

保健だより

4月号の3



岩国市立本郷小中学校
令和2年4月28日
保健室

新年度が始まって、1か月が過ぎようとしています。新型コロナウイルス感染予防では、毎日の朝の体温チェックなど忘れずにしてくれて、ありがとうございます。引き続き、手洗いやマスクの着用などで予防をしっかりとっていきましょう！！

4月30日(金)は検尿の提出日です！！

尿検査は、腎臓の病気や糖尿病などがいないかを調べます。

尿は、腎臓でつくられます。腎臓は、そら豆のような形をしていて、背骨の左右に1つずつあります。腎臓は、血液をろ過して体の中のいらぬものを尿として体の外に出しています。



朝一番の尿をとるのはなぜ??

活動している時の尿には「害のないたんぱく」が出ています。このため、病気でたんぱくが混じっているか、そうでないのかを知るために、寝ている間につくられた朝一番の尿を調べます。

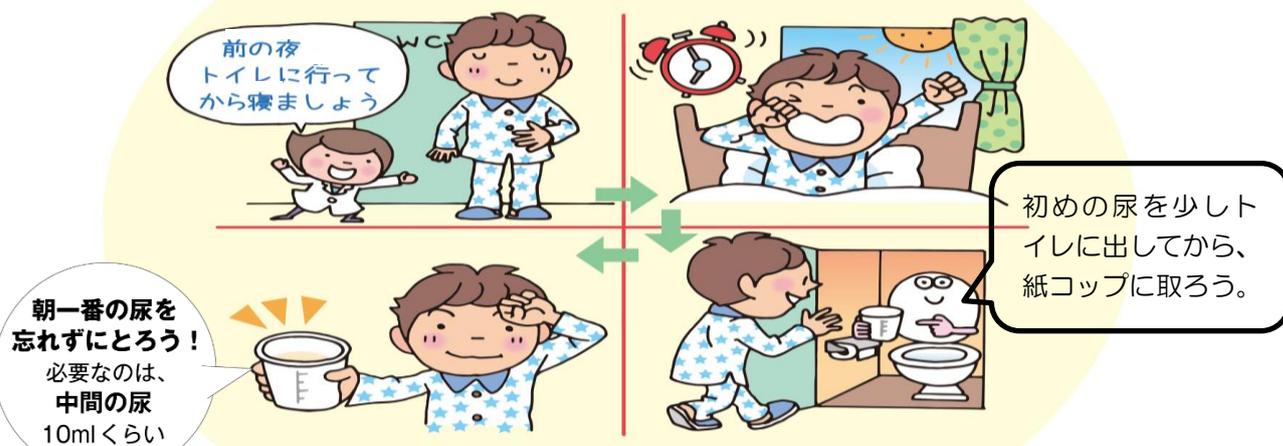
最初の尿を捨てるのはなぜ??

最初の尿は、前日の残りの尿だからです。

尿のとり方

朝起きて一番のおしっこをとります

最初に少し出してから、途中の尿を容器にとってください



朝一番の尿を
忘れずにとろう！
必要なのは、
中間の尿
10mlくらい

初めの尿を少しト
イレに出してから、
紙コップに取るう。



忘れそうだからと前日におしっこをとってはダメ。

→ 正しく検査できないことがあります