



ほけんだより

11月号

2024年11月1日 発行
社会福祉法人 尚徳福祉会
保育園与那原ベアーズ2

昼間は汗ばみますが、朝夕は冷え込むことが増えてくる時期です。寒暖差から体調を崩しやすく、風邪などの感染症にかかりやすくなります。予防のために、衣類などで体温調整をし、こまめに手を洗いましょう。また、しっかり食事を摂って、規則正しい生活を心がけましょう。

《 10月の感染症情報 》

溶連菌感染症	…	4名
インフルエンザ	…	4名
伝染性紅斑（りんご病）	…	4名
新型コロナウイルス感染症	…	1名

今月は尿検査や内科健診、来月は歯科検診があります。内科健診・歯科検診の事前問診票をメール配信予定です。お忙しいとは思いますが、尿提出など、ご協力をよろしくお願い致します。疑問点などありましたらお気軽にお声かけください。

●尿検査

尿検査提出日

11月12日（火）・11月13日（水）

- 尿は提出日の朝の尿を採尿してください。
- 尿検査は腎臓や糖尿病を早くみつけるために行う大切な検査です。提出できなかった場合、かかりつけ医で、自費での検査になります。

●内科健診

11月20日（水）10時～

- 内科健診は9時45分までの登園をお願いします。
- 着脱しやすい上下別のお洋服で登園しましょう。ワンピースの場合は、合わせてズボンやスパッツの着用をお願いします。
- 健診日はなるべく登園をお願いします。お休みをして受けられない園児は、後日保護者の方で園囑託医クリニックへの受診になります。



◎尿検査で異常があったときは…

〈血尿〉

血尿だけの場合、多くは心配ないものです。しかし、腎不全（腎臓の働きが悪くなる病気）の人が家族や親戚にいる場合は、腎不全になりやすい遺伝性の腎炎のことがありますので、詳しく調べる必要があります。血尿が初めて見つかったときは、一度検査を受けましょう。

〈タンパク尿〉

体を動かした後に尿にタンパクが出やすい人がいて、これを起立性タンパク尿といいます。これは一種の体質なので、朝起きてすぐの尿でタンパクが出なければ心配はありません。しかし、朝の尿でいつもタンパクが出るときは、腎炎などの病気の事がありますので精密検査を受けるようにしましょう。

〈血尿とタンパク尿の両方がみられるとき〉

腎炎などの治療を必要とする病気が多く、尿タンパクの量が多いほど病気が重たい可能性があります。早く見つけて、早く治療をすることでかなりよくなるが多くなってきます。

〈尿に糖が出る時〉

糖尿病の可能性があるので、詳しい検査が必要です。早く治療することがすることが大切です。

尿検査で精密検査すすめられても、問題ない場合や、治療でよくなる場合が多いので必要以上に心配することはありません。しかし、逆に、腎臓の病気の場合は自分でもわかるような症状はないことも多いので、何も症状がないからといって、精密検査に行かなかったり、定期的な検診を忘れてしまわないようにすることが大切です。検査の結果について、疑問や不安などがありましたら、お気軽にご相談ください。