

ほけんだより 尿検査特集号

大阪市立歌島中学校
保健室
2021年6月8日

尿検査を行います！

日時: 6月9日(水)

6月10日(木)

*6月10日(木)は予備日です。

できるだけ6月9日(水)に提出してください！

☆前日準備

- ・容器・シール付き袋・カップをもらったかを確認します。

☆実施の方法

① 朝 起きたらすぐに尿をとります。着替えや洗顔は、あとにします。

なんで?? 起立性たんぱく尿といって、活動するだけで、尿に、病気ではないたんぱくができることがあります。それを防ぐため、活動前に尿をとりましょう。

② はじめの尿は、とらないで、中間の尿をカップにとります。

なんで?? はじめの尿は、昨日の夜に残っていたものです。検査は、新鮮な尿の方がよいので中間の尿をとりましょう。

③ コップの尿を、容器の線まで吸い上げ（スピード式）、ふたをしっかりとしめてシールを貼り、紙袋に入れます。

（シールと紙袋には、名前など忘れず記入しておきましょう。）

④ 当日の朝学活で回収します。担任の先生に提出してください。

（そのとき、検尿袋を包んでいたビニール袋は、取っておきます。）

名簿にチェックをしてもらうのを忘れないこと。

☆注意すること

- ① 前日の夜は、尿を残さないようトイレに行ってから寝ましょう。
- ② 前日は、ビタミン剤やビタミンC入りのジュースを飲まないようにしましょう。
- ③ 学校外の検査機関で検査をします。9時50分ごろ回収にこられますので、欠席で、保護者が届けてくださる場合は、9時45分までに持ってきてください。
- ④ 女子で理由のある人は、再検査の日（6月30日）に提出しましょう。名簿チェックの時に『再検査の日に出します』と伝えてください。また、蛋白・糖の検査をするので再検査の日に同じ理由があっても提出しましょう。



ていねいに！



自分の健康状態をチェックして必ず提出しましょう