ほけんだより **モモ** 2019. 9. 10 NO. 11

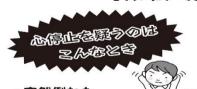
浜小 保健室(文青 岩永)



集中豪雨で、2学期の始業式が一日遅れましたが、 お隣の武雄や大町の災害の様子を知るたびに、自然災害に 恐怖を覚えます。もう、どこで何があるかわかりません。 「備えあれば憂いなし」9月9日は、救急の日でした。そ こで、救急処置について、一緒に考えたいと思います。



救命処置は 迷わず ためらわす



- 突然倒れた
- ・反応がない
- ふだんの呼吸とちがう (しゃくりあげるような呼吸)

胸骨圧迫をしよう

胸骨圧迫とは心臓のポンプ的な 役割を手動で行うことです。心臓のかわりに、脳や心臓に 血液を送り続けます。

AEDを使おう

突然の心停止では心室細動と言

って、心臓が細かくブルブルふるえていること が多いです。AEDは電気ショックを与えて、 心臓を正常な動きに戻します。

始めるのが早いほど、救命率は上がります!



昼休みに遊んだあと、軽い熱中症のような症状で保健室に 来た子どもが数名いました。1学期末からエアコンが入った ので、暑さに弱くなったのかなあと心配しています。これから、 運動会に向けての練習時間が多くなりますが、今まで以上に子ど もさんの睡眠や食事に気をつけて欲しいと思います。