



泌尿器科 診療再開記念!

『おしっこチェックで健康管理』 ～トイレタイムを「健康タイム」にしてみませんか?～



●「尿検査」ってなに?

おしっこは健康状態や生活環境によって、日々変化しています。おしっこは私たちの目にもわかる大きな変化を起こす前に、ミクロの世界で静かに小さな変化をおこしてトラブルを知らせます。おしっこは病気によっては、かなりトラブルが進んでいても、見た目には何の変化もなく、わからないこともありますからやっかいなもの。つまり、「尿検査」は言いかえると「おしっこの成分チェック」。どんな成分がおしっこの中にどれだけ含まれているかを丹念に調べるものです。

●おしっこはどうしてできるの?

おしっこは腎臓で作られますが、その元をたどっていくと実は「血液」に行き着きます。おしっこは血液が腎臓でろ過され、からだに必要なだけの水分や塩分、栄養素などが吸収された後の廃棄物、つまり「残り物」なのです。おしっこの色(淡い黄色)は、血液の中古くなった赤血球が壊れて変化したものです。

●どうしておしっこの検査をするの?

おしっこは血液からつくられるもの。その血液はたえず私たちの体内を駆けめぐっており、どこかに異常が生じると血液の細胞が何らかの反応を示すので、おしっこの成分にも影響が出ます。おしっこは環境や体調の影響を受けやすい、とてもデリケートなものなので、検査するだけでも体がきちんと機能しているか分かります。

●どんな病気が分かるの?

おしっこに直接かかわる病気として、腎臓病や膀胱・尿管・尿道の病気。そのほか血液の病気や心臓病、肝臓病、膵臓病など。そしてホルモンバランスの崩れによる病気や体内に腫瘍ができたことや、ストレスなど精神神経科の病気の一部や赤ちゃんができたことも、尿の成分を調べればわかります。



●尿検査で気をつけることは?

前日は食事や飲み物は自由に取ってかまいませんが、**ビタミン剤やビタミンCが入っている風邪薬、ドリンク剤などを取らないよう**に気をつけてください。尿の成分に影響が出て、結果が判定しにくくなり、間違った結果が出てしまう可能性があります。また、尿をとる時には出始めの尿にはバイ菌が混じることがあるので最初の出始めの尿は捨てて、中間尿をとりましょう。

体に負担がかからない検査なので「いつもとおしっこが違う!」と感じたら内科や泌尿器科で一度検査を受けてみましょう。また、分からないことがありましたら、お気軽に検査スタッフまでお願い致します。(下岡)



◆【肺年齢】をご存じですか?

肺はガス交換をおこなう臓器としての特徴から、全身の健康を映し出す鏡でもあります。血圧やコレステロールの正常値を知っている人は多いですが、肺機能を気にする人はほとんどいません。肺年齢は肺機能を年齢に置きかえることによって、実年齢と肺年齢の差で肺の健康状態を知ることのできる検査です。COPD(慢性閉塞性肺疾患)は喫煙などが原因でおこる肺の病気で、2020年には死因の第3位になると予想されています。COPDは運動時の呼吸困難をおこす進行性の病気で、多くの人がかかる可能性がありながら自覚症状に乏しく、肺機能検査をしなければ診断がはっきりしないため患者数が上昇しています。患者の90%は喫煙によるもので、受動喫煙もCOPDの危険因子です。また肺だけでなくCOPDは全身の病気にも関連しています。高血圧や糖尿病にかかっている人がCOPD

にもかかると死亡率が上がってきます。予防や治療は可能なので、ぜひ肺の機能に関心を持って検査を受けてみましょう。当院でも検査ができますので、ご希望の方は病院スタッフまでお申し出ください。(島崎)



★採血後の止血について ～血を止めるコツ～

病気の診断や経過観察のため、採血によって色々な検査が行われています。この採血の後で、出血のため衣類を汚してしまったり採血の痕が青く腫れることがあります。これはほとんどが採血部位を押さえる時間が短いために起きます。‘止血’とは読んで字のごとく出血を止めることをいいます。採血時、注射針によって血管に0.8mmの穴が開き、血液が血管の外へ流れ出ると血小板や血管組織の破壊により生じる物質によって血液の凝固が開始されます。採血後、カットバンを貼って指で押さえて頂いていますが、この圧迫する行為によって血管収縮が促進され、さらに心臓より高い位置に採血部位を上げることにより血管内の圧力が低下して止血され易くなります。止血時間は自然に止まるまで2~5分程かかりますが、圧迫することによりもっと早くなるのです。ただし血液をサラサラにするお薬を飲まれている方は止血にもっと時間がかかります。そして圧迫止血の仕方の注意点として、肘の位置から採血をした場合に肘を曲げて押さえると採血をした位置と圧迫すべき部分がずれてしまい、内側に出血が広がってしまう原因になります。また採血部位を揉んでしまうと内出血を助長して青く腫れ上がる原因となるばかりでなく、重い鈍痛を伴うことにもなります。しかしこれらはほとんどの場合一週間くらいで自然に治りますので心配はいりません。採血した後に血液が溢れ出たり、なかなか止まらない時はお気軽に職員に声を掛けて下さい。また腕や手のシビレが2日以上続く場合も早めにお申し出下さい。(小松)



＜わが検査室のスタッフ紹介＞ 患者さまの健康のため、‘確かな知識と技術’を「カタチ」に・・・



血液検査
前田祐仁



細菌・輸血検査
加用清美



生理検査
島崎志保



生化学・血清検査
下岡明子



生化学・生理検査
山沖亜衣



外来支援
小松茂久

【検査ぶちニュース】

★中・高校生の職場体験実習時に、顕微鏡を覗いたり心電図をとったり、検査の様子や仕組みを体験するスケジュールプランを開始しています。(絶賛好評中!)