

## 天気痛 ～天気と痛みの関係～

今年は雨の日がたくさんありましたので、天気とからだの話を少し。

‘雨の日や寒い日は痛みが出る’…時々耳にします。

ある研究では「気圧が低下すると、交感神経が興奮する」というメカニズムが見出されています。

交感神経が興奮すると、血管が収縮し、血流が悪くなります。血流が悪くなった組織からは痛みを誘発する物質が分泌され、その結果、痛みが生じると考えられています。

目には見えない症状ですが、仕組みがわかっていくことで、周囲の理解が得られたり、対処方法が明らかになったりするといいですね。

当図書室は「患者さまやご家族が病気や治療の理解を深めるための場の提供」を目的としており、置いてある本は健康や医療についてのものが多く、患者さま向けにわかりやすく書かれたものが中心です。看護師が常駐し、検索のお手伝いをしています。気軽に声をお掛けください。ふらっと立ち寄りでも大丈夫、何か新しいことが見つかるかもしれません。

### 「名前のない病気 不定愁訴」南雲久美子／家の光協会

病気とは診断されない「不調」について、漢方の視点から説明されています。

### 「Q&A 歯周病」新井高／保健同人社

理想的な歯ブラシの条件を見つけるために行われた実験結果が載っています。

### 「学研まんが 大人のひみつシリーズ からだのひみつ」こざきゆう(原作)／学研

大人のための健康豆知識まんが。豪華漫画家陣。

ちょっとふらっと  
読んでみませんか



お子さま向けの本、あります。

インターネットで医療情報を  
無料で検索できます。

蔵書の一覧や過去のやすらぎ  
文庫だよりは当院 HP から見る  
ことができます

君津中央病院  
患者図書室  
「やすらぎ文庫」

\*\*\*\*\*

外来2階  
地域連携室のとなり

\*\*\*\*\*

月～金  
9:00～12:00  
13:00～16:00  
(土日・祝日・振替日  
年末年始はお休みです)

