

# 八雲総合病院 栄養管理室です

私たちの取り組みを紹介します



糖尿病外来の前に  
生サンプルの展示  
を行っています。

栄養管理室では、2014年9月末から毎週木曜日の糖尿病外来で、生の食品・調理品のサンプルを展示しています。少しでもみなさんが食品のエネルギー量を理解していただけたら、幸いに思います。



調理品を展示する時は、調理師が調理をしています。お寿司のカロリーは？



タクシー玄関までの途中、ポスターを提示しています。掲示板の飾りを保育園のみんなが一生懸命作成してくれています！必見です！



ポスターだけでなく、手軽に見えていただけるよう、写真集も作成しています。外来にあります。



ちょっと

## 知ってね！総合病院

私たちの知識が、お役にたてれば嬉しいです

マンモグラフィーとは、乳房のX線撮影のことを言います。乳房はやわらかい組織のため、専用の撮影装置を使用します。乳がんだけでなく、乳房にできる病気の多くを見つけることができ、しこりとしてわかりにくい早期の乳がんも発見できます。

乳がん検診などでは、食事制限や事前に服用が必要なお薬はなく、検査自体は10分程度で終了します。

撮影範囲は乳房から脇の下を含めた部分となり、乳房を圧迫板と呼ばれるものではさみ、左右それぞれで方向を変えて2枚ずつ（計4枚）撮影します。乳房を圧迫するときは、多少の痛みを伴いますが、1回あたりの圧迫する時間は数秒〜10秒程度と短時間で終わります。

検査を行う方は、ご自分で気づかれたしこりなどがありましたら、医師や撮影する放射線技師へお伝え下さい。正しい撮影と診断に非常に役立ちます。また、X撮影に対して不安や不明な点があればお気軽にいつでもご相談してください。

『マンモグラフィーについて』



放射線技師  
宮古 雄太