

# ほけんしつ

酒田市立平田中学校  
平成23年5月23日  
N04



## 明日、5月24日(火)は **尿検査** です



尿検査は、腎臓の異常がないか、糖尿病がないかを調べる大切な検査です

### <検査の方法>

- ① 朝起きたらすぐにトイレへ
- ② 出始めの尿はとらないで、少し出た後の尿を紙コップに採ります。(全部出してしまうないように注意)
- ③ 容器に目盛りまで吸い上げしっかりふたを閉めて紙袋に入れて学校へ。

### <提出の仕方>

- ① 登校したらすぐ、名前の付いた紙袋のまま教室のかごに入れる。
- ② 提出したら、名簿に○をつける。
- ③ 「朝の会」で担任の先生に確認してもらい保健部員が保健室に運ぶ  
(8時45分厳守)
- ④ 忘れてしまった人、生理中の人は、必ず自分で保健室に断りに来てください。

### 尿再検査について

- ・一回目に陽性反応が出た人は再検査をします。検査日は決まり次第お知らせします。容器は前日に渡します。
- ・現在、生理中の女子は、再検査の日に検査します。容器はそのまま保管しておいてください。検査日は決まり次第お知らせします。



出席番号順に並べる必要はありませんが、確認のために必ず名簿に○をつけてください。

### からだ DATA

### 腎臓 Kidney

- 位置：腰の上あたりに、左右1つずつ
- 構造：毛細血管の集まりである「ネフロン」が、1つの腎臓に約100万個
- 大きさ：その人のにぎりこぶしより少し大きめ
- 能力：1分間に約800~1,000mlの血液をろ過し、1日に約180リットルの原尿(尿のもと)をつくる。最終的に約1~1.5リットルを尿として排泄。
- 性質：必要なものは再吸収し、不要なものは的確に処理する、リサイクルの達人。

### 尿の中身は？

からだの中で不要になったもの

水分 約95%  
尿素 約2%  
その他 約3%  
(尿酸、ナトリウム...など)

尿検査では、たんぱく質、ブドウ糖、血液など、からだに必要な成分まで出ていないかを調べます。



腎臓って、こんな形!



めげせ、とり忘れ、提出忘れ **ゼロ!!**

★とり忘れない工夫をしてみよう★

あっ!そうだおしっこ!

たとえば...

- ★容器をトイレのドアに貼り付けておく
- ★目のつくところに保健だよりを貼っておく
- ★枕もとにおいておく など

