

もっと知りたい、カラダのこと

ドクター

教えてDr

どんなに忙しくても自分のカラダについて、そして家族の健康に関心を持っておくのは大切です。このページは医療や健康に関することをその道の専門家にわかりやすく教えてもらうコーナー。女性として、母として知っておきたい基礎知識をおさえておきましょう。



今月の
テーマは

学校検尿について

アドバイスいただいたのは…

まつながキッズクリニック

院長 松永 明先生

山形市西田2-2-10 TEL023-687-0225
<http://santa-kids.jp/>



01

腎臓のはたらき

腎臓は、腰のあたりに左右対称に2つあります。その役割として最も重要なのが、尿をつくること。血液をろ過して、水や老廃物、塩分などの要らないものを尿としてからだの外へ追い出してくれるはたらきです。私たちが、おしっこを出すことで水分をとったり、ものを食べたりできるというわけですね。また、血圧を調整したり、血液がつくられる過程にも大きく関わっていて、骨の生成にも腎臓の役割は欠かせません。

このように、腎臓はからだを正常な状態に保ってくれる大切な臓器です。とても緻密なはたらきをしている一方で、一度わるくなってしまうと自然には治らないデリケートな臓器でもあります。腎臓の病気がこわいのは、ほとんど自覚症状がないまま進行してしまうこと。放っておくと機能がどんどん低下し、症状が出たときにはかなり悪化しているケースも少なくありません。

02

学校検尿の意義

腎臓の病気には、放っておくと最終的に慢性腎不全(腎臓がはたらかなくなること)に陥るものがあります。薬での治療や、運動制限や食事制限をしても、人工透析を免れることができなくなるケースもあるなど、生活へ

の支障が避けられません。自覚症状のない腎疾患を見つけ出し、腎不全の患者さんをひとりでも減らそうというのが学校検尿の目的です。集団検尿システムのないアメリカでは日本のおよそ4倍の透析患者数があることから、慢性腎不全を減らすのに意義があると評価されています。

学校での尿検査は、1973(昭和48)年に法律で義務づけられてスタートしました。検査では、血尿(尿に血液が混ざる状態)がないか、たんばく尿(尿にたんばくが出ている状態)がないかを診ます。山形県では、1回目と2回目の検尿は学校単位で行われ、2回続けて異常がみられた場合の3次検査は各自が医療機関を受診するシステム(B方式)がとられています。

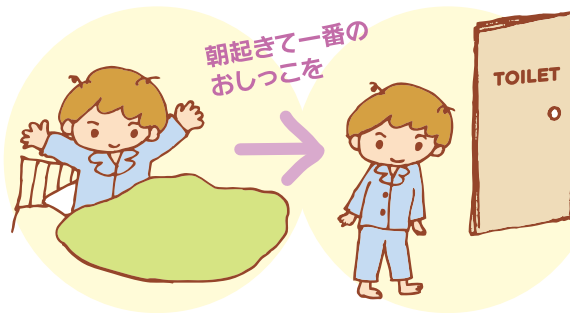
2008(平成20)～10(平成22)年には、山形市ではおよそ2万人の小中学生が受けて、8～15人の児童生徒が3次検査の対象になりました。うち、早期に腎生検(腎臓の組織の一部をとり、顕微鏡で精密検査をする)が必要になるのは毎年1人程度、数カ月の観察の後に腎生検が必要となつたのが年間5～10人となっています。

03

正しく
採尿
しましょう



毎春、新学期を迎えると学校検尿がはじまります。とても大切な検査ですから、学校の指示に従ってきちんと受けましょう。最も大切なのは、「正しく」採尿すること。検尿には、前日



完全排尿した早期第一尿を提出しましょう。残尿があると前日の尿が混ざるので、寝る前に排尿を済ませた朝起きがけの「第一尿」がベスト。分かりやすく説明するのに、私は「極上の一番搾り」とみなさんに説明しています。また、からだを動かしたりスポーツをした後は生理的に血尿やたんばく尿が出ることもありますので、忘れて学校で尿を採取するのも望ましくありません。「朝起きがけの第一尿(「極上の一番搾り」)を提出するのは、2次検査や3次検査の頻度を下げることにもつながるといふことを、ぜひ知っておいてください。

学校検尿は、自治体ごとに検査の方法が若干異なるため、全国的に統一したシステムづくりの必要性も感じています。毎年定期的に行われている学校検尿を最大限に活用するために、実態を県全体で活用する取り組みにも力を入れていきたいですね。