



新春の候、貴社ますますご繁栄のこととお慶び申し上げます。

あるふぁは寒さに負けず電動自転車・三輪バイクでご利用者様を訪問しております。

在宅療養やリハビリなどについてご相談等ありましたらお気軽にお電話ください。

今回のあるふぁ通信では人間に備わっている能力のうち、身近な「反射」について理学療法士の齋藤がお伝えします。

簡単に身体に備わっている「反射」といっても、具体的にどのようなものを皆さんは思い浮かべますか？

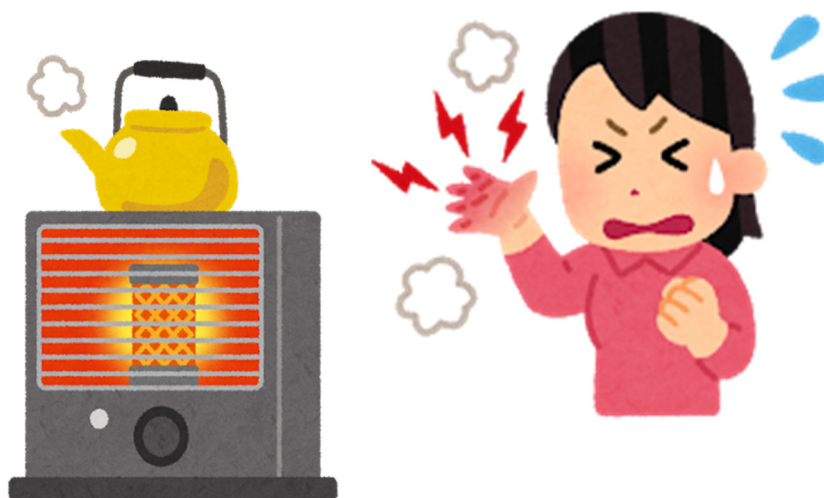


日常的な会話の中では「〇〇さんは反射神経が良い」といった使われ方をするかと思いますが、実際には「反射神経」という名前の神経は存在しません。

ではどういった「反射」が人間には備わっているかというところ…実は沢山あるので、その中の一つ、「屈曲反射」についてご説明いたします。

突然ですが、皆さんは熱い物を触ってしまって「熱い！」と思う前に手を引っ込めていた、という経験はありませんか？

「え？熱いと思ったから手を引っ込めたんでしょ？」と聞いていませんか？実はそうではありません。



そもそも反射の医学的な定義は、“特定の刺激に対して意識されることなく反応が起こること”とされています。

その中でも屈曲反射とは皮膚や筋肉などが有害な刺激を感じ、刺激を受けた部位を刺激から遠ざけるように屈筋が収縮する反射のことを言います。

つまり、熱い物を手で触ってしまうと熱い物から手を遠ざけるように腕を曲げる筋肉が働きます。それは屈曲反射という能力が人間に備わっているために行えるということです。

ではなぜ、それが意識されることなく行えるのか、次回のあるふぁ通信ではそれを可能にする身体の仕組みについて少し詳しくご説明したいと思います。

本年も変わらぬお付き合いをお願い申し上げます。

訪問看護リハビリステーションあるふぁ 相模大野
〒252-0307 神奈川県相模原市南区文京 1-4-5 ピアレジ文京 1-B
TEL 042-701-3775 FAX 042-701-3776

*過去のあるふぁ通信はホームページ (arcwell.jp) に載せています。