

**Trường TH Kim Xuyên**

## **BÀI TUYÊN TRUYỀN PHÒNG CHỐNG BỆNH CẢM CÚM**

Kính thưa các thầy cô giáo cùng toàn thể các em học sinh thân mến!

Như chúng ta đã biết. Thời tiết mùa xuân lạnh ẩm, không chỉ tạo điều kiện cho các loại virus, vi khuẩn phát triển mà còn làm tăng nguy cơ bùng phát dịch bệnh, như các bệnh lây truyền qua đường hô hấp, lây qua đường tiêu hóa.

Đặc biệt là bệnh cúm mùa thường xảy ra vào dịp này và đã lây lan sang nhiều người, ảnh hưởng đến sức khỏe. Là dịch bệnh mùa đông xuân nguy hiểm và có nguy cơ bùng phát mạnh. Vậy bệnh cảm cúm là gì? Triệu chứng và cách phòng như thế nào chúng ta cùng nhau tìm hiểu.

### **1. Bệnh cảm cúm là gì?**

Bệnh cảm cúm là bệnh nhiễm trùng đường hô hấp cấp tính do vi rút cúm gây ra. Bệnh có khả năng lây nhiễm cao từ người sang người.

### **2. Triệu chứng của bệnh cảm cúm.**

- Sốt, và thường sốt cao. Đau nhức ở các khớp, cơ và vùng quanh mắt. Mệt mỏi toàn thân. Đau đầu và ho. Đau họng, chảy nước mũi...

### **3. Để phòng tránh bệnh cảm cúm chúng ta cần.**

- Vệ sinh mũi họng hàng ngày. Thường xuyên rửa tay bằng xà phòng với nước sạch, tránh chùi tay lên mắt, mũi.

- Giữ ấm cơ thể, ăn uống đầy đủ chất dinh dưỡng.

- Vệ sinh môi trường, nhà ở thường xuyên. Không vứt rác bừa bãi.

- Hạn chế tiếp xúc gần với người bị cảm cúm hoặc tiêm phòng vắc xin đầy đủ.

Nếu có triệu chứng nghi cảm cúm: ho sốt, sổ mũi, đau đầu... chúng ta nên đến cơ sở y tế để khám và điều trị kịp thời. Đồng thời uống nhiều nước và VTM C

Trên đây là bài tuyên truyền phòng chống bệnh cảm cúm. Mong rằng các em sẽ có những kiến thức để phòng chống bệnh tốt hơn, bảo vệ sức khỏe tốt hơn.

Cuối cùng xin kính chúc các thầy cô giáo và các em luôn mạnh khỏe và có một tuần học đạt kết quả cao.

*Kim Xuyên, ngày....tháng....năm 2023*

**Người viết**



**Bùi Thị Hiền**

**Nguyễn Thị Duyên**