

パソコン病（VDT 症候群）について

病気に関連する予防医学と豆知識

日常的に起こる、体調の不良や不快感、痛みなどの症状を放置していませんか？「気のせい」にしたり、「我慢できる」とか、薬だけで誤魔化したりしていませんか？身体が症状を出してきたときは、何かを求めています。時には身体の訴え（症状）に耳を傾けて、今の自分に何が求められているのかを考えてみることも重要です。今回は、以前にも一度記載しましたが、種々の不定愁訴を訴える現代病、VDT 症候群 (Visual display terminals。通称:パソコン病、テクノストレス眼症) について掲載します。

(1) 眼科的健康障害

眼精疲労、ドライアイ、屈折異常の進行など

(2) 整形外科的健康障害

頸肩腕症候群、肩腱板症候群、頸椎椎間板ヘルニア、胸郭出口症候群、肘部管症候群、腱鞘炎、腱炎、腱周囲炎、手根管症候群、上腕骨外側上顆炎、上腕骨内側上顆炎など

(3) 神経・精神医学的健康障害

頭痛、抑うつ、不安障害、感情に乏しくなる、ひきこもりなど

(4) 電磁波による健康障害

白内障、異常妊娠、異常出産、不妊、自然流産、発疹など

(5) 内科的健康障害

全身的疲労感、自立神経調節障害、電子血栓症、低血圧症など

などなど沢山の病態を惹起するといわれております。症状が多岐にわたるため、色々な医療機関を受診し沢山の薬を使っても原因解決に至らず、最終的にはノイローゼとして対応されている患者さんが非常に多いのもこの疾患の特徴です。一種の電磁波過敏症になりますが、症状緩和するために投薬管理だけで対応してしまうと、症状が増悪して最悪の場合はモニター作業そのものを身体が受け付けなくなってしまうかもしれません。そうなると、仕事どころでは無くなってしまい、職場の長期離脱や配置転換を余儀なくされ、最終的には別の仕事に就かなければならない状況になります。この現代病について、厚生労働省も注意を促しておりますが、企業の対応は現状全くといって良いほど整っておりません。まず、ご自身の職場環境、就労時間、作業体勢、モニター作業時間などを見直してみることが大切です。ご相談があれば、脳外科にてお気軽にご相談ください。



医療法人 照燈会

あかね台 眼科脳神経外科クリニック

Akanedai Clinic of Ophthalmology and Neurosurgery