

# ほけんだより

平成23年6月13日 寒河江市立南部小学校保健室



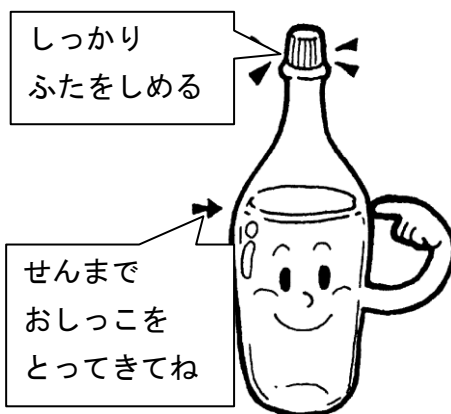
あす

14日(火)

尿検査

です

14日(火) あさ一番のおしっこをとり学校にもってきます



## 正しいおしっこのとり方

- ① まえの日のよる、ねる前にならずにおしっこをする
- ② あさ、おきたらすぐにトイレに行こう。容器のふたをとって準備じゅんび
- ① 出はじめのおしっこは少し流す。そのあとのおしっこを紙コップにとるなが
- ② 容器にすいとる。線のついているところまで入れましょう。ふたをきっちりしめて、ランドセルに！

わすれないためには・・・

容器と紙コップをまくら元におこう！

トイレのドアに「尿検査」と書いた紙をはっておこう！

わすれちゃったら、学校でとることになっています

## 注意すること

### <まえの日>

- ・ 夜、ねる前にならずにおしっこをして、ぼうこうをからにしておきましょう

### <当日>

- ・ 朝、おきたらすぐにおしっこをとる。
- ・ 出はじめのおしっこを少しすててから、中間のおしっこをとる。
- ・ おしっこを容器にとってから、ふたをしっかりしめもれないようにする。
- ・ 学校についたら、すぐにクラスにある尿検査を入れる容器にだしましょう。

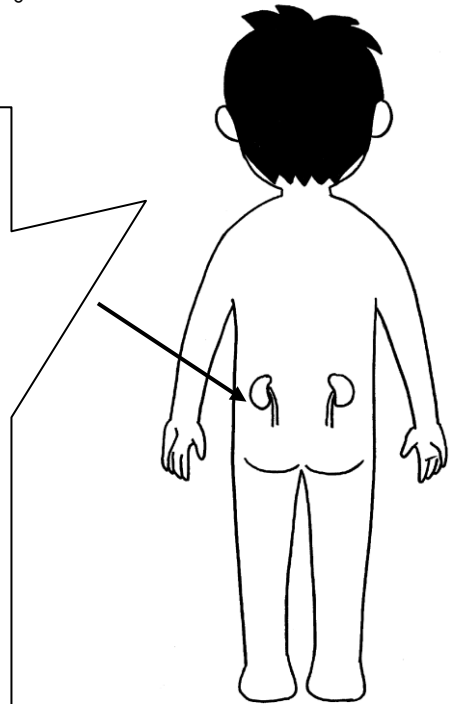
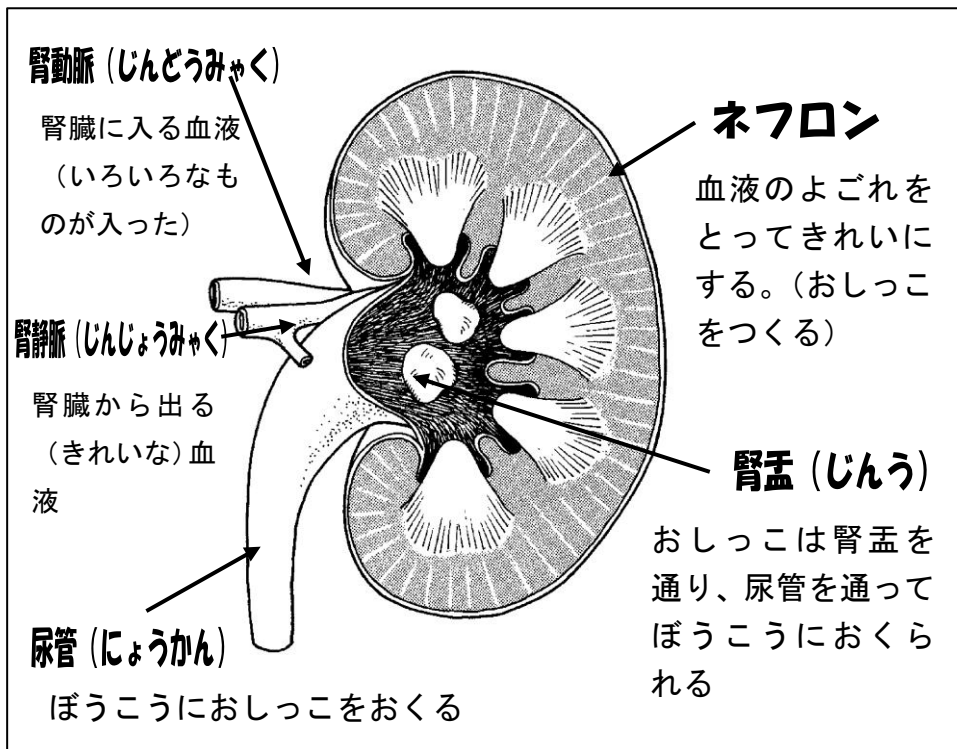
\* 生理中の方はその日はできません。事前にわかる場合は保健室にいらせてください。尿検査の日はあとで連絡しますので、容器はなくさずにもっててください。

\* 尿検査で何らかの異常の疑いがあった場合、ご家庭に連絡し二次検査を行います。二次検査の費用は市で負担します。

# おしっこをつくる

## じんぞう 腎臓

腎臓は、おなかのうしろ側に左右1つずつあり、そらまめのような形をしています。腎臓は、おしっこをつくるところです。一日に1400ℓ以上の血液が腎臓をとります。そこでは、血液中のよごれがとりさられ、おしっことなります。そのほかにも、血圧を調整したり、体の水分を調節したりするととても大切なところです。



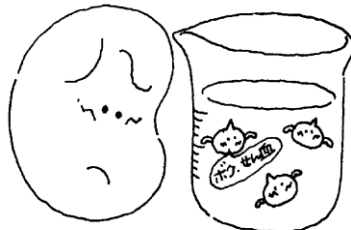
# 尿検査では、どんなことを調べるのかな？

### ☆たんぱくがでてないか



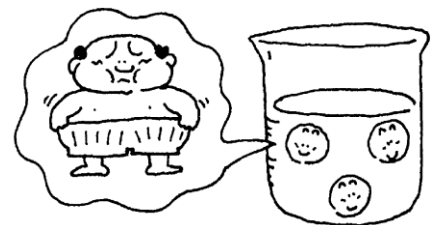
尿にたんぱくがまざっているかによって、腎臓がびょうきになっているかをしらべます

### ☆せん血がでてないか



たんぱくの検査だけではわからない、軽い腎臓のびょうきをはっけんします

### ☆糖(とう)がでてないか



尿に糖が出ていると、糖尿病(とうにょうびょう)のおそれがあります