

ほけんより



中央区立日本橋中学校
6月—①
令和5.6.6発行

眼科検診

眼科校医：内山 昌明先生


6月7日(水) 8:45～ 全校 保健室で行います。
目の病気や異常がないか診てくださいます。



検診のときには・・・

- ① まず、自分の氏名をはっきりという。欠席がいれば次の人が教えてください。
 - ② メガネをかけている人は、自分の順番のときにははずしてください。
(コンタクトの人ははずす必要はありません。)
 - ③ 校医先生の方を向いて、椅子に座り、指示に従ってください。
 - ④ 両目を自分で「アカンベー」する(舌は出さなくてよいです！)
- ◆見え方がおかしい、痛みがあるなど、心配なことがあれば言ってください。


眼科検診 **結膜炎**



白目とまぶたの裏側の結膜が炎症をおこす病気です。●ウイルス性結膜炎には、いろいろな種類がありますが、主な症状は、目やまぶたの充血、目のゴロゴロ感、目やに、涙、などです。特効薬はないので、目薬で炎症をおさえます。感染力が強いので、出席停止になります。普段から、手をよく洗い、タオルや目薬などの共用はやめましょう。

●アレルギー性結膜炎では、充血と目やにの他にかゆみがあります。コンタクトが原因のものも多いので、清潔にして正しく使うようにしましょう。

眼科検診 **睫毛乱生**






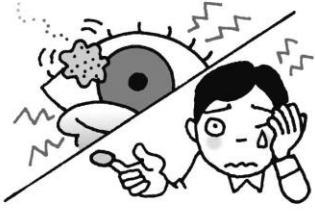




●睫毛乱生は、まつ毛の並び方がふぞろいなために、白目や黒目に当たってしまう病気です。目を傷つけたり、ゴロゴロしたり、涙が出ます。ひどくなると、視力障害がおこります。治療はふぞろいなまつ毛を抜きます。

●内反症は、まぶたが内側に反っているためにまつ毛が目当たって、睫毛乱生と同じ症状がおこります。自然に治ることもありますが、症状がひどいときには、手術が必要です。

まずは眼科で相談しましょう。

気になる
こんな
目の症状

<p>目が赤い</p> 	<p>その原因は？</p> <ul style="list-style-type: none"> ●目にゴミや花粉、細菌などが入って、炎症を起こしている。 ●使いすぎで、目が疲れている。 
<p>目が乾く</p> 	<p>その原因は？</p> <ul style="list-style-type: none"> ●パソコンやゲームに熱中して、まばたきの回数が減っている。 ●室内の空気が乾燥している。 
<p>目が痛い</p> 	<p>その原因は？</p> <ul style="list-style-type: none"> ●目にゴミやホコリが入った。 ●目に傷がついている。 ●細菌に感染し、炎症が起こっている。 
<p>目がかゆい</p> 	<p>その原因は？</p> <ul style="list-style-type: none"> ●花粉などのアレルギー症状が起こっている。 ●細菌やウイルスに感染している。 

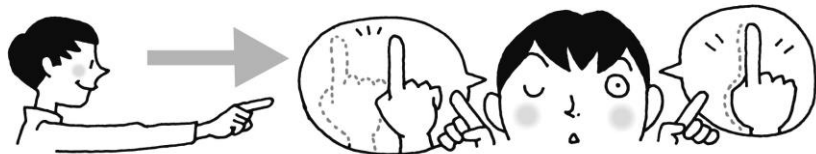


気になる症状があるときは、まず、目を休めること。症状が続くときや、悪化してきたときには、眼科でみてもらいましょう。

MINIチェック

少し離れたところのものを指さして、左右交互に片目で見てみましょう。

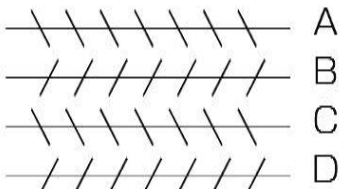
「利き目」はどっち？



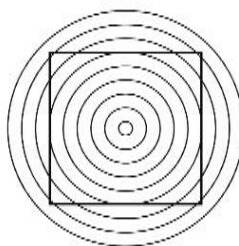
両眼で見ているときと同じように見える側が、あなたの「利き目」です。

あれっ、おかしくない？ 目のさっかくクイズ (定規で確かめてみよう)

A~Dは平行になってるかな？



正方形は曲がってない？



横棒の長さは違う？

