



すまいる

眼科検診のお知らせ

<日時> 10月18日(水) 14:25~14:35

<場所> ほけんしつ

<こんなことを調べます>

目のまわりやまつげ、まぶた、目に病気のうたがいがいがないかどうかを調べます。

<気をつけること>

- 検査のときは、目がかくれないように、かみをかきあげておきましょう。
- 検査会場では、静かに待ちましょう。
- 「おねがいします。」「ありがとうございました。」など、お医者さんへのあいさつをきちんとしましょう。
- 検査では下まぶたを少し下げたりしますが、痛くないので体を動かさないようにしましょう。

カケハシ眼科の 榎 先生が
みてくださいます。



(検診の結果、異常がなければお知らせはしません)

目の疲れをチェック

- ① () 本やテレビを見るとき、上目づかいや横目で見ている。
- ② () 黒板の字や遠くの人、体育館の字がわかりにくくぼやける。
- ③ () 曇った日や雨の日が見づらい。
- ④ () 字がぼやけたり、もののまわり(りんかく)が二重に見える。
- ⑤ () 姿勢が悪いと注意される。
- ⑥ () 目と本やノートなどから30~40cmはなして読んだり書いたりしていない。
- ⑦ () ゲーム、パソコン、タブレットなど、毎日休まず1時間以上する。
- ⑧ () 寝る時間が遅い
- ⑨ () 暗い所でゲームをしたり、テレビや本を見る。
- ⑩ () 直射日光の下で本を読んだりゲームをしていた。
- ⑪ () 野菜など、好き嫌が多い。
- ⑫ () 髪の毛が目の前をチラチラしている。
- ⑬ () あまり外遊びをしない。

目を休ませるには、まぶたを閉じて目の筋肉をリラックスさせるのが簡単で効果的です。脳も休まります。



がんかけんしん み め びょうき

眼科検診で見つかりやすい目の病気

<p>きゅうせいけつまくえん 急性結膜炎</p> 	<p>ばいきんが入って起こります。白目やまぶたの裏が赤くなり、目やにやなみだが出ます。</p>
<p>アレルギー性 けつまくえん 結膜炎</p> 	<p>花粉やほこりなど、いろいろな原因で、目がかゆくなったり、赤くなったりします。</p>
<p>りゅうこうせい 流行性 かくけつまくえん 角結膜炎</p> 	<p>周りの人にうつりやすいため、かかると「出席停止」の対象です。白目やまぶたの裏が赤くなったり、目やにやなみだが出てかゆみが強いです。</p>
<p>ぼくりゅうしゅ 麦粒腫</p> 	<p>まぶたにできものができ、赤くはれて痛みます。</p>
<p>さんりゅうしゅ 散粒腫</p> 	<p>まぶたにグリグリしたできものができます。痛みはありません。</p>
<p>がんけんえん 眼瞼炎</p> 	<p>目のふちやまつげのはえぎわが、ただれてかゆくなったり、白っぽくなってカサカサします。</p>



目の病気の予防も「手洗い」やタオルやハンカチを「共用しない」ことが大切です。

～かぜひきさんがふえています～

今年は暑い日が続きましたが、10月に入り気温が少しずつ下がってきました。と同時に、かぜひきさんもふえています。全国的には早くもインフルエンザが流行していますが、弟子屈町内でもインフルエンザが出始めているようです。新型コロナウイルス感染症が流行してから、いつもは流行らない時期に色々な感染症が流行しています。

いんどうけつまくねつ ねつ 咽頭結膜熱(フル熱)

予防は「石けんによる手洗い」や「マスク着用」です！



アデノウイルスに感染後、5～7日(2～14日)ほどの潜伏期間を経て38～39℃の発熱、喉の痛み、結膜炎を発症するのが特徴。

ヘルパンギーナ



エンテロウイルスによる咽頭炎で、発熱、喉の痛み、口腔粘膜の水疱(直径1mm～5mm)などの症状が見られる。潜伏期間は2～4日

ようけつせいれん さきゅうきんいんどうえん 溶血性連鎖球菌咽頭炎



A群溶血性レンサ球菌による上気道感染症で、潜伏期間は2～5日。発熱、咽頭痛、咽頭発赤、莓状の舌などの症状がある。