吉舎中学校 保健室

ほけんだより



令和5年4月10日 No.2

心音心電図検査(1年生のみ) 4月13日(水) 10:15~

M.M.

※心臓の病気や異常がないか検査します。

☆検査前には☆

体操服に着替えておいてください。 検査前は激しい運動は控えてください。 ケープは 保健室で貸し 出しします。

☆保健室に来たら☆

- ①ケープ(プール用タオル)に着替えます。下着・靴下も脱ぎます。
- ②番号札を持って,順番を静かに待ちましょう。

☆<u>検査の方法</u>☆

右の通りです

☆<u>終わったら</u>☆

ケープから体操服に着替えたらそのまま授業に行きましょう。

★移動は静かにお願いします★

☆<u>持ち物</u>☆ 体操服



忘れないでね。

☆注意すること☆

保健室内では静かに待ちましょう。 検査をしてくださる方へあいさつをしましょう。

心電図検査を 受けるときには

全健康診断

ベッド





という。 とは、 のでは、 のでは、



3

そのまま しずかに待ちます



痛くもないし、ビリビリもしません。 こわくないので、リラックスして受けましょう ほかの人の検査中も しずかに待ちましょう

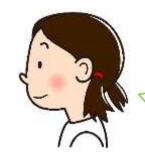


内科検診について

内科的な疾患や異常,皮膚や骨などの異常を早期発見するために行います。

4月12日(水) 1年生全員と3年生男子 4月21日(金) 2年生全員と3年生女子

服装 体操服 保健室内で、ケープに着替えます。



肩の高さなどを見るときに髪の毛が あるとうまく確認ができません。髪が肩 につく人は、肩につかないよう結んでお いてください。

運動器検診の方法を確認



最初に…下まぶたを下げ、貧血の有無をみてもらいます。

次に……聴診器で心臓の音をきいてもらいます。

最後に…背中の様子から骨や筋肉の状態をみてもらいます。(運動器検診)

自分で下まぶたを下げるときには、結膜(赤いとこ ろ)が見えるよう目元あたりを持って下ろします。鏡を 見ながら練習しておいてください! これが意外と簡単そうでむずかしいのです…。



② 手のひらを合わせたまま両手を前に伸 ばす

① 学校医の先生に背中を向けて立つ

肩甲骨などの高さもチェックしますので,腕 はまっすぐ伸ばします。

床の赤い線のところに立つようにしましょう。



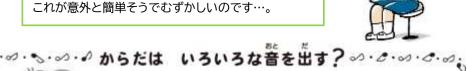
③ ゆっくり ゆっくり 前に体を倒す

背中の高さなどをチェックしています。はや いと確認ができないので、ゆっくり倒してく ださい。





まっすぐ・・・





どっくん!

これは、心臓の"弁"が閉じたり開いたりする音。

これは、肺に空気が出たり入ったりする音。

内科検診では、からだの中の音の大きさや早さを聞いて、

「健康に動いている?」「病気はないかな?」

を調べます。 4月14日から、健康診

断が始まります。からだの音がしっかり聞こ えるように、検診は静かに受けましょう。



* MA (M. C)ときは 化する音。おなかが痛いときは べることもあるそうですよ。