

コンタクトレンズで失明？！



最近コンタクトレンズ、特に眼科医の処方無しで、お店や通信販売で売られているカラーコンタクトレンズ（カラコン）によるトラブルが増えています。それは、カラーコンタクトに対する知識不足や、基本的な手入れや定期検診をしていないことが影響しているようです。

なかには、普通のコンタクトレンズも一度も眼科に行かずに量販店で購入して使っている人もいますか・・・。

橘高校の眼科検診で、コンタクトレンズによる目のトラブルが始まっている生徒がいるとのお話もあり、決して他人事ではありません。（昨年は目にカラコンの塗料がついていた生徒もいたそうです）

コンタクトレンズ安全チェック！！（ひとつでも当てはまったら危険！）

①初めてコンタクトレンズやカラコンを買ったときに、眼科を受診していない

お子様は大丈夫ですか？？

②コンタクトレンズを使っているのに、眼科で定期検診を受けていない

③コンタクトレンズを使っているのに異常があっても、眼科に行かない

④決められた期間や時間より長く使っている（ワンデーなのに何日も使う）

⑤コンタクトレンズをつけたまま眠ってしまうことがある

⑥使い捨てではないコンタクトレンズを使ったあとに、消毒や洗浄をしないことがある

⑦レンズケースは同じものを使い続けていて、定期的に交換していない

Let's CHECK!



<消費生活センターへの相談事例>



かゆみ、充血を訴えて眼科を受診。2年前に眼科で処方を受けた後は量販店で5回くらい購入していた。過去の箱を提示すればすぐに渡してくれた。装用指導する人がいないため、障害を起こした時は当店は責任を持ちませんと説明を受けていたとのこと。両眼の結膜にはコンタクトの刺激による巨大乳頭ができており、角膜には血管侵入を認めた。（受診年月：2017年1月、20歳代・女性）

おしゃれをしたい気持ちもわかりますが、目が見えなくなってしまうは大変です。特にカラーコンタクトレンズを使うのは「特別の日」だけにして、正しい使い方をするように、保護者様から声をかけていただければ幸いです。（もちろん学校でカラコンをするのは禁止です）

また今年の視力検査でCやDがあった場合は眼科を受診し、視力が低下するような病気がないか、メガネやコンタクトレンズがあっているか、メガネやコンタクトが必要ではないかを診ていただくことをお勧めいたします。



色覚検査について

平成14年の学校保健法施行規則の改正により、それまで学校で行われていた色覚検査が廃止になりました。先天性色覚異常は、色がまったく分からないというわけではなく、日常生活にはほとんど不自由がないため、本人には自覚のない場合が多く、まわりもそのことに気づいていない場合が少なくありません。

治療方法はありませんが、養護教諭による健康相談の一環として色覚検査を7月に実施する予定ですので、検査を希望される場合は担任または保健室にご連絡ください。

なお入学時の保健調査で色覚検査を希望した1年生の保護者様には後日、色覚検査申込書を配布いたしますので、提出をお願いいたします。

むし歯予防と治療について

昨年埼玉県公立高校を対象に、健全歯（治療した歯もない）とむし歯が8本以上ある生徒の人数などの調査がありました。主な結果は次のとおりです。

平成30年 結果	1年生		2年生		3年生		全体	
	埼玉県	橘高校	埼玉県	橘高校	埼玉県	橘高校	埼玉県	橘高校
健全歯のみの生徒	59.4%	30.8%	55.3%	23.3%	51.5%	23.4%	55.4%	26.2%
むし歯が8本以上ある生徒	0.6%	11.2%	0.8%	11.6%	0.9%	6.3%	0.7%	9.9%

橘高校は**健全歯のみの生徒の割合が埼玉県平均の約半分、**
逆に**8本以上むし歯がある生徒が、埼玉県平均の14倍（約44人）**いました。

給食以外は間食ができなかった中学校と違って、高校はだらだらと甘いジュースを飲んだり、お菓子を食べたりと、むし歯になりやすい環境です。また昼食も、菓子パンなどの甘いものを食べることも多いようです。夜も、部活やアルバイト、遊びで遅く帰ってきてご飯を食べ、歯をみがかないまま布団に入ってスマホをいじっているうちに寝てしまうことも・・・

もちろん毎食歯みがきをすることが基本ですが、一番虫歯になりやすいのが夜寝ている間なので、寝る前だけでも歯をみがくように、声をかけてあげてください。そして今年の歯科健診でむし歯が見つかった場合は、早めに歯科医を



受診するようにお願いいたします。治療のとき、毎回保護者がつきそうなのは難しいと思いますが、最初の予約の電話はお手伝いいただけるとスムーズにお子さまも歯医者に通えるようになると思いますのでご協力をよろしくお願いいたします。