

薬科大健康だより 5月号

テーマ：健康診断の尿検査について

2019年5月31日

5月の中旬に健康診断の結果を配布させていただきました。

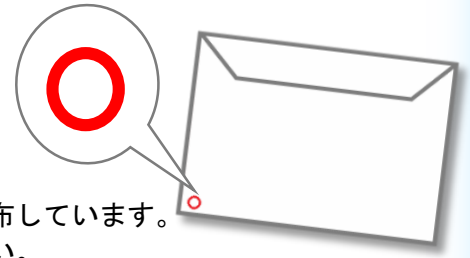
保健室では

尿検査(尿たんぱく・尿糖・潜血)が+(プラス)以上

血圧(上が140以上、下が90以上)を再検査項目としています。

あてはまった学生の健康診断結果個人票の封筒の裏側に赤色の印をつけて配布しています。

○印がついていた学生は保健室で再検査を行いますので保健室にきてください。



尿検査で調べている項目

尿検査は、腎臓や泌尿器系の異常、糖尿病などの病気を確認するために有効な検査です。

尿検査では「尿タンパク」「尿潜血」「尿糖」の3項目を調べています。

【尿タンパク】

尿に含まれるタンパクの量を調べています。

健康な人の尿に含まれるタンパクの量は1日150mg以下です。

健康な人でも、運動後や発熱時などに尿からタンパクが出てくる場合があります。

【尿潜血】

尿に血液が含まれているか調べています。

健康な人は尿から血液が出ることはありません。
まれに体質(良性家族性血尿・遊走腎)で尿に血液が出る人もいます。

【尿糖】

尿に糖が含まれているか調べています。

健康な人は尿から糖が出ることはありません。

尿検査で陽性反応が出た際に疑われる病気

【尿タンパク】

膀胱炎
尿路結石
急性・慢性腎炎
ネフローゼ症候群

【尿潜血】

膀胱炎
尿路結石
急性・慢性腎炎
のう胞腎
IgA 腎症
腎・膀胱がん

【尿糖】

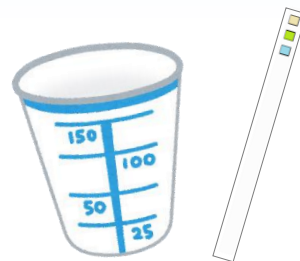
糖尿病
腎性糖尿

検査を受けたときの体調によるものであったのか、体質なのかは調べないとわかりません。

再検査項目にあてはまった人は必ず再検査をしましょう。

尿検査の留意点

保健室での尿検査は採尿カップに尿を入れていただいき、尿試験紙を用いて検査します。



① 前日・当日の検査に影響の出るものの飲食を避ける

【ビタミンC】

ビタミンCを多く含むビタミン剤や飲み物は試験紙の反応を阻害し、正しい結果が出なくなるため、前日・当日の摂取は控えてください。



【アルコール】

アルコールを大量に摂取すると身体が脱水状態になり、濃縮された尿が出やすくなります。そうすると、尿タンパクが検出されやすくなります。

【肉・プロテイン】

大量の肉類、プロテインを摂取すると、尿タンパクが検出されやすくなります。



② 前日・当日の激しい運動は避ける

運動後や前かがみの姿勢をとった後などは健康な人でも尿タンパクが出やすくなります。激しい運動をした後の尿検査は避けてください。



③ 体調が悪いとき

膀胱炎の時や風邪など体調が悪いときは尿タンパクが出やすくなります。体調がよくなってからの再検査をお願いします。

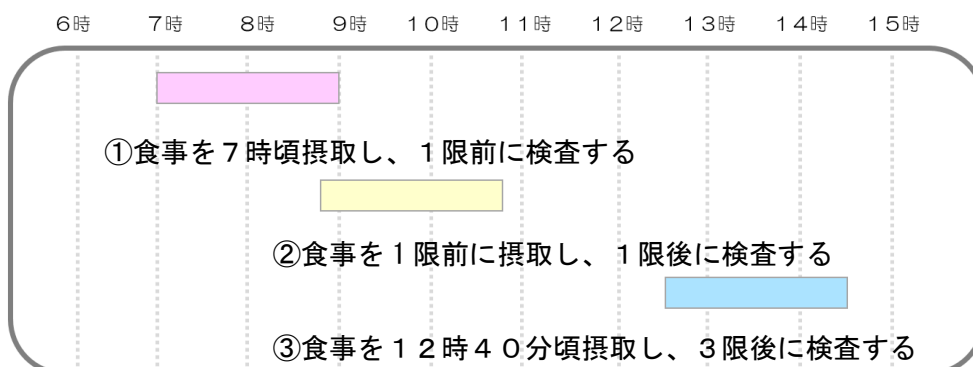


④ 生理中の影響

生理中は尿潜血や尿タンパクが(+)になることがあります。生理予定日の3日前～生理中の検査は避けてください。生理が終わった1週間後にきてください。

⑤ 尿糖の再検査

尿糖の検査は食後1時間30分～2時間前後の尿で再検査を行います。食事の時間を調整して再検査に来てください。



健康診断結果から隠れた病気がみつかることがあるのでとても大切です。再検査項目にあてはまった学生は必ず再検査を受けましょう。

