育		
教育内容	<p>同学们，下课铃声一响，安静的校园顿时沸腾起来了，这沸腾也成了学生校园伤害事故的高发时段。为了保证同学们在课间活动的平安，保护好自己，我们一起学习“课间十分钟、安全在心中”安全知识。</p> <p>一、课间安全隐患</p> <p>1. 拥挤踩踏伤害</p> <p>踩踏伤害主要发生于教室门口、楼道。上下课时，学生大量聚集到教室门口、楼道，加上小学生年龄小，安全意识差，拥挤现象难以避免。</p> <p>2. 追逐打闹伤害</p> <p>小学生精力旺盛，好运动，特别是男同学常会为了芝麻大的小事，满教学楼追逐打闹。在追逐过程中，跑在前面的常常会不由自主地回头探看。</p> <p>3. 危险游戏伤害</p> <p>这是课间活动时学生伤害事故的多发因素。究其原因，一是游戏本身隐含了危险因素；二是游戏的地点常常不是在宽阔的操场，而是在教学楼的走廊上、教室前，尤其是有障碍物的场所，更容易伤人。</p> <p>二、课间安全注意事项</p> <p>1. 上下课通过楼道和楼梯间时，不要奔跑、拥挤、打闹和做恐吓同学的恶作剧，防止拥挤踩踏事故发生。</p> <p>2. 课间不拿剪刀、小刀、钢笔、三角尺等坚硬物品做游戏，更不能把管制刀具、仿真枪带入校内。</p> <p>3. 课间运动不要太剧烈，严禁追逐打闹，特别是在上洗手间时不要奔跑，避免撞伤或摔伤。</p>				

4. 不跳楼梯，不从高处往下跳，不爬栏杆，不滑扶手，不做有危险的活动。课间在楼梯和走廊一律靠右慢行，禁止大喊大叫，雨雪天气地面湿滑要小心，同学之间严禁推搡。

5. 课间同学之间发生纠纷，要及时报告班主任或任课教师，把矛盾化解在萌芽状态，防止矛盾激化发生打架斗殴事件，造成不良后果。

6. 防磕碰。由于教室空间比较狭小，所以严禁在教室中追逐、打闹，严禁做剧烈的运动和游戏，防止磕碰受伤。

7. 防坠落。教室在二楼以上时，严禁学生将身体探出窗外或栏杆外，谨防不慎发生坠楼的危险。

8. 防挤压。严禁过猛开关教室的门、窗户，一定小心避免门窗夹到手。

9. 防火灾。严禁将打火机、火柴等火源带进校园，严禁在学校里随便玩火，更不能在校园里燃放烟花爆竹。

10. 防意外伤害。刀、剪刀等锋利、尖锐的工具，笔、大头针等文具，用后应妥善存放，严禁随身携带，不随意放在桌子上、椅子上，以防意外伤害。

11. 发现有同学受伤要及时告知就近的老师！

2024-2025 学年第一学期安全主题班会教育记录

时间		周次	第 3 周	班级	
记录人		教育主题	防溺水安全教育		
教育内容	<p>同学们，虽已进入秋天，但溺水事件仍处于易发期、高发期，要时刻紧绷“安全弦”，嬉水，河边玩耍，游泳等极易引发的意外溺水事故，一起来学习秋季防溺水安全知识。</p> <p>一、预防溺水的措施：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 中小学生在成年人的带领下游泳； 2. 中小学生不能独自在水塘边、小河边等玩耍；特别要注意的是，不要去那种没有人去的水塘以及水草较多的地方； 3. 不能去竖有禁止游泳牌子的地方游泳，需要在有成年人陪伴的情况下去正规泳池游泳； 4. 不会游泳者，不能去水较深的区域，谨防溺水事件发生。不会游泳者，身边要有成年人陪同，哪怕有游泳圈也不行； 5. 在游泳前要做好充分的准备活动，以防在水里抽筋。 <p>二、发现有人溺水时的救护方法：</p> <p>方法一：可将救生圈、竹竿、木板等物抛给溺水者，再将其拖至岸边；</p> <p>方法二：若没有救护器材，可入水直接救护。接近溺水者时要转动他的髋部，使其背向自己然后拖运。拖运时通常采用侧泳或仰泳拖运法。</p> <p>特别强调：未成年人发现有人溺水，不能冒然下水营救，应立即大声呼救，或利用救生器材施救。</p> <p>三、岸上急救溺水者：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 迅速清除溺水者口、鼻中的污泥、杂草及分泌物，保持呼吸道通畅，并拉出舌头，以避免堵塞呼吸道； 				

2. 将溺水者举起，使其俯卧在救护者肩上，腹部紧贴救护者肩部，头脚下垂，以使呼吸道内积水自然流出。但不要因为呛水而耽误了进行心肺复苏的时间；
3. 进行口对口人工呼吸及心脏按摩；
4. 尽快联系急救中心或送去医院。

2024-2025 学年第一学期安全主题班会教育记录

时间		周次	第 4 周	班级	
记录人		教育主题	中秋假期前安全教育		
教育内容	<p>亲爱的同学们，在这个即将迎来中秋佳节的美好时刻，我们首先要向大家致以节日的问候。中秋假期是我们放松和与家人团聚的好时机，但在享受假期的同时，安全问题绝不能忽视。</p> <p>一、交通安全</p> <p>中秋假期出行人流多，车辆多，遵守交通规则，提高安全意识，是规避风险的不二准则。</p> <p>1. 行走安全：不在马路边、车辆多的地段玩耍；遵守交通规则，过马路走人行横道线，红灯停、绿灯行；过没有红绿灯的人行横道线时一停、二看、三匀速通过；</p> <p>2. 乘车安全：拒绝乘坐三无车辆、超载车辆；不乘坐副驾驶座；乘坐公用交通工具应遵守乘车纪律，上下车应等车辆停稳；下车后等车子开走再行走，切忌从车头绕行；</p> <p>3. 骑车安全：未满 12 周岁，不能在道路上骑自行车；不打伞骑车，不脱手骑车，不骑车带人，不骑“病”车。</p> <p>二、居家安全</p> <p>(1) 不在飘窗或阳台上玩耍；</p> <p>(2) 不用湿手或湿布触碰家用电器；</p> <p>(3) 不给陌生人开门；</p> <p>(4) 不往窗外抛物；</p> <p>(5) 规范使用燃气设备并注意开窗通风；</p> <p>(6) 不玩火，发现火情，及时拨打 119。</p> <p>三、消防安全</p> <p>1. 家庭消防安全</p> <p>(1) 学会使用家用电器；</p>				

(2) 不要私自玩电，特别是当家里没有人时，一定要把所有的电源都关闭或拔掉；

(3) 不要乱插、私接电源，特别是不要用湿手去插电源插头；

(4) 使用燃气灶要注意安全，用完后，要随手关阀门，同时特别要注意用液化气做饭、烧水时要专心看守，以防水把火浇灭。

2. 家庭火灾处理办法

(1) 家中起火，不要慌张，应根据火情及时采取相应措施：如果炒菜时油锅起火，迅速将锅盖紧紧盖上，使锅里的油火因缺氧而熄灭，不可用水扑救；

(2) 房间内起火时，不能轻易打开门窗，以免空气对流，形成大面积火灾；

(3) 纸张、木头或布起火时，可用水来扑救，而电器、汽油、酒精、食用油着火时，则用土、沙泥、干粉灭火器等灭火；

(4) 若火势已大，必须立即报火警。被火围困时，应视不同情况，采取不同方法脱离险境。如俯下身体，用湿布捂鼻。

3. 外出消防安全

(1) 入住宾馆、酒店时，要留意安全出口位置，熟悉逃生方向和路线，了解消防器材存放位置和使用方法；

(2) 外出郊游时，切勿携带打火机、火柴、鞭炮等易燃物品，以免引起火灾；

(3) 不要在标有“高压危险”的地方玩耍；

(4) 遇有火情，请及时拨打 119 报警；发现身边有火灾隐患，请及时拨打火灾隐患举报电话 96119 举报；

(5) 如果身上着火，千万不能奔跑，否则会越烧越旺。可设法脱去衣帽，来不及可撕开扔掉。如再来不及可卧倒在地上打滚，可跳进水源处。倘其他人在场，可用湿麻袋、毯子等把人身上的火包起来，切不可用灭火器直接向着火人身上喷射，因为药

剂会引起伤口感染。

四、逃生指南

前往商场、影院、车站等人群密集场所时，要了解安全出口和逃生通道的位置，遇到突发情况，冷静应对，跟随工作人员指引有序疏散。

五、反诈教育

提高警惕，防范各种诈骗行为。不轻信陌生人，不随意透露个人信息，遇到可疑情况及时向家长或老师求助。

六、网络安全

(1) 约束时间：国家已限制孩子每周只能玩 3 小时游戏，约定好使用手机的时间和次数。

(2) 限定内容：少玩游戏，少刷抖音，少看直播，可以借助互联网来学习，拓展自己的知识面。

(3) 预防诈骗：①不能在任何不可信的网站留下真实的个人信息；②不能告知他人自己的身份证号、银行卡号及密码、手机验证码等；③不能在网络中随便充值、转账、打赏，一旦涉及金钱交易要先取得家长的允许。

七、预防溺水

凉爽的秋季是户外玩耍的好季节，外出时不要到水边玩耍，不靠近海边、水库、池塘、水井、石坑、河道等各种危险水域。

1. 不在江河湖塘等水边、亲水平台、工地水坑等区域玩耍、嬉闹。不捡拾掉入河道等水域的物品，不在江河湖塘边洗手、洗东西、抓鱼虾等。

2. 不私自下水游泳，不擅自与他人结伴游泳，不在无家长带领的情况下游泳，不到无安全设施、无救援人员的水域游泳，不到不熟悉的水域游泳。

3. 发现同伴溺水，立即寻求成人帮助，或打 110、120 电话报警求助，不盲目手拉手或下水施救。

--	--

2024-2025 学年第一学期安全主题班会教育记录

时间		周次	第 5 周	班级	
记录人		教育主题	防欺凌安全教育		
教育内容	<p>同学们，在我们的校园生活中，本应是充满阳光、友爱和欢乐的，但有时却会被不和谐的阴影所笼罩，那就是校园欺凌。为了让我们的校园更加安全、温暖，让每一位同学都能在健康的环境中成长和学习，今天我们就一起来学习校园欺凌安全知识。</p> <p>一、什么是校园欺凌？</p> <p>发生在学校校园内、学生上学或放学途中、学校的教育活动中，由同学或校外人员，长期蓄意滥用语言、躯体力量、网络、器械等，针对学生的生理、心理、名誉、权利、财产等实施的达到某种程度的侵害行为，都算作校园欺凌。</p> <p>二、抵制校园欺凌策略</p> <ol style="list-style-type: none">1、保持高度的警惕性是避免侵害的前提。2、面对不法分子的侵害首先要迅速而准确地作出判断，然后机智勇敢灵活地与其斗争；一是找机会逃跑。二是大声呼救。三是借助一些小动作给自己寻找逃跑的机会。3、积极寻求家长、学校和社会的保护；受到侵害时勇敢地拿起法律武器保护自身的合法利益。 <p>三、抵制校园欺凌的方法</p> <ol style="list-style-type: none">1、不能“怕”字当头。在遇到勒索、敲诈和殴打时不害怕，要敢于抗争。因为这些拦截的不良少年大多和受害者同龄，他们所实行的第一次拦截往往都是一种试探。2、要及时报告。我们也要认识到勒索、敲诈经常是同暴力紧密联系的，我们提倡在“不怕”的前提下与之抗争，但不意味着逞一时之勇，反而造成不必要的伤害。3、要搞好人际关系，强化自我保护意识。这也是防范校园暴力的一条途径，一个有广泛、良好人际关系的学生不容易受到勒索、殴打。				

--	--

4、要慎重择友。要对学生的交友进行教育，鼓励多交品德好的朋友，多交“益友”，不交“损友”，对已经受到暴力侵害的朋友要多安慰，但不宜鼓动或煽动其找人来报复，以免引起更大的争端。

--	--

2024-2025 学年第一学期安全主题班会教育记录

时间		周次	第 6 周	班级	
记录人		教育主题	预防电信诈骗安全教育		
教育内容	<p>同学们，在我们生活的这个时代，科技飞速发展，给我们带来了许多便利，但同时也出现了一些新的危险，其中电信诈骗就是一个不得不防的问题。为了提高大家的防范意识，保护好自己和家人的财产安全，让我们一起学习如何识别电信诈骗，掌握防范电信诈骗的方法。</p> <p>一、电信诈骗知多少？</p> <p>电信网络诈骗是指通过电话、网络和短信等方式，编造虚假信息，设置骗局，对受害人实施远程、非接触式诈骗，诱使受害人打款或转账的犯罪行为。通常冒充他人及仿冒各种合法外衣和形式或伪造形式以达到欺骗的目的。</p> <p>二、常见诈骗手段有哪些？</p> <p>冒充老师诈骗、冒充亲友诈骗、游戏诈骗、儿童电话手表诈骗</p> <p>五、学生应该怎样防诈骗？</p> <ol style="list-style-type: none">1. 手机或仅保留上课必须要用到的 APP，把其他无关的游戏、社交、支付类等 APP 软件全部卸载。2. 现在很多孩子玩游戏，特别在意游戏角色的“皮肤”，于是骗子打着“免费赠送皮肤”的旗号，利用孩子不敢与家长沟通的弱点，诱导孩子偷用家长手机进行转账操作。3. 孩子爱玩游戏，但常因超时被强制退出，骗子就以能解除未成年人游戏限制一步步诱导孩子通过家长手机验证，获取家长钱财。4. 现在很多孩子喜欢追星，特别相信偶像的话，骗子就用当红明星周年回馈粉丝返现活动实施行骗等等。5. 平时和孩子谈谈这些现实的案例，管理好孩子使用的手机。6. 手机上下载反诈骗 App，一定程度预防诈骗。				

--	--

--	--

2024-2025 学年第一学期安全主题班会教育记录

时间		周次	第 7 周	班级	
记录人		教育主题	2024 年国庆长假安全教育		
教育内容	<p>亲爱的同学们，在这个秋高气爽、充满喜悦的季节里，我们即将迎来伟大祖国的 75 岁生日——国庆节。七天的长假，相信大家充满了期待，或许已经计划好了丰富多彩的活动。但在我们享受假期的同时，安全问题绝对不能忽视。</p> <p>一、交通安全</p> <ol style="list-style-type: none">1. 过没有红绿灯的人行横道线时一停、二看、三匀速通过；2. 横穿马路要走斑马线、人行天桥等，不得随意横穿；3. 行走要专心，注意周围情况，切勿边走边看书或看手机。4. 出门游玩、探亲不乘坐三无车辆、超载车辆，不坐非法营运车辆。5. 乘坐公用交通工具应遵守乘车纪律，上下车应等车辆停稳。 <p>二、居家安全</p> <ol style="list-style-type: none">1. 燃气安全用气不离人，离人不用气；2. 不私拉乱接电线，不超负荷用电。 <p>三、消防安全</p> <ol style="list-style-type: none">1. 进入人员密集场所，要留意安全出口、疏散通道位置，查看消防器材、救生器材摆放位置和使用方法，2. 如遇火情，保持镇静，不贪恋财物、不乘坐电梯、不盲目逃生。 <p>四、防拐骗安全</p> <ol style="list-style-type: none">1. 不要轻易相信陌生人，保护好自已的私人信息。2. 不贪图蝇头小利，不轻信中奖等消息。3. 在家关好门，外出锁好门，看好自己的物品。 <p>五、防溺水事件</p> <p>要牢记防溺水措施”六不准”：</p> <ol style="list-style-type: none">1. 不准私自下水游泳。				

2. 不准擅自与他人结伴游泳。
3. 不准在无家长或老师带队的情况下游泳。
4. 不准到不熟悉的水域游泳。
5. 不准到无安全设施、无救护人员的水域游泳。
6. 不准不会水性的学生擅自下水施救。

两会

1. 发现险情会相互提醒、劝阻并报告；
2. 会基本的自护、自救方法。

四牢记

1. 天气再热，不到河塘去降温；
2. 水景再美，不到水中去感受；
3. 水性再好，不去危险区游泳；
4. 别人再劝，不用生命去逞能。

2024-2025 学年第一学期安全主题班会教育记录

时间		周次	第 8 周	班级	
----	--	----	-------	----	--

记录人		教育主题	心理健康安全教育
教育内容	<p>亲爱的同学们，大家好！在我们的成长过程中，有一样东西始终陪伴着我们，那就是我们的心灵。心灵就像一扇窗户，打开它，我们可以看到美好的世界；关闭它，我们可能会陷入黑暗和困惑。今天，我们一起学习心理健康知识。</p> <p>一、正常心理健康的标准</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 有适度的安全感，有自尊心，对自我成就有成就感。 2. 适度地自我批评，不过分夸耀自己，也不过分苛责自己。 3. 在日常生活中，具有适度的主动性，不为环境所左右。 4. 理智，现实，客观，与现实有良好的接触，能容忍生活中挫折的打击，无过度的幻想。 5. 适度接受个人的需要，并具有满足此种需要的能力。 6. 有自知之明，了解自己的动机和目的，能对自己的能力作客观的估计。 7. 能保持人格的完整与和谐，个人的价值观能适应社会的标准，对自己的工作能集中注意力。 <p>二、心理亚健康的表现</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 心理疲劳：心理疲劳主要表现为经过紧张的压力后，感到心慌、心绪不宁。 2. 一般性焦虑：表现为无明确对象和固定内容的紧张不安、忧心忡忡。 3. 一般性抑郁：表现为遭受心理挫折后，觉得干什么都没意思，无精打采，疲乏无力，情绪消沉，有一种悲观厌世的感觉。 4. 自我关注：只关注自己，自己的心理问题如何才能解决，自己为什么会遇到这样的问题……对此感到困惑，但又找不到答案，因而感到非常痛苦。 5. 心理固着：心理固着指个体在长时期内为某种想法困扰，不知如何处理，又无法排解的心理现象。 <p>三、预防心理问题的措施</p>		

1. 优化现实环境，减少不良刺激。

2. 加强心理修养，提高心理素质。

3. 接受心理教育，学会心理调适。

4. 主动向人求助，及时缓解心情。

四、给学生的建议

1. 呼吸放松法

吸气，缓慢并深深地吸气约 4 秒钟使空气充满胸部。呼吸应均匀、舒适而有节奏；抑制呼吸，把空气吸入后稍加停顿；呼气，要自然而然地、慢慢地把肺底的空气呼出来。注意放松的节拍和速度。

2. 思维转换法

没有最糟糕的事情，只有最糟糕的看法，只要改变糟糕的看法，就能改变糟糕的应对方式，从而取得乐观的结果。在面对压力出现焦虑时，要学会时刻提醒自己，把注意力从消极方面转化到积极有意义的方面来。心情自然会豁然开朗。

3. 能量发泄法

不良情绪是一种负能量，不能适当地输泄容易影响身心健康。所以，在不良情绪困扰我们的时候，在适当的时机，该哭时应该大哭一场，心烦时可以找好朋友倾诉和吐槽；情绪低落时，可以唱唱欢快的歌。

4. 音乐调节法

医学表明：多听音乐能调整神经系统的机能，解除肌肉紧张，消除疲劳，改善注意力，增强记忆力、消除抑郁、焦虑、紧张等不良情绪。

2024-2025 学年第一学期安全主题班会教育记录

时间		周次	第 9 周	班级	
记录人		教育主题	食品卫生安全教育		
教育内容	<p>亲爱的同学们，大家好！民以食为天，食品是我们生活中不可或缺的一部分。尤其是对于正在成长中的你们来说，健康的食品更是至关重要。然而，在我们的周围，却存在着一些不安全的食品因素。我们学会辨别安全食品和不安全食品，掌握正确的饮食方法，保护好自己的身体健康。</p> <p>一、什么是食品安全</p> <p>食品安全指食品无毒、无害，符合应当有的营养要求，对人体健康不造成任何急性、亚急性或者慢性危害。食品安全既包括生产安全，也包括经营安全；既包括结果安全，也包括过程安全；既包括现实安全，也包括未来安全。</p> <p>二、生活中如何保障食品安全</p> <p>1. 注意看食品包装标识是否齐全，注意食品外包装是否标明商品名称，配料表、净含量、厂名、厂址、电话、生产日期、保质期、产品标准号等。</p> <p>2. 注意看食品的生产日期及保质期限，注意食品是否超过保质期。</p> <p>3. 看食品的色泽，不要被外观过于鲜艳、好看的食物所迷惑。</p> <p>三、食品安全的要点</p> <p>1. 保持清洁</p> <p>①拿食品前要洗手，准备食品期间也要经常洗手。</p> <p>②饭前便后要洗手。</p> <p>③清洗和消毒用于准备食品的所有场所和设备。</p> <p>④避免虫、鼠及其他动物进入厨房和接近食物。</p> <p>2. 生熟分开</p> <p>①生的肉、禽和海产品要与其他食物分开。</p>				

②处理生的食物要有专用的设备和用具,例如刀具和切肉板。

③使用器皿储存食物以避免生熟食物互相接触。

生的食物,尤其是肉、禽和海产食品及其汁水,可含有危险的微生物,在准备和储存食物时可能会污染其它食物。

六、食品安全十大基本常识

①白开水是儿童的最佳饮品。

②过量吃冷饮有损健康。

③易拉罐饮料对儿童有危害。

④长期饮用矿泉水会染疾病。

⑤彩色汽水会影响体格发育。

⑥膨化食品尽量少吃或不吃。

⑦营养补品千万不能随意吃。

⑧常吃果冻会阻碍营养吸收。

⑨可乐、咖啡儿童不宜喝。

⑩洋快餐营养单一不可多吃。

2024-2025 学年第一学期安全主题班会教育记录

时间		周次	第 10 周	班级	
记录人		教育主题	预防秋季传染病安全教育		
教育内容	<p>同学们，随着季节的更替，我们迎来了凉爽的秋季。秋季是一个美丽的季节，但同时也是一些传染病高发的季节。在我们的校园生活中，每天都要和同学们密切接触，这就增加了传染病传播的风险。我们要了解秋季常见的传染病有哪些，掌握预防传染病的方法，共同营造一个健康、安全的校园环境。</p> <p>一、秋季常见传染病：</p> <p>秋季常见肠道传染病：有霍乱、伤寒、副伤寒、痢疾、轮状病态引起的感染性腹泻等。</p> <p>秋季常见的呼吸道传染病：有流感、军团菌病、肺结核等。这类传染病经呼吸道传播，是“吸进去”的传染病。</p> <p>秋季常见的虫媒传染病：有乙脑、疟疾、登革热、流行性出血热等。这类传染病是通过一些昆虫媒介。</p> <p>二、传染病的预防：</p> <ol style="list-style-type: none">1. 培养良好的卫生习惯。吃饭时不要碗筷不分你我，避免某些传染病的交叉感染。2. 秋季天干物燥的时候要注意合理饮食。强对疾病的抵御能力，减少疾病的发生。3. 提倡良好的饮食卫生习惯。不喝生水、不吃生冷食物；不吃苍蝇叮爬过的食物；不暴饮暴食，养成餐前便后洗手的好习惯。4. 勤换衣物。秋季昼夜温差很大，古语虽然说“春捂秋冻”，要是再冻就该感冒了，所以该穿衣服的还是要穿。5. 经常锻炼身体，锻炼身体也是我们增强身体抵抗力的一种方式，在预防疾病的同时还能使自己的身体更加强壮。				

6. 感染肠道传染病应立即上医院就诊，不要胡乱用药。防止耐药性的产生，某些肠道传染病抗生素的不当使用，甚至可导致生命危险。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。

如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/248026105041006123>