

ほけんだより



令和4年5月10日
岩田小学校 保健室
健康診断号（尿検査）

がつ 5月13日(金)は尿検査があります！

尿検査では何を調べているの？

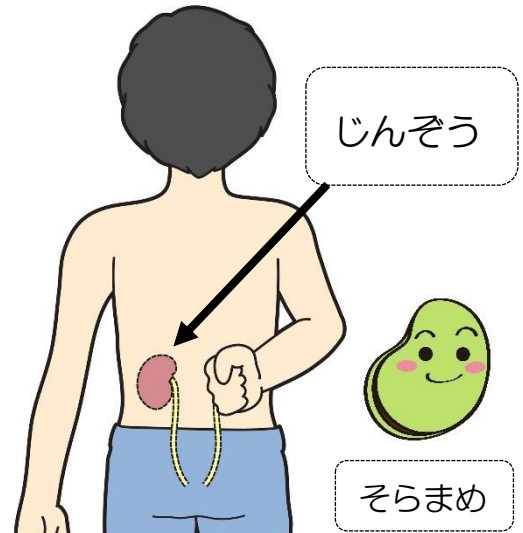
体の中に異常があると、尿（おしっこ）の中に、血液やたんぱく、糖が混ざることがあります。尿検査では、これらのものが尿に混ざっていないかを調べています。そして、おしっこをつくる働きをしている「じんぞう」の病気や異常がないか、糖尿病ではないかを早く知るための手がかりにしています。これらの病気は、最初は何も症状がなく気づかないことも多いので、尿検査で調べることが大切です。



「じんぞう」ってなあに？

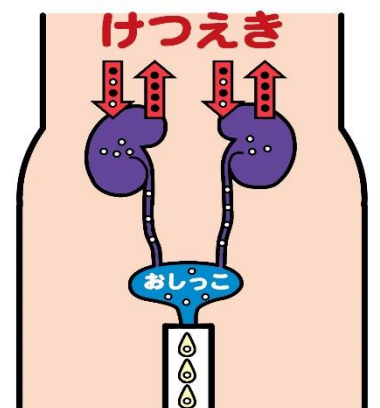
「じんぞう」とは？

じんぞうは、背中側の腰より少し上の位置に2つあります。そらまめのような形をしていて、にぎりこぶしと同じくらいの大きさです。



「じんぞう」のおしごと

じんぞうでは、血液をろ過して、体にとって必要なものといらないものを分けています。じんぞうは、いらなくなったものを尿として体の外に出し、必要なものは再び体の中に戻しています。いらなくなったものや余分な水分などが尿として体の外に出されることで、体の中のバランスが保たれています。



●：必要なもの ○：いらないもの

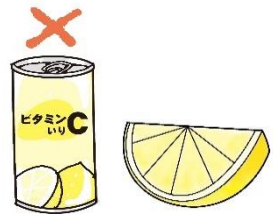
ただ けんさ き 正しく検査するために気をつけよう！

けんさ まえ ひ 検査の前の日

① ビタミンCがたくさん入っているジュースや果物などはとらないようにしましょう。

② 激しい運動はしないようにしましょう。

③ ねる前に必ずトイレに行っておきましょう。



けんさ ひ 検査をする日

① 朝、起きたらすぐにトイレに行く。

② 出始めと最後の尿はとらずに、中間の尿をとる。

③ 容器の半分まで尿を入れ、こぼれないようにふたをしっかりとめる。

④ 名前のラベルを提出用の袋と容器にはり、容器を提出用の袋に入れる。

袋のチャックをしっかりと閉めましょう。

⑤ わすれずに学校に持ってきて、提出する。

※当日、提出できなかった人は、二次検尿の日に提出します。容器や提出用の袋は、

二次検尿の日まで大切に保管してください。



にょうけんさ くふう 尿検査をわすれないように工夫しよう！

* 検尿セットを目につきやすいところに置いておく。

* トイレのドアにはり紙をしておく。(このほけんだよりをはっておくのもよいですね！)

* おうちの人に声をかけてもらう。

* きょうだいでお互いに声をかけあう。

など

にょうけんさ からだ ようす し にょうけんさ たいせつ けんさ ていしゅつ 尿検査は、体の様子を知るための大切な検査です。わすれずに提出しましょう！