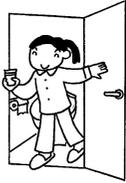


保健室だより 臨時号

大阪府立茨木西高等学校 保健室 2017.4.17



尿検査のお知らせ



尿検査は、腎臓や、膀胱（ぼうこう）が正しく働いているかを調べたり、糖尿病にかかっているかを調べるための検査です。これらの病気は、知らず知らずのうちにかかっていることが多く、自覚症状が出てからでは、治療に時間がかかります。けれど、**早期に発見して早く治療し十分管理できれば**、心配はいりません。

そのために、学校では**毎年、尿検査**をしているのです。



検査は、**受ける人が正しく受けなければ、正しい結果が得られません。**

**=自分の体から出る危険信号を早くキャッチするために
注意事項を守って、正しい結果が得られるようにしましょう。=**

★**じょうずな尿の取り方が、検尿袋の裏面に書いてあります。
しっかり読んでから採尿してください。**



4月18日(火) & 4月19日(水)

★**登校後すぐに、下足室前** に提出。
遅刻した生徒は、生指に行く前に保健室に持ってくる。

提出についての注意

- ① **10時40分には、検査業者が回収**にきますので、必ずそれまでに提出してください。
- ② 今回、**記名シールと提出用袋が別々**になっています。**提出袋と容器にそれぞれ 記名シールを貼るのを忘れないようにしてください。**
- ③ 採尿後は**しっかりキャップをしめ**、紙袋に入れ、折り線のところで山折りにしてください。
提出する時には、**ビニール袋などに入れずに出してください。**



注目!

今回の検査日が**生理日と重なる人は**、提出できません。そのことを**必ず保健室まで申し出てください。**
容器は各自で保管しておいてください。

検尿の袋に、**あなたの名前シールを貼り付けたら**

それは**あなただけのもの**です。

今回、提出を忘れた場合は、**次回の提出日**に使用します。
なくさないように自分で大切に保管しておいてください。



尿検査に関わって...

腎臓のしくみと働きについて簡単にお話しましょう。

私たちの口から取り入れられた食べ物や飲み物は、消化され血液となって体中をめぐる。血液はその**栄養分を運びながら**、体の中の**不要物**や、新陳代謝でできた有害な**老廃物**を受け取って、腎臓に運び込みます。そしてそれらを受け取った腎臓では・・・

①尿を作り、体外へ排出します。

糸球体の毛細血管でその**老廃物をこし出して**、尿を作り、膀胱へ送り出して**体外へ排出**します。



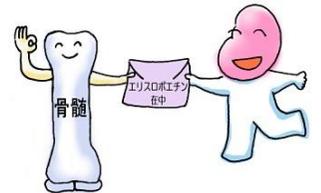
②体内の体液量とイオンバランスを一定に保つ働きをします。

こしだされた水分の**99%は、体に再吸収**され、尿になるのは残りの**1%**。
再吸収された99%の水分によって、体の細胞内の**電解質の濃度を一定**に保ち、**神経の伝達や、筋肉の収縮、止血**などに作用しています。



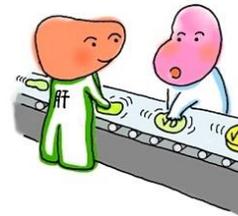
③造血ホルモンを分泌します。

造血ホルモンを腎臓から分泌することで、**骨髓に働きかけ、赤血球を作る指令**を出しています。
だから、腎臓病が重くなると**貧血**の症状が出ます。



④骨を作るのに必要なビタミンD3を生産します。

骨にカルシウムを沈着させるためにはビタミンDが必要なのですが、**ビタミンDはそのままの形ではうまく仕事をしてくれません。**効果的に働かせるためにはこの**ビタミンDをビタミンD3に変える必要**があります。その働きをしているのが腎臓です。**だから腎臓が悪くなると、骨が弱くなる等の症状**が出ます。



ごみをあされば病気を発見できる?!

おしっこは「**ごみの溶け込んだ水?**」一言で言えばそうなります。先にも書いたように全身の細胞で使われた**老廃物や不要物**といった「**ごみ**」の溶け込んだ水がおしっこだからです。
だから、**ふだんはごみとして出されないもの**が、おしっこの中に出てきたら・・・?
それは腎臓の機能に**何らかの異常**が起こっていることを意味します。
体内から、**不法投棄されたごみがないかどうか**、それを調べるのが**尿検査**です



