

ヘルシーウェイ



心電図検査 (1年生対象)

4月11日 (金) 13:30~

場 所 図書室

服 装 体操服(半そで、ハーフパンツ、裸足)

※ 検査時は、上半身は胸が出るようになります。

持ち物 必要な人は、上半身の目隠し用のタオル(フェイスタオルなど)を持参してください。

※以前は、女子生徒は上半身に、医師会持参の目隠し用のタオルをかぶせて実施していました。しかし、近年の感染症予防として、タオルの使いまわしを避けるため、医師会からの目隠し用タオルの用意がありません。そのため、必要な生徒は、目隠し用のタオルを各自で用意するようお願いします。

予備日: 4月23日 (水) 13:30~

問診票提出日: 4月10日厳守

記入漏れにお気をつけください

心電図検査を正しく受けるポイント

- ① 直前に、走ったり、運動をしたりしない。
- ② まずはリラックスする。
手首・足首・心臓のまわりに器具をつけて検査をします。痛みやビリビリすることはありません。安心してください。
- ③ 目を閉じて、静かに寝てください。息も普通にしていいです。
- ④ 待っている人は、しゃべったり、話したりせずに、静かにしましょう。

心臓は、胸のほぼ真ん中(やや左より)にあり、血液を送り出すポンプの働きをしています。

酸素や栄養分を含んだ血液(動脈血)を送り出し、体中を回って、二酸化炭素や老廃物を回収した血液(静脈血)を肺に送ります。

肺で、二酸化炭素を捨てて、酸素を取り入れたきれいな血液を心臓にもどし、また、体中に送り出します。

～心臓の動きに

異常がないか調べます～

運動したり、学校生活を送ったりする上で、差しさわりのある心臓の病気や突然死を起こすような危険な不整脈がないかどうか調べます。

心臓が血液を送り出すために収縮すると、体の中を弱い電流が流れます。心電図検査では、体の何所かに電極をはりつけて電

1年生のみなさん、中学校はどうですか？

学校、クラス、先生、友だち・・・周りの様子が、小学校の時とは、大きく変わりましたね。そんな時は、知らず知らずのうちに緊張して疲れやすいものです。

- ①肩こりがひどい
- ②食欲がない
- ③体がだるい
- ④イライラしやすい
- ⑤寝つきが悪い
- ⑥目が疲れやすい
- ⑦体がかゆくなるなど

あてはまるものが多い人は、少々疲れ気味です。好きな音楽を聴いたり、早めに布団に入ったりなど、リフレッシュと休養をとりながら、明日からも、元気に登校しましょう。

流の流れを調べることで、心臓の働きに異常がないかをみます。