



みなさん、こんにちは！

今月は、臨床検査科が担当です。

春のうららかな陽気とともに、新しい生活が始まる4月。

健康診断で『検査』を受ける機会が増える機会でもありますね。

「今日の採血、痛くないかな？」

「心電図で服を脱ぐのかな？恥ずかしいな…」

そんな不安を抱えて検査室へ向かう方も多いのではないのでしょうか。

私たち臨床検査技師は、数値や画像を出すだけでなく、みなさんの『安心』を第一に考えています。今日はよくある不安を解消するヒントをお届けします。



### ☆採血が苦手な方へ

『針を刺す』のは、だれでも緊張するものです！

#### ・リラックスが一番

緊張で体に力が入ると血管が収縮して針が入りにくくなります。

深呼吸して肩の力を抜いてみてください。

#### ・横になったの採血も可能です！

以前気分が悪くなったことがある方は、遠慮なくお申し出ください！

ベッドに横になって受けていただけます。

