

# ほけんだより4月

令和5年4月21日(金)

西多賀中学校

保健室

## 心臓病検査

〈日程〉 4月27日(木) 13:30~

〈場所〉 西多賀中学校 (1階西トイレ前のグラウンドの検診車で検査を受ける)

〈検診順番〉

1組男子→2組男子→3組男子→1組女子→2組女子→3組女子

〈検査項目〉心電図・心音図

〈学校に来るまでの準備〉前日はお風呂に入り、体を清潔にする。

〈検診当日の準備〉

・服装は体育着の長袖・半ズボン(上は素肌の上に長袖の体育着,下は体育着の半ズボンを着用。)

・検査が終わるまで激しい運動を避ける。

〈心臓病検査とは…〉

心臓病検査では、心電図と心音図の検査を行います。心電図検査では心臓の中で起こっているかすかな電気の変化を調べます。心音図検査では心臓の音を調べています。どちらの検査も、変化をグラフ形で記録し、心臓の動きや様子におかしいところがないかを調べます。

心臓病には、生まれつきの場合もありますが、食べ物や運動などの生活習慣が大きくかかわっている場合もあります。脂っこいものや甘いものを食べすぎて、血液がドロドロした状態になると、突然心臓が止まってしまう病気になる恐れもあるのです。ずっと休まず働き続ける心臓のために、ふだんから食事のバランスを考え、早寝早起きの規則正しい生活をするように心掛けましょう。

**心臓**の病気や異常はないかを調べます

**心臓**の音や動きを電波で調べます

**心電図検査**の受け方



①ベッドに横になります



②手首・足首・胸に器具をつけてもらいます



③ダラーンと力を抜いて動かない

♡ 心電図検査は痛くもないし、ビリビリもしません。安心して受けてください。

### 心電図検査の手順

- ①検診車に乗り、一人ひとりカーテンで仕切られた検査室に入る。
- ②検診ベッドに寝たら、体育着を脱ぎ、上半身にタオルをかける。
- ③検査機関の方に、心臓の周りに電極がついたシールを貼ってもらう。
- ④検査開始。体の力を抜いて、リラックスして検査を受ける。

※感染症予防のため、検診前後の手洗いを行い、人との距離をつめ過ぎないようにする。

※振動や声により検査に不具合ができる可能性があるため、検診は静かに受ける。