



元気いっぱい



宝達志水町立相見小学校

保健室

2024.5.14号

明日15日(水)は尿検査です！

おうちの方も一緒に読んで、正しく検査ができるようにお手伝いをお願いします。特に低学年は、自分だけではなかなかうまくできません。一緒にしてあげてください。コツをつかむと来年からは自分だけでできるようになっていきます。



なぜ、尿検査をするのでしょうか？

体に異常があると、尿の中にタンパク・糖・血液が混ざることがあります。尿を検査することで、腎臓の病気や糖尿病などの疑いがないかを調べます。

これらの病気は、最初は症状が出にくいので、自分では気づきにくい病気です。だから、定期的に検査をして異常がないか調べておくことが大切です。

配付物（配付された物、容器袋に書かれてある氏名・性別を確認してください！）

- 1. 検尿容器
- 2. 紙コップ（紙）
- 3. 容器を入れる袋（バーコードシール付き）

*紙コップを作る紙には、「尿検査を受けるために大切なこと」や「紙コップの作り方」などが書かれてあるのでよく読んでください。

袋の裏側もお読みください。

尿の提出の仕方

- 1. 自分の教室のビニール袋に出します。
- 2. 名簿に○をつけます。

（注意）家からナイロン袋に入れて持ってきた場合、ナイロン袋から出してから、提出します。（ナイロン袋は、教室のゴミ箱に捨てます）

尿のとおり方 正しくとらないと異常が出ることがあります

前日

薬やビタミン入りのジュースなどは飲まない

夕食後は、はげしい運動はしない

ねる前に必ずトイレに行っておく

当日

目が覚めたらすぐ尿をとる

出始めの尿を少し流してから

提出容器に移し、手を洗う

ふたはしっかりと閉める

~尿検査 忘れないための工夫~

- ★前日に紙コップを組み立てておく。
- ★おうちの人に声をかけてもらう。（おうちの人にもこのおたよりを必ずみせる）
- ★枕元やトイレに尿検査セットを置いておく。

高学年女子で、生理の場合は次回5/31(金)に提出して下さい。
提出できない場合は、検査セットは学校で預かります。明日学校へ持ってきて下さい。



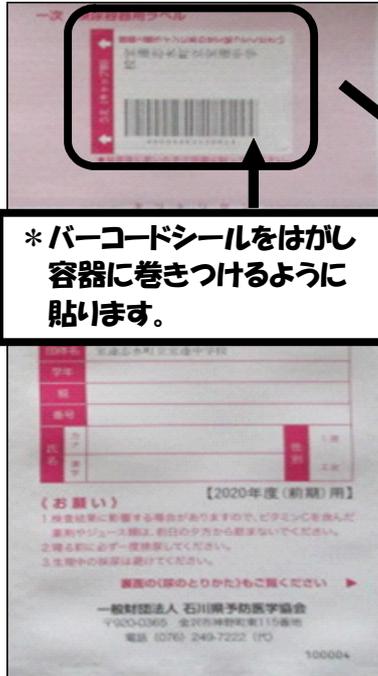
尿検査の容器にバーコードシールを貼らなければなりません。忘れずに貼りましょう。

尿を容器に入れてから、バーコードシールを貼ります。（先に貼るとどこまで入れればいいのかわからなくなります）

尿を袋に入れたら、一度だけ折り曲げてください。セロテープやホッチキスを使うと機械が壊れるのでやめてください。



「←このあいだに入れる→」の表示範囲内の量をとります。尿の量が少ない場合、検査ができません。



*バーコードシールをはがし容器に巻きつけるように貼ります。



容器上部のバーコードシールは必ず貼ります。

尿検査ではどんなことを調べるの？

【たんぱく】	【糖】	【潜血】
腎臓病などで必要以上のたんぱくが尿に混ざる場合があります。激しい運動の後や高熱が出たとき、脱水のときなどに出ることがあります。	糖尿病だと、体の中で上手に糖を使えなくなるため、糖が尿に混ざることがあります。腎臓自体に問題がある場合もあります。	腎臓から尿管，ぼうこうを通して外へ出るまでの通りのどこかで尿に血が混ざることがあります。いろいろな病気の可能性が考えられます。

腎臓は、背中の腰の辺りに背骨をはさんで左右一つずつあります。大きさは、にぎりこぶしよりひとまわり小さいくらいです。そら豆のような形をしていて、成人では、長さ12cm、幅6cmの大きさで、重さは約150gです。



腎臓は、血液の中からいらぬものを取り除くフィルターの働きをしています。そして、必要なものは再吸収され、いらぬものだけが余分な水分と一緒に尿として体の外に出されます。1日の尿の量は、大人で約1リットル～1.5リットル(牛乳びん7本ほど)です。

