

採尿 – 女性 (クリーンキャッチ尿)

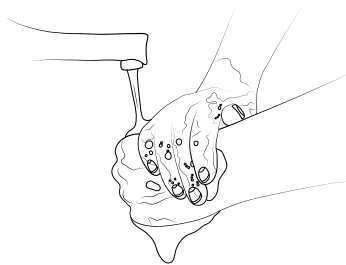
Urine Sample – Female (Clean Catch)

This test is done to check for bladder or urinary tract infections. The best time to get a urine sample is when the urine has been in your bladder for at least two to three hours. We suggest that you get the sample when you first wake up in the morning.

この検査は、膀胱または尿路の感染症を調べるために実施されます。採尿するのに最適なタイミングは、膀胱内に尿が2～3時間以上溜まっているときです。当院では朝起きたときの最初の排尿時に採尿することをお勧めします。

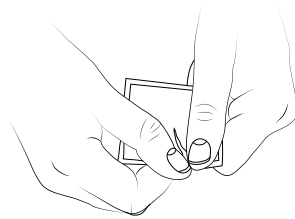
Follow These Steps

1. Wash your hands with soap and water. Dry your hands well.
2. Get the urine sample kit. The kit has a cup with a lid and a packet of wipes.
3. Spread a clean paper or cloth towel out on a counter or surface you can reach from the toilet.
4. Open the wipes and place them on the towel.

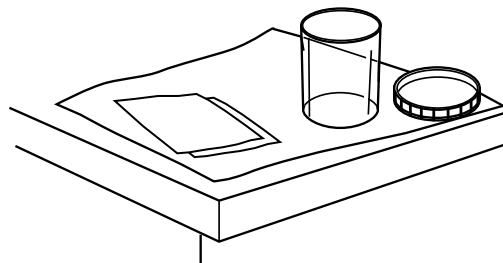
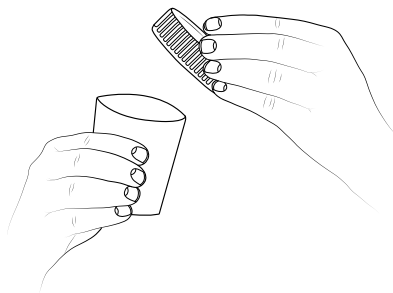


以下の手順に従ってください。

1. 水と石けんで手を洗います。その後、手を完全に乾かします。
2. 採尿キットを準備します。キットには、ふた付きのカップと拭き取り布の袋が付属しています。
3. 便器から届くところに、清潔なペーパータオルや布タオルを広げておきます。
4. 拭き取り布を出してタオルの上に置きます。
5. カップのふたを取ります。ふたの上の平らな方を下にしてタオルの上に置きます。カップやふたの内側には手を触れないでください。



5. Take the lid off of the cup. Put the lid flat side down on the towel. Do not touch the inside of the cup or lid.



6. Sit on the toilet and spread your legs apart. Use two fingers on one hand to spread open your labia. The labia are the folds of skin on each side of your vagina. Hold the labia open until you get the urine sample.

6. 便器に座り、足を広げます。片手の2本の指で陰唇を広げます。陰唇とは膣の両側にある皮膚のひだのことです。採尿するまで陰唇を広げたままにしておきます。

7. With your other hand, use the wipes to clean your labia.

- With the **first wipe**, wipe from front to back of inner labial folds in one stroke. Throw away the wipe in the trash.
- Use the **second wipe** to clean in the middle over the opening to your urethra. This is where your urine comes out. It is just above the opening to your vagina. Throw away wipe in the trash.



7. もう片方の手で拭き取り布を使用して陰唇を清潔にします。

- **1枚目の拭き取り布**で、陰唇の内側を前から後へ1回で拭きます。この拭き取り布をゴミ箱に捨てます。
- **2枚目の拭き取り布**で、尿道の開口部の中央部を清潔にします。ここから尿が出ます。膣の入り口の真上に位置しています。拭き取り布をゴミ箱に捨てます。

8. Urinate a small amount into the toilet, and then stop the flow.

8. 少量の尿をトイレに出してから、いったん止めます。

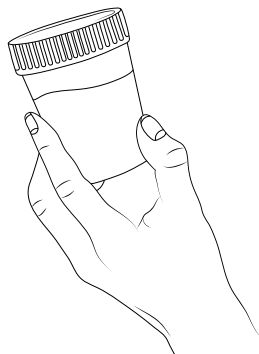


9. Hold the urine cup a few inches from your urethra. Urinate into the cup until it is about half full. Stop the flow. Let go of your labia, and if needed, finish urinating into the toilet (not the cup).



9. 採尿カップを尿道から5センチ(数インチ)離して持ちます。カップの半分くらいまで、尿をカップに出します。尿を止めます。陰唇から指を離し、尿が残っている場合にはトイレに(カップにはではありません)を出します。

10. Put the lid tightly on the cup. Be careful not to touch the inside of the cup or lid.



10. カップのふたをしっかりと閉めてください。カップやふたの内側に手を触れないように注意してください。

11. Wash your hands with soap and water.

11. 水と石けんで手を洗います。

- 12. If you are in the hospital**, call the nurse to take the fresh specimen. Do not allow the sample to sit in the room.

- 12. 院内で採尿する場合には**、看護師に新鮮な試料を渡します。試料を部屋に置いておかないでください。

If you are at home, put the cup in a plastic bag and put the bag in the refrigerator to keep the sample fresh. Take the sample with you when you go to the laboratory or doctor's office, as directed.

自宅で採尿する場合には、カップをビニール袋に入れて、鮮度を保つために冷蔵庫で保管します。試料は指示に従って検査機関または医院に行くときに持参します。

検査結果は主治医に送付されず。主治医から結果の説明を受けます。

Test results are sent to your doctor. Your doctor will share the results with you.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

質問や不明な事項については、主治医または看護師にご相談ください。