

平成29年4月11日  
練馬区立石神井西中学校  
保健室

腎臓検診（尿検査）の提出日は  
4月12日（水）です！！



- 4 検査当日の朝の流れ
- ① 登校したらすぐに、ビニール袋から出す。
  - ② 教室にある回収袋（男子は青色の袋、女子はピンクの袋）に入れる。
  - ③ 名簿に〇をつける。
  - ④ 保健委員は朝学活後速やかに保健室に持ってくる。

4月12日（水）に持ってくるのを忘れてしまった人は、  
4月20日（木）の朝に必ず提出しましょう。

**提出する前に確認！**

- ① クラス・番号・名前をしっかりと書きましょう。
- ② この日一番最初の尿を取ってください。
- ③ 朝登校したら、すぐにクラスの回収袋に入れましょう。  
(時々、昼や放課後に提出する人がいますが、それでは間に合いません)

- 1 本日配布されたもの
  - ① 紙コップ
  - ② 吸引チューブ・名前シール付き
    - ★必ず、赤いキャップが付いていて閉まること確認
  - ③ 持ち運び用のビニール袋
- 2 配布されたらすぐにサインペン・ボールペンで名前など必要事項を必ず書く。
  - ★注意、吸引チューブを立てた状態で縦に名前を書く
  - ★サインペン・ボールペンで名前を書く！！
  - ★えんぴつ書き、ぬれて名前が消えたり読めないものは、検査をしてもらえません。
- 3 採尿の手順
 

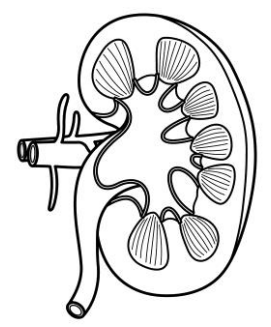
寝る前にトイレのドアに検査キットを袋に入れてぶらさげておく

  - ① 朝、起きてすぐの尿をとる。一番にトイレに行く
  - ② 最初の尿は捨て、中間尿を紙コップにとる
  - ③ 尿を吸引チューブにうつす。容器の線まで入れる
    - ★尿の量が少ないと検査できないことがあります
  - ④ 赤いキャップを閉める



## 腎臓検診（尿検査）とは？

- ★尿検査は何のためにするの？  
尿検査では、腎臓やぼうこうの病気や糖尿病などの疑いをチェックします。
- ★腎臓病や糖尿病の早期発見のための検査です。  
腎臓は血液中の不要物や有害なもの、残りカスなどを体外に出したり、水分（尿）を出して、血液量を一定に保ったりします。
- ★蛋白（たんぱく）・潜血（せんけつ 血液）・糖（とう）  
腎臓の動きがうまくいかない時にでます。
- ★心配のない蛋白尿とは？  
激しい運動後や高熱を出したあと、蛋白が出ることがあります。  
起立性蛋白尿と言って、起き上がることで尿に蛋白が出ることもあります。
- ★心配のない潜血尿とは？  
非常に激しい運動のあとに出ることがあります。
- ★なぜ、朝一番の尿なのか？  
寝ている間は飲まず、食わずなので、起き立ての尿は濃縮されて蛋白尿や血尿が発見しやすいからです。
- ★前日、ビタミンCを含むものを控えめにするのか？  
たくさんビタミンCをとると、血尿があるのに陽性が出ないこともあるからです。前日夕方ぐらいから、気をつけてください。



裏面に健診センターからのお知らせが載っています。  
そちらもよく読み、明日必ず提出してください。