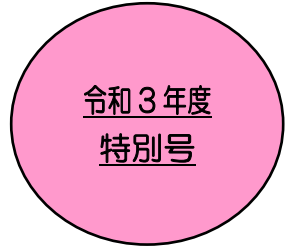


尿検査提出日は、**4月14日(水)**です。

当日に検体を忘れないようにしましょう。

尿検査時の注意事項をよく読み、正しく検査ができるようにしましょう。



三和中学校

保健室

尿検査の日程

日にち	検査内容	回収の仕方
4月14日(水)	一次検査(全員)	クラスで指定の袋に回収し、検体と提出者名簿を8:30までに、保健室に持ってくる。(保健委員会)
5月7日(金)	一次検査未提出者	提出者が自分で、9:00までに保健室に持ってくる。 ※時間を過ぎたら検査を行えないことがあります。
5月26日(水)	二次検査(対象者) 一次検査未提出者	
6月18日(金)	一次・二次検査未提出者	

※学校ではこの日程でしか行えません。全員必ず出せるようにしましょう。

尿検査の手順

【前日準備】

- ① 容器、小袋の学年・クラス・番号・名前に間違いがないか確認する。
(間違いがあった場合は、赤で訂正をする。)
- ② 前日の夜はビタミンCの豊富な果物やジュース、ビタミン剤などを摂取しない。
- ③ 排尿してから寝る。
- ④ 忘れないように、尿検査セットはトイレや枕元に置いておく。



【尿の取り方】

- ① 朝一番の尿を取る。出始めの尿は捨てて、中間の尿を取る。
- ② 少ないと検査できないことがあるため、尿は容器の線まで取る。
- ③ 小袋の中には容器のみを入れ、ティッシュペーパーやビニール袋を入れない。

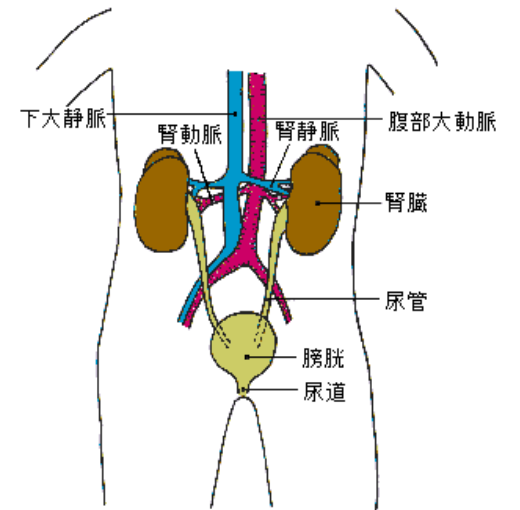
※容器がない人は、保健室まで取りに来てください。

※月経中の人は、検査はできません。容器は保管し、5月7日(金)に出してください。

なぜ尿検査をするの？

尿は、腎臓で作られています。腎臓は、そら豆のような形をしていて、大きさは握りこぶしより小さめで、重さは150g前後です。腎臓は、背骨の左右に1つずつあります。腎臓は、からだの中のいらぬ物(老廃物)を受け取って、血液をきれいにし、尿を作り、からだの外に出しています。

腎臓で作られた尿は、膀胱にためられます。もし、からだに異常があると、尿の中にたんぱく、糖、血液がまじったりします。そして、尿の量、にごり、においなどの異常があらわれます。このような異常がないかどうか、尿を検査することによって、自分では気がつかない病気を発見することができます。



尿は健康のバロメーター

尿は健康状態を確かめる大切な指標です。一日に1500ml前後の尿を出しますが、からだの調子が悪ければ、尿にも異常が現れます。

健康な尿	健康な尿は、「淡黄色」か「むぎわら色」をしています。これは胆汁の色素や、食物の色素が溶け込んでつくられた色です。
尿が赤い	尿の中に血液が混じっています(血尿)。尿路の出血や腎臓の病気が考えられます。
尿の色がうすく、ほとんど無色	尿の量が異常に多くなると、尿の色が薄まって無色に近くなります。糖尿病の人によく見られます。
尿が黄褐色～褐色	肝臓の代謝でできる色素が尿の中に出てきた場合で、肝機能に異常がある場合にみられます。
尿がにごる	排尿直後からにごりのある尿には、細菌が混じっています。腎炎や膀胱炎など、泌尿器が細菌に感染しているときにみられます。