

ほけんだより

尿検査 特別号

令和3年 4月 19日(月)

文責:新宮東中学校 保健室 谷口彩華

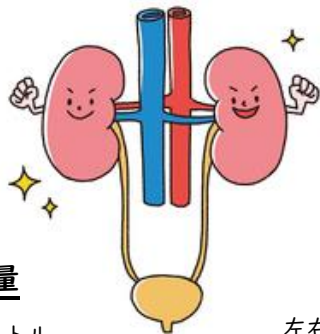
尿検査では、尿の中にたんぱく、血液、糖が含まれていないかを調べ、腎臓の異常の有無を検査しています。大切な自分を守るためにも、正しい検査の受け方を理解し、必ず期限内に提出をしてください。

腎臓の病気は、症状として表れにくく発見が遅れてしまうことが多いです。また、病気のなかには早い段階で治療を始めることで悪化を防げるものもあります。検査の結果により、治療の必要な病気が見つかった場合は、速やかに医療機関を受診しましょう。

～腎臓のはたらき～

尿をつくる

血液中の余分な水分や体にとって不必要なもの(老廃物)を取って尿をつくる。



血圧を調整する

特別な酵素や物質を分泌して血圧を上げたり、下げたりする。

形・大きさ

左右に1つずつあり、そら豆のような形をしている。大きさはにぎりこぶしより少し大きいくらい。

1日につくられる尿の量

尿の元になる原尿は180リットルくらい。(ドラム缶1本ほど)そこから必要なものは体に再吸収され尿は1.5リットルくらいになる。

4月21日(水)、22日(木)は
尿検査日です。

4月23日(金)は予備日

上記の日程で提出できそうにない人は、保健室まで相談にきてください。

配付物

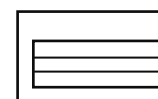
紙コップ



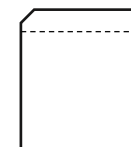
さいによう
採尿容器



ラベルシール



提出用袋



シールは
容器に貼る



尿の 取り方

① 前日の夜、寝る前にトイレに行っておきます。



② 朝、起きたらすぐにトイレに行きます。



③ はじめに少し尿を出します(※)。



※尿道にたまっている尿では、正しく検査できないため

④ 尿を紙コップにとりま



す。



⑤ 紙コップの中の尿を、ポリ容器(スポイト)で吸いあげます。



⑥ 容器のふたをしっかりとめて、袋に入れます。



ここに気をつけて!/
● 忘れずに自分の名前を書きましょう。
● 必ず、当日の朝の尿を提出しましょう。

保健室からのお願い

- ① 登校後すぐに、教室にあるビニール袋(灰色)に提出し、名簿に〇丸印をつけてください。
- ② 提出する際は、家から入れてきたビニール袋などから必ず出して
ください。
- ③ 生理中や、その他の理由により提出が難しい場合は保健給食委員に伝えるか、保健室まで直接相談に来てください。