

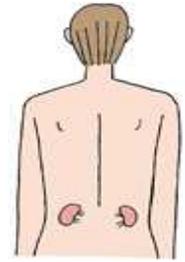
# 尿検査異常

## 尿検査って何のためにするの？

尿の中に存在する、糖、蛋白、潜血があるかどうかを調べる検査です。主に、腎臓系や尿路系の疾患を発見するのが目的です。

## 腎臓って何？

腎臓は、腰のやや上に左右1個ずつあり、こぶし大の大きさで、重さは1個150グラムほどです。そら豆のようなかたちをしています。腎臓が老廃物や水分などを排泄し、尿をつくるための臓器であることはよく知られていますが、これ以外にも生命と健康を維持するために、重要な働きをしています。



## 腎臓の働きは3つあります。

1. 全身をめぐる血液から老廃物や毒素を取り除き、血液をきれいにします。
2. 体の水分や電解質（ナトリウム、カリウム、マグネシウムなど）は不可欠なものですが、多すぎても少なすぎても悪影響がでます。腎臓はそれらの量を調節することで、体内環境のバランスを保っています。
3. 赤血球をつくるホルモンや血圧を調節するホルモンを分泌するほか、ビタミンDを体の中ではたらかせ、骨を作るカルシウムの吸収を助けています。

## 腎臓の病気にはどんな自覚症状があるの？

多くの方は症状がありません。病気が進行すると、次のような症状があらわれます。

尿の色が異常である（赤・黒・赤ワイン色・濁りなど）

身体のむくみが出る（体重が増えた・足が曲がりにくいなど）

血圧が異常に高い

1日の尿の回数が多い

原因不明の貧血がある

腰に痛みを感じる

高熱がある

など

\* 尿検査に異常がある方で、これらの症状がある場合は、ヘルスクリニックにご相談ください。

## 日常生活で気をつけることは？

- ・自覚症状がなくても、病気によるものかどうか知るために、尿検査の結果が陽性で、ヘルスクリニックから尿の再検査を勧められた場合は、必ず尿の再検査を受けましょう。
- ・しっかり睡眠をとり、日常生活の規則的なリズムを維持できるよう心がけましょう。
- ・自分にあった方法で、上手にストレスと付き合いましょう。
- ・むくみ、からだのだるさ、食欲不振・はきけ、呼吸困難、不眠、頭痛、しびれなどがある場合は、ヘルスクリニックに相談しましょう。
- ・特に女性は、膀胱炎に気をつけましょう。

何か心配のある方は、いつでもヘルスクリニックにご相談ください。



A P Uヘルスクリニック

E-mail: [clinic@apu.ac.jp](mailto:clinic@apu.ac.jp)