

“手”患大探究,正确洗手很重要

第二届小学生健康素养提升年活动持续进行。该活动由区卫健局、区科协、区红十字会、区关工委、区教育局、区融媒体中心等单位联合推出,旨在提升小学生健康素养。

近日,30组小记者健康指导员来到区疾控中心,参加“手”患大探究活动。小记者们洗手前后分别接受一次手部细菌采样,培养48小时后,两份报告结果显示了不同的细菌菌落总数,在场小记者惊讶极了。

跟脏手说再见

锦屏中心小学203班小记者 毛宸

小朋友,你们知道手上有多少细菌吗?知道该怎么科学洗手呢?我一直以为手是很干净的,直到今天我参加了“手”患大探究活动,我才知道原来一直以为干净的手是那么脏啊!

我们一起做了一个实验:首先,老师分别给我们在洗手前和洗手后采集了样本,然后进行细菌培养,要48小时后才能统计出结果看到细菌数量。老师还教了我们七步洗手法。

两天后,我和爸爸妈妈一起去区疾控中心看结果。通过显微镜,我看到了洗手前的细菌,有好多呀!大大小小的,一颗一颗的形状,原来这就是我们肉眼看不到的细菌。我又观察了洗手后的细菌,细菌不见了!显微镜里几乎看不到细菌了。所以,洗手对我们的健康有多重要啊!

老师给我们科普了细菌是怎样进入身体,进入身体后带来的危害。除了细菌,还有病毒,可以通过唾液传播、密切接触传播、血液传播、动物传播等方式进入我们人体,使我们生病。

所以,小朋友,请记住一定要勤洗手,多锻炼,才能让我们不受细菌、病毒侵害,让我们保持健康!

今天,你洗手了吗?

锦屏中心小学302班小记者 方涵

你们知道手上的细菌有多少吗?为了探究这个问题,我参加了非常有意义的活动——“手”患大探究。

那天早上,我和外婆一起来到区疾控中心二楼采样。分别取取了洗手前后手上的细菌,老师还特意教了我们七步洗手法。经过两天等待,老师给我们上了节揭开真相的课。我每只手的细菌菌落总数,洗手前是7,洗手后变成了0。洗手前,老师让我们观看了显微镜下的细菌,大大小小的,非常多,看起来黑黑的、脏脏的。然而洗手后手上细菌竟然没了,多么神奇啊!老师还告诉我们:洗手很重要,特别是饭前便后、拆完快递、碰过门把手、电梯按钮等公共设施后都要洗手。让我们学会正确洗手,杜绝疾病的传播。

小小手 大秘密

龙津实验学校105班小记者 毛芸儿

8月2日上午,我们30名小小健康指导员在爸爸妈妈陪同下,来到了区疾控中心二楼会议室,参加“手”患大探究活动。首先,我们听了老师讲解,学会了七步洗手法。接着在专业人员指导下,对洗手前后小手进行了采样,老师说要进行48小时的细菌培养。

8月4日晚上,我们再次来到会议室看实验的结果。工作人员给我们展示了洗手前后细菌培养对比,有的洗手前细菌菌落总数是30,洗手后是1;有的洗手前是36,洗手后是8……数值都有明显下降。我们还在老师指导下在显微镜下看到了细菌,一个一个的小黑点真是太恶心了!

现在我才发现原来洗手是这么重要,手上的细菌会给我们带来很大危害,我一定告诉别人,要勤洗手,正确洗手,减少生病。

“手”护健康 从我做起

尚田中心小学201班小记者 林涛

那天早上,我和爸爸妈妈来到区疾控中心参加“手”患大探究活动。首先医生检测了我没有洗过的手,等我洗干净手后再次进行检测。采集好样本,医生把我手上的细菌放在低温度的密封空间里经过48小时的培养,两天后我们通过显微镜来观察这中间的变化。我在显微镜下发现,洗手前的样本里有着又黑又小的斑点,洗手后的样本里干干净净,一尘不染。

老师给我们讲解了很多关于细菌的知识和细菌的传播途径,有关于洗手的正确方式,我恍然大悟:原来,我的手如果碰过一些脏的物品后,手没洗就去揉眼睛、拿东西吃,一个小小的细节都会把细菌带到身体里。

这次的“手”患大探究活动,真是太有意义了,我知道了勤洗手、讲卫生是多么重要啊!

防患止于手

居敬小学207班小记者 王珈璋

暑假里我参加了一个有意思的活动——“手”患大探究。活动通过采集我们洗手前后的两次细菌数据,进行48小时的培养,我在显微镜下第一次看见了我们手里的细菌群,它们黑黑的,斑斑点点,看起来让人毛骨悚然。原来我们的手上有那么多细菌,想想我们平时接触了那么多的东西,如果不及时洗手就吃东西,那后果太可怕了。

为了预防“病从口入”,工作人员教我们七步洗手法,还给我们讲了各种传染病的传播途径,像手足口病、诺如病毒、水痘等等,还有新冠肺炎,这些连肉眼都看不见的小小病毒,却给人们带来了无比的痛苦,但是只要我们正确洗手,保持卫生就可以避免一部分的细菌入侵,在一定程度上可以防止细菌传播,正确保护自己。

“手”患无穷 洗好小手

实验小学102班小记者 卓赫

从小,爸爸妈妈就教育我“饭前洗手,细菌不入口”,可是有时候我会偷懒,蒙混过关。今天,我参加了“手”患大探究活动,终于知道为什么要认真洗手了。

8月2日上午,“手”患实验开始了。老师先在我们手上采集“脏东西”——细菌,等我们认真清洗小手后,再采集了一次。接下来,就是48小时的等待时间了。8月4日晚上,实验结果公布了。原来洗手前后,我们手上的细菌差别这么大。我还在显微镜的“火眼金睛”下,看到了细菌的样子,要是我们不洗手就吃东西,这些“小黑点”都进我们的肚子里了,真是太可怕了!

“手”患无穷,我们一定要洗好小手,做个干净健康的小朋友!

指导老师 胡旭芬

从“手”做起 守护健康

锦溪小学201班小记者 王琳瑄

一大早妈妈就催我快点起床,要带我去区疾控中心参加一个非常有意义的活动——“手”患大探究。

来到目的地,现场的指导老师告诉我们,这次活动要分成两次进行,第一次医生要先采集洗手前和洗手后的样本。样本细菌要经过48小时的培养才能得出结果,8月4日晚上我们再次来到活动地点,老师先进行“洗手与传染病防控”为主题的知识讲座,使我们进一步了解常见的传染病种类、传染病的传播方法,我们又应该怎么去预防以及正确洗手的重要性。随后,医护人员把我们洗手前和洗手后的细菌数据通过大屏幕展示出来,并让我们依次在显微镜下观察洗手前后的细菌变化。我洗手前每只手的细菌菌落总数是2,按照七步洗手法洗完数据是0。可见正确的洗手方法很重要,手洗干净了可以预防很多疾病呢!

现在,新冠肺炎疫情反反复复,为了保护我们的身体健康,大家一定要从“手”做起,戴好口罩,增强自我防护意识,守护自己的健康。

指导老师 张春儿

勤洗手 细菌走

龙津实验学校203班小记者 徐驿阳

小朋友们,你们觉得自己的手干净吗?你们觉得自己的洗手方法正确吗?你们觉得洗手后就没有细菌在你的手上了吗?今天,我和妈妈就去一探究竟。

早上,我和妈妈来到了区疾控中心,参加了“手”患大探究活动。首先,医生给我采集了洗手前的细菌样本。接着,医生教我们七步洗手法。然后,医生再次采集了我洗手后的细菌样本。最后,医生把这些细菌样本进行培养。

两天后,培养结果出来了,同学洗手后比洗手前的细菌少了。公布结果后,我们还听了一堂讲座:常见的传染病有哪些?传染病有哪些传播途径?怎样有效地预防传染病?

以前,饭前便后洗手时,我只是用水一冲就敷衍了事。通过这次活动,我知道了洗手的重要性。手上的细菌会通过口鼻眼引发传染病,所以我们要在流动的水里冲上15秒以上。虽然细菌很可怕,但是我们做好防护措施,正确有效地洗手就不可怕了。

洗净小手 守护健康

实验小学103班小记者 黄永涛

我们都有一双手,手上长着十根手指头。妈妈告诉我,手指头上还藏着许多我们看不见的小细菌呢!今天,区疾控中心的工作人员就要在我的手上做个“手”患大探究,好期待呀!

一大早,我就兴高采烈地跟着妈妈来到了采集点。医生先给我采集了洗手前小手上的细菌,再等我用七步洗手法洗干净小手后又采集了一次。48小时后,我在显微镜下惊奇地发现洗手前后细菌数量竟然天差地别,看来洗手真能帮我们赶走细菌,守护我们的健康。医生还告诉我们饭前便后、触摸公共设施后、拆完快递后都要及时洗手。

小朋友们,你也一定要用七步洗手法洗净小手哦!

指导老师 邬文雅

洗手的重要性

锦溪小学104班小记者 岑知恒

在学校的时候,老师就教了七步洗手法,我懂得了病从口入,洗手的重要性,能有效地抑制细菌和预防疾病。

我很高兴能参加这次的“手”患大探究活动。通过采集手部细菌,在器皿培养细菌,再从显微镜观察细菌,我看见了肉眼看不见的细菌。

区疾控中心的工作人员给我们详细介绍了通过哪些途径会用手接触到细菌,比如说商场的扶梯、公共汽车扶手、接触过小动物、还有拆过快递等等。原来细菌在我们生活中无处不在,我也认识到勤洗手会有效地减少细菌感染的发生。

最后,我想告诉大家:预防疾病,让我们从洗手开始!

小小的手儿 大大的守护

龙津实验学校207班小记者 吴思仪

同学们,你们是不是觉得自己的手很干净?那你就错了,只是肉眼看不到而已,今天妈妈带我到区疾控中心一起去探究了手上细菌的大发现。

通过采集我们洗手前和洗手后的样本,然后进行48小时培养,我在显微镜下看到了一大堆的细菌群,看得我毛骨悚然。黑黑的细菌像人们脸上的斑点。想想我接触了这么多脏的东西,如果我不洗手就吃东西,那后果真是不堪设想。

为了预防“病从口入”,老师教了我们七步洗手法,还说了各种疾病,比如手足口病、水痘……还有眼下全球肆虐的新冠肺炎。我们要学会正确洗手,佩戴口罩,保持良好的个人卫生,从我做起!

指导老师 王亚宏

手与守

溪口中心小学102班小记者 单斌辉

今天,我和妈妈一起参加了“手”患大探究活动。通过对我们洗手前和洗手后细菌样本的对比,我们才知道,原来我们的手上有这样一个庞大的生物群落,它们在我们的手中繁衍不息,有可能通过我们的进食活动进入到我们的身体中从而引发各种疾病,影响我们的身体健康。所以我们要勤洗手,防止细菌滋生和传播。

为了使手上细菌消失得“无影无踪”,老师还教了我们七步洗手法。我们还学习了各种各样细菌以及传染病的传播途径,我们要记住外出佩戴口罩,勤洗手,守护自己的健康。

洗手很重要

锦溪小学302班小记者 陈妍蕊

当你用手拿东西吃,用手揉眼睛,摸鼻子的时候,你会洗手吗?如果说我的手很干净,不用洗,那你就大错特错了。

我跟妈妈参加了“手”患大探究活动后,我知道了虽然我们的手看起来干净,但没洗手前在显微镜下你会发现很多斑斑点点的细菌,用七步洗手法洗过以后,手上就干净多了。如果你不洗手就用手去拿东西吃,去揉眼睛,摸鼻子,细菌和病毒会从我们的眼睛、鼻子、嘴巴进入我们的身体,引起疾病,甚至威胁我们的生命。预防病从口入,先从正确的洗手开始。

预防病从口入,先从正确的洗手开始。

认真洗手,为自己的健康把关

武岭小学305班小记者 陈霖熠

这个暑假,我可忙了。这不,我又刚参加了“手”患大探究活动。

首先,工作人员给我们讲解了正确的七步洗手法。接下来给我们那一双双还没清洗的手进行采样,我们洗完手之后再进行一次采样。

在等待采样结果的间隙,我们来到了区疾控中心。工作人员给我们讲了病毒的主要传播途径——手。我才知道原来这么多疾病可以通过手传播,比如我们用手去揉眼睛,会引发“红眼病”;不洗手就吃东西,会把很多细菌吃进肚子里。随后我看到了自己洗手前后的采样结果,洗手前每只手的细菌菌落总数是5,洗手后是0;还有小朋友洗手前达到了36,洗完手之后是8……这次实验让我知道了认真洗手能洗掉很多细菌。工作人员还让我们看了显微镜下的细菌,我看到了洗手前后的明显差别,这些细菌看起来好恶心,我在想如果不好好洗手就会把这么恶心的细菌吃进肚子里,然后它们就会在我身体里做坏事情,太可怕了!

临结束的时候,我鼓起勇气上台讲了我的感受,保证以后一定会好好洗手,为自己的健康把好关!

指导老师 李莉

神奇的细菌旅行

居敬小学301班小记者 周昊轩

这个暑期,我报名参加了“手”患大探究活动。这是一个很有意思的实验。

这个活动分两次开展。第一次我们先做了个实验,工作人员采集了我洗手前后的样本,经过两天的培养,我们30个小小健康指导员又齐聚区疾控中心。我们听了老师的讲座,知道了传染病的几种传播方式,有呼吸道传播、消化道传播、体液传播还有接触传播。随后,工作人员公布了我们之前的采样结果,细菌在培养基里生长了48小时后,结果显示我洗手前后每只手的细菌菌落总数减少了,我很高兴,我的手是干净的。老师选择了几个典型的标本让我们通过显微镜观察细菌,我发现镜下的细菌大小不一。

现在新冠肺炎疫情仍在,老师说戴口罩很重要,但好好洗手更重要,我觉得老师说得很很有道理,因为病从口入呀,希望大家都能健健康康的。

“手”患大探究心得

锦溪小学103班小记者 毛柯宁

那天,我非常开心地参加了“手”患大探究活动。这次活动我们分成两次进行,先进行了洗手前后的细菌采样,过了两天,我们又坐在一起聆听了讲座,知道了细菌传播有空气传播、物品传播等方式。最后,老师揭晓了我们手上的细菌菌落总数,哈哈,我的手还挺干净哦!活动最后我们排着队在显微镜下看了细菌,我看到了一粒粒黑色的小细菌,原来细菌是这样子的。

这次活动让我知道了细菌的传播途径,今后我会好好按照七步洗手法洗手,拆完快递要洗手,户外活动后要洗手,保持干净,让自己变得更健康!

洗手很重要 让我来唠唠

锦溪小学205班小记者 吕昊宇

那天晚上,爸爸和弟弟陪我一起去区疾控中心参加“手”患大探究活动。

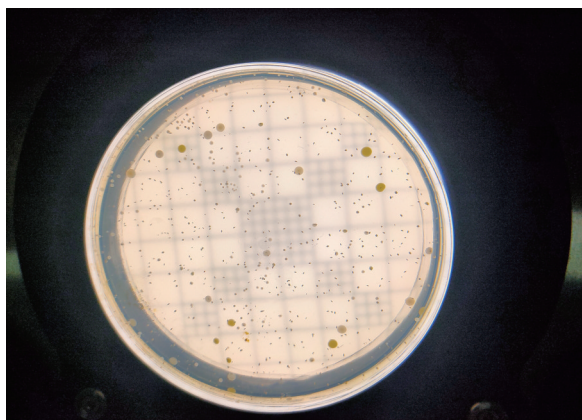
在讲座上,老师一上来就问了我们一个问题:细菌、病毒到底是怎么进入身体里的呢?带着问题,老师详细介绍了细菌、病毒进入我们身体里的途径,可以通过飞沫传播、密切接触传播、呼吸道传播、血液传播等多种方式,最常见的传播途径就是通过手、飞沫,所以掌握正确的洗手方法是多么重要。

听完讲座,老师让我们看了两天前从我手上采集的细菌样本,我透过显微镜看到自己洗手前的样本,密密麻麻的细菌,再看洗手后的样本,细菌基本上消失得“无影无踪”。我以后一定要勤洗手,同时也要告诉身边的同学和爸爸妈妈,一定要养成勤洗手的好习惯,这样才能降低得病的风险。

指导老师 王露露



七步洗手法洗手



细菌培养结果



现场采样



现场看显微镜下细菌