

Garden

健康診断 ほけんだより
札幌市立札幌中学校 保健室
令和7年4月28日(月)発行

4月30日(水)は内科検診です！ ジャージ登校忘れずに！

内科検診では、痩せすぎていないか(太りすぎていないか)、心臓や肺の動きは正常か、貧血はないか、甲状腺の状態はどうか、皮膚の病気はないか、背骨が曲がっていないかなどを診察します。

★心臓や肺の働きを調べるために、胸に聴診器を当てて、音をききます。

★脊柱そくわん検査のため、前屈テストをします。運動器検診の問診票にチェックを付けた人については、手足の状態や、体の動きについても診ていただきます。



日時：4月30日(水)

検査者：学校医 岡田 春夫 医師(岡田内科呼吸器科クリニック)

会場：1階 多目的室

時間：8:30~12:45 13:40~14:00

検査順：7組男女⇒男子1年→2年→3年⇒女子1年→2年→3年

○ 前日の準備

- ・検査の前日は入浴し、体を清潔にしておきましょう。
- ・当日はジャージ登校です。(中に指定Tシャツを着用すること)
- ・ジャージやTシャツに記名されているか確認してください。(着替え時の紛失防止)

私語厳禁！！

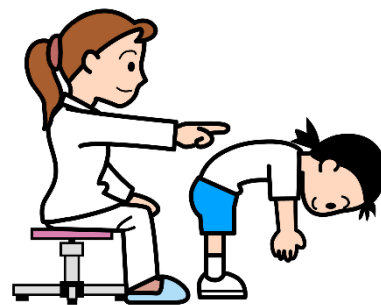


○ 当日の流れ

- ①健診の順番が来たら、廊下に出席番号順に並び、静かに移動する。
- ②多目的室前廊下に整列し、前のクラスが終わるまで静かに待機する。
- ③指示に従い多目的室に入る。ジャージの上を脱ぎTシャツになり、出席番号順に待機する。
- ④自分の番がきたら、校医さんに挨拶をして、自分の名前をはっきりと伝える。
- ⑤健診が終わったら、衣服を着て速やかに教室へもどる。

○前屈テストについて

脊柱側弯症のスクリーニングのため、前屈テストを行います。校医さんによる聴診のあと、右の図のように立ったまま前屈をしましょう。



○検診結果について

治療や詳しい検査が必要な生徒にのみ、後日結果を通知します。早めの病院受診をお勧めします。

内科検診で見つかることのある病気

【 喘息 】

ヒューヒュー、ゼーゼーといった呼吸音がしたり、発作性の咳や呼吸困難を起こす病気です。ダニやホコリなどの刺激物質が原因で起こる場合や、運動後に発症する場合があります。



【 貧血 】

鉄分が不足すると、体内に酸素を運ぶ赤血球の成分であるヘモグロビンが減少し、酸素不足となり鉄欠乏性貧血を起こします。貧血になると疲れやすくなったり、体のだるさ、めまいや頭痛を引き起こしたりします。中学生の時期は、体の成長に伴い血液量が増加するため、多くの鉄分が必要になります。バランスの良い食事を心がけ、鉄分を含めた多くの栄養素をしっかりとるようにしましょう。



【 皮膚炎 】

化学物質や金属、薬物、植物などが原因で皮膚がかぶれたり、赤くなったりする状態です。症状も原因も様々なので、一度受診して詳しく検査する必要があります。



【 脊柱側弯症 (運動器健診) 】

体の中心にある脊柱が曲がっている状態です。側弯症には、生まれつきの骨の形などによる「先天性側弯症」、原因不明で成長期に急に進行する「突発性側弯症」があります。脊柱が曲がっている状態は、肋骨などの骨格全体がゆがみ、腰や背中など体の色々な箇所です。また、内臓に影響を与える場合もあるので、一度整形外科専門医を受診することをおすすめします。

