

ほけんだり3月

3月1日本校卒業生44名がいわき翠の杜高校を巣立って行きました。お世話になった先生方や保護者の皆様に見守られ、校長先生から一人一人卒業証書を授与され、厳かな雰囲気の中の卒業式となりました。

3月はまた、締めくくりの月でもあります。在校生はこの一年をもう一度振り返ってみましょう。



1年間で保健室を利用した人の数	
ケガをした	553 人
体調が悪い	1993 人

内科的疾患で、多かったのは健康相談とその他の内科疾患。外科的疾患で最も多かったのは外傷でした。

2月14日(木)学校保健委員会が開催されました。

学校医の蛭田先生と学校歯科医の牛来先生にもご参加いただき、本校生徒の実情を踏まえた健康で安全な学校生活が送れるように、色々なアドバイスをいただきました。

学校医の蛭田先生からは、インフルエンザの予防と新薬についてのお話でした。やはり、インフルエンザの感染予防については、従来通り、学校生活を送るにあたり手洗い、うがいと飛沫感染予防も含めてマスクの着用が重要となっているとのことでした。

インフルエンザの治療薬として色々な内服薬も出てきましたが、やはり感染しないよう日ごろから十分な栄養、休息、適度な運動で免疫力を高めておく必要が重要だとのことでした。

また、新薬が使用認可され今年から処方されている医療機関もあるようです。一回の服用でいいそうですが、薬はあくまでも補助的に使用するものだとのことでした。

学校歯科医の牛来学先生から、来年度は歯科検診時行っていたブラッシング指導は都合により実施は難しいとのことでした。しかし、少しずつでも効果があるようなので再来年度からは、時間など調整して実施したいとのことでした。

3月3日は耳の日でした。

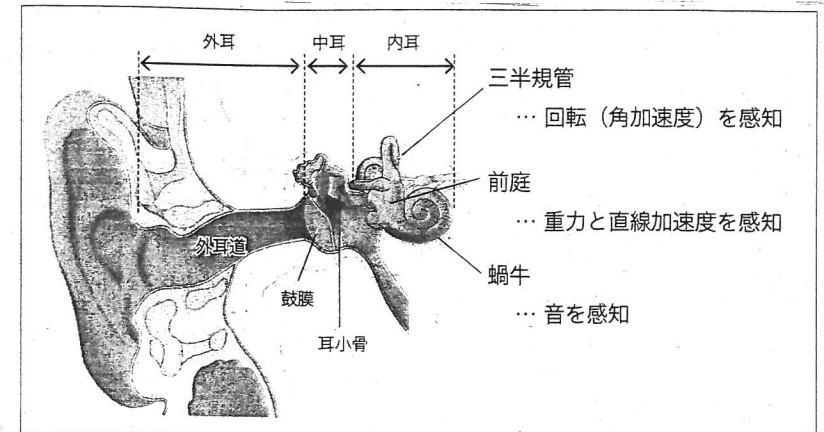
1 耳の病気が原因で起こることが多い「めまい」について

- ① めまいは症状によって2つに分類されます。1つは「回転性めまい」もう1つは「浮遊性めまい」です。ちなみに、脳への血液供給が一時的に遮断されるために起こる「一過性脳虚血発作」は、めまいと別の症状です。
- ② 2種類のめまいは、病気が原因で起こることがあります。しかも、意外なことに、耳の病気が原因で起こることが多いのです。

耳は、下図のように外耳、中耳、内耳に分かれます。このうち一番奥にある内耳の問題で起こるめまいが圧倒的に多いのです。特に内耳の前庭と三半規管の不調が原因でめまいが起こることがほとんどです。それらのめまいを「前庭性めまい」と呼びます。もちろん、前庭の不調以外でもめまいは起こります。

前庭性めまいは、内耳の三半規管や前庭の機能低下で起こります。ただその機能低下が、脳の病気によって起きている場合があるので注意が必要です。

- ③ めまいが危険な病気から命を守るためのシグナルでもあることを頭に入れておくことは、非常に大切です。めまいが続く時などは、自己判断せず医療機関での受診をお勧めします。



2 回転性めまいとして「メニエール病」がありますが、この病気はフランス人医師メニエールによって報告されました。

- ① メニエール病の主な症状・・・めまい(回転性)、聞こえの症状(難聴、耳鳴り、耳が詰まった感じ)これらの症状が反復して起こる。
- ② メニエール病の原因・・・内耳リンパの水腫により、感覚細胞が障害を受け、上記のような症状が出る。

平成31年2月発行 学校保健ニュースより

4月8日(月)新学期が始まります。

4月に入るとすぐに健康診断が始まります。気になる症状のある人や、再検査の指示が出ている人は、春休みの内に受診しておきましょう。