

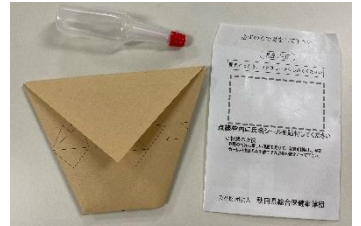
ほけんだより



来週月曜日は **尿検査** です！

本日、尿検査の3点セットを配付しました。“うっかり忘れ”を防ぐためにも、家に着いたら、すぐトイレに置いておきましょう。次の注意事項をよく読み、来週月曜日に登校したら、忘れずに学級の袋に提出してください。おうちの方に届けていただく場合は、**9時前まで**に保健室へお願いいたします。

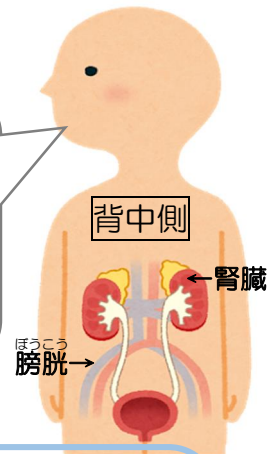
今回提出できなかった場合は、**5月14日(火)に2回目**の尿検査があります。



尿検査で分かること

尿検査では、尿をつくる腎臓がうまく働いているか、尿がたまる**膀胱**や尿の通る道（**尿路**）に病気がないか、**糖尿病**がないかを調べます。

腎臓は、病気が隠れていたとしても症状が現れにくい臓器なので、病気の発見が遅れてしまう可能性があります。そのため、尿検査をすることで、自分では気づかない病気を早期に見つけることができるのです。

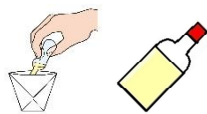


正しい尿の採りかた

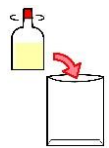
①朝起きたらすぐトイレに行きます。出始めの尿を少し出してから、残りの尿を紙コップに採ります。



②スポイトの線の辺りまで、紙コップから尿を吸い上げます。



③容器の**キャップをしっかりと閉め**、小袋に入れます。**小袋ののりづけ**も忘れずに！



出始めの尿には、尿の通り口や出口からの雑菌などが混じっているため、正確な検査ができません。出始めの尿を少し出した後にとるのがポイント！



正しい検査のために注意してほしいこと

- ◆夜寝る前に必ずトイレに行き、尿を出し切ってください。
- ◆誤った検査結果が出てしまう可能性があるため、今夜はビタミンCを多く含むジュースやビタミン剤などは飲まないようにしましょう。
- ◆当日生理に当たる人は血液の反応が出ることがあるので、その日は提出せず、次の検査日（5/14）に提出してください。



尿検査の結果は、再検査が必要な人にのみお知らせします。お知らせがない人は、「異常なし」です。

起きたらすぐトイレ！

尿検査の日

忘れそうな人は、日曜日の夜、
トイレに貼っておきましょう…

～尿検査あるある～

〈昼休み…〉
朝出し忘れました！
まだ間に合いますか？



〈次の日…〉
昨日忘れたので今日持ってきました！

**尿検査の日にち、提出時間は
決まっています！**

キャップがゆるんでいて
ビチャビチャに…



**バックの中が悲惨なことにならない
ように、キャップはしっかり閉める！**