

保健だより



小山中学校

R5.10.16



職場体験をした2年生から最近『養護教諭』、保健室の先生は何をしているのかを聞かれます。仕事は色々ありますが、主に保健室に待機し、学校内で生徒がけがをした時や具合が悪くなったときに応急処置をします。

一番大切なことは、保健室に来た生徒の体調や、けがの状態を見て、医療機関を受診させるかどうかの判断です。以前は早い段階で、私が受診の有無を決めてしまいましたが、今は、生徒の判断を優先する機会が多くなりました。というのも、この体を一番知っているのは、生徒自身であり、将来を考えると受診の有無の判断は生徒自身がいなければならないと思うようになったからです。【緊急性の高いけが病気は別です。】

病院を受診した方が良いかもしれないと思うけがでも、生徒が「大丈夫」だと判断した時は、そのまま様子を見ることもあります。反対に私が大丈夫と判断しても、生徒が専門医の受診を希望する時はその通りにします。なぜなら『養護教諭の判断』だったことを『自分自身の判断』として、次のけがや、病気の時に経験として活かしてほしいからです。

打撲の直後は「冷やす」

「シップを下さい。」ぶついたり、捻挫の時みなさんはそう言いますが、シップでは冷やしたことはありません。

缶ジュースにシップを貼っても冷えないように、シップは冷やすことにはなりません。冷やすには、『氷』、もしくは『保冷剤』を用いてください。就寝時はシップを用います。

保健室では、その中間で「冷えピタ」も活用しています。

シップもよく見ると**年齢制限**があります。注意してください。



10月17日～10月23日は『薬と健康の週間』医薬品を正しく使おう

NG 牛乳やジュースで飲む

おなかに入れば いっしょでしょ?



クスの効き目が変わってしまいます。

NG 食事と一緒に飲む

食間? 食事中?



食事中=食間ではありません! それぞれ決められたタイミングがあります。

薬の使い方NG集

間違った使い方はリスクでし
がありません。説明書をよく
読んで、用法・容量を守って
正しく使いまししょう。

NG たくさん飲む

早くおきますように～



急性薬物中毒など、最悪の場合、命に関わります。

NG あげる

わたしの、あげる～



医師から処方されたものを人にあげることは法律で禁止されています。市販薬でも、はじめて飲む場合はアレルギーなどの心配があります。



保護者の皆様へ

今年はインフルエンザの流行が早く、まだ新型コロナウイルスの新規感染報告もある状況です。

朝、少しでも体調に不安がある場合には、無理をせずに休ませたり、病院に連れて行くなどの対応をお願いいたします。

10月から新型コロナウイルス感染症の医療費自己負担が変わりました。

- ★ 治療薬（パキロビッド、ラゲブリオなど）：一定の自己負担が発生します
- ★ 入院医療費：入院医療費の補助が減額になります

今まで自己負担なし（全額公費負担）とされていた新型コロナ治療薬（パキロビッド、ラゲブリオ、ゾコーバなど）については、10月からは、公費負担を一部継続しつつ、医療費の自己負担割合に応じ、患者さんにも一部負担いただくことになっています。

具体的には、自己負担割合が1割の方は3,000円、2割の方は6,000円、3割の方は9,000円が上限となるよう、公費で負担します。

例えば、ラゲブリオの薬価は約9万円であり、3割負担の方は本来であれば2万7千円の自己負担となりますが、差額の1万8千円については、令和6年3月末までは公費で負担します。

なお、新型コロナウイルス感染症の治療をした際には、他にも初診料、検査料、処方箋料、コロナ治療薬以外の薬代などの医療費の自己負担が別に発生します。

※新型コロナウイルス治療薬については、感染者の重症化リスク等をふまえて、医師が投与の判断をします。特に、重症化リスクの低い軽症の患者では、特別な医療によらなくても、経過観察のみで自然に軽快することが多いため、新型コロナウイルス治療薬が投与されない場合があります。

【インフルエンザの特効薬】

高い熱（38.5℃以上）を認めた場合は、発症後48時間以内であれば抗インフルエンザ薬（タミフルやリレンザ等）の効果（インフルエンザウイルスの増殖を抑える）が期待できます。ただし、発症後すぐに受診しても検査で陽性に出ない場合がありますので、6時間以上経過した時点で受診される事をお勧めします。

また、一般的な風邪と違いインフルエンザは咳等で空気中に飛び散ったウイルスからも感染します。感染力が強いので、感染に気付かずに登校すると感染を広げる事になります。疑わしい症状のある時は、必ず受診しましょう。

インフルエンザに感染したら、最低2日間は一一人にならないよう保護者等の見守りが必要です。（感染後の異常行動が報告されているため）

かん
 「いつもとちがう？」と感じたら、
 それは、カラダからのメッセージ

