

目次

第一章 疲労の科学と疲労克服

- 一 疲労とは？ 疲労の定義と問題…………… 3
- 二 疲労の統計…………… 5
- 三 疲労に関わる因子概念…………… 6
- 四 世界の疲労研究と「疲労の科学」の出口(図1・3)…………… 8

第二章 慢性疲労の神経科学的基盤

- 一 疲労と血液内物質の動的变化…………… 12
- 二 疲労と脳活動動態…………… 26
- 三 ストレスと疲労…………… 33
- 四 中枢性タスクによる脳の疲労…………… 37
- 五 緑の香りと疲労…………… 48

第三章 慢性疲労症候群の神経科学的な基礎

一	自律神経回路	58
二	自律神経系とその一次中枢である視床下部との機能関連	63
三	自律神経系を統御する上位の機構	69
四	連合野と自律神経系との機能関連	79
五	連合野と動機	86
六	脳の修飾系	90
七	報酬系	111
	座談会 慢性疲労の克服に向けて	119