



No. 4  
H29.4.18.  
青郷小学校

あす19日

# 尿検査(おしっこの検査)を行います

ほうほう  
<方法>

## ① ねる前におしっこをする。

検査には新せんなおしっこが必要なひつようので、いったんぼうこうにたまっているおしっこは捨ててしまいます。



## ② 朝起きたらまずトイレへ。

からだを動かしたり、食事をとったりすると、異常がなくてもおしっこに「たんぱく」や「糖」が出てしまうことがあり、正確な検査ができません。それで、影響の少ない、朝起きてすぐのおしっこを調べるのです。

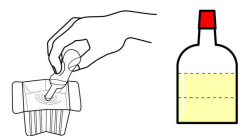
そのために、きょうのうちに、トイレにコップと容器を置いておきましょう。

## ③ 出始めのおしっこを少し流してから中間のおしっこをコップにとります。

出始めのおしっこは前の日の残り。検査にはねむっている間にできたおしっこが一番よいからです。



## ④ コップの中のおしっこを検査用の容器の中に八分目くらいまですい上げ、ふたをしっかりとめ、元のビニール袋に入れます。



これはダメ!

- × わすれないためのきょうの今日のおしっこをとっておく。
- × 今日、はげしい運動をする。
- × 今日、おそい時間にごはんやおやつを食べる。

ちゅうい  
<注意>

○ 容器をもらったらすぐに、名前のシールにまちがいがいいか、容器とコップがそろっているかを確かめてください。

○ もしも、あすとわすれたら、20日の朝にしてください。

(必ずとったその日に提出してください)

★ 女子で、月経と重なる人は、検査の日を変えます。担任の先生か田淵先生に相談してください。

によけんさ  
尿検査では

おしっこにまじっていないか調べます



たんぱく

じん臓病などの場合、必要以上のたんぱくがおしっこに出てしまうことがあります。  
はげしい運動の後や、高い熱が出たとき、脱水になったときに出ることもあります。

血液(けつえき)

じん臓で作られたおしっこが、尿管というくたやぼうこうを通過して外へ出るまでに、通り道のどこかで血液が混じることがあります。原因としていろいろな病気が考えられます。

糖(とう)

糖尿病になると、からだの中でうまく糖を使えなくなるため、残った糖がおしっこにたくさん混じることがあります。

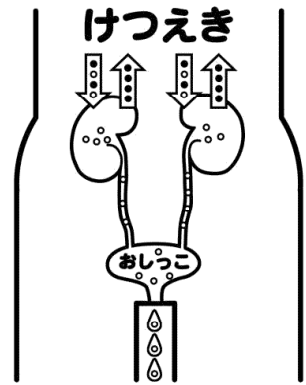
じんぞうのはたらき

じん臓は血液をろ過して尿(おしっこ)をつくります。エネルギーの燃えかすなどのいらなくなったものを取りのぞき、もう一度使えるものは、きれいになった血液といっしょにからだの中にもどします。からだにとって必要のないものは尿としてからだの外へ出します。

じん臓のはたらきが悪くなって尿をつくることができなくなると、いらぬものがからだの中に残ってしまいます。すると、さまざまな病気が起こってきます。

また、じん臓は、余分な水分や塩分の排出量(からだの外に捨てる量)を調節して、からだの中の水分の量を一定に保つはたらきもしています。

じん臓の塩分処理能力は、1日に約9グラムです。これ以上の塩分を口に入れないようにすることが大切です。ふだんから『うす味』を心がけましょう。



じん臓は腰のくびれのやや上にあって、ぼうこうとつながっている。そら豆にそっくりな形。長さ約10センチ、重さ約150グラム。