

# VDT 症候群をご存知ですか？

病気に関連する予防医学と豆知識

Visual display terminals 症候群，別名テクノストレス眼症と言います。近年 IT 化が急激に進んでおり、コンピュータや携帯電話など電子端末に囲まれた生活が当然のようになってきました。厚生労働省の実態調査では、この様な VDT 作業にかかわる作業者のうち、36.3%が精神的疲労を、77.6%が身体的疲労を感じているとの結果が出ております。そのため、平成 14 年には VDT 作業の管理ガイドラインが策定されましたが、実際には施行していない企業が沢山あり、その結果、様々な不定愁訴に悩む人々が増えてきております。

その様な環境下で、眼精疲労や頭痛、肩や頸部の張り、疲労感を訴え、多くの医療機関を訪ねても結果が出ずに安定剤を処方されている方々が非常に多く見受けられます。涙の量が足りていない人は涙液補充が必要ですし、またその様なドライアイ患者はコンタクトレンズの着用は不適切でありながらも着用し続けていたり、メガネの度が全くあっていないものを使わされていたり、電磁波に対する対策を全く講じていないのが現状なのです。

VDT 作業に携わる方であっても、多くの医療機関では頭痛や肩こりに関して対症療法で筋弛緩剤や鎮痛剤だけで対処している人が大半なのです。

眼科的には検査や脳外科的な検査が必要となりますので、心当たりの方はクリニックにてご相談下さい。



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