

# Hospital News

vol. 6  
2012.APRIL.4



## 【無料シャトルバス停留所新設のお知らせ】

この度、平成 24 年 3 月 1 日(木)より鳥飼和道方面 株式会社カネカ大阪工場正門前に摂津医誠会病院行き送迎バス乗り場が新しく出来ましたので是非とも御利用下さい。その為、一津屋・東別府・モノレール摂津方面の時刻表が改正されておりますので御注意下さい。なお改定時刻表は 1 階ロビーに置いてありますので御自由にお取り下さい。



# 放射線科

## MR I 装置が新しくなりました

当院では平成 23 年 12 月 19 日より新しく 1.5 テスラ MRI 装置が稼動しております。同時に待合室、更衣室、検査室には木目調の壁材や暖色を使用し、明るく温かみのある部屋へリニューアルを行いました。導入された新しい MRI は、今までの 1.0 テスラ MRI と比べ格段に高画質になり、撮影スピードもアップしました。検査室には調光ライトを用い、また装着可能な検査部位に関してはヘッドホンを付け音楽を聞きながら検査をする事が出来ます。このように以前よりもリラックスして検査を受けて頂けるようになりました。

検 査 室



待 合 室



### MRI の特徴

- 放射線ではなく、磁気を使って検査を行います。
- 椎間板、筋肉、靭帯、半月板、神経などの軟部組織の画像診断が可能です。
- 様々な方向からの撮影が可能です。
- 検査中に大きな音がします。
- 検査時間は 20 分～30 分程度です。  
(検査内容により長くなる場合があります)
- 狹い所に入って検査を行う為、多少の圧迫感を感じる事があります。



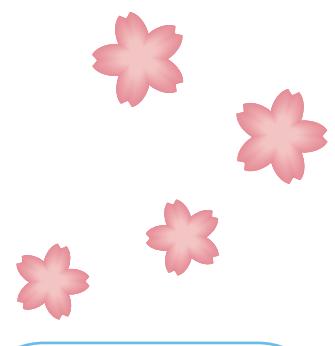
放射線科ではより安心して検査を受けて頂けるように  
スタッフ一同心がけています。MRI 検査を希望される方は医師にご相談下さい。

# 3階病棟紹介

3階病棟は、糖尿病や肺炎などの一般内科、消化器内科、腎臓内科などの病気の患者さんが入院されている病棟です。私たちは、より良い医療が提供できるように日々変化する患者さんの状態を話し合い、患者さん一人ひとりに合ったケアプランを考えて看護を実施しています。そして、患者さんが少しでも安心して入院生活が送れ、また安全に検査が受けられるようにも心がけています。また、20代から30代を中心としたスタッフで、明るさとチームワークを大切にしています。その他に、専門職として知識を深めるために、勉強を重ねています。

しかし、患者さんやご家族からみて至らない点もあるかと思います。そういう声にも真摯に受け止めて、改善に努めてゆきたいと思っていますので、何かお気づきの点がありましたらお気軽に声をかけてください。

徐々に暖かくなりお花見の季節となりましたね。アルコールの摂取は適度な量を守って、楽しく飲みましょう。





野菜は一日に350g以上食べて、そのうち緑黄野菜は120gを食べる事が理想とされています。緑黄野菜(人参、ほうれん草、小松菜、南瓜など)はカロテンが多く、ビタミンC、ビタミンB2、カルシウム、鉄も含んでいます。色の薄い野菜(大根、白菜、キャベツ、きゅうりなど)はビタミンCが多く、カルシウム、ビタミンB1、ビタミンB2も含んでいます。

H21年度国民健康栄養調査によると、成人の平均的な食事の野菜の量は295gになっており、あと一皿分の野菜を食べる事が必要になります。そこで、電子レンジを利用した誰にでも一人で簡単にできる野菜料理を紹介しましょう。

### 3種のお浸し

#### 材料

ほうれん草	70g
小松菜	70g
みつば	60g
醤油	小さじ2杯
削りかつお	少々

※白菜、キャベツ、ブロッコリー、アスパラガスも同じ調理方法でできます

### 作り方

- 1 ほうれん草、小松菜、みつばを2cmの長さに切る。
- 2 耐熱ボウルに1を入れ、水大さじ2杯を入れて、ふわりとラップをかける。  
電子レンジ600wで3分間加熱する。
- 3 ラップを外し、水を注いで冷ます。
- 4 水気を絞って器に入れ、醤油をかけて削りかつおをのせる。



カルシウム、鉄、カロテン、ビタミンCを多く含み栄養的にも優れています。

調理方法としては、軽く茹でお浸し、和え物にするほか、煮物や炒め物、汁の実などに使用できます。小松菜は、「あく」がないので茹でずに使用できます。