

保健だより

No. 5 耳鼻科検診
R5. 4. 26
中野中学校 保健室



4/27(木) 耳鼻科検診



○時間	4/27(木) 13:30~
○対象者	つばさ級→3年生抽出者→2年生抽出者→1年生全員(1-1から順に実施) つばさ級、2、3年生抽出者: 13:20 保健室前に整列
○場所	保健室

お世話になる校医の先生

小野 雄一 先生 【相模原赤十字病院】

よろしく
お願いします!!



検診の流れ

☆事前準備☆

- ・事前に家で耳掃除をしておきましょう。やさしくね!
- ・髪の毛の長い人は結んでください。耳を診てもらう際に邪魔にならないようにしましょう。
- ・保健だよりをよく読み、流れを頭にいれておきましょう。

☆当日☆

- ①床のラインに沿って整列して静かに待機します。



- ②自分の番になったら、クラス、番号、名前を言います。欠席の人がいる場合は次の人が教えてください。

1組△番の
○○○です。
よろしく
お願いします。



- ③まず耳から診てもらいます。奥までみるため、器具を使います。



- ④次に鼻です。マスクを外し、先生が診察しやすいように少し上を向きましょう。鼻も器具を使います。



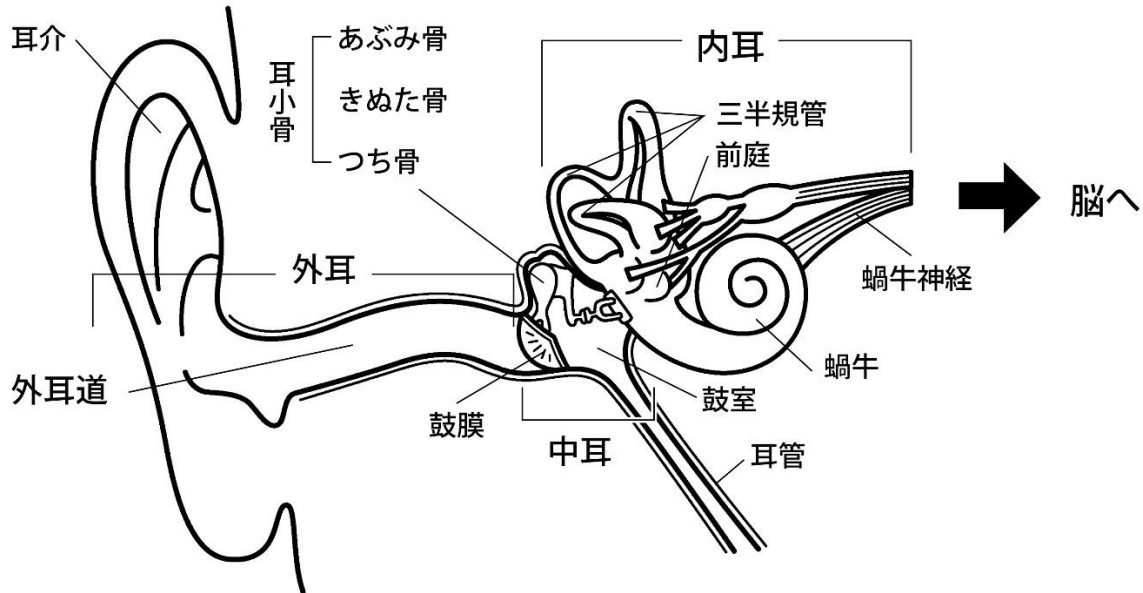
- ⑤最後にのどを診てもらいます。口を大きく開けましょう。



*** 検診中は静かにして、指示に従いましょう! ***

耳のしくみ

耳は外耳、中耳、内耳にわかれており、外耳で集められた音は鼓膜をふるわせ、その振動は蝸牛で電気信号に変えられ、蝸牛神経を通して脳へと送られ、ここで音として感じます。また、内耳の中にある三半規管と前庭は、体のバランスを感じるはたらきもあります。



大音量で音楽を聴いていると……

ヘッドホンで大きな音量で音楽などを聴いていると、耳の奥の有毛細胞という音を感じとる細胞が傷ついて、難聴になることがあります。傷ついた有毛細胞が回復することは難しいので、ヘッドホンを使うときは適切な音量にして、連続して聞き続けないうるを休ませるようにしましょう。



なんで鼻がつまるの？



鼻の中の粘膜が腫れると、毛細血管が広がることにより、鼻の通りが悪くなります。鼻の中にできたポリープが原因で起こることも。

鼻のかみ方



両側一度に鼻をかむと耳を痛めるので、片側ずつゆっくりとかむようにしましょう。鼻はすすらないようにしましょう。

せき・くしゃみはなぜ出るの？



空気中のほこりやウイルスなどの異物が気道に入ると、外に出そうとして反射的に起こる体の防御反応です。