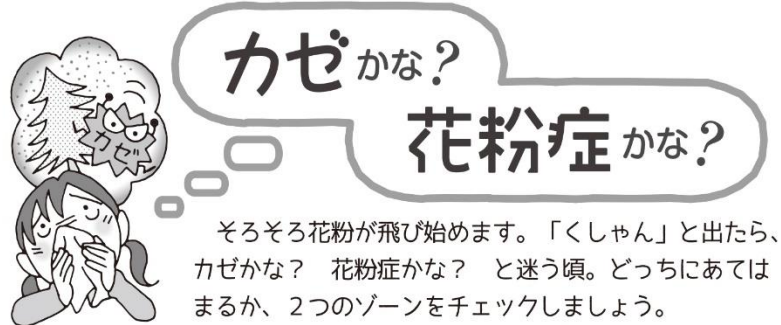


ほけんだより 2月

2020年2月号
八千代特別支援学校

暦の上では、春の気配が感じられる「立春」を迎えました。今年は暖冬ですが、まだまだ冷え込みが厳しい時もあります。インフルエンザは、B型の患者も出てきています。引き続き体調管理に気をつけて、予防に努めましょう。



マスクをつけられる人は、つけましょう!



部屋の加湿だけでなく、体の中からもうおしましましょう。

カゼゾーン	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 37度台の微熱がある <input type="checkbox"/> のどが痛い <input type="checkbox"/> 鼻水が粘っている <input type="checkbox"/> せきが出てきた <input type="checkbox"/> 目はかゆくない <input type="checkbox"/> 2、3日目のピークの後、徐々にマシになっている 	<p>カゼの可能性大</p> <p>あったかくして、休養しましょう</p>
花粉症ゾーン	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 熱はない <input type="checkbox"/> くしゃみが立て続けに出る <input type="checkbox"/> サラサラの鼻水が出る <input type="checkbox"/> 鼻づまりがひどい <input type="checkbox"/> 目がかゆい <input type="checkbox"/> 2週間以上、症状が続いている 	<p>花粉症の可能性大</p> <p>病院で診断と治療を受けましょう</p>

◎何科に行く?
 鼻の症状がひどい時は耳鼻科、目の症状がひどい時は眼科。内科、小児科、アレルギー科でもみてもらえます。

◎診断はどうやって?
 血液の中に花粉に対する抗体があるかどうか、また鼻の粘膜のアレルギー反応があるかどうかなどで診断します。

◎治療を早く始めると
 粘膜の炎症が軽いうちに治療を始めると、炎症の進行を止めて、早く正常に戻せます。

