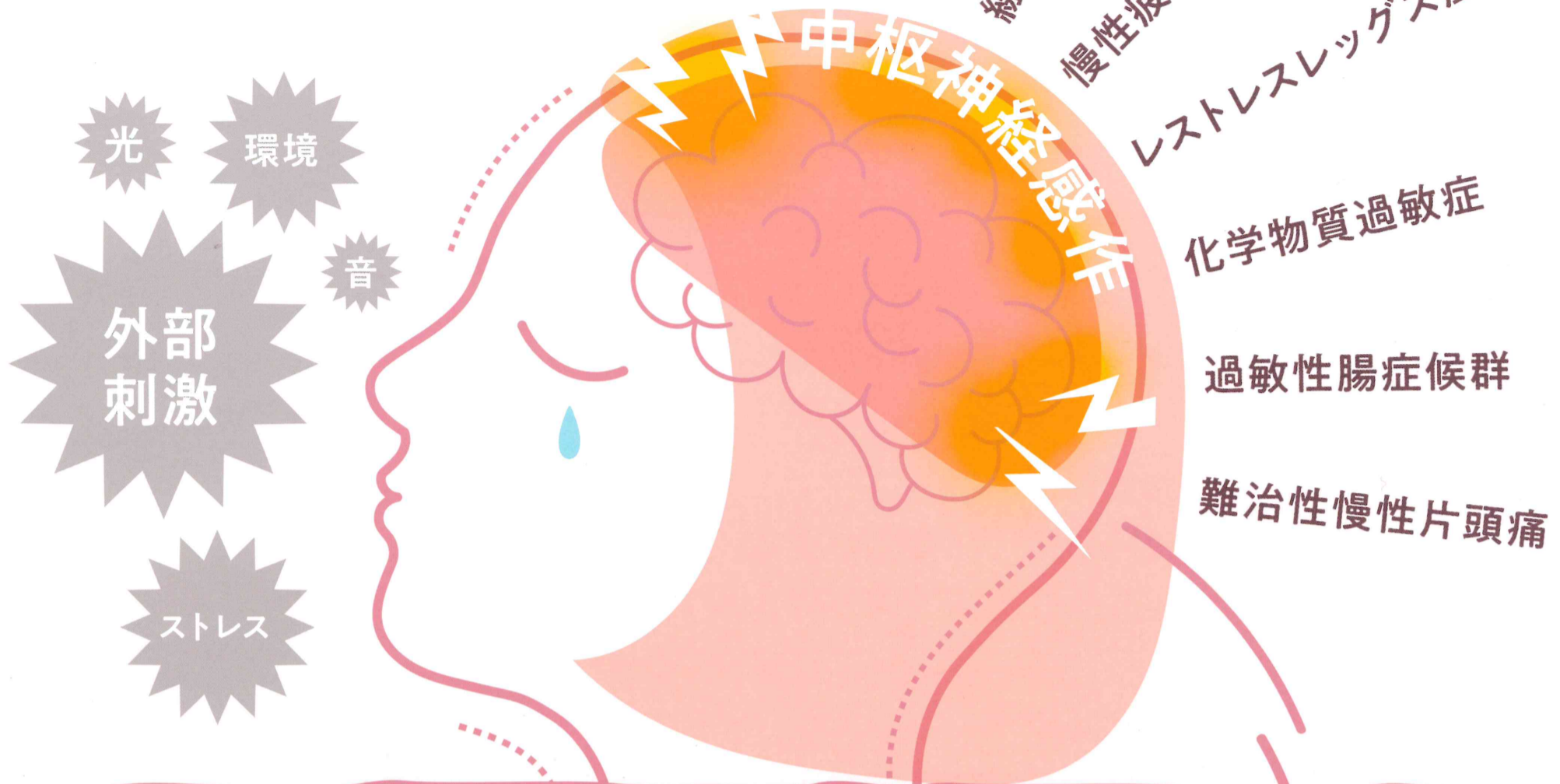


中枢神経への不快な外部刺激が

繰り返されると中枢神経感作によって

諸症状が引き起こされます



頼れる仲間などとの会話や交流および適切な運動が
諸症状の予防や緩和に役立つ可能性があります



幼少期のいじめ
成長期の挫折などに対し
個人の苦悩を理解し
社会的にも適切な
対処をする



過去の医療に対する
不信感が中枢神経感作を
増強する可能性があるため
医療者も患者も医療における
コミュニケーションを
大切にする



不安、抑うつ、
破局的思考が
中枢神経感作に
影響を及ぼすので
ストレスのない
楽しい生活を心がける



運動機能が低い人ほど
中枢神経感作は高く
運動習慣をもって
運動機能を鍛える



周りに頼れる人を
もてるような
コミュニティを
大切にする

厚生労働省科学研究費補助金（難治性疾患研究事業）

種々の症状を呈する難治性疾患における
中枢神経感作の役割の解明とそれによる患者ケアの向上