

5月のほけんだより

令和4年5月10日
吉舎小学校保健室
No.3

尿検査を行います



提出日：5月11日（水）

予備日：5月12日（木）・13日（金）・18日（水）

尿（おしっこ）を作っている「じんぞう」は、私たちの体にとって大切な役割をしています。じんぞうは病気になっても「いたい」「かゆい」などの症状は出ません。何も感じないので病気を見逃してしまうかもしれません。

尿には体の情報がたくさん含まれています。正しい方法で尿を採るようにしましょう。

尿の取り方について

朝、初めておしっこをする時に

- ① 採尿コップにおしっこを採ります。
- ② チューブの印がある8分目までおしっこを吸い取ります。
- ③ 赤いキャップをしっかりとめ、こぼれないようにして尿の紙袋に入れます。
- ④ ポリ袋に入れます。



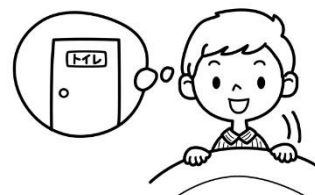
*前日は、ビタミンCが入ったジュースや栄養剤などは飲まないようにしましょう。

*提出前に、紙袋に「学校名・学年・氏名」が全て書いてあるか確認しましょう。

気をつけること

忘れられない工夫を！

- ・検査容器は、トイレや枕元に置いておく。
- ・忘れがないところに張り紙をしておく。
- ・家族に人に声をかけてもらう。



尿で何を調べるの??

(1)尿の中に「蛋白」「潜血」「糖」が混じっていないかを調べます。

<蛋白が混じっているのは?>

- ① じんぞう病の疑い
- ② 起立性蛋白尿（立っている時だけ尿に蛋白が出る）
- ③ 激しい運動の後でつかれている時

<潜血が混じっているのは?>

- ① じんぞう病の疑い
- ② 月経によるもの
- ③ 尿の通り道に傷がある

<糖が混じっているのは?>

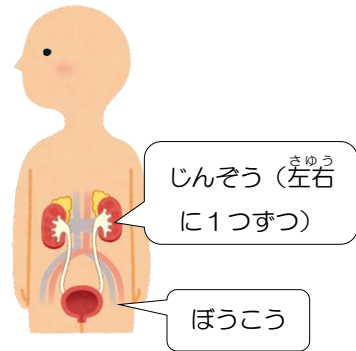
- ① 糖尿病の疑い
- ② 糖分をたくさん取った後



(2)尿の色を調べます。

尿は、体の中の血液をもとに作られています。そのため、体調によって含まれる成分だけでなく、色も変わってきます。できるようでしたら、尿の色を自分でもチェックしてみましょう。

- ・すき通った黄色・・・健康な尿
- ・こい黄色、オレンジ色・・・汗をかくななどで水分が足りない状態
- ・水のように色が薄い・・・水分の取り過ぎ
- ・白っぽくにごっている・・・ぼうこう炎の疑い
- ・緑がかかった色・・・かんぞうの病気の疑い
- ・赤色、黒色・・・じんぞうやぼうこうの病気の疑い



5月の健康診断の日程

日 時	健康診断	対象者
5月11日（水）朝	尿検査	全学年
5月20日（金）13:30～	内科健診	4～6年
5月24日（火）13:40～	内科健診	1～3年
5月27日（金）9:00～	歯科健診	全学年

