



喀痰検査を受けられる方へ ～正しい喀痰の採り方～

作成日：2026年3月3日

東京慈恵会医科大学西部医療センター 中央検査部

**検査のための喀痰（かくたん）の
正しい採り方を説明します。**

**正確な検査結果を得るために、大切なこと
なので、ぜひご覧ください。**





上手な痰の出し方

上手な痰の出し方

- ・まずは大きく深呼吸をしてください。
- ・次に咳をして痰をだします。

痰が出にくい場合はこの動作を数回繰り返してください。



大きく深呼吸



咳をして痰を出す

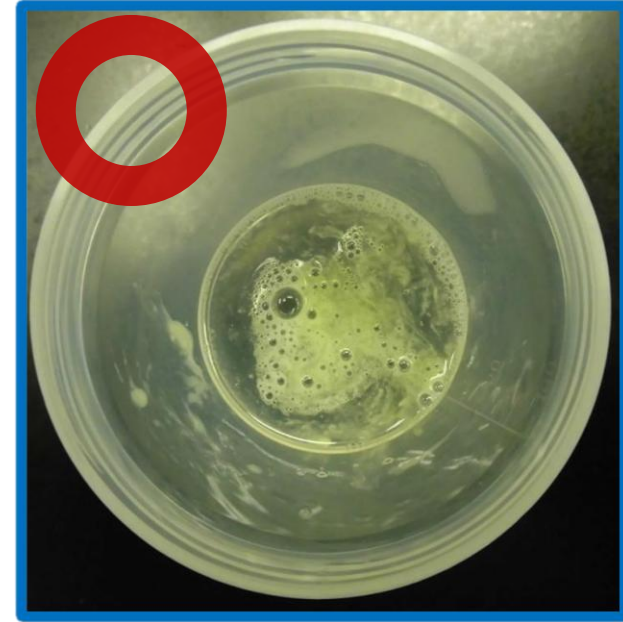


2

検査に適した痰 検査に適していない痰

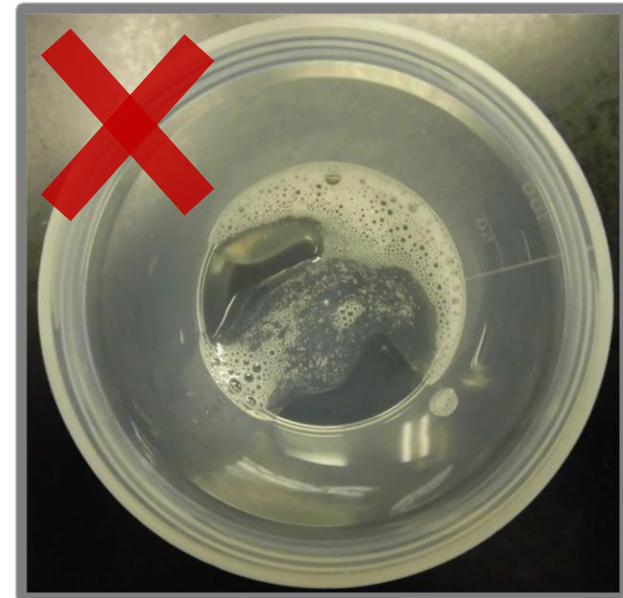
検査に適した痰

- ・粘り気がある痰
- ・色がついた痰（黄色や緑色など）



検査に適していない痰

- ・サラサラした唾液のような痰



→痰の量について

痰は「親指の頭くらい」の量があれば、十分です。



容器への入れ方と保管

容器への入れ方

- 容器に直接、痰だけをいれます。
- 量が少ない場合は、何回か吐き足して構いません。
- 容器の外側を汚さないように注意し、採取後はフタをしっかりと閉めてください。

⚠️ 採取時の注意点

- ✓ 食べかすや唾液が多量に混ざると、正確な検査ができません。
- ✓ 軽くうがいをすると痰が出やすくなります。
※清潔な水（ミネラルウォーターなど）をご利用ください
- ✓ うがい薬やマウスウォッシュは使わないでください。

⚠️ 提出時の注意点（自宅で採取される場合）

- ✓ 痰が採取できたら、できるだけ早くお持ちください。
- ✓ すぐに来院できない場合は、採取した痰を必ず冷蔵庫や保冷袋などで保管し、24時間以内にお持ちください。