

ほけんだより 4月

新潟市立葛塚小学校
保健だより
No.2 : 尿検査号
平成30年4月12日(木)

あす がつ にち きん にょうけんさ ていしゅつび
明日、4月13日(金)は尿検査の提出日です!

【なにをしらべるの?】

尿(おしっこ)の色や成分(たんぱく・糖・血液)を調べると、病気かどうか分かります。健康なときの尿は、透き通っていて、少し黄色がかった色をしています。尿が赤かったり、白く、にごっていたりすると、病気の疑いがあります。

【検査の方法】

12日(木)の夜

- * 正確な検査をするために、ビタミンCを多く含む食べ物や飲み物(果物や生ジュースなど)は控えてください。
- * 寝る前にトイレに行っておきます。

13日(金)の朝

- * 起きてすぐトイレに行き、尿をとります。

忘れのための工夫

- ☆ トイレのドアに貼る!
- ☆ 枕元に置く!



注意

もし忘れてしまっても翌日は回収しません!

再度提出できる日は **5月2日(火)** です。

また、一度使った容器は使えません。容器を使ってしまったときは、担任の先生に申し出てください。

<尿(おしっこ)のとり方>

- ① はじめに少し尿を出します。
※ 尿道(尿の通り道)にたまっている尿を捨てるためです。
- ② 尿を白いカップにとります。
- ③ カップの中の尿を、採尿容器(赤いキャップの容器)で吸い上げます。
- ④ 容器のふたをしっかりとめて、紙袋に入れます。
- ⑤ 紙袋の口をのりで封じてください。※ 記入用紙はのり付けしないこと。
きちんと のり付けがされていないと、回収するときに容器が飛び出します。
必ず、のり付けをしてください。



* 生理中の人は、**5月2日(火)**に提出します。担任の先生か保健室の先生に申し出てください。また、配付した容器などはそのまま使います。無くさないようにしましょう。