

ほげんだより

令和6年4月10日(水)
札幌南陵高校保健室
内科検診特別号

4月11日(木)は… 内科検診です！

学校医：伊東 佳澄 先生（ふじのさわ内科クリニック）

場 所：会議室

時 間：5時間目～6時間目

＊授業並行、休み時間中も続けて検診を行います。



検診の順番 ※女子→男子の順です。

- ① 2年1組女子 → ② 3年1組女子 → ③ 3年2組女子 → → 男女入れ替え
④ 3年2組男子 → ⑥ 3年1組男子 → ⑦ 2年1組男子

検診の受け方

- ① 記録用紙を持って会議室に移動、手の消毒をお願いします。
② 会議室に入ったら、ワイシャツ・ブラウスになります。
③ ワイシャツ・ブラウスのボタンの上3つ、下1つをはずします。
④ ワイシャツ・ブラウスのすそをズボン・スカートから出します。
⑤ 次の順番で学校医さんが検診します。指示にしたがって自分から動きましょう。

ネクタイ・リボンは
移動前にはずして
ブレザーの
ポケットへ…



両目の下まぶたを
めくります。

【貧血がないか】



首のあたりを医師
がさわります。

【甲状腺がはれて
いないか】



胸と背中に聴診器
をあてます。

【心臓や肺が元気に
動いているか】



医師に背中を向け
て、おじぎします。

【側わんがないか】

⑥ 検診が終わったら「ありがとうございました」を忘れずに。

⑦ 会議室内で身なりを整えてから授業教室へ戻ります。

内科検診で多くチェックがついてくるのが「脊柱側弯症状の疑い」や「甲状腺腫大」についてです。内科検診の精密検査のお知らせは、少しでも不安がある場合に出していますので、精密検査の結果、必ずしも異常が発見されるわけではありません。ですが、本当に「脊柱側弯症」だった場合、放っておくと腰などの痛みなどのトラブルが出てきます。

「甲状腺腫大」の原因が病気によるものなら、心や体全身に不調が出てしまいます。

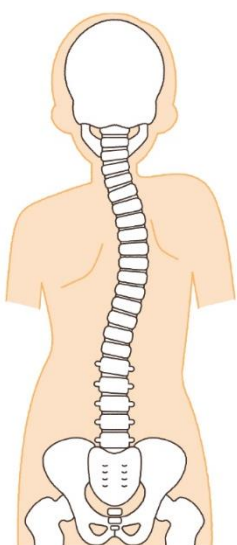
精密検査が必要とお知らせがあった場合は、できるだけ早めに（夏休みを利用して）受診するようにお願いします。



●脊柱側弯症

かも…

背骨がわん曲した状態です。7割は原因が不明です。思春期の女性に多くみられます。早期発見・早期治療が大切です。



●症状

片側の背中や腰のでっぱり
肩の高さや肩甲骨の位置のずれ
ウエストラインが左右対称でない



変形が強まると…
背中痛みやこり
手足のしびれや動かしにくさ
息切れ

放っておくと、日常生活に支障をきたすこともあるので、精密検査をすすめられたら整形外科を受診しましょう！



●甲状腺腫大とは…



甲状腺が通常より大きい状態のことで、何らかの不調があるため、内科検診でチェックしています。

甲状腺は、甲状腺ホルモンを分泌し、新陳代謝を促したり、脈拍や体温、自律神経などを調節している「実はスゴイ」器官です。

<甲状腺ホルモンが多過ぎると>

●強い疲労 ●不眠 ●汗っかき ●下痢
●どんどんやせる ●指のふるえ…など

<甲状腺ホルモンが不足すると>

●強い倦怠感 ●冷え性 ●強い眠気
●乾燥・抜け毛 ●太りやすい…など

原因がわからない不調の中には、甲状腺の病気が隠れていることがあります。