

健やかに



5月 No.4

豊橋市立東陽中学校

新学期が始まって、1か月以上が経ちました。新しい学級や部活動には慣れましたか。そろそろ疲れが出始めるころです。早めに寝る、好きな音楽を聴くなど、自分に合った方法でリフレッシュして、疲れをためないようにしましょう。また、悩みや困っていることがあったら、家族や先生、友達に相談しましょう。



あした(19日)は尿検査です!!

予備日
20日(金)

もくてき 目的

○泌尿器系の病気や異常を早期に発見する。

尿の中に、タンパク・糖・潜血が出ていないかを調べます。

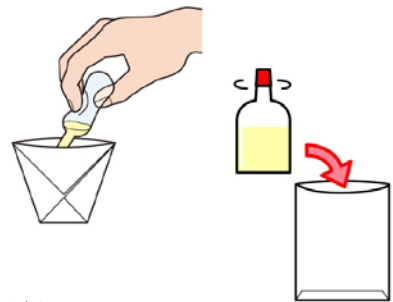
特に腎臓の病気は初期症状に気づきにくく、発見が遅れると治りにくくなります。

必ず検査を受けるようにしましょう。

ほうほう ちゅういじこう 方法・注意事項

きょう 今日、トイレに容器を準備しておきましょう!

- ① 前日の夜は、排尿してから寝る。
- ② 朝、起きてからすぐの尿を紙コップにとる。
- ③ 紙コップの尿を容器に吸い上げる。
※容器に線がついているので、そこまで吸い上げる(10ml)。
- ④ 採尿容器に尿を入れたらふたをしっかりとしめ、名前が書いてある袋をぬらさないように気をつける。



★必ず、起きたらすぐの尿をとりましょう!

食後や運動後は、健康でもタンパク尿が出ることがあります。

★前日の夜に、ジュース類をたくさん飲まないようにしましょう!

もし明日忘れてしまったら、次の日(20日)に必ず出しましょう!

明日、全員提出できるように準備しましょう。

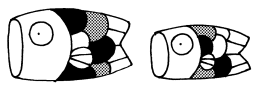
※尿検査の結果は、異常のみ見つかった人のみ、お知らせします。異常のみ見つかった人は、6月9日(木)に再検査を行います。

すこ

平成28年5月18日

5月 No. 4

豊橋市立東陽中学校




新学期が始まって、1か月以上が経ちました。新しい学級や部活動には慣れましたか。そろそろ疲れがはじめるころです。早めに寝る、好きな音楽を聴くなど、自分に合った方法でリフレッシュして、疲れをためないようにしましょう。また、悩みや困っていることがあったら、家族や先生、友達に相談しましょう。

予備日 20日(金)

明日(19日)は尿検査です!!

尿検査について Sobre Exame de Urina



もくてき 目的

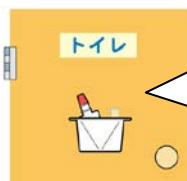
○泌尿器系の病気や異常を早期に発見する。

Objetivo Certificar com antecedência a anormalidade do problema nos órgãos urinários

ほうほう ちゅういじこう 方法・注意事項

Cuidados de como colher o exame de fezes.

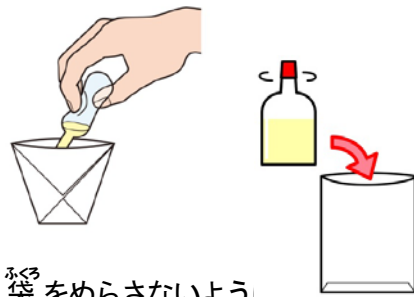
① 前日の夜は、排尿してから寝る。
Na noite anterior ao exame deve urinar-se antes de dormir.



今日、トイレに容器を準備しておきましょう!

② 朝、起きてからすぐの尿を紙コップにとる。
Ao acordar logo retirar a urina para o exame num copo de papel.

③ 紙コップの尿を容器に吸い上げる。
Transferir ou melhor, absorver a urina para o recipiente próprio,
(Colocar mais de 2/3 do recipiente)



④ 採尿容器に尿を入れたらふたをしっかりとしめ、名前が書いてある袋をぬらさないように、しっかりと閉める。
Tampar bem o recipiente do exame de urina e tomar cuidado para não molhar a etiqueta.

★必ず、起きたらすぐの尿をとみましょう! 食後や運動後は、健康でもタンパク尿が出ることがあります。

★前日の夜に、ジュース類をたくさん飲まないようにしましょう！

もし、明日忘れてしまったら次の日(20日)に必ず出しましょう！明日、全員提出できるように準備しましょう。

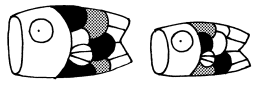
※尿検査の結果は、異常のみ見つかった人のみ、お知らせします。
異常のみ見つかった人は、6月9日(木)に再検査を行います。

すこ

平成28年5月18日

5月 No. 4

豊橋市立東陽中学校



新学期が始まって、1か月以上が経ちました。新しい学級や部活動には慣れましたか。そろそろ疲れが始めるころです。早めに寝る、好きな音楽を聴くなど、自分に合った方法でリフレッシュして、疲れをためないようにしましょう。また、悩みや困っていることがあったら、家族や先生、友達に相談しましょう。



明日(19日)は尿検査です！！

予備日
20日(金)

尿検査について About the Urine Test

もくてき
目的

○泌尿器系の病気や異常を早期に発見する。

Purpose To find diseases/disorders of the urinary system in their early stages.

ほうほう ちゅういじこう
方法・注意事項

How to Take the Urine Sample / Things to Note

- ① 前日の夜は、排尿してから寝る。
Sleep night after urinating.

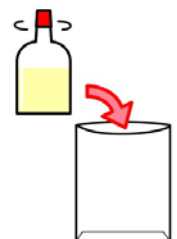


今日、トイレに容器を準備しておきましょう！

- ② 朝、起きてからすぐの尿を紙コップにとる。
Collect urine in a paper cup soon after waking up in the morning.



- ③ 紙コップの尿を容器に吸い上げる。
Draw urine from the paper cup into the sample container.
(Fill the container to at least 2/3.)



- ④ 採尿容器に尿を入れたらふたをしっかりと締め、名前が書いてある袋をぬらさないように気をつける。
After you have filled the urine sample container with urine, close the cap firmly and be careful to

avoid getting the name label wet.

★必ず、起きたらすぐの尿をとりましょう！食後や運動後は、健康でもタンパク尿が出る可能性があります。

★前の晩に、ジュース類をたくさん飲まないようにしましょう！

もし、明日忘れてしまったら次の日(20日)に必ず出しましょう！明日、全員提出できるように準備しましょう。

※尿検査の結果は、異常のみ見つかった人のみ、お知らせします。
異常のみ見つかった人は、6月9日(木)に再検査を行います。