

健康診断だより

1年眼科検診
結果



1年生の眼科検診の結果をお知らせします。

<問診票で多かった訴え>

◆目がかゆい

空気中の花粉やホコリ・ダニ・カビ・ペットの毛などに対してアレルギー反応をおこしていることがあります。

【眼科の先生からアドバイス】

目を手でこすったり、水道水で洗いすぎたりすると目に傷がつきます。かゆみががまんできない時は、病院を受診して自分にあった目薬を選んでもらいましょう。

◆目やにがでる

まぶたの裏側(結膜)がはれていると目やにが良く出ることがあります。

【眼科の先生からアドバイス】

痛みもかゆみもなく、白目もきれいな場合はあまり心配なくて大丈夫です。ただし黄色い目やにが出ていたり目が赤くなっている時は、ウイルスに感染しているかもしれません。早めに病院へ行きましょう。

◆目が充血している

携帯やテレビの見すぎ、睡眠不足など目が疲れている可能性があります。メガネやコンタクトが自分にあっていない時もよく充血します。

【眼科の先生からアドバイス】

充血がおさまらない時は病院へ。ちなみに黒目のまわりが赤い時は黒目の病気、目のはしっこや白目のまわりが赤い時は白目の病気であることが多いです。

◆目が疲れる

視力が悪くなったままいると目に負担がかかってまぶたがピクピクすることがあります。目の乾燥がひどいドライアイという病気になっている可能性もあります。

【眼科の先生からアドバイス】

気がついたら目を休ませましょう。まぶたを閉じて数分間リラックスするだけでもいいです。休んでも症状が治らない場合は一度眼科でみてもらいましょう。

★クラス別視力A(1.0以上)の人数

いい目をキープしよう★



1組

21人

2組

19人

3組

15人

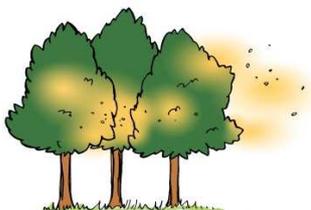
4組

19人

5組

14人

視力低下は疲労やストレスの原因にも・・・☹もちろん運動や勉強にも影響します！
これからの中学校生活をいい目👁👁で過ごせるようにしよう！



メガネやコンタクトを使用している人も多いです。それでも視力がCやDの人もありました。実は最近、黒板の字が見えにくかった、など感じているひとは「結果のお知らせ」をもって早めに眼科を受診しましょう。自分にあったメガネやコンタクトをしないと、目はどんどん悪くなります。