

えがお

令和8年4月13日

片貝中学校 保健教育部



明日 14日は尿検査(第一次検査)の提出日

本日、皆さんに尿検査の容器（スポイト形のもの）、採尿カップ、提出用袋を配付しました。

下に見てある方法を見ながら朝自宅で採尿し、4月14日（火）に忘れずに提出してください。

※欠席や遅刻等で提出ができない人は、翌日の予備日4月15日（水）に提出してください。または、ご家族の方で届けに来られる方がいらっしゃいましたら、両日ともに8時30分までに保健室に提出いただくと大変助かります。

※月経等で提出ができない人は、第二次検査4月28日（火）、予備日4月30日（木）に提出してください。

忘れない工夫を！



◆提出について

- 登校したら、教室の教卓にあるビニール袋に入れ、名簿に○を付けます。
- 採尿したが持参を忘れた場合は、予備の容器を渡すので申し出ます。
- 欠席や遅刻等で提出できない生徒は、予備日に登校後すぐ直接保健室へ持ってきてください。
- 体調不良や月経等で提出できない場合は、保健室に申し出てください。
 - * 月経中に行うと潜血反応が陽性になる場合があります。容器はそのまま保管してください。
- 2次検査が必要な場合は、結果が届き次第個別に連絡します。異常がない場合は、全ての健康診断が終了しましたら、「健康診断結果の一覧」にてお知らせします。

◆尿の採り方と注意点

- ① 夕食後は、ビタミンCを多く含む食品（果物やジュース類）を摂取しない。
- ② 前日の夜から準備し、寝る前にトイレに行っておく。
- ③ 朝起きたらすぐに排尿し、出始めの尿は捨て、中間の尿を採尿コップに採る。
 - * 出始めの尿には尿道の分泌物、最後の尿には沈殿物が多いため。
- ④ 線のところまで尿を入れ、しっかりとふたを閉める。
 - * スポイト式の容器の空気を出して、採尿コップから吸い上げる。
- ⑤ スポイト式容器を袋にいれ、袋の口を2回折る。（のり付け不要）

◆何がわかるの？

尿は腎臓で作られ、尿管を通過して膀胱に溜まります。これらの器官に異常がないかがわかります。その時の体調によって結果に出ることもあります。精密検査で詳しく調べてもらいましょう。

たんぱく	腎臓病等で必要以上のたんぱくが作られ、尿に混ざることがあります。激しい運動や高熱、脱水で出ることもあります。
糖	糖尿病では、体内で上手に糖を使えず、残っていた糖が尿に多く混ざることがあります。腎臓に問題がある場合も。
血液（潜血）	腎臓から尿管、膀胱を通過して外へ出る通り道のどこかで、尿に血が混じることがあります。様々な病気が考えられます。