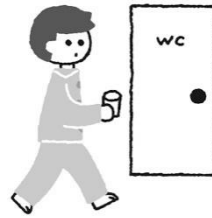


# ほけんだより

## ～尿検査特別号～



令和4年5月11日  
川口市立領家中学校  
保健室 No.3

# あさって5/13(金)は尿検査です!

予備日:5/16(月) 二次検査日:5/26(木)

## なぜ尿検査をするの?

尿検査では、主に腎臓が正常に働いているのかどうかを調べます。尿の中に『たんぱく質』『血液』『糖』が混ざっていると、腎臓が正常に働いていない可能性があります。

腎臓の病気は自覚症状が現れにくいので、早期発見するためにも尿検査を正しく受けることが大切です。



### 尿検査の前日に 気をつける 4つのこと

- ①夜はビタミンCを含むサプリメントやビタミン剤、ジュースは飲まないこと!
- ②睡眠不足と激しい運動はたんぱく尿の原因となるため、落ち着いて過ごし、早めに寝ること!
- ③寝る前にトイレに行くこと!
- ④容器をわかりやすい場所におくこと!(トイレや枕元など…)

## 尿検査の方法と提出の流れ

今年度から容器が変更しています!しっかり読もう!

①朝、起きてすぐトイレに行って尿をとる。尿は出始めと終わりはとらずに、途中からの中間尿をコップにとる。



② ①でとった容器を傾けながらボトルに尿をいれる、もしくは、スポイトを使用してボトルに



③尿の入った容器のふたをしっかりと閉め、茶色の袋に入れて学校にもってくる。  
白い容器、スポイトは家で捨ててくること。

すぐにかばんに入れましょう!!



### 登校後すぐにやること

- ①教室の黒板に貼ってある袋に、検査容器を入れた袋を提出する。
- ②袋に入れたらクラス名簿に自分でチェックする。→提出したら☐
  - ・提出できない人は☒と記入する。
  - ・欠席者のところには保健整美委員が☒と記入。



### 月経が被る生徒へ

5/13、5/16の一次検査の日程に提出できないときは、二次検査日(5/26)に実施します。それまで尿検査の容器と袋は大切に保管しておきましょう。気になることがあれば保健室へ!



保護者の方へ 保護者の方が持参する場合は8:15までに保健室へお願いいたします。  
時間を過ぎると業者の回収に間に合いませんのでご注意ください。