

ほ け ん だ よ り

え が お



深谷市立深谷中学校 保健室 H26.10.6. No.7 10月号

暑さが和らぎ、過ごしやすい気候になりました。

「のどが痛い」「咳がでる」などの症状が続き、



秋かせに注意!! 体調不良の生徒が多く保健室に来室します。

ぜひ、「手洗い・うがい」をするとともに、早寝早起き・朝ご飯で、体力をつけましょう。



毎日いろいろな情報を私たちに伝えてくれる「目」。

がんばっている目に休息を!

まだ蚊がいます。気をつけましょう。

デング熱に関する情報提供 及び注意事項について



埼玉県教育委員会より通知がありました。

1 デング熱に感染しても、重症化する場合はまれです。蚊に刺されてから3~7日程度で、高熱のほか頭痛・目の痛み・関節痛・発疹等の症状が見られれば、デング熱の可能性もあります。早めに医療機関を受診するようお願いします。

2 国内では、ヒトスジシマカ(主に日中で屋外で吸血する)がデング熱を媒介する可能性があります。蚊に刺されないようにすることが重要です。長袖・長ズボンの着用及び虫除け剤を使用するなど対策をお願いします。

3 蚊の幼虫の発生源を作らないような対策をとるように配慮をお願いします。

目のけがに注意!!

目のけがは、こんなふうにご起こっています

部活動で



自打球が直撃



スマッシュが当たった



接触プレーで激突



キャッチボールに失敗

授業中・ふだんの生活の中で



けんかで殴られた



振り回した棒が直撃



プリントの角が目



ペンチで釘を抜こうとして

けがの多い種目は

- 野球
- バドミントン
- テニス
- サッカー ...など



こんなけがが起こっています

- 眼瞼裂傷(目の上が切れる)
- 眼窩底骨折(眼球を支える薄い骨が折れる)
- 眼球破裂、角膜裂傷、網膜剥離などの重大なけがも起こっています。
- まゆの上の打撲にも注意!! 視神経を保護する骨(視神経管)を傷つけて、失明することがあります。

こんなときは、急いで眼科へ

- ぼやけて見える。
- ものが二重に見える。
- 一部だけ見えない範囲がある。(視野が欠けている)
- 目が痛い。

症状がなくても必ず受診

目や目のまわりに物が当たったり、ぶつかったりしたときは、痛みや見えにくさなどの症状がなくても、その日のうちに眼科に受診して、精密検査を受けましょう。



治療が遅れると、視力が低下したり、目に障害が残る場合があります。