

HAPPY CHILDREN

2014年4月15日発行 尿検査直前号
尼崎市立小田北中学校 保健室
養護教諭 丑田 幸子

4月16日(水)、4月17日(木)は尿検査です

Q1. 去年も尿検査をしました。尿検査は毎年必要なもの
でしょうか？

A1. 尿は腎臓の鏡とも言われます

腎臓の病気は自覚症状がないため、尿検査は腎臓の病気の発見に欠かせない検査です。そのため、検査が毎年必要になります。

(腎臓の働き)

じんぞう

みなさんの体の中で十分に使われた栄養分や水分は、最後に腎臓の中を通り尿となって体の外に捨てられます。

腎臓は実に様々な働きをします。その中でも一番大切な働きは、腎臓に入ってきた栄養分や水分がまだ使われるかどうかを調べることです。

腎臓には細かい網目状の袋があります。栄養分や水分は腎臓のこの袋の中を通る時に、「再び使えるもの」と「使えないもの」とに分けられます。

「使えないもの」が尿となって体の外に出されて捨てられます。「まだ使えるもの」は、体の中に再吸収されます。

腎臓の具合が悪くなるとどうなってしまうのでしょうか？

まだ使えるみなさんの大切な栄養分を尿にどんどん出してしまいます。いらなくなった水分をどんどん吸収してしまったり、そのほか体にとって毒や害になるものまで取り入れてしまったりします。

じんぞうびょう

この状態を腎臓病といいます。

Q2. 尿検査を正しく受けるためにはどのようなことに注意したらよいでしょうか？

A1. 検査前日(今日)

- ①前日は食べすぎに注意する。(特に夕食は食べ過ぎない!)
 - ②清涼飲料水は控える。(特にビタミンCがふくまれているもの)
 - ③ビタミン剤は服用しない。(栄養ドリンクも×)
- ※ ビタミン剤は検査の反応に影響してしまうためです。

検査当日(明日)

朝起きて一番の尿をとる
出始めの尿を少し出して流してから、中間の尿を紙コップにとります。

どうして最初の尿を捨てるの？

↓ ↓
最初の尿はきのうの夜に残っていたものだからです。眠っている間に作られた尿が一番尿検査に適しています。
(前の日の夜に採るのはもちろん×)



朝一番の尿



必ず、線のところまで入れてください

(注意)

- ・袋の表に、薬を服用中の人は服用した薬を記入、女子で生理の人は、「生理中」と記入してください。
- ・欠席をする場合は、保護者や友人などをお願いをして学校に届けてもらってください。
- ・大切な検査です。絶対に忘れないでください。2日間忘れると、学校で尿をとってもらふことになります。