

预防流感



学习目标

- 1.了解流感的基本症状和特征;
- 2.掌握预防流感的方法。



安全故事

前几天小雨感觉嗓子有点不舒服，还带有咳嗽，妈妈以为只是小感冒而已，就在药店里给小雨买了点药让她服用。可是两天过去了，小雨不但咳嗽没有止住，体温还不断升高，而且感到全身酸痛。



议一议



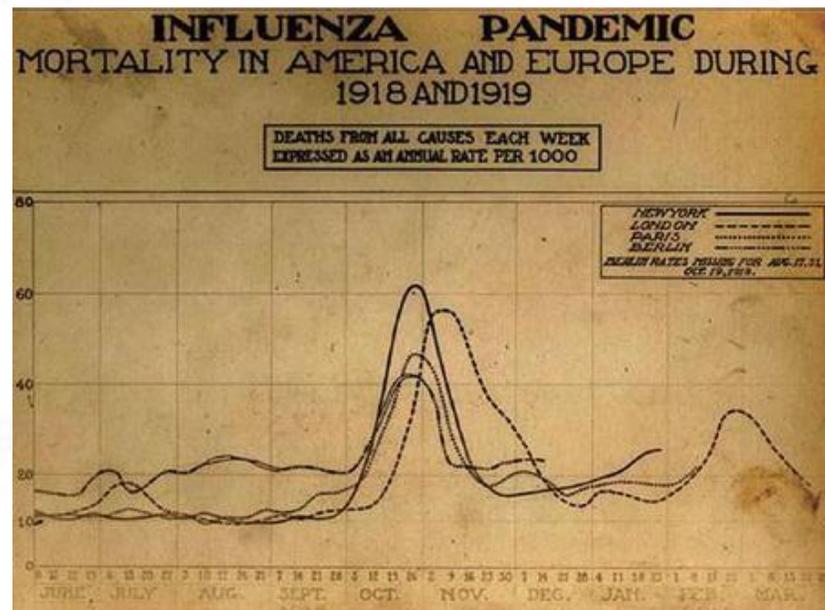
为什么小雨的感冒越来越严重了呢？



一、流感不同于普通感冒



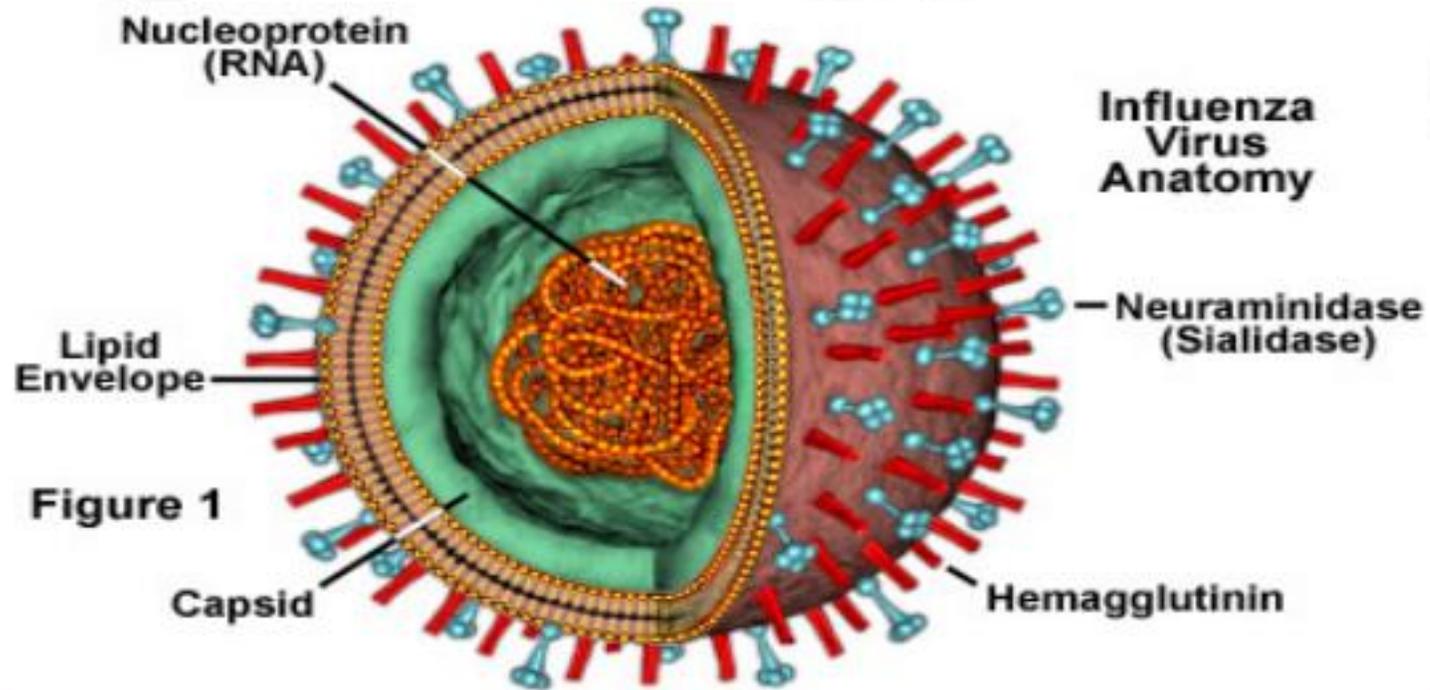
1918年：流感大爆发上千万人死亡。



第一次世界大战，造成1000多万人死亡；
流感，却造成至少2000万人丧生。



流行性感冒（Influenza）简称流感，是由流感病毒引起的一种急性呼吸道传染病，传染性强，发病率高，容易引起暴发流行或大流行。



流感病毒可分为甲（A）、乙（B）、丙（C）、丁（D型）四型

甲型流感病毒最容易发生变异，可感染人和多种动物，为人类流感的主要病原，常引起大流行和中小流行。乙型流感病毒变异较少，可感染人类，引起爆发或小流行。丙型较稳定，可感染人类，多为散发病例，目前发现猪也可被感染。丁型流感主要感染猪、牛等。



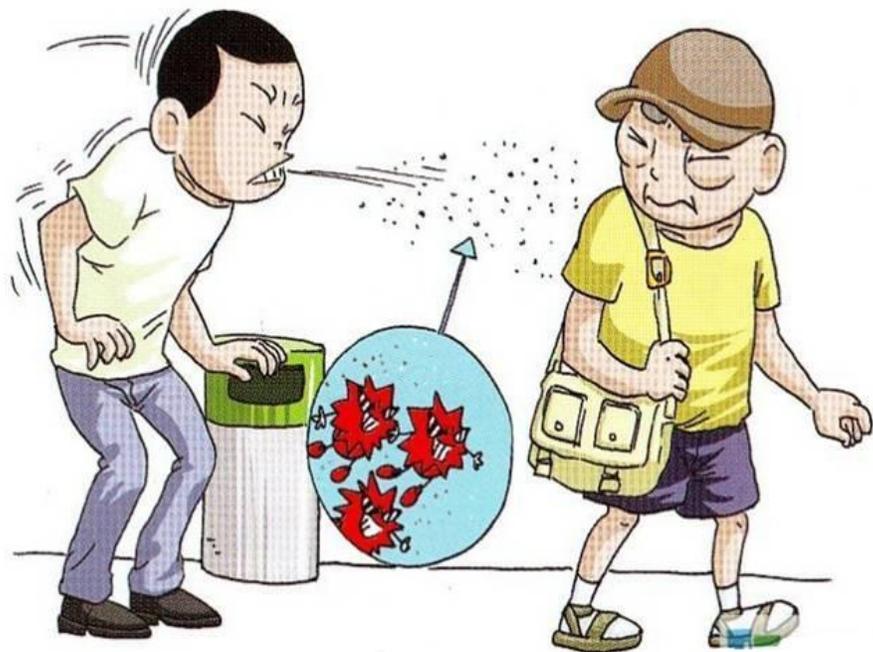
安全小广播



流感四季均可发生，以冬春季为主。
南方地区夏秋季也可见到流感流行。



流感不同于普通感冒



流感具有较强的传染性，还可能引发肺炎、支气管炎、脑炎等并发症，对我们的危害远远大于普通感冒。



普通感冒VS流感

症状	普通感冒	流感
病得发作速度	慢	快、突然
体温	不发烧，或发烧不严重	发高烧
体力	不太严重	非常无力，浑身酸痛
咳嗽	不咳嗽，或轻微、有痰	干咳
喉咙	痒、痛	一般
头部	不头痛或较轻	头痛较重
食欲	正常	没有食欲
肌肉	正常	酸痛
冷颤	不打冷颤或者偶尔	打冷颤



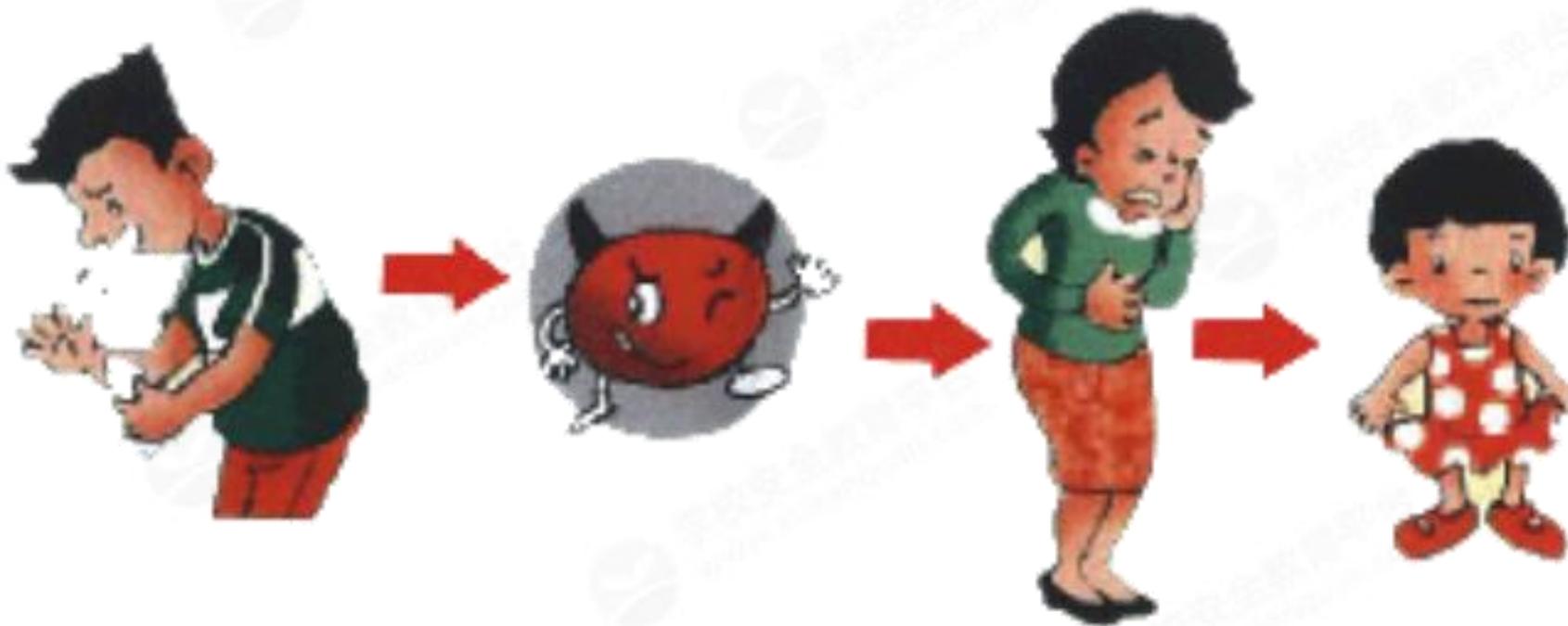
二、流感的传播途径



传染源：

流感患者和隐性感染者是流感的主要传染源。

从潜伏期末到发病的急性期都有传染性，其中病初2~3天传染性最强。



传播途径:



直接/间接接触



空气/飞沫传播



帮一帮

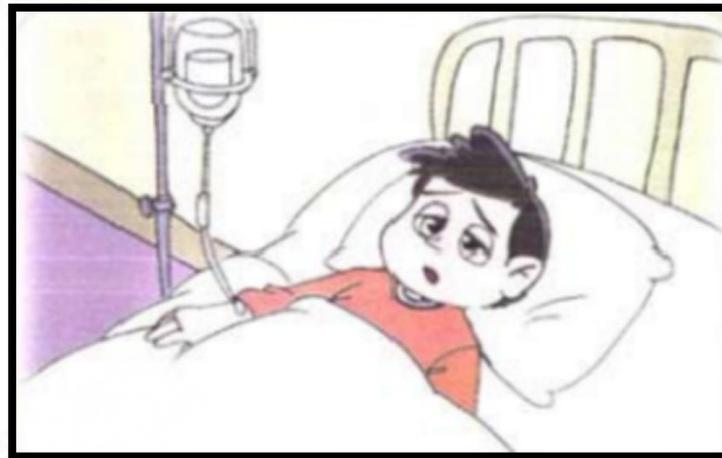
我得流感了，怎么办啊？



三、得了流感怎么办？



其实，流感并不可怕，只要及早发现，及时就诊，注意休息，一周左右就能痊愈。



1. 及时治疗



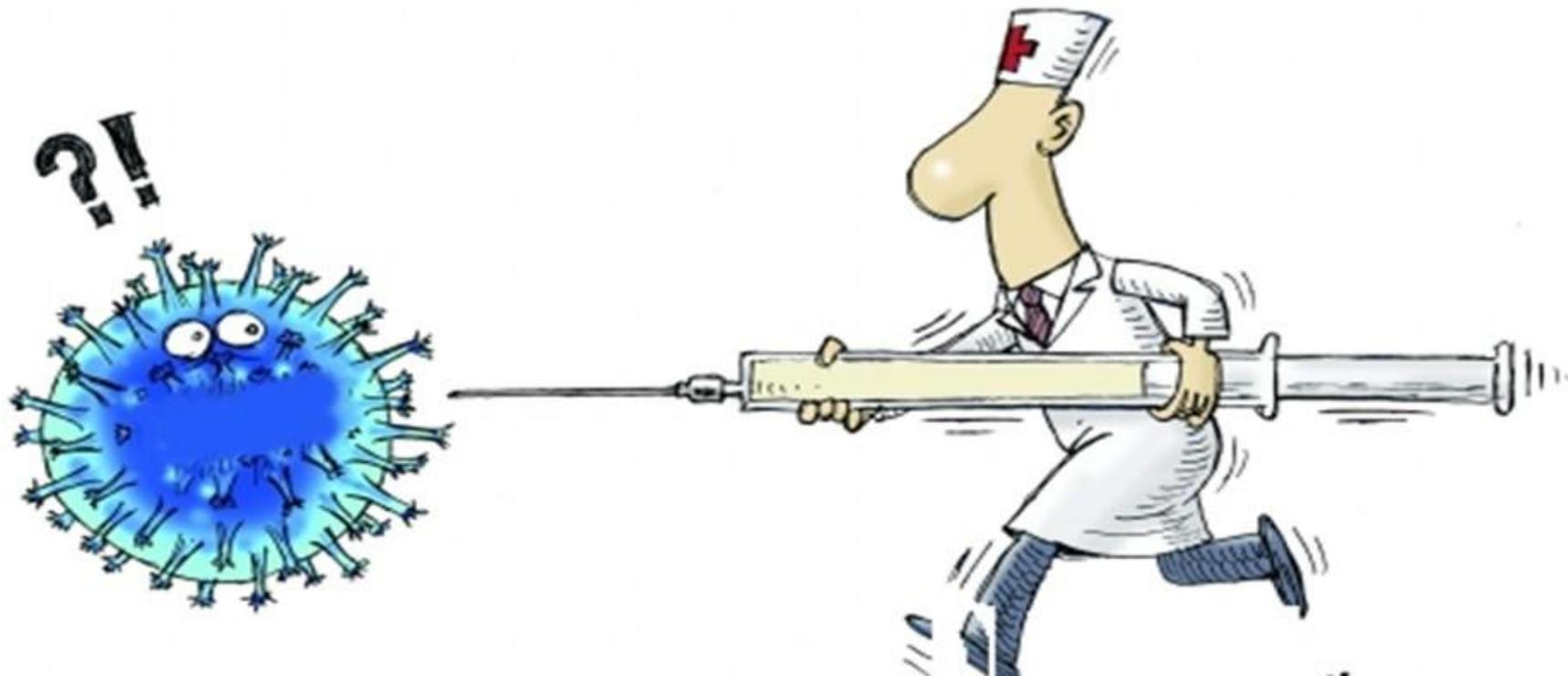
2. 外出时戴口罩



3. 防止飞沫传播



流行性感冒的传染性很强。在人群密集、空气不够流通的场所，流感的传染性就更强了。



四、如何预防流感



流感虽然发病比较突然，让我们有些措手不及，但是如果在日常生活中多加注意，是可以让它远离我们的。



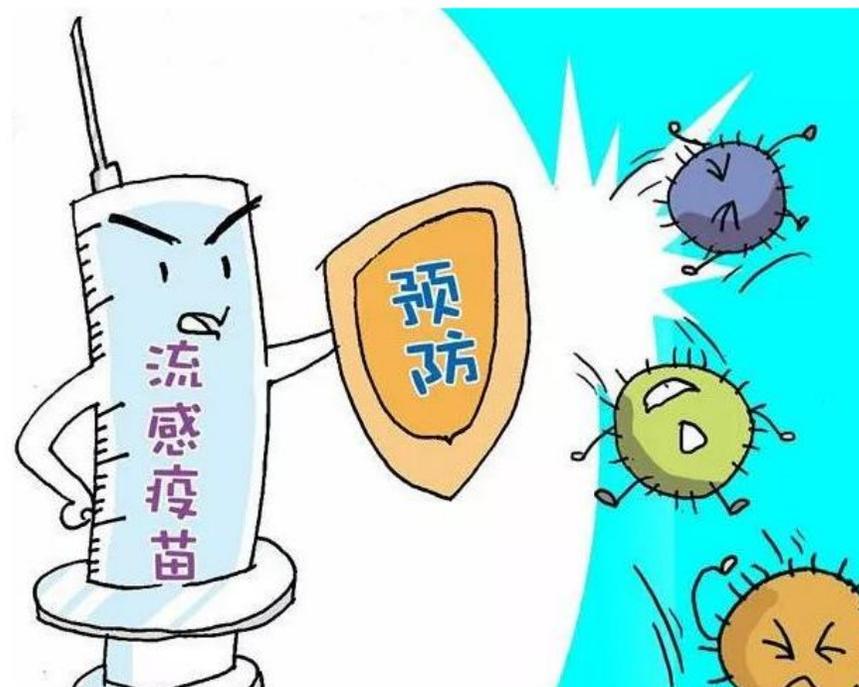
1.勤洗手常通风，个人卫生要用功；



2.打喷嚏用纸擦，避免病毒传他人；



3.饮食均衡运动好，休息充足勿疲劳；



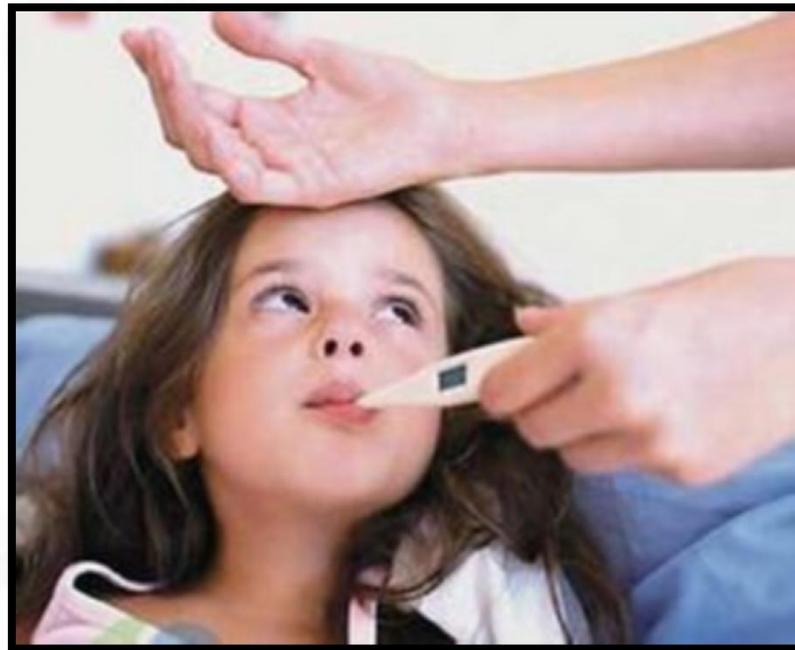
4.流感前种疫苗，感染几率就会小；



5. 流感期戴口罩，人多地方我绕道。



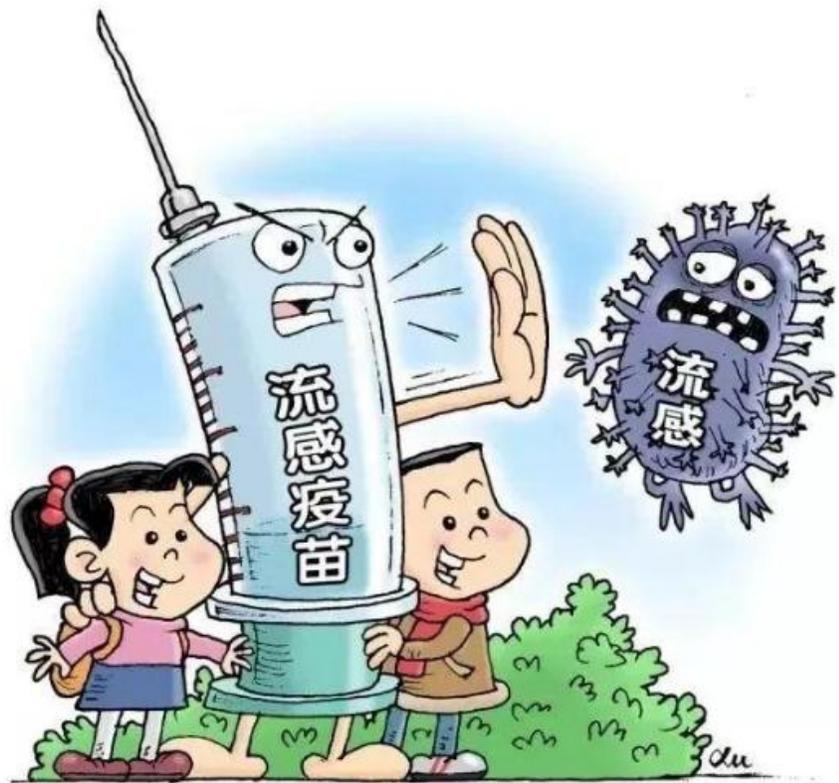
想一想



如果感冒后出现发烧、咳嗽、全身酸痛等症状，应该怎么做呢？



安全小广播



儿童是最易感染流感的人群，
6个月以上幼儿和小学生应在
冬季来临前及时接种流感疫苗。



正确佩戴口罩

口罩正确使用方法

口罩用于过滤进入鼻的空气，阻挡有害的气体、气味、飞沫进出佩戴者口鼻。口罩对进入肺部的空气有一定的过滤作用，在呼吸道传染病流行时，粉尘污染环境中作业时，戴口罩具有非常好的作用。



1

将口罩的橡皮筋绕到耳朵上

口罩有颜色的一面向外，有金属片的一面向上；如果口罩没有颜色，即将有收边的一面朝外。



2

拉开口罩，完全覆盖口鼻和下巴

仔细检查，要确保口罩紧贴面部，才能起到保护作用。



3

按压金属条，使其服帖鼻梁两侧

口罩的金属条有弹性，可根据鼻梁两侧轻轻按压，确保服帖。



4

只触碰口罩的橡皮筋，将口罩摘下

避免口罩后，尽量避免触摸口罩，如果不得已碰到需要认真洗手，保证手部清洁。



5

将废弃的口罩扔进垃圾桶，不重复使用

普通人的口罩，用完后丢入其他垃圾桶处理就可以。如果是病患或者可疑病患用过的，需丢入医疗废物垃圾桶进行处理。



6

彻底清洗双手

使用后彻底清洗双手，可有效避免手上意外沾染口罩的病菌，更加安全放心。





演练

正确佩戴口罩，你学会了吗？ 来演示一下吧！

- 老师邀请几个同学来演示佩戴口罩的过程；
- 其他同学观察演示同学的操作是否正确；
- 老师对演示同学的操作进行点评和总结。



同学们，

今天所学的内容都记住了吗？





随堂测评

1.有关流行性感冒的描述，下列说法正确的是：

- A.流感不会传染
- B.流感的危害和普通感冒没什么差别
- C.流感可能引发肺炎、支气管炎、脑炎等并发症

2.预防流感的措施，下列说法正确的是：

- A.勤洗手，常通风不易得流感
- B.一年四季每天戴口罩防止流感
- C.即使是空气污染严重的时候，屋内也要把窗户都打开

3.下列人群中比较容易感染流感的是：

- A.儿童
- B.健康的青少年
- C.健康的中年人

参考答案：
1.C 2.A 3.A





随堂测评

4. 可在季节交替时不小得了流感，她应该怎么做：

- A. 在家里卧床休息，并且注意饮食清淡
- B. 坚持上课，并且不戴口罩
- C. 嘴里没有味道，多吃辛辣食品

5. 以下关于流感的说法正确的是：（多选）

- A. 得了流感会干咳、怕冷、高烧发热，体温迅速升至 39°C - 40°C
- B. 流感的症状有全身无力、四肢酸痛
- C. 流感不会传染、传播速度慢
- D. 流感是流感病毒引起的急性呼吸道感染

参考答案：
4.A 5.ABD



谢谢观看

