

保健だより

8天沼中 第 号
令和 8 年 4 月 29 日
杉並区立天沼中学校
保健室
眼科検診号

明日(4/30)は耳鼻科検診です!

場所:保健室
時間:8:50~



☆検診の順番☆

1A⇒1B⇒1C⇒2B⇒2A⇒3A⇒2C⇒3B⇒3C

(検診順は変更になる場合があります)

＊順番が来たら、廊下に出席番号順に静かに並び、静かに移動してください。

☆こんなことを調べます☆

◇耳や鼻、のどに異常がないか調べます。

☆検診を受ける時の注意☆

◇検診中は静かにしましょう。

◇髪の毛が耳にかからないように、髪の毛の長い人はゴムで結びましょう。

◇マスクを着用している人は、検診前に外しましょう。

★検診を受ける時のルール★

- ◆自分の順番が来たら、「〇〇(フルネーム)です。よろしくお願いします。」とはっきり言いましょう。
- ◆検診が終わったら、「ありがとうございました。」と言いましょう。

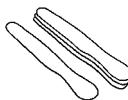


☆耳鼻科検診の受け方☆ 検査の順番 左耳⇒右耳⇒のど⇒鼻

イスに座り、耳をみてもらいます。校医の先生は、耳鏡という道具で耳の奥をのぞきます。



口を大きく開けてのどを見てもらいます。校医の先生は舌圧子という道具を使って舌(べろ)をおさえます。



顔を少し上に向けて、鼻の中をみてもらいます。校医の先生は鼻鏡という道具を使います。



●●●鼻・耳の病気 いろいろ●●●

 鼻炎:鼻の粘膜が炎症を起こした状態です。鼻炎は集中力や注意力がなくなって学習にも影響が出るため、注意が必要です。

 アレルギー性鼻炎:くしゃみ・鼻汁・鼻づまりが主な症状。花粉、ダニ、ハウスダストなどが原因です。

 副鼻腔炎:鼻の周囲の骨の中が炎症を起こし、菌を含んだ膿のような鼻汁が出ます。他に、鼻づまり、頭痛、においがわからないなどの症状もあります。

 中耳炎:風邪、咽頭炎、扁桃腺炎などで、それらの細菌が耳管の粘膜について炎症を起こします。ひどい場合は中耳に膿がたまることもあります。放っておくと、耳の聞こえが悪くなることもあります。

 耳垢^{じこうせんそく}栓塞:耳垢(みみあか)が外耳道をふさいでいるものをいいます。鼓膜が見えないくらいたまっていたり、石のように固まっていたりするものもあります。耳垢がたまったら水泳を行うと、外耳道炎を起こしやすくなったり、また、外耳道の中で耳垢が水を吸って膨張し、一時的に耳が聞こえなくなったりすることがあります。