



## 明日4月17日(水)は尿検査です

### Q.なぜ尿検査をするの？

A.腎臓じんぞうの病気や尿路にょうろの病気があるかを調べます。

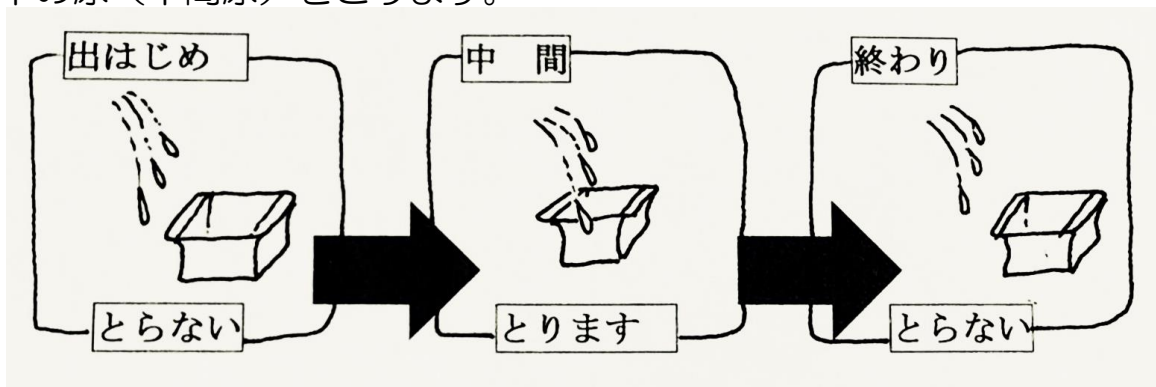
### 正しい尿のとり方

#### 【前日】

- ✓ お茶やジュースなどビタミンCを多く含む飲み物やサプリはひかえましょう。
- ✓ 寝る直前にトイレを済ませましょう。

#### 【当日】

1. 朝起きて、すぐに一番最初の尿をとります。  
(早朝尿と言い、腎臓等の機能をより正しくみることができます。)
2. 途中の尿(中間尿)をとります。



※女子で検査当日に月経が重なる場合は、潜血反応が出るため、予備日の5月1日(水)に提出くださるようお願いいたします。

### 腎臓のはたらき

#### ① 尿をつくる

血液をろ過して体に「必要なもの」、「不要なもの」に分けます。不要なものは尿として排出されます。

#### ② 血圧を調整する

塩分(ナトリウム)や水分の排出する量を調整します。

#### ③ ホルモンをつくる

腎臓でつくられるホルモンには赤血球をつくるための「エリスロポエチン」や、カルシウムの吸収を助ける「活性化ビタミンD」などがあります。

