

ほけんだより



第2号

宮古商業高校保健室

平成30年4月24日(火)発行

健康診断は病気の早期発見につながります

尿検査って何を見るの？

尿検査で診るのは、主に尿蛋白(タンパク)・尿糖・尿潜血の3つです。

異常がなければ「-」、少し気になるところはあるが異常なしと判断されるのが「±」、異常が見られれば「+」となり、異常の大きさが強くなるほど「++(2+)」、「+++ (3+)」と表されます。

①尿蛋白

尿に蛋白が混ざっているときは、腎臓の働きが悪いということを示しています。

急性もしくは慢性の腎機能障害が疑われます。**膀胱炎**の診断に用いられることもあります。

②尿糖

糖は身体に必要な成分なので、排出されることはありません。しかし、腎臓の働きが悪くなっているときや糖が多すぎると、尿に糖が混ざります。

疑われる病気は**糖尿病**です。

③尿潜血

腎臓や尿管・膀胱・尿道から出血している場合、尿に血液が混ざります。

尿潜血は**病気の他にも月経(女子) やストレス・疲労**の原因も考えられます。

<https://www.ishamachi.com/?p=17128>

「尿検査で異常ありと言われたら…尿から分かる病気とその検査」

正しい尿検査の受け方

【採尿のしかた】

- ①朝起きてから一回目の尿をとる。尿の始めと終わりはずらずに、中間の尿をコップに取る。
- ②採尿容器をスポイトのように使い、採尿コップから吸い取り、必ず線まで入れましょう。
- ③しっかり蓋をして、容器を拭いてから氏名シールを貼り、ピンクのビニール袋に入れバッグに入れる。
※尿を採る前にシールを貼るとぐちゃぐちゃになるので、容器に尿を入れてから貼ること。

【登校したら】

- ①ピンクのビニール袋から容器を取り出し、回収箱に入れる。氏名シールと同じ番号のところに差し込むこと。
- ②提出したら、自分で名簿にチェックをする。
- ③ピンクのビニール袋は、回収箱近くにあるゴミ袋に捨てる。

！注意！

- 忘れた人は、登校後すぐに保健室前に置いてある道具を使い、採尿してクラスの回収箱に提出してください。
- 生理中の場合、1回目は無理に提出しなくても良いです。提出する場合は、赤ペンで○を付けてください。