

耳鼻科健診

4月25日(木) 13:15~

2年生・E組

1・3年生の該当者

【健診にあたって】 感染症対策やプライバシーなどに配慮して実施します。不安や心配事のある人は事前に担任の先生に相談してください。

1 目的 耳、鼻、のどの病気がないか調べます。

2 受け方

「右耳」→「左耳」→「鼻」→「のど」の順で検査をします。

頭の方向を変えて検査を受けます。

「耳」を見てもらうときは、ドクターに「右耳」が見えるように頭を左に→次に「左耳」が見えるように頭を左に → 次に正面を向きます。

「鼻」は顔を少し上向きにします。鼻を診ている時は、口を閉じます。

「口」は大きくあけてのどが見えるようにし、背筋を伸ばします。

3 健診でわかること

「耳」：^{じこらみせく}耳垢栓塞（自分で取れないくらい耳垢が詰まっている）や鼓膜の状態から中耳炎など

「鼻」：アレルギー性鼻炎やその他の鼻の炎症など

「のど」：扁桃腺の状態、のどの炎症、かぜをひいていないかなど

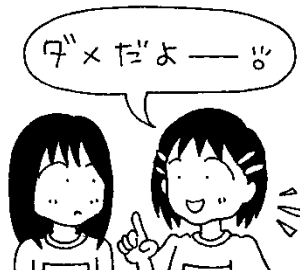
専門医の受診が必要な場合は、連絡しますので早めに受診してください。



耳鼻科健診について



耳をみますので
かみの毛は耳に
かからないように。



「×だよー」

横をむいてすわり、耳をみてもらいます。
先生は、^{じきょう}耳鏡という道具で耳のおくを
のぞきます。



前をむいてすわったら、鼻の中をみてもら
います。先生は鼻鏡という道具を使います。



鼻鏡
鼻のあなをグイッと
ひろげるんだよ。

口を大きくあけてのどをみてもらいます。
先生は舌圧子という道具を
使って舌(べろ)を
おさえます。



検査の前日には、耳の掃除をしておきましょう。





予防しよう

ヘッドホン・イヤホン 難聴

音は
どうやって
聞こえるの？



耳の中の有毛細胞が音の振動を電気信号に変換して、脳に伝えます。

この有毛細胞が傷ついたり、壊れたりすると、難聴になることがあります。難聴は少しずつ進行するため、「聞こえづらいな」と思った時には、かなり進行していることも…。予防が何よりも大切なのです。

予防Point 01

長時間・大音量で聴かないようにしましょう

大音量で聴いたり、長時間聴いたりすると、有毛細胞が壊れてしまうことがあります。ヘッドホン・イヤホンは耳に直接音が入るため、特に注意が必要です。



予防Point 02

耳を休ませよう

有毛細胞が壊れる前なら、耳を休めることで回復することがあります。ヘッドホン・イヤホンの使用は「1日1時間」までと決めるなど、こまめに休ませましょう。



予防Point 03

身近な病気だと知ろう

スマホなどが広く使われるようになり、いまや世界中で11億人の若者（12～35歳）に、難聴の危険があるといわれています*。とても身近な病気なのです。



※WHO（世界保健機関）より

もしもこんな症状があれば、すぐに病院へ

- 耳鳴りがする
- 耳が詰まっている感じがする
- 聞こえにくい

