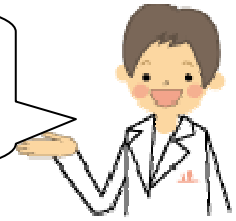




# 2013年 創刊号

検査室から患者のみなさんに、  
検査の『アレやコレや』を  
お伝えしていきます。



はじめまして。…と言っても何度かお会いしているかもしれませんが



私達が尾崎病院の検査技師です。

## 検査技師って？

私達の仕事は大きく2つに分けることができます。

1. 検体検査 ; 患者のみなさんから頂いた血液・尿を用いて、その中の化学物質を測定することで肝機能、腎機能、貧血・糖尿病の有無などをチェックします。
2. 生理機能検査 ; 胸に電極を付けて心臓から発生する電気信号を記録する心電図や、超音波をレーダーの様に使い、実際に内臓の様子や大きさをみる超音波検査、肺活量を測る呼吸機能検査などがあります。

私達は、患者さんから頂いた材料をもとに責任をもって検査し、正確なデータとして医師に提供する役割を担っています。

医師はこの客観的なデータと、臨床症状、そして経験をもとに患者さん中心の最良の医療を提供しているのです。

## 『噛む』ってすごい？！



『噛むことが様々な健康効果をもたらしてくれる。』

…ということを知っていますか？ 肥満、視力低下、虫歯、がんなどを予防し、内臓の働きを助け、脳の働きを活発にし、精神を安定させる効果があるそうです。

そしてしっかり噛むことで顔が引き締まり小顔効果にもなるとか…。

心理学の分野で『噛むこと』は、認知機能への影響があることが言われていましたが、メカニズムは証明されていませんでした。

しかし、『噛む』動作を行うことで注意力が高まり、物事を判断する早さが向上することがMRIを使った研究で科学的に確認されたそうです。すごい。

そして、ゆっくり噛んで食べることは糖尿病の予防にもなります。

早食い→インスリンの分泌が間に合わない→膵臓に負担→**糖尿病**

『よく噛んで食べなさい。』って、栄養のことだけではなく、究極の健康法なんですね。