

# ほけんだより 5月

平成24年5月17日 寒河江市立南部小学校保健室

きたよーっ!



## あす

## 18日(金)

# 尿検査

## です

### 18日(金) あさ一番のおしっこをとり学校にもってきます

しっかり  
ふたをしめる



せんまで  
おしっこを  
とってきてね

### 正しいおしっこのとり方

- ① まえの日のよる、ねる前にかかわらずおしっこをする
- ② あさ、おきたらすぐにトイレに行こう。容器ようき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
- 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、ねる前にかかわらずおしっこをして、ぼうこうをからにしておきましょう

<当日>

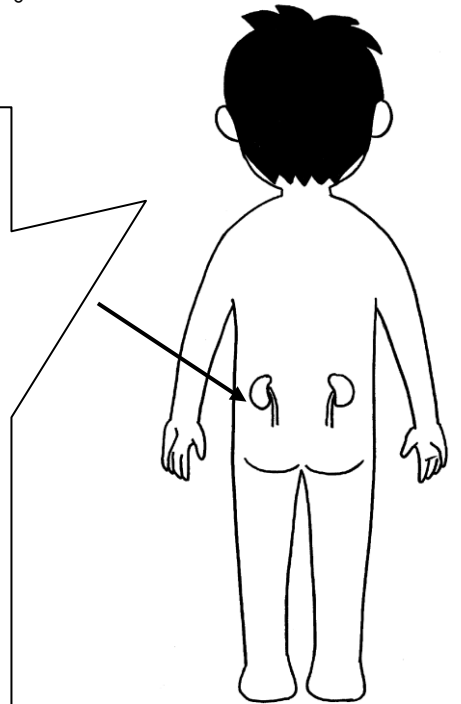
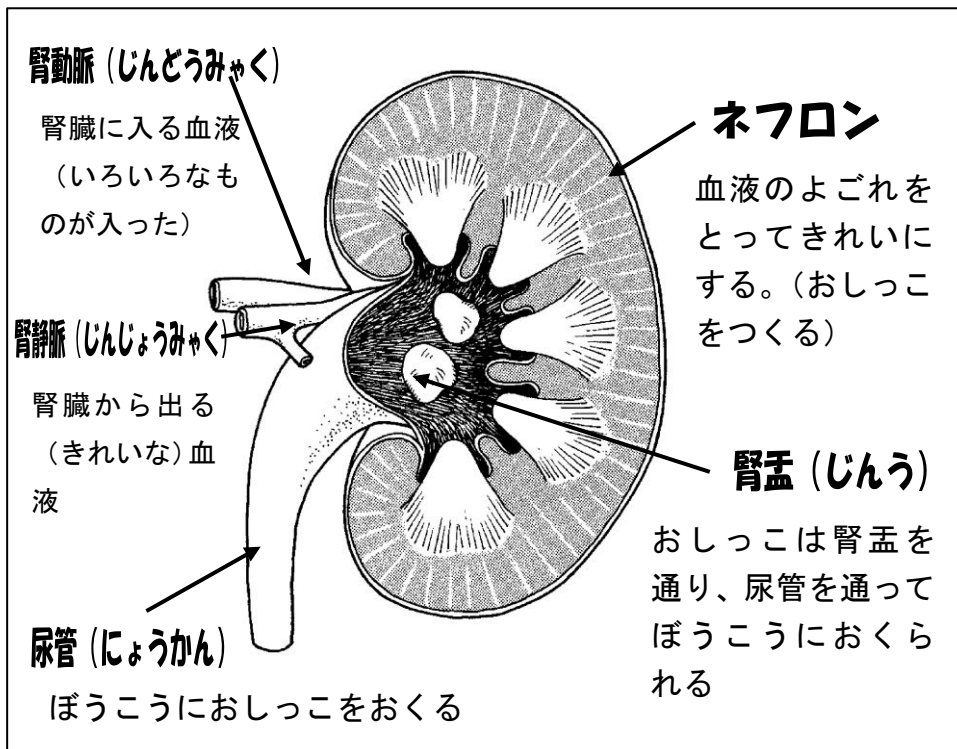
- ・ 朝、おきたらすぐにおしっこをとる。
- ・ 出はじめのおしっこを少しすててから、中間のおしっこをとる。
- ・ おしっこを容器ようきにとってから、ふたをしっかりしめもれないようにする。
- ・ 学校についたら、すぐにクラスにある尿検査を入れる容器にだしましょう。
- \* 生理中せいりちゆうの人はその日はできません。事前じぜんにわかる場合は保健室ほけんしつにいらしてください。  
尿検査の日はあとで連絡しますので、容器はなくさずにもっててください。
- \* 尿検査で何らかの異常にじけんさの疑いがあった場合、ご家庭に連絡し二次検査を行います。

二次検査ひようの費用ふたんは市で負担します。

# 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。



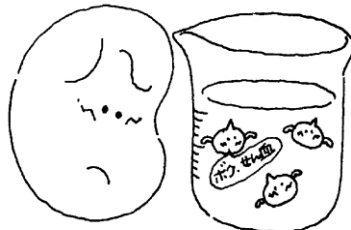
## 尿検査では、どんなことを調べるのかな？

### ☆たんぱくがでてないか



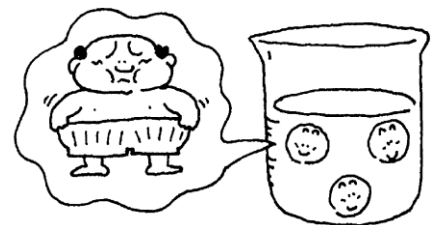
尿にたんぱくがまざっているかによって、腎臓がびょうきになっているかをしらべます

### ☆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