

ほけんだより

4月

令和3年
4月27日
臨時号

港区立
赤坂中学校
保健室

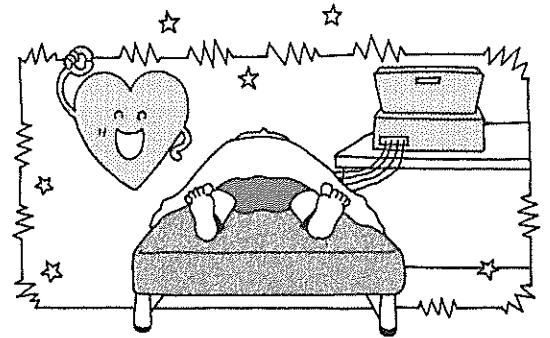
1年生、2年生対象者 心臓検診

4/28(水) 13:30~ ゆりのきルームで行います。

1年生、2年生の対象者は、体育着(Tシャツ、短パン)を忘れずに!!
女子は胸にかけられるタオルかジャージの上を持ってきてください

●こんなことを調べます

心電図検査では、心臓の中で起こっているかすかな電気の変化を調べます。グラフ形で記録し、みなさんの心臓が、元気に働いているかどうかを調べる検査です。心臓は、毎日休むことなく動き続けている働き者の臓器です。心電図はみなさんが、安心して学校生活を送れるように、心臓の状態を正しく知り、突然起こる心臓の異常を防ぐために行います。



●検査の受け方

- ① 昼休みに、体育着に着替えます。
- ② 13時半に、ゆりのきルーム前に整列し、自分の心臓検診調査票を受け取ります。
- ③ 検査会場内では、胸や手、足首に器具をつけるため、上半身は下着をつけずにしてください。
(女子は会場内の更衣スペースで上半身の下着を取ります)
- ④ 静かな場所でないとう検査ができません。ゆりのきルーム前で、おしゃべりをせずに、静かに待ちます。
- ⑤ 検査をするときは、検査をするベッドに上がり、上向きに寝ます。
- ⑥ 胸・手首・足首に検査の器具をつけてもらいます。女子は胸にタオル等をかけてもらいますが、コロナの関係で貸し出しできませんので、ジャージの上かタオルを自分で持って来てください。
- ⑦ からだの力を抜いて、静かに寝ていると、「息を吸って」「止めて」と言われるので、検査して下さる方の指示にしがいます。
- ⑧ 検査が終わるまでは、からだの力を抜いてリラックスしましょう。
- ⑨ 検査がすんだら、ベッドから静かに降ります。
- ⑩ そのまま話をせずに、静かに教室に戻りましょう。

●注意すること

- ★ 検査の前は走ったり、激しい運動をしたりしないこと。(昼休みは走り回らず、静かに過ごす。)
- ★ 自分の順番を待っている時は、検査の邪魔にならないように先生や検査して下さる方の指示にしがうこと。
- ★ おしゃべりは絶対にしないこと。

今年は、新型コロナウイルス感染症予防のため、電極やベッド、脱衣かご等は検診業者(こころとからだの元気プラザ)が、一人ひとり消毒をします。

●その他

- ★ 検査をするベッドは、つい立てでしきるので、待っている人からは見えません。器具をつけた後、上半身にはタオルをかけるので、はずかしがらなくても大丈夫です。
- ★ 緊張して体をかたくすると、正確な検査結果が出ません。痛みなどは全くない検査です。リラックスを心がけましょう。