

ほけんだより（尿検査）

白石市立大鷹沢小学校
保健室 No. 2
令和 5年 4月19日

ほんじつ にょうけんさ はいふ
本日、尿検査グッズを配付しました。

★ ていしゅつび もく あさ かいしゅう
提出日：4月20日(木) 朝に回収します ★



どうして尿検査をするの？

にょう (おしっこ) の色や成分(タンパクや糖、血液)などを調べると、腎臓などの病気がないかどうか分かるからです。健康なときのおしっこは透き通っていて、少し黄色がかかった色をしています。おしっこが赤かったり、白くにごっていたりすると病気の疑いがあります。

ここに気を付けて！

- 前の日はビタミンC、ジュース等は控えます。→ 尿糖や尿タンパクに検査結果に影響することがあります。
- 朝一番の尿をとります。前の日の尿では、正しく検査することができません。必ず検査の日の朝の尿を持ってきて下さい。
- 最初の方に出た尿は捨て、中間の尿を入れてください。



尿検査の方法

- ① 尿(おしっこ)をとる前の夜、寝る前におしっこに行っておきます。



- ② 朝、起きたらすぐにトイレに行きます。



- ③ はじめに少し尿(おしっこ)を出します(※)。

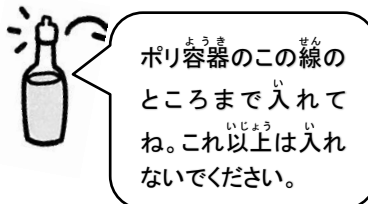


※ 尿道(おしっこの通り道)にたまっているおしっこを捨てるためです。

- ④ 中間の尿(おしっこ)をかみ紙コップにとります。

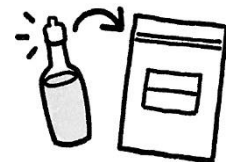


- ⑤ 紙コップの中の尿(おしっこ)をポリ容器ですいあげます。



ポリ容器のこの線のところまで入れてね。これ以上は入れないでください。

- ⑥ 容器のふたをしっかりとめて袋に入れます。



★20日(木)に尿を取り忘れた人は、21日(金)に提出してください。

- 事前に20日(木)、21日(金)に学校をお休みすることが分かっている場合は、学校までお知らせ下さい。
- 生理中のため尿検査ができない場合も学校へお知らせください。別日への変更をいたします。

尿検査・からだのクイズにチャレンジ！！

一人で考えても、おうちの人と相談して答えてもいいですよ。

チャレンジした人は、ぜひ保健室に提出してください。

年 名まえ

※ ○ × のクイズです。()の中に、正しければ○を、まちがっていれば×を書きましょう。

第1問 尿検査の前日から、ビタミンCやジュースを飲まないようにする。
()

第2問 尿検査のおしっこは、朝おきてすぐの1回目のおしっこを取る。
()

第3問 尿検査のおしっこは、容器にたっぷり入れる。
()



第4問 おしっこが作られるところは「しんぞう」である。
()

第5問 おしっこをためておくところは「ぼうこう」である。
()

第6問 じんぞうの働きが悪くなると、血液やタンパク、糖など、体に必要なものまで、おしっこにまじって出て行ってしまふ。
()

第7問 赤ちゃんは、お母さんのおなかの中で、うんちをしている。
()

第8問 赤ちゃんは、お母さんのおなかの中で、おしっこをしている。
()

第9問 あせとおしっこの中身は、実はとてもよくにている。
()