UBND THỊ XÃ SƠN TÂY
TRƯỜNG THCS PHÙNG HƯNG

TUYÊN TRUYỀN PHÒNG CHỐNG DỊCH BỆNH TRONG TRƯỜNG HỌC TRONG THỜI ĐIỂM GIAO MÙA

Kính thưa quý thầy cô và các bạn học sinh thân mến!

Hiện nay, thời tiết đang bước vào giai đoạn giao mùa – từ xuân sang hè .. Đây là thời điểm dễ xảy ra nhiều loại dịch bệnh như: cúm mùa, sốt virus, tay chân miệng, sốt xuất huyết, viêm đường hô hấp, tiêu chảy, thủy đậu, v.v. Nguyên nhân là do sự thay đổi đột ngột của thời tiết làm cơ thể chưa kịp thích nghi, đặc biệt là đối với trẻ em và học sinh – những đối tượng có sức đề kháng còn yếu.

Để phòng tránh dịch bệnh và bảo vệ sức khỏe cho bản thân, gia đình và cộng đồng, chúng ta cần thực hiện tốt những biện pháp sau:

1. Giữ gìn vệ sinh cá nhân:

- Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước sạch, nhất là trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh.
- Che miệng khi ho hoặc hắt hơi bằng khăn giấy hoặc khuỷu tay áo.

2. Giữ gìn vệ sinh trường lớp và môi trường sống:

- Giữ lớp học thông thoáng, thường xuyên lau chùi bàn ghế, tay nắm cửa, vật dụng học tập.
- Không xả rác bừa bãi, tránh tạo điều kiện cho muỗi sinh sản.

3. Ăn uống hợp vệ sinh, đủ chất dinh dưỡng để nâng cao sức đề kháng:

- Không ăn hàng rong, thực phẩm không rõ nguồn gốc.

4. Chủ động theo dõi sức khỏe:

- Nếu có biểu hiện sốt, ho, đau họng, mệt mỏi… cần báo ngay cho thầy cô và đến cơ sở y tế để được khám và điều trị kịp thời.
- Không tự ý dùng thuốc hoặc giấu bệnh.

5. Tăng cường hoạt động thể dục thể thao, ngủ đủ giấc để nâng cao sức khỏe.

Nhà trường cũng kêu gọi mỗi học sinh hãy là một tuyên truyền viên tích cực để lan tỏa những kiến thức phòng chống dịch bệnh đến với gia đình và cộng đồng.

Phòng bệnh hơn chữa bệnh – vì sức khỏe của bản thân và cộng đồng, hãy cùng nhau hành động ngay hôm nay!

Xin trân trọng cảm ơn!