



* パニック障害・自律神経失調症・不安障害・各種神経症になるメカニズムは以下の通り。

ストレス・長時間PC(携帯・ゲーム)等⇒首の極度の凝り⇒脳への血流障害⇒**視床下部のダメージ**⇒パニック障害・自律神経失調症・不安障害・各種神経症(症状:めまい・動悸・吐き気・息苦しい・恐怖感・不安感他)

* うつ病になるメカニズムは以下の通り。

ストレス・長時間PC(携帯・ゲーム)等⇒首の極度の凝り⇒脳への血流障害(前頭葉 DLPFC の血流量減少)⇒**へんとう体の過剰暴走**(不安・恐怖・悲しみ・憂鬱の過剰)⇒うつ病

(注: DLPFC=前頭前皮質背外側部)