

# 学校保健委員会が開かれました



平成27年2月12日に学校保健委員会が学校医の相場利一先生、中静隆先生、学校歯科医の細見明夫先生、保護者代表として各学部から1名ずつの御出席いただき、学校から12名が参加し開催されました。

保護者の皆さんや学校職員からいただいた御質問について、学校医の先生方から御指導いただきましたのでお伝えします。

Q. 薬がうまく飲めずに吐きそうになったり、口の横から少し出してしまいます。どうしたら飲むようになりますか？



大抵の薬は粉状になります。粉状なら何かと混ぜられます。今は服薬用のゼリーも売っています。ジャムに混ぜてパンに塗る、飲み物に混ぜる、少量の水で練り状にして口の中に塗るなどの方法もあります。ただし、飲み物によっては混ぜるとまずくなるものや性質的に混ぜてはいけないものがあるので、薬剤師に相談することが必要です。薬の種類によっては注射に代えられますが、注射のために何度か受診しなければならないことは負担となるでしょう。

Q. 歯科治療、予防接種などの医療機関全般ですが、じっと出来ず無理矢理押さえてやるようです。今後、どうしたら良いですか？何されるか分からないと思って怖いという思いもあるようです。



歯科治療の場合は必ず主訴があるので、それをその日のうちに治療しないと本人も辛かったり発熱などの影響があったりすることがあります。強制的に治療する方法と練習をしてから治療する方法があります。小児歯科を掲げている歯科は練習をしてから治療する方法が多いようです。歯科は治療自体も痛みを伴います。縛って治療をした方が暴れなくてすむという安心感がある人もいます。

Q. 眠りが浅いとき、うつぶせで頭を下に打ち付けます。気づいたときには枕や毛布などでカバーしますが、夏など畳や床に直接しているときもあります。小さい頃からやっているもので、頭に影響がないか心配です。



頭をカバーするヘッドギアの使用をお勧めします。ヘッドギアを外してしまう場合は頭蓋内に影響があると後遺症の心配もあるので、神経小児科等で相談をして必要なら安定するような薬を試してみるというのも有効です。

Q. 歯ぎしりがひどく歯がすり減ってしまいました。やめさせる方法はありませんか？



尖っている歯を歯科医院で削ってもらい歯が平らになると音がなくなるので、やめる場合もあります。成人はマウスピースを使用しますが、小児は成長期なので口の中も変化しているため作り替えが必要となるのであまりお勧めではありません。

Q. 乳歯のぐらつきを気にして無理に抜いてしまったら、曲がって生えてきてしまいました。強制的な難しい子どもなので、どう対応したら良いのか悩んでいます。



無理に抜いたから曲がって生えたのではなく曲がる運命だったのではないのでしょうか。前歯がまっすぐに並べば奥歯は多少曲がっても良い場合があります。口の中が狭くて曲がってしまうときは歯の数を減らすなどの矯正治療が必要です。矯正治療は時間とお金がかかります。

Q. 抜けた歯がなかなか生えてこないことが心配です。



一般的にはいつか生えてきます。半年以上出てこない場合は骨が邪魔していることが考えられるので、歯科医院で処置してもらうとまもなく生えてくると思います。また、歯の数は左右同じことが多いのでそれも参考にしてください。

Q. 鼻がうまくかめません。「フン」と出すように言いますが口で真似するだけでかめていません。どうしたらよいですか？



鼻が詰まっているとかめないので、点鼻薬を使って詰まりをなくすと良いでしょう。

Q. 児童の一人が加湿器の蒸気が気になってしまうため、教室に置くことが出来ません。濡れタオルで対応しているが、教室全体を加湿するためにはどの程度必要ですか？霧吹きなどの方が効果的ですか？



教室に適したタオルの量は分かりませんが、濡れタオルでの加湿には効果があります。教室なら大きなタオルを使うと良いでしょう。蒸気の見えない加湿器もあります。インフルエンザを予防するには、温度を高くし湿度も上げる必要があります。また、マスクを使用し個人個人で加湿をするという方法もあります。霧吹きの効果は分かりません。

Q. 思春期の女子で、これといった原因ははっきりしないがイライラする様子がみられるときの具体的な対処方法、配慮事項があれば教えてください。



抱きしめたり話を聞いたりしてみましょう。副作用の少ない薬もありますので試してみるのも良いと思います。



月経はどうか？月経前や月経中にイライラすることが多いです。思春期ホルモンの関係で衝動的思いが亢進してきますので、その分イライラが多くなっています。また、少しずつ知恵がついてきて、その子の分かることが増えてきた分、言葉で説明できないとイライラが募ります。

Q. ネグレクトの家庭における生徒への清潔面の指導方法について知りたいです。



家族の者がどこまで協力できますか？具体的なことでお願いに限定して、少しずつから始めるのが良いでしょう。学校内で清潔の実施(手洗い、洗面、口すすぎなど)をしましょう。

Q. 中学生になり急に大声を出したり、床に寝転がったり、自分や周りのものを叩いたり蹴ったりするようになりました。思春期成長期独特のものでしょうか？原因として考えられることは何ですか？



思春期女子の質問と同じように、思春期ホルモンの関係で衝動的思いが亢進してきて、自己主張も強くなっているのではないのでしょうか。激しい症状が続くなら、精神科の受診をお勧めします。

Q. 女子生徒が夕飯を食べ過ぎて吐いていることが多く、普段から太ることを気にしています。過食傾向でしょうか？吐くことを減らす方法はありませんか？



まず食べる量が多すぎるのではないのでしょうか。実際に太っていてまたは太ってきて、そのことを周りから言われていませんか？楽しみを他のことで増やしていきましょう。

当日出た質問：目薬を差すときに目を開いてくれません。どうしたら良いですか？



目薬は目を開いて粘膜に入れないと効果はありません。重症なら眼科で点眼してもらう方法もあります。命に差し支えない症状なら、無理に点眼薬を使わなくても自然に治ることもあります。



保護者、教職員からの質問事項の他に本校の児童生徒の健康状態について、医療的ケアについて等を学校側から報告をしました。

当日欠席の青木先生（精神科）からは事前に回答をいただきました。

出席いただいた保護者の方々ありがとうございました。