

幼儿园保健知识(通用 12 篇)

秋季常见的五类病症

一、感冒

由于秋季温差较大，并且气温忽冷忽热，宝宝很容易患上感冒。感冒的病症之一就是打喷嚏。家长要注意给宝宝保暖，不要让宝宝受凉。要关注宝宝的体温，经常给宝宝洗手，及时做好个人卫生清洁。

二、腹泻

秋季腹泻对于宝宝来说是很痛苦的，并且没有什么药物可以医治。因此，如果宝宝出现了腹泻的情况，家长要予以重视，要为宝宝的餐具进行消毒、注意个人卫生、勤换衣服。并且要让宝宝多喝水、多休息。

三、呼吸道感染

在秋季，宝宝很容易引发呼吸道感染，从而导致哮喘。患有哮喘的患儿，应随身携带药物，并要定期去医院进行检查。

四、咽炎

秋季天气干燥，宝宝出汗减少，于是很多宝宝喝水也就减少了。而咽喉干燥会引发细菌滋生，从而产生咽炎、气管炎。因此，家长要多让宝宝饮水，不要让宝宝喝饮料，因为饮料中含有过多的糖分，并不能起到补充水分的作用。同时要注意室内的湿度，

如有必要可添加加湿器。

五、过敏性皮炎

由于秋季空气中出现很多过敏性物质，如果宝宝抵抗力弱就很容易患上过敏性皮炎。因此家长要注意室内环境的清洁，定期打扫居所的灰尘，并要定期清洁宝宝的玩具与被褥，从而抑制螨虫与细菌的滋生。

要想避免生病，提高宝宝抵抗力是至关重要的。

首先家长要注意不要给宝宝吃的过饱，这样可以维持宝宝的脾胃正常工作。

其次，秋天不要过多过早的给宝宝添加衣物，要让宝宝适当的“冻”一些，可以增强体质。

并且，要注意饮食的清淡，主要以优质蛋白质为主，可以适当添加热量高些的食物，增加宝宝的体能。

除此之外，不建议为宝宝吃过多的补品，有的家长为了让宝宝身体强壮，让宝宝食用冬虫夏草、海参等补品，这样大可不必，宝宝还会有可能不受补而引发其他疾病。

战场就是考场，疫情就是镜子。干部的态度如何、能力如何、作风如何，心里是不是装着老百姓的生命安全和身体健康，面对疫情有没有清晰有效的防控思路、化险为夷的本领能力，在这面镜子下，哪个干部有办法有能力，哪个干部没担当没作为，都照得一清二楚，老百姓的心里也明白着。

看清楚干部的态度。关键时刻看态度。疫情当前，态度比能

力更重要。干部是否提高政治站位，把疫情防控作为当前最重要的政治任务来抓，是否认清形势和使命，是否全面贯彻“坚定信心、同舟共济、科学防治、精准施策”的要求，是否出于自我保护一般干、不想干、硬不干、反着干，是否推诿扯皮、松懒散漫、偷奸耍滑，遇到矛盾绕着走、碰见困难躲着行，等等。这些都能直接反映出干部对待疫情的态度。作为干部，必须要时刻意识到生命重于泰山、疫情就是命令、防控就是责任，不能让内疚、自责、痛心成为公众谈论的热词。

照清楚干部的能力。疫情面前，干部有办法有能力、敢担当敢作为，群众才安心。近日，各地都陆续公开曝光了一些因防控不力等被问责的干部，给那些心存侥幸、不担当不作为者以警醒。疫情这面镜子，能照清楚某些干部究竟有“几斤几两”，有没有“两把刷子”，关键时候是否会“掉链子”。

照清楚干部的作风。大疫当前，形式主义、官僚主义又成为干部群众热议的话题。有的干部在疫情防控第一线驻卡点，夜以继日地做宣传、排查、监测等防控工作，有的干部却在一遍又一遍地要报表、邀约稿。政出多门、多头报送、反复填报等不正之风又刮在了疫情防控阻击战线上，耗费着防疫一线干部的精力。因此，一些基层干部无奈抱怨“开口就要、闭口就到，天天报表、到处约稿，简直应付不过来”。面对严峻的疫情防控形势，一些可发可不发的文件通知、可报可不报的报表并不是在干事的证明，并不是在阻击疫情，而是在给疫情防控添堵，折射出某些干部形

式主义、官僚主义的作风乱象。

疫情是面镜子，而社会处处是镜子，干部只有在岗位上履职尽责，在工作中尽心尽力，不做样子、不掉链子，不给组织“扯后腿”，才能在每面镜子下照出群众的好口碑，照出组织的好干部。

一、在家中预防新型冠状病毒传染的知识：

（1）增强卫生健康意识，适量运动、早睡早起、不熬夜可提高自身免疫力；

（2）保持良好的个人卫生习惯，咳嗽或打喷嚏时用纸巾掩住口鼻，经常彻底洗手，不用脏手触摸眼睛、鼻或口；

（3）居室多通风换气并保持整洁卫生；

（4）尽可能避免与有呼吸道疾病症状（如发热、咳嗽或打喷嚏等）的人密切接触；

（5）密切关注发热、咳嗽等症状，出现此类症状一定要及时就近就医；

（6）房间通风换气；如有疑似患者，居住过的环境一定要进行清洁、消毒，新型冠状病毒对热敏感、可用75%酒精、含氯消毒剂、过氧化氢消毒液，氯仿等脂溶剂进行消毒。

二、在医院预防新型冠状病毒传染的知识：

（1）去医院看病、探望病人时，尤其是去医院的发热门诊或呼吸科就诊时应该戴上口罩；

（2）尽可能避免与有呼吸道疾病症状（如发热、咳嗽或打

喷嚏等）的人密切接触；

（3）密切关注发热、咳嗽等症状，出现此类症状一定要及时就近就医。

三、居家医学观察期间防护措施的知识：

（1）家庭内应配备必要的消毒剂和个人防护用品，家庭成员和实施医学观察的人员要做好个人卫生防护、尽量减少接触。

（2）医学观察对象尽量单间居住；减少与共同居住者的接触机会；家庭内保持通风。其使用后的卫生间做好必要的清洁和消毒工作。

（3）医学观察对象尽量减少不必要的外出；外出时要戴好口罩，避免到人群聚集的场所。

（4）每天早晚各测量1次体温，做好记录。

一：保护皮肤

冬季寒冷干燥，幼儿皮肤中的水分散失较多，皮脂腺分泌较少，皮肤容易出现干裂发痒，要让幼儿多吃蔬菜、水果，多喝开水，并常用热水洗手、脚、脸，再适当搽点护肤霜。

二：坚持户外活动

有些父母惟恐孩子冻着，天气一凉，就不让小儿出屋，小儿呼吸道长期不接受外界空气的刺激，得不到耐寒锻炼，接触了感冒病人后，因对病原菌抵抗力差，很易患病。所以，应该坚持让小儿做户外活动，天气冷可选择太阳光充足、风较小的时候，让小儿在大自然中活动半小时到一小时，可提高小儿的体质。同时

不坐凉地：冬季地面温度很低，幼儿坐在上面，体内的热量就会大量散失，容易感冒、腹泻。

三：合理饮食

冬季是感冒的高发季节，合理的饮食能增加机体的抗病能力。母乳不仅是孩子体格和智力发育的最佳食品，含有对呼吸道黏膜有保护作用的几种免疫球蛋白，可减少呼吸道疾病的发生。除了母乳喂养外，应根据小儿生长发育的需要，及时添加辅食，补充富含维生素的食物，如新鲜的水果、蔬菜、蛋鱼及肉类，均衡营养，防止偏食及挑食，以防维生素及微量元素缺乏使小儿机体抵抗力下降，适量补充水分，防止呼吸道干燥，以减少呼吸道疾病的发生。

“若要小儿安，三分饥与寒。”现在有些父母总担心孩子吃得少，吃不饱，总想让孩子多吃一点儿。孩子吃多了，几天下来就容易形成食积便秘。因为中医认为，“肺与大肠相表里”，即大肠有病会影响到肺的功能。研究表明，大肠的粪食燥结，能够引起巨噬细胞死亡率增高，肺组织抵抗力下降，进而引起反复的肺及呼吸道感染。

四：多晒太阳

阳光中的紫外线能杀灭人体表面的病毒和细菌，帮助幼儿对钙、磷的吸收，增强机体的抗病能力。此外，阳光也能提高红细胞的含氧量和增强皮肤的调温作用，以及能增强神经系统的活动技能和幼儿的体质。

五：定时通风换气，注意室温

冬季对人体的适宜温度是 20 摄氏度，如高于 23 摄氏度时，人会感到头晕、疲倦。另外，如果室内外温差大，则容易感冒。

冬季是呼吸道感染的高发季节，冬季由于供暖，造成室内外温差过大，在北方更为突出，室内温度高，湿度相对较低，加上窗门紧闭，室内空气流通差，居室内的微生物密度较高，一些致病菌和病毒易侵袭小儿体内。所以，即使是在寒冷的冬季，也要定时开窗换气，加大室内湿度。如果室内温度过高，可在暖气片上放上湿毛巾，或在暖气旁边放一盆清水。

七：减少病源感染机会

冬季是呼吸道传染病流行季节，家长应尽量避免带孩子去人多拥挤的公共场所，如电影院、聚会场所、大商场等。注意督促好小儿的手不要乱碰脏东西，及要勤洗手，防止病从口入。

八：注意保暖

冬日寒潮多，气温变化大，幼儿易着凉、感冒、常会引起许多大病，如肺炎、心肌炎、急性肾炎，因此冬季要给幼儿保暖，着凉。特别是在儿童玩耍出汗以后，要做好防寒保暖工作。

为切实推进疫情防控常态化条件下学校全面复学复课，确保全体师生身体健康，我校按照县教委的要求，积极响应，迅速行动，全面加强常态化疫情防控工作，确保秋季开学顺利进行。现将相关工作汇报如下：

一、常态化疫情防控主要做法

（一）加强组织领导，统筹做好防控工作部署

1、成立领导小组。为了有效应对疫情，成立了由校长任组长的疫情常态化防控领导小组，明确工作职责，有序开展疫情防控工作，及时上报和反馈工作情况，做到守土有责、守土担责、守土尽责。

2、完善方案预案和各项制度。随着疫情防控工作的推进，结合学校实际，及时对疫情防控工作总体预案不断修订、充实、完善，目前修订和完善预案3个。

（二）抓好宣传教育，筑牢师生科学防护基础

学校抓好防护知识教育。结合学生实际情况，并通过微信公众号、班级和家长微信群、短信等平台载体，发布疫情防控日常知识手册等信息，做到疫情防控知识宣传全覆盖。

（三）从严落实举措，确保防控工作取得成效

1、做好师生疫情摸排。组织以班级为单位开展疫情摸底工作，准确掌握3000名师生假期动向和身体健康状况，是否赴重点疫区参加活动、探访亲友，是否接待和接触过从重点疫区回来的相关人员，是否近距离接触过有发热、咳嗽症状患者等情况。

2、建立疫情台账档案。按照校领导包年级、年级组长包班级、班主任或任课教师包学生、中层干部包教职工的“四包”原则，建立起全校师生疫情动态“一人一档”，做好详细的信息统计，每天跟踪询问核查相关师生身体心理及情绪状况，切实做到早发现、早预防。

3、严格落实报告制度。

4、抓好防控物资保障。做好开学准备，提前备足口罩、体温枪、消毒液等必要的防疫物资。

5、严格校园管理整治。严防疫情向校园输入扩散，严格执行校园封闭式管理，严格执行“五个一律”。

6、深入开展新时代校园爱国卫生运动。加强校园内教室、食堂、等学生重要聚集场所和洗手间的保洁和消毒，加强物体的表面清洁消毒，并做好每日消毒记录，彻底清理卫生死角。

二、下步工作打算

疫情防控虽然取得了阶段性胜利，但战斗还没有结束，疫情形势依然严峻，抓好防控仍是学校工作的重中之重。我们仍将保持高度警惕、毫不松懈，进一步加大工作力度：

1、继续执行“一人一档，一日一报”制度，密切关注疫情防控动态，及时修订方案预案，做到科学应对。

2、科学研判加强督导，坚持问题导向，查找不足，认真分析防控落实和教学工作等方面存在的实际问题，研究整改措施，切实消除隐患。

疫情防控知识总结篇 2

从控制传染源、救治被传染者，到切断传播途径、保护易感人群，正是科学态度、科学方法，让人类面对传染病不再束手无策，拥有了守护健康的法宝。

科学技术是社会进步的强大支撑，也是战胜困难挑战的有力

依法科学有序防控至关重要”

的叮嘱，到“坚定信心、同舟共济、科学防治、精准施策”的总要求，为做好新冠肺炎疫情防控工作提供了重要遵循。管理措施越科学，精准防控越到位，阻断疫情就越有力有效。把科学有序的防控要求落到实处，有效遏制疫情蔓延，人民生命安全和身体健康就能得到有力保障。

疾病与人类始终相伴随，威胁着人类健康，但人类只要恰当地使用科学武器，就能程度降低生命代价。无论是非典、甲流还是新冠肺炎，我们对它们的科学认知有一个过程。抗击非典时一些人最初认为致病因素是衣原体，最终发现是冠状病毒。对付衣原体，抗生素就管用，而对付病毒，则需要进行综合治疗。由此而言，防控疫情不能偏离科学的轨道，不能脱离对生物规律的把控。

战胜新冠肺炎疫情，必须依靠科学、运用科学。目前的出院患者在不断增加，我们完全可以战胜新冠肺炎疫情。广大医护人员不辞劳苦、科学救治，努力完善诊疗方案，提高收治率治愈率；广大科技人员不畏艰难、勇于攻关，加快病毒溯源等研究；各条战线扎实做好预防、控制和保障工作，切实提高疫情防控的科学性和有效性，这些都将为打赢疫情防控阻击战提供坚实科学支撑。

战胜新冠肺炎疫情，需要尊重科学、相信科学。打赢新冠肺炎疫情防控阻击战，对大多数人而言，关键在“防”。加强病例排查，做好居家隔离观察，做好密切接触者的追踪，把防控力量向社区下沉，加强社区各项防控措施的落实，疫情防控的人民战争

科普宣传有助于克服因疫情导致的不安焦虑情绪。让科学防疫知识走进千家万户，使人民群众懂得用科学态度对待疫病、用科学手段防治疫情，有助于提高人民群众自我保护的能力，增强人民群众战胜疫情的信心。

“病毒固然可怕，但比病毒更可怕的是谣言和恐慌。”不信谣、不传谣，坚持做到科学抗疫，切实加强科学防控，我们必将取得战“疫”的胜利！

第一：培养良好的生活卫生习惯

幼儿园和家庭要培养幼儿良好的卫生习惯，如勤洗手，不乱摸鼻子和眼睛，不随地吐痰等，要教会幼儿正确的擦拭鼻涕的方法，提议家长早晚用冷水为幼儿洗脸洗鼻，以增强幼儿鼻黏膜对冷空气的适应本事，冷水洗脸最好是在夏天或春天天气渐暖时开始进行。

第二：安排科学合理营养的膳食

在幼儿园时，幼儿园需要准备多种多样的、色香味俱全的营养食谱，力求小孩获得足够的蛋白质和维生素，满足小孩的生长需要。在家里，父母应当在家中为孩子供给合理的，具有营养价值的正餐，要跟幼儿园的伙食同步，鼓励孩子多喝水，多吃新鲜的蔬菜和水果，增强孩子的抵抗力。

第三，要经常锻炼孩子，增强孩子的体质

春季幼儿园保健知识，幼儿园春季保健知识，看看饮食上需要注意什么

保证钙质的充足供应春天是孩子长个的好季节，孩子长高主要是骨骼发育的结果。骨的主要成分是钙，所以，春季应供给孩子充足的钙。孩子每一天需要的钙量是 700-800 毫克，适宜的供给量是每日不少于 1000 毫克。能够多吃一些芝麻、黄花菜、萝卜、胡萝卜、海带、芥菜、田螺、虾皮等，还有骨头汤也是含钙量相当丰富的。

第二：能够多吃一些富含植物性脂肪的食品脂肪既能够滋润整个身体，使人面色光润，又能在代谢过程中转化成热量，供给孩子活动中使用，还能经代谢转化为脑的结构物质，扩大脑容量。因为人脑的 50-80%是脂肪，并且主要是由植物脂肪构成的不饱和脂肪，所以，给孩子供给足量的植物脂肪是十分必要的。供给植物脂肪的途径：一是菜中多加些植物油，但注意油炸食品不宜多吃；二是吃些富含植物脂肪的小食品，如花生米、核桃仁、松子、葵花子等。

第三：多吃包含自然糖分的食物春季由于气候转暖和昼长夜短，使孩子的代谢机能旺盛，户外活动时间也大为加长，热量和营养物质的消耗就会相对加大，使孩子经常感到饥饿。所以，春季能够用加餐的方式给孩子补充热量和营养物质。适宜的加餐时间为上午 10-11 时，午时 3-5 时，加餐食品可选花生米、红薯干、栗子、葡萄干、果脯、蜂蜜水等包含自然糖分的食品。

第四：多给孩子吃粗粮是很有好处的粗粮、杂粮首先是能给人体补充矿物质，保证微量元素的供应，如铁、锌、锰、铜、钙、

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/796123034154011015>