

# きらきらひかる

栃木市立赤麻小学校

ほけんだより No.12

平成29年3月6日発行



3月になり寒さも和らぎ始め、春の気配が感じられるようになりました。3月は節目の季節です。一年を気持ちよく締めくくるためにも、元気な毎日を過ごしましょう。



## 3月3日は「耳の日」です。

毎日、休むことなく耳は働いてくれています。よくある耳の病気、知っているかな？

### 耳垢栓塞 (じこうせんそく)

耳あかが、たまった状態のことです。たくさんたまったり、固まったりすると、自分ではとれなくなってしまいます。耳鼻科検診で「耳垢栓塞」と言われる人はとても多いです。



### 中耳炎 (ちゅうじえん)

耳の中の中耳という部分が細菌によって炎症を起こす急性中耳炎が多く見られます。かぜが主な原因のひとつです。耳がふさがった感じがしたり、痛みを感じたりします。

### 難聴 (なんちょう)

耳が聞こえづらいこと。最近では、ヘッドフォンを長い時間大きな音で使うことによって起こる「ヘッドフォン難聴」が増えていきます。また、耳垢栓塞や中耳炎などの耳の病気でも聞こえづらくなることがあります。

### 鼻をかむときは……



おうちのかたへ

## 脳脊髄液減少症

ご存じですか？

頭痛（立ったり、座ると悪化。横になると軽減）、めまい、吐き気、だるいなどの症状が現れる病気。

このような症状から、なまけや精神的な問題などと診断される場合があります。正しい治療が行われず、学校に行きたくても行けない状態に陥り、苦しんでいる子供も多くいるようです。

原因は、外傷と考えられるものが半数を占めます。衝撃によって、脳と脊髄の周囲に存在する髄液という液体が減少することによって症状が起こります。



## 数字で見る1年間のけんこう

3月2日現在

