

保健だより すこやか

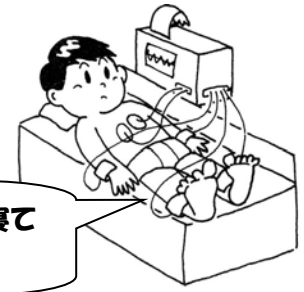
平成29. 5. 29
美木中学校保健室

1年生のみなさんへ



5月24日(水)に心電図検査がありますので、次の内容をよく読んで検査を受けてください。

- ★ 日時 5月24日(水) 11:00~12:30
- ★ 場所 保健室
- ★ 服装 夏の体操服(半袖, ハーフパンツ)
- ★ 福山臨床検査センターから検査に来られます。
 - ・検査の受け方⇒ベッドの上で、体を楽にして、横になります。
 - ※緊張して体を固くすると、正確な検査ができません。力を抜いて、リラックスしてください。また、キョロキョロしたりしゃべるのも禁止です。
 - ※手首・胸・足首に器具をつけます。ソックスは脱いでおきましょう。
 - ※周りの人がしゃべったり、音をたてたりすると、正しく検査ができません。静かに待ちます。



緊張するかもしれませんが、少しの間寝ているだけで終わるから大丈夫!!

1年1組男子から順番に検査を受けます。最初は出席番号の1番~10番の人が保健室に行き、残りの人は授業を受けています。その後は、一人帰ってきたら次の人が保健室に移動します。

検査の済んだ人は速やかに着替えて、授業に戻りましょう。そして次の人への連絡を確実に行ってください。

今回の心電図検査の結果と、以前提出してもらった心臓病調査票の内容をもとに、心臓病の専門医の先生方が異常の有無を判定されます(6月中の予定)。その後、再検査の必要な人には後日お知らせをします。

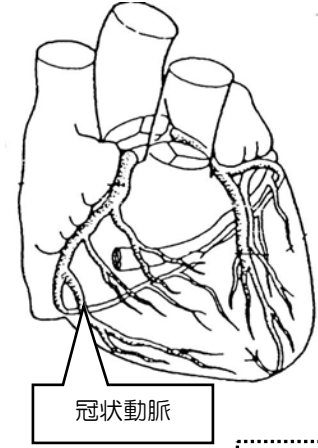


なぜ、検査をするの?

心臓は、一日も休むことなく、絶え間なく動いている大切な臓器です。体中に血液を送り出す心臓が、規則正しく動いているかどうかを調べます。検査の結果、不整脈(リズムの乱れた心臓の動き)が見つかることがあります。



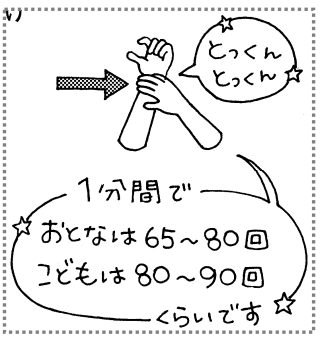
心臓のしくみ



心臓は『心筋』と呼ばれる筋肉からできていて、血液を全身に循環させるポンプの役目をしています。その心筋は心臓の表面をおおう冠状動脈から酸素と栄養を補給しています。
心臓の重さは、体重の200分の1にすぎませんが、冠状動脈を流れる血液は、体全体を流れる血液の20分の1であり、比率が高くなっています。これは、働き続ける心臓には、十分な酸素と栄養が必要ですから、冠状動脈を流れる血液の量が多くなっているのです。

みやくばくチェック

左の手のひらを上に向け、手首の親指側を右手の指3本で触ってみましょう。
脈拍の強さやリズム・数で心臓の様子がわかります。リズム正しく、トクン トクンしていますか?
1分間の脈拍数も数えてみましょう。



心電図とは?

心臓の筋肉が全身に血液を循環させるために拡張と収縮を繰り返すとき、心臓の筋肉から弱い電流が発生します。その変化を波形として記録し、その乱れから病気の兆候を読み取ろうとするのが心電図検査です。機械からみなさんの体に電流を流すわけではありません。機械は心臓から発生する、弱い電流を読み取っているだけです。だから、痛くもないしビリビリもしません。

心臓の筋肉が全身に血液を循環させるために拡張と収縮を繰り返すとき、心臓の筋

