

# Hospital News・第3号

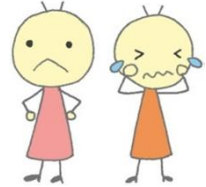


柴陽花の花が美しい季節になりました。皆様におかれましては、  
いかがお過ででしょうか  
さて、摂津医誠会病院は地域に根ざした医療を目指して無料出張公  
開講座を実施しております。  
「認知症の予防」や「腰や膝の痛みについて」、「減塩食」などの  
テーマで実施しております。

お問合せは06-6319-0531 摂津医誠会病院・公開講座  
係りまでお電話ください。

# 食だより

## 日焼け～美肌の大敵～



太陽光線に含まれている紫外線は、人体に有害なものです。メラニン色素はこうした紫外線を吸収し、体内組織を守る働きをしています。紫外線を浴びすぎると皮膚の免疫力が低下する活性酸素を発生させて、皮膚細胞の遺伝子を傷つけるなどの害が生じます。

日焼けで赤くなるタイプの人、メラニン色素が生産されにくく紫外線の害を受けやすいので、特に入念な日焼け対策が必要です。



### 紫外線に負けない肌作り

#### \*紫外線の害を防ぐ栄養素

活性酸素対策として、抗酸化作用のあるビタミンCとEを一緒にとると相乗効果が期待できます。 $\beta$ -カロテンやポリフェノールなども有効です。ビタミンCはコラーゲンの生成を助ける働きがあります。



#### \*しみ・そばかすの色を薄くする栄養素

ビタミンCは、メラニンの生成を抑える、メラニン色素を還元するというダブルの美白効果があります。ビタミンB2は肌の新陳代謝を高めてメラニン色素を排泄してくれます。

**ビタミンC**  
いちご・柿・赤ピーマン、菜の花など野菜・果物に多い

**ビタミンE**  
キングサーモン、ウナギ、植物油などに多い

**$\beta$ -カロテン**  
モロヘイヤ、人参、かぼちゃ、などに多い

**ポリフェノール**  
ほとんどの植物性食品に含まれる。  
大豆、玄米、そば、ココア、お茶、ごま



**ビタミンC**  
芽キャベツ、ジャガ芋、ブロッコリーにも多い

**ビタミンB2**  
レバーやウナギ、サバ、牛乳、卵などに多い



# 5月10日に看護の日を開催

看護の母「ナイチンゲール」の生誕日である5月12日は「看護の日」と制定され、毎年、各地でさまざまな催しが行われています。

摂津医誠会病院看護部も、数年前から地域の方々や当院をご利用の患者・ご家族様との交流など、サービスの一環として「看護の日にイベント」を開催しており、今年は5月10日（火）玄関ホールにて行いました。

イベント内容は

- ①健康相談、身体計測サービス（血圧・腹囲・身長・体重・体脂肪）
- ②お楽しみプレゼント・ティーサービス
- ③ポスターの展示（6月末頃まで展示）
- ④講演会

今年の講演会のテーマは春になると悩まされる方も多い「花粉症」についてでした。また計測に参加して頂いた皆様には大阪府看護協会販売のタオルハンカチやウェットティッシュなどをお渡ししました。また来年も開催しますので参加をお待ちしております。

（摂津医誠会病院で検索して頂きますとホームページにイベントの様子を掲載しております。）

## 血圧・腹囲・身長・体重・体脂肪の測定



## 患者さんからの質問を受付



## 花粉症についての講座を開催



## 各部署からのポスター発表を掲示



# PACS(医療画像管理システム)のご紹介

放射線科 中村圭一

PACSとはレントゲン装置、CT、MRIなどの医療画像診断装置からの検査画像データをコンピュータに保存、管理するシステムの事です。

略称を(Picture Archiving and Communication System)といい、頭文字を取ってPACSと呼ばれています。

このシステムにより、レントゲンなどの写真をシャウカステン(写真を見る為の蛍光灯の装置)にかけて診察するのではなく、パソコン画面で検査画像を参照・閲覧する事が出来るようになります。

当院でも平成23年4月11日よりPACSが導入されて、稼動しています。

## 検査画像閲覧までの流れ



レントゲン、CT、MRI等の各モダリティから送信された画像を受け取り、画像をサーバーにこのサーバーという機械で一括管理される。

撮影した写真は、診察室や病棟にある画像モニターで参照、閲覧出来る。

PACSを導入する事により、以下のような事が可能になりました。

1. 検査終了後、速やかに医師の元に検査画像データが送られるので、待ち時間の短縮に貢献出来ます。  
フィルム現像等の時間がないため、検査終了とほぼ同時に画像の閲覧が可能になりました。
2. 画面上で様々な処理や表示変更ができ、従来よりも多くの有用な画像情報を引き出す事が出来ます。  
手元の端末で検査画像を操作可能 → 濃淡の変更、拡大、計測等がパソコン上で可能になりました。
3. PACSの端末があれば、同時に違う場所で画像の閲覧が可能になりました。  
緊急時など至急画像閲覧が必要となった場合、フィルムが保管場所から医師の手元に届くまでの時間を短縮出来ます。
4. 画像データはサーバーにデジタル保管されるので、フィルム保管と比べ紛失、破損の可能性が低くなります。
5. 画像モニター上に患者様の過去の検査履歴を表示し、過去画像があれば容易に比較が可能です。

放射線科ではこれからも、患者様にとってより分かり易く、質の高い医療を提供出来るように努力して参ります。