

ほけんだより

けんよう 検尿

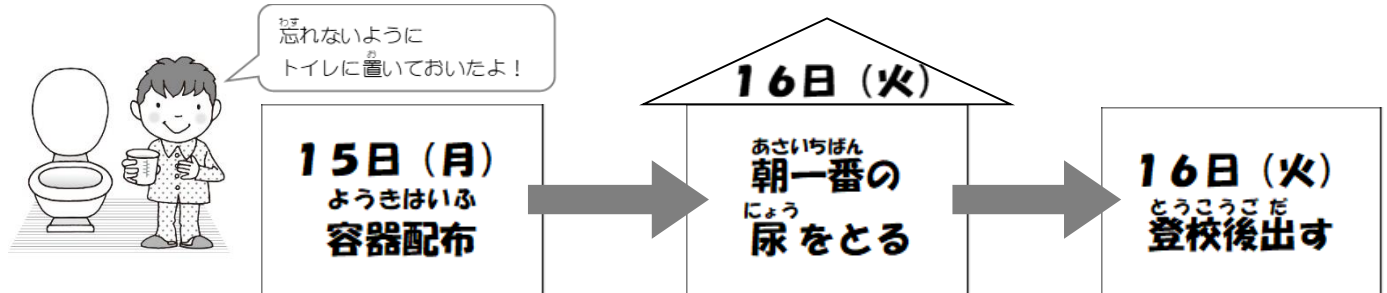
う べ し り つ に し き わ し ょ う が っ こ う
宇部市立西岐波小学校
れ い わ ね ん が つ は っ こ う
令和2年6月 発行

＊ おうちの人といっしょに読みましょう

にょう けんさ 尿 (おしっこ) 検査について



にょう (おしっこ) けんさがあります。じんぞうのびょうきやとうにょうびょうなどのびょうきの早期発見に大切な検査です。提出日に必ず出してください。



どうして
おしっこの検査をするの?

おしっこのもとを作っている「腎臓」は、私たちの体にとって大切な役割をしている臓器です。

でも、腎臓が病気になっても「痛い」「かゆい」などの症状は出ません。何も感じないので病気を見過ごしてしまうかもしれないのです。



だから、おしっこの検査はとても大切。ただ正しい方法でおしっこをとって、腎臓に異常がないか調べましょう。

●検査の前日はビタミンCが入ったジュースや栄養剤などは控える。

●朝起きてすぐのおしっこをとる。

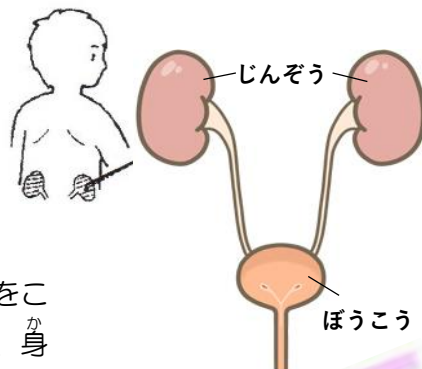
●少しだけおしっこを出してから、中間のおしっこをとる。



* 腎臓の働き

腎臓はソラマメのような形をした握り拳くらいの大きさの臓器で、左右1つずつあります。

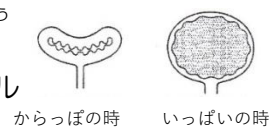
身体の中のいらないものをこしだして、おしっこを作り、身体の外に出してくれます。



* ぼうこうの働き

ぼうこうは、筋肉でできた袋で、腎臓で作られた尿をゴムのように伸び縮みしてためておくことができます。

* 1日のおしっこの量
約1～1.5リットル



けつまき 血液のクリーニング屋さんだよ!



もし、身体に異常があると、いち早くその変化が尿に現れて知らせてくれます。普段から、量や色・にごりなどに変化がないか、気にかけてみるといいですね。

尿（おしっこ）の取り方



今日 袋の確認

学年・組・出席番号・性別・氏名

が書いてあるかな？

○尿検査の容器は
そろっているかな？



夜 寝る前に

おしっこにいきます。



ぼうこうにたま
っている、古いお
しっこを出すため
だよ

① 明日の朝、起きたらすぐ、おしっこをとる。



前の日の
おしっこはだめ
だよ。

朝一番のおしっこ
だよ！

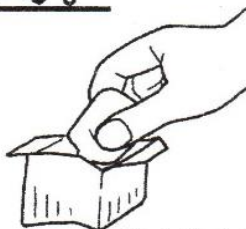


● なぜ朝一番の尿をとるの？

体を動かしている時は、尿に害
のないタンパクが混じることがあり
ます。病気によるタンパクと見分け
がつかなくなるからです。

② 出始めのおしっこは少し流して、途中のおしっこを 紙コップにとります。

はじめのおしっこ
はとらないでね



● なぜ出始めの尿を捨てるの？

出始めの尿は、前日に作られたも
のです。検査は、睡眠中に腎臓で作
られた尿です。必要があるからです。

③ 紙コップのおしっこを検査用の容器に入れて、しっかり ふたを閉めます。



綿まで入れる



よく閉める



そのまま紙袋へ!!
NG ビニール袋

提出日

6月16日(火)

忘れた人は
6月17日(水)
再検査: 7月7・8日



※ 容器はビニール袋などに入らず、**直接、紙袋の中に入れてください。**

※ 朝、教室で提出する時には、**ビニール袋などから出して提出してください。**

※ 月経中(生理中)などのために提出できない人は、再検査の日に提出をします。
担任の先生か保健室の先生に、再検査の日に提出することを伝えてください。