

ほけんだより9月

平成30年
まつやまろうがっこう
松山聾学校
ほけんしつ
保健室



暑かった夏も終わり、秋の気配が感じられるようになりました。外での活動がしやすくなりましたね。そんなとき、けがをすることもありますね。応急処置はどうするの？何に気をつけるといいのかな？ほけんだよりを見ながら考えてみましょう。



いま わだい 今、こんな話題が..

1

9月初週、松山市内のある小学校でA型インフルエンザが複数人発生し、2学級が学級閉鎖！！



今は愛媛県内での風疹患者は報告されていないようですが、人の行き来が多い行楽シーズンのこの時期、いつ患者が発生してもおかしくありません。ワクチンの効果が下がっている人や、そもそもワクチンを打っていない人が問題視されています。抗体検査を受けることも大切とされています。

今シーズン初の、インフルエンザ集団発生のニュースがありました。

9月の集団発生は、例年と比べるとかなり早いですね。

夏の疲れと、2学期が始まり運動会練習などの疲れが重なるこの時期は、身体の免疫力が落ちて、感染症に罹りやすい時期とも言えますね。食事、睡眠、休養に気をつけて、感染症に罹らない身体作りを心掛けましょう。

2

関東で風疹患者が急増！風疹の国内流行が発生し始めている可能性が高い。妊娠出産年齢の女性や、妊婦の周囲の人はワクチン接種を！！

確かに9月半ばを過ぎてから、蚊に刺されることが増えたように感じます。

数年前に発生した“デング熱”や“ジカ熱”は、蚊が広げる感染症です。衣服を考えたり、虫除け剤を上手く使ったりして、蚊に刺されないように工夫するといいでしょ。

3

この夏の猛暑で、蚊の発生が抑えられていた。しかし、ようやく暑さが和らいだ秋の今、蚊は活動を活発化させ大発生するのではないかな。



こんなときどうする？

なぜたんこぶができるの？

■腕や足をぶつけた時には、青むらさき色のあざができますね。あざは、皮膚の中で血管が破れて、もれた血のかたまりが透けて見えるものです。

■頭をぶつけた時には、ぶくっとふくらむ「たんこぶ」になります。

では、なぜ頭だけ「たんこぶ」になるのでしょうか？

頭は皮膚のすぐ下が頭蓋骨なので、血のかたまりの行き場がなく、外側へぶくっとふくらむのです。これが、たんこぶです。



保護者の方へ.....

頭を打った際、「たんこぶができたら大丈夫」という言葉がありますが、これは迷信です。頭を打ったら、嘔吐や頭痛、意識障害がないか注意して様子を見ましょう。



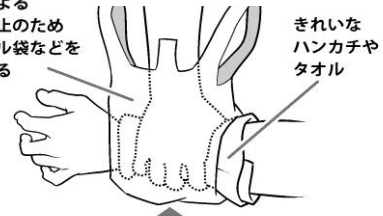
たんこぶができたらときき、応急処置は「冷やす」

切り傷などで

出血が多いときには

直接圧迫止血法

血液による感染防止のためビニール袋などを使用する



血が出ている部位を強くおさえる

鼻血が出たときは

うづむいて親指と人さし指で小鼻をつよくつまみます。

血はのみこまず。はきだしまじょう。

だぼくやねんざの救急処置

ライス RICE

レスト Rest



痛いところを動かさな
いように安静にする。

アイシング Icing



痛いところを冷やす。

コンプレッション Compression



痛いところをテーピング
などで軽く圧迫する。

エレベーション Elevation



ケがしたところを
心臓よりも高く保つ。

AEDの設置場所は...

- ・ 体育館 西側 入り口 (外側)
- ・ 本館 2階 西トイレ前
- ・ 寄宿舎 1階 ミーティングルーム近く

*もし学校が閉まっても体育館のAEDは使えます

