

7月ほけんだよ!



つゆ なかやす なつび つづ ねっちゅうしょう しんぱい じき からだ あつ な
梅雨の中休みで、夏日が続く、熱中症が心配な時期となりました。体が暑さに慣れてい
ないこの時期や、急激に気温が上がった日は、特に注意が必要です。喉がかわいていなく
てもこまめに水分を摂取するようにしましょう。

ねっちゅうしょう しょうじょう じゅうしょうど ど ぶんるい 熱中症の症状…重症度によりⅠ～Ⅲ度に分類されます

Ⅰ度…^{てあし}手足がしびれる・^{めまい}めまい・^{たちくらみ}立ちくらみ・^{きんにくつう}筋肉痛

^{きぶん}気分が悪い、^{ボーっとする}ボーっとする

Ⅱ度…^{ずつう}頭痛・^{はきけ}吐き気・^{おうと}嘔吐・^{からだ}からだのだるい

^{いしき}意識がなんとなくおかしい

Ⅲ度…^{いしき}意識がない・^{けいれん}けいれん・^{よびかけ}呼びかけに対し返事がおかしい

^{まっすぐ}まっすぐに歩けない、^{走れない}走れない・^{体が熱い}体が熱い

重症
↓

よぼう 予防のポイント

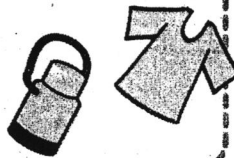


• ^{にっちゅう}日中は^{ぼうし}帽子をかぶって^{がいしゅつ}外出をしましょう

• ^{こまめに}こまめに^{きゆうけい}休憩し、^{ひかげ}日陰を^{りよう}利用しましょう

• ^{すず}涼しい^{ふくそう}服装を^{えら}選びましょう

• ^{すいぶん}水分をこまめに^{とり}とりましょう



しょうじょう で いいようきかん こんな症状が出たら医療機関へ

• ^{いしき}意識がない

• ^よ呼びかけに対し^{たい へんじ}返事がおかしい

• ^{まっすぐ}まっすぐに^{ある}歩けない・^{はし}走れない

• ^{からだ}体が^{あつ}熱い

• ^{けいれん}けいれんを^お起こしている

• ^{すいぶん}水分を^{じりき}自力で^{せつしゅ}摂取できない



^{がっこうけんしん}学校検診が^お終わりました。^{けんしんけっか}検診結果をみなさんに^{はいふ}配布します。

★ ^き気になる^{しょうじょう}症状がある場合は、^{びやういん}病院を受診してください。

また、^{びやういんじゅしんかんしょう}病院受診勧奨の^{ようし}用紙を受け取った人は、^{すみやかに}すみやかに^{びやういん}病院を受診し、

^{ようし}用紙に^{きにゆう}記入してもらい、^{がっこう}学校に^も持って^き来て^{ください}ください。

