

保健だより

令和3年7・8月
岡崎北高校 保健室



薬、正しく使えていますか？

保健室に体調不良で来た生徒には、毎回問診をしています。その問診の中に「薬を飲みましたか」という項目があります。持病の治療で朝昼晩と定期的に内服している人もいれば、体調が優れず一時的に内服しているという人もいます。問診をしていてとても気になるのは、薬の効果や指示内容を知らないまま飲んでいる人が多いことです。せっかく病院で診てもらって、症状に合った薬を処方してもらったのに、効果を知らずに飲んでいるなんでもったいない!!

大事なことは、主に二つだけ!何のために飲んでいるか(効果)、どんな症状が出たら注意した方がいいのか(副作用)を知っておくことです。薬を処方されたら、必ず下のイラストのような『薬の説明書』が付いてきます。飲む前によく読んで、飲み終えるまで保管する(できれば薬と一緒に持ち歩く)ことをおすすめします。

ここに、どんな効果があって、どんなことに気をつければいいのかを書いてあります。

副作用は全員に出るわけではありませんが、どんな副作用があるか知っておくと、万が一症状が出た場合にも相談しやすいです。

病院の連絡先も書いてあるので、例えば「薬を飲み始めて下痢をするようになった」場合などに相談することもできます。

保護者様へ

《受診結果報告書について》

今年度は、概ね予定通りに健康診断を実施することができました。所見があった生徒には、健診の都度、お知らせを出しています。『受診結果報告書』がついているものは提出が必要ですので、夏季休業等を利用して、受診していただきますようお願いいたします。受診の結果、学校で配慮が必要になった場合は、担任または保健室までお知らせください。

SNS 相談窓口の紹介



「自分の悩みごとは自分で解決しないと!」とか思いませんか? 相談するのも立派な『対処法』です。相談相手を見つけるのも、立派なスキルです。

参考: 静岡県立こころの医療センターホームページ

<http://www.shizuoka-pho.jp/kokoro/>