做好秋冬季节传染病预防

各位老师、同学：

秋冬季节是呼吸道传染病的好发季节，学校人员相对密集，一旦出现更是比较容易传播，会对广大师生的工作学习带来一定的影响。因此，在秋季及初冬开始，我们就要积极做好疾病的预防工作。

秋冬季节常见的传染性疾病包括：普通感冒、流行性感冒、麻疹、风疹、水痘、单纯疱疹、流行性腮腺炎、流脑、猩红热等病种。多数传染病为呼吸道传播疾病，可通过空气、短距离飞沫或接触呼吸道分泌物等途径传播 。 因此，在日常生活中，我们要做到：

一、注意教室、寝室通风：在空气相对静止的室内，带有病菌、病毒的飞沫在空气中飘浮，学生在教室时间越长，越易感染呼吸道传染病。经常通风，可以带走病菌、病毒，减少呼吸道传染病的发生。

二、按时作息，增强体质：作息规律，经常参加一些力所能及的体育锻炼，增强体质，可提高机体的抗病能力，平素可多饮水。

三、避免拥挤的场所逗留：尽量少去人多、空气不流通的公共场所。注意根据天气变化，随时增减衣服，避免感冒。

 四、及时就医：当出现不适特别是发热、发疹时，应及时就医以便疾病的治疗。

 浙江机电职业技术学院长安校区医务室

 2016年11月19日