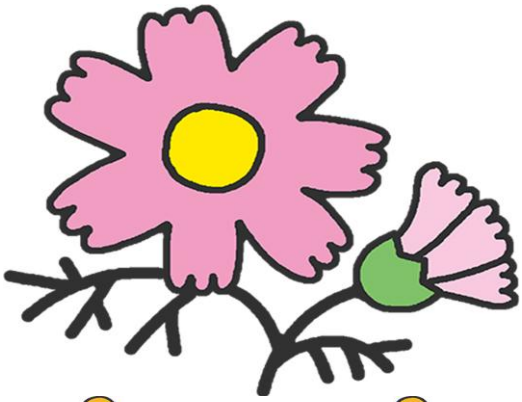
ほけんだより

平成２３年９月１日
江戸川区立大杉第二小学校
校　　長　　詫　節子
養護教諭　　岡田　茉里



長い夏休みが終わり、学校生活が始まりました。夏の疲れが出やすい時期ですから、体調管理に気を配ってください。

９月は「防災の日（１日）」、「救急の日（９日）」など、命や安全に関する日がある月でもあります。この機会に自分の命を守り、他の人の命をどう助けるかなど「命」について考えてみるのもよいと思います。

今回は、救急にまつわることをお知らせいたしますので御家庭での処置に御参考ください。

閉鎖療法について

擦り傷の治療法として、閉鎖療法というものがあります。最近では、テレビなどのメディアで有名になり、徐々に家庭にもひろまりつつあります。基本は、「消毒しない」「きずは乾かさない」という今までの常識とは正反対の治療方法です。

消毒薬を湿布し、カットバンを貼る方法も有効的ですが、手当がうまくできずに放置すると、化膿して痛くなってしまったということも少なくありません。

閉鎖療法を御家庭でも知っていただき関心を持っていただけたらと思います。

保健室では、けがをした子供の状態をよくみて最もよい方法で応急処置をしていきたいと考えていますので、この閉鎖療法も選択肢の一つと考えています。よろしくお願いいたします。

手軽な閉鎖療法

①　水道の水できれいに洗う。特に砂や石は取り除く！（ここがポイント）

②　乾燥をふせぐために傷口よりかなり大きめに切ったラップ（食品包装用ラップ）をあて、ラップの四隅をばんんそうこうで固定する。

③　ラップの上からガーゼをあてる。

④　夏は１日２回ぐらい、冬は１日１回ぐらい傷口を洗って交換することを続ける。（気持ちが悪くなったら洗う感じ）

＊　閉鎖療法は初期処置が大切です。２日目でめんどくさくなりラップをはずしても、それなりの効果があるそうです。

保健室からのお知らせ

出席停止の用紙について

出席停止の用紙とは、感染症に罹患(りかん)した場合、登校する際に医療機関が記入する治癒証明書のことです。今回、新しくなったホームページに出席停止の用紙がダウンロードできるようになっています。必要な際はぜひ御活用ください。

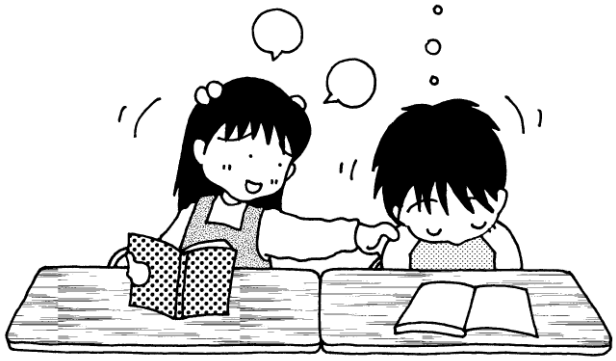
夏休み明けのお子さんの体調管理について

長い夏休み明けは体が慣れずに不適応が起きやすくなります。毎年９月は、保健室利用が最も多くなる時期と言われています。残暑が厳しい中、学習や運動が始まります。子供たちは体力や最後までがんばる力が必要です。

お子さんが、「つかれが残っているな。」「この残暑の中での体育が心配だ。」と思われたら、これから十分に生活習慣を立て直してください。

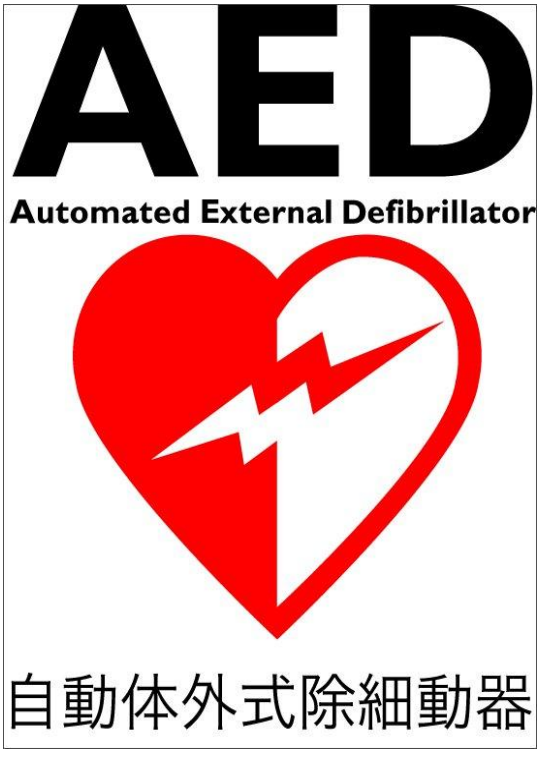
次のような様子が見られたら、担任または養護教諭まで御相談ください。

① よく体調の不良を訴えるようになった。
② 親にべたべたくっつくようになった。
③ 一日のできごとを話さなくなった。
④ 口数が減った。
⑤ 親に反抗的になった。
⑥ 食欲がなくなった。
⑦ なかなか起きられないようになった。
⑧ 登校しぶりをするようになった。
⑨ 「眠れない」と訴えるようになった。
⑩ ボーッっとして元気がない、覇気がない。



AED って？

最近では学校や公共施設等にも広く設置されるようになった AED。自動体外式除細動器といって、心室細動（心臓の筋肉がけいれんしたようになり、全身に血液を送ることができない状態）になったときに、心臓に電気ショックを与えて、正常な状態に戻そうとする医療機器です。

平成１６年から一般市民も使用できるようになりましたが、電気ショックが必要かどうかは AED が判断してくれますし、音声ガイドがあるのでそれに従えば簡単に操作できます。救急車が到着するまでの間も、一刻も早く AED を使用することが救命率の向上につながります。

本校の AED は職員玄関脇に置いてあります。学校に来る際に一度御確認いただければと思います。