保健だより　４月

令和３年４月２６日（月）
岩沼市立岩沼中学校
保健室　No.2

明日は尿検査（全学年対象）

次の注意事項をよく読んで，忘れずに提出してください。

提出日：明日4月27日(火)の朝

①容器類がそろっているか確認します

□容器を入れる袋　※名前を確認する

（名前は新字体に置き換えられています。例：齋→斉・髙→高・凜→凛・邉,邊→辺　など）

□尿検査用容器

□採尿用紙コップ

②２７日（火）の朝，起きたらすぐの尿を採尿する（早朝尿）

- 起きたらすぐにトイレへ行き，少し排尿した後の尿（中間尿）を採尿する。
- 採尿は配布された紙コップを使用し，容器の２／３まで吸い上げ，栓をしっかり閉めて，名前が記入されている袋に入れて封をし，学校へ持参する。（兄弟がいる場合など，間違わないように注意してください。）

③ その他注意事項

- ビタミンＣを多く含んだビタミンの錠剤やジュース，スポーツドリンクは結果に影響する場合もあるので，前日の夕方から飲まないようにします。
- 採尿を忘れてしまった場合は，予備日が４月２８日（水）になります。容器や袋をなくさずに２８日（水）の朝に必ず採尿し，保健室へ提出してください。
- 採尿したのに忘れてしまった人は，容器と紙コップを新しく保健室へもらいに来てください。２８日（水）の朝にもう一度採尿し，保健室へ提出してください。
- 生理中の場合は，２次検査の時に検査をするので，容器や袋は大切に保管しておいてください。日程は後日連絡します。もし，採尿してしまった場合は，保健の先生へ知らせてください。

尿検査はとても大切な検査です!!

早朝尿に，たんぱく質や血液の反応がみられると，腎臓（じんぞう）や膀胱（ぼうこう）などの働きに異常がある場合があります。腎臓が弱っている時は，疲れやすい，風邪をひきやすい，扁桃腺炎にかかりやすい，おできができやすいなどの症状が出てくる場合もあります。しかし，症状が何もないまま病気になっていることもあるのです。尿検査を受けることによって，早めに腎臓や膀胱などの異常を発見することができます。自分の健康を守るために，きちんと提出期限を守り，正しく検査を受けましょう。

１次検査で所見があった場合は，２次検査を実施します。該当者には後日，日程をお知らせしますので，再度提出をお願いします。