

健康管理センター保健室だより

2018年 5月発行

5月になりました。

新年度の生活にも慣れ、大学生活のリズムが、つかめてきた頃でしょうか。4月は緊張の連続で気持ちが張り詰めていた人もいたかもしれません。少し落ち着いたときに、体調を崩すこともありますので、引き続き体調管理には気をつけて生活してください。

体調不良などの時には、我慢せず、保健室に相談に来てくださいね。さて、今回は、4月実施の健康診断についてver.4と急性アルコール中毒、ホッと一息♡保健室サロンver.1についてです。

健康診断の結果はいつ届くの？

受診後、結果の内容によっては、電話で緊急連絡する場合があります。5月中旬ごろ結果が郵送されます。必ず結果を確認し、自分の健康管理につなげましょう。

健康診断の結果で有所見がある場合は？

健康診断の結果で有所見の場合は、保健室に相談、または、医療機関を受診し、結果票と同封の再検査結果報告書を保健室に提出してください。(9月末まで)→提出がない場合、大学発行の健康診断証明書の発行はできません、

保健室からの連絡や場所について

○健康診断について、また、健康診断結果について(緊急連絡の時も)、保健室から連絡することがあります。下記の保健室直通番号と携帯番号をご自分の携帯にあらかじめ登録してください。

○保健室の場所はわかりますか？必ず確認してください。1号館2階のスキルズラボの向いで1257教室の隣りです。

急性アルコール中毒について

- ①急性アルコール中毒とは、血中アルコール濃度が上昇し、低体温、低血圧、頻脈、呼吸抑制、尿失禁などの症状がみられ、命の危険が迫った状態です。
- ②どんな時に発症するかというと、自分の許容量を超えた飲酒が原因で、少量のアルコールで顔が赤くなったり、二日酔いになりやすい人は特に注意が必要です。
- ③飲み方の工夫については、精神状態の悪い時はやめて、ダラダラ飲みを避け、楽しい雰囲気でも適量を飲むことを心がけましょう。

ホッと一息♡保健室サロンver.1開催について

大学の保健室って、どんなところで、どんな雰囲気なんだろう？どんな場合に利用するの？と思ったりしていませんか。また、いざ、体調不良になったとき、場所が分からず困ってしまう方がいます。そこで、保健室の場所を確認がてら、ホッと一息、美味しいハーブティーを飲みながら保健室に来ませんか？保健室サロンを5日間開催いたします。お気軽に来てくださいね。

開催日時:5月21日～5月25日 10:00～13:00



体調不良時、体調面や健康診断等での相談などもお気軽に保健室にご相談ください。

【問い合わせ先】東北文化学園大学 健康管理センター保健室
Tel 022-233-5245(直通)・090-3124-7100(携帯)
平日9:00～17:00