

保健たごより

2020.6.15
県工業高校
保健室

●●●尿検査のお知らせ●●●

6月16日(火)は、尿検査の回収日です。

*袋の封をし(のり又はセロテープ)、ティッシュペーパーやビニール袋をはずして提出してください。

* **16日に忘れた生徒は17日朝に採取し、提出して下さい。**

* **忘れた生徒は学校で採尿となりますので忘れずに持ってきてきましょう!**

毎年のように漏れている容器があります。
ふたはしっかり締めましょう!

尿検査とは?

尿の中に、蛋白や糖、血液が混じっていないかを調べます。腎臓は、血液から体の中のいらぬものをこし採り、尿にして体の外に出す役目をしています。体に異常があると、尿に変化が現れます。尿の量や色、濁り臭いなどの変化は、体の変化のサインなのです。大切な検査ですから、次の注意を良く守って、提出してください。



今日やっておくこと

- ① 容器をトイレに置いておきましょう。
(容器をトイレに置いておくと、朝起きた時、すぐにトイレに行って尿がとれます。)
- ② 今日の夕方からは、ビタミンCを含んだジュース類は飲まないようにしましょう。
- ③ 寝る前に、排尿しておきましょう。

尿の採り方

- ① 朝起きたらまずトイレへ! 体を動かしている時の尿には、害のない蛋白が混じる時があり、病気が原因で蛋白と見分けられなくなります。
- ② 出始めの尿を少し流してから!
出始めの尿は前日の残り。検査には眠っている間にできた尿が一番よいのです。
- ③ その日のうちに! 採った尿を検査用の容器にいれフタをする。採ったその日に検査しないと正しい結果がでません。忘れずに持ってきて下さい。★封をするのを忘れずに!



尿検査の結果～こんな可能性が考えられます～

蛋白（+）①一時的なもの

便秘、月経直前、激しい運動の後、食べ過ぎ、緊張しているとき、寒い環境にいる時

②起立性尿蛋白

立っていて腎臓が圧迫され、うっ血して起こる

③腎炎、ネフローゼなど腎臓の病気

糖（+）①一時的なもの

糖分の多いものを大量に食べた後に出る、薬の影響

②腎性糖尿

腎臓の働きの特徴によって起こる

③糖尿病



潜血（+）①一時的なもの

月経時、精通時

②尿路の異常

③体の中で潜血反応（赤血球が壊れ血色素が多量に外に出ること）が起こっている場合

*一次検査の結果、異常がなかった人には通知しません。

*二次検査対象になった人には改めて通知します。

尿検査のお願い

年に一度の大切な検査。

自分の健康状態を知る絶好のチャンスです。

朝起きたら、歯みがきの前にまず、朝一番の尿を取ること。

SHR 後まで回収しますので、ご協力お願いします!!

