

ほけんだより

令和6年5月20日
山梨県立山梨高校
保健部



尿検査 提出日

5月22日(水)朝

尿検査とは・・・

健康なら含まれるはずのないものが尿に混ざっていないかチェックし、腎臓病をはじめ、いろいろな病気を早期に発見するために行ないます。学校尿検査では、尿タンパク・尿糖・尿潜血の3項目をチェックします。



尿検査でどんなことがわかるの？

タンパク・・・尿に「タンパク」が混ざっていた場合、腎臓の病気の可能性があります。

糖・・・尿に「糖」が混ざっていた場合、糖尿病などの疑いがあります。

血液・・・尿に「血液」が混ざっていた場合、腎臓や尿管、膀胱などで炎症が起きている場合があります。

先生ー！
今日の尿検査、
わすれずに
持ってきましたあ！

エライわあ。
よう持ってきたなあ。
提出されて嬉しいわあ。



尿検査で注意することは？

- 検査前日は、ビタミンCを多く含む食品は控える。
(ビタミンCが尿中に溶け出して、間違った結果が出ることもあるため)
- 起きてすぐの尿を採る。
(運動や立位によって尿中にタンパクが出ることもあるため)
- 中間尿を採る。
(出始めの尿は尿道口の周囲の雑菌や白血球が混ざり、尿路感染症の疑いと判断されることがあるため)

尿検査あるある

ときどき検査の前日や次の日に保健室へ提出に来る人がいます。ですが、尿検査は検査機関の方が検査当日に回収に来ます。なので、必ず検査当日の朝に出してください。

女子で生理のため出せない人は、前日までに保健室へ教えてください。予備日は6月5日(水)です。



休みの日も朝寝坊はしていませんか。

昼に起きる→夜眠れない→次の日起きられない→
朝食抜き、遅刻、余裕がなく疲れる。悪循環なこ
とばかり。

頑張って起きよう！



感染症予防は今年度も継続中です。こまめな手洗いを
しよう！

ときどきハンカチを持っていない人を見かけます。
いつでも清潔なハンカチを持ち歩こう。



まちがい探し(7つ)



答え/左奥の女子の帽子・中央奥男子のエプロンのヒモ・右奥男子が持っている皿の数・左前男子のメガネ・左前女子の制服のリボン・右前女子の上履き(スリッパ)・手前のフライパンの取っ手