

ほけんだより

2020.05.21

兼次小保健室 発行者：山内

＊尿検査があります！

検査日：5月25日（月）・26日（火）

◆尿検査では、腎臓の病気や糖尿病などがいないかを調べます。

尿（おしっこ）の色や成分（たんぱくや糖、血液）などを調べることで、病気かどうかわかります。健康なおしっこは、透き通っていて、少し黄色がかった色をしています。おしっこが赤かったり、白くにごっていたりすると、病気の疑いがあります。

尿検査をする前に

前日

- ・ビタミン入りのジュースなどは飲まない

✕

Vitamin C

夕食後に、激しい運動はしない



当日

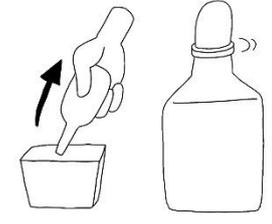
①目が覚めたら、すぐに尿をとる



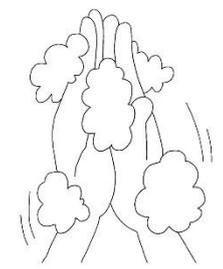
②出始めの尿は流してから、採取する



③提出容器に移して、ふたをしっかりと閉じる



④尿をとり終えたら手を洗う



★提出する前に、袋の名前をチェックしてね！

※ここに気をつけよう！

- ・前日の夜は、トイレに行ってから寝ましょう。
 - ・朝起きてから、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）
- ＊生理中の方は、担任の先生もしくは保健室へお知らせください。

