

ほけんだより

2019年4月15日

北中 保健室だより

尿検査号

尿検査のお知らせ

提出日 **4月16日(火)** できるだけこの日に提出できるように。

予備日17日(水)★16日に忘れた人は必ずこの日に提出！！

検査項目 蛋白、糖、潜血

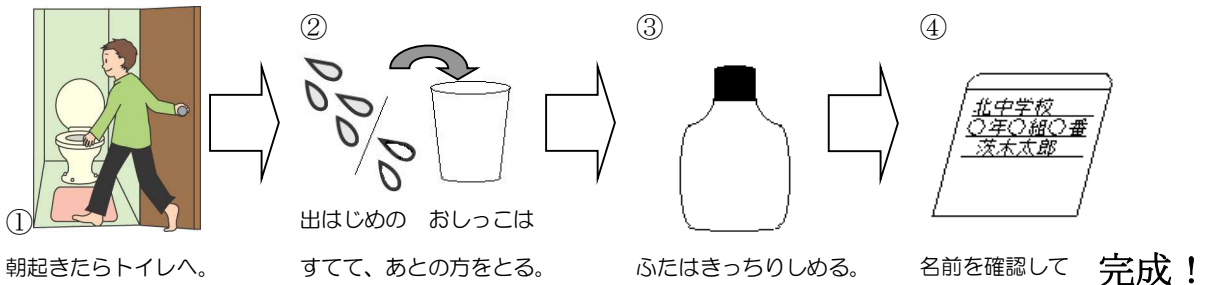
(これらは、本来、尿には出てこないものです。自覚症状のない段階で、腎炎や糖尿病など、様々な病気を早期発見する糸口になる大変重要な検査です。)

注意事項・・・今回の検査で異常のあった人は、**5月14日(火)に再提出**です。

- ・ 袋をもらったらすぐに、名前シール、学校名、学年・組、名前、男女別を書く。
- ・ 名前シールをはがし、検尿容器(スポイト型)にシールを貼る。
- ・ 家で・・・薬を飲んでいれば、封筒の「連絡らん」にそのことを書いてもらう。
- ・ 明日、学校にきたらすぐに回収袋に入れる。提出した人は名表に丸をつける。保健環境委員はMT後すぐに、回収袋と名簿を保健室に持って来る。(不要なティッシュやビニール袋は、必ずとり除いて回収袋に提出する。)

☆女子で生理中の人は、5/14に提出する。5/14も生理と重なる人は、5/21提出

- ・ 9時以降に提出しても、間に合いません。(とり直しになります)



採尿の仕方

- ① 紙コップを組み立てておきます。
- ② 朝一番の尿を取ります。
- ③ 出はじめの尿はすてて、残りの尿を紙コップに取ります。
- ④ 取った尿をポリ容器に吸い上げます。
- ⑤ ポリ容器のふたをしっかりとめて、袋にいれます。
(袋に名前、クラスなど書いてあるかチェック!)



腎臓の役割



腎臓は、長さ10cm位のソラマメのような形で、お腹の後ろの、脊柱の両側に1対あります。

腎臓の仕事は、血液をろ過して、きれいにすることです。その結果尿ができます。ですから、大動脈および大静脈と太い血管でつながっています。心臓から出た血液の4分の1は腎臓を通ります。

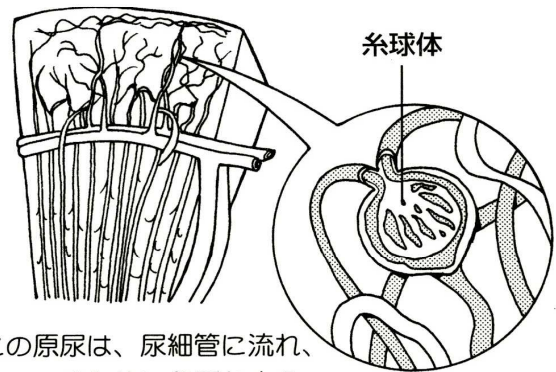
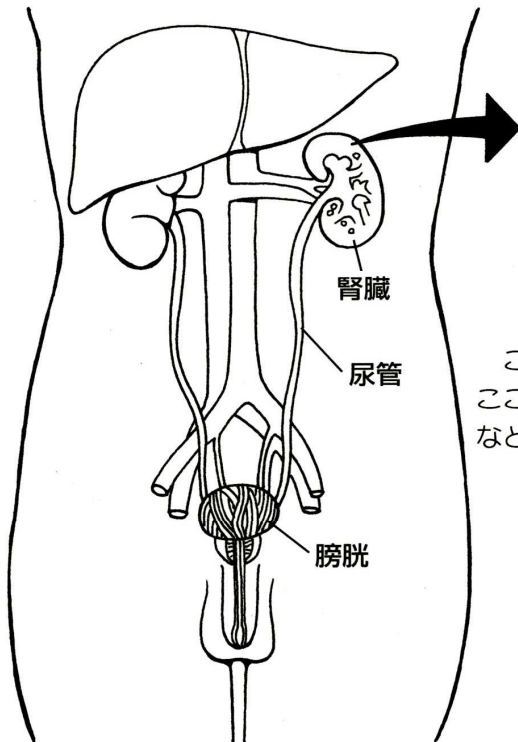
水分や塩分の調節をすることも腎臓の役目です。たくさん水を飲んでも、すぐ尿にして体の水ぶくれを防ぎます。長い間水を飲まない時は、尿を少なくして身体がカラカラに乾くのを防ぎます。

腎臓でできた尿は、尿管を通り膀胱にたまります。500cc位ためることができ、尿道を通して外に捨てられます。排尿をがまんするのはよくありません。

尿のできる道筋を見てみよう

尿は、飲み込んだ水分などから直接できるのではなく、腎臓に入ってきた血液をろ化することで作られます。

腎臓の糸球体という、糸がからみ合ったような部分で、尿のもととなる、“原尿”を作ります。



この原尿は、尿細管に流れ、ここで、また体に必要な水分などが再吸収されます。



1日におよそ、1.5ℓほどの尿が体から排泄されます。