

## 「痛み」って本当に必要なの？

誰でも、頭痛や腹痛などの経験はありますが、「痛みなんてなければいいのに」と思ったことがあるでしょう

## 痛みは身体の警告信号！

身体が危険に冒されたとき、人は痛みがあるからこそ危険を察知し、危険から逃れることができるのです。痛みは身体からの合図であり悲鳴なのです。痛みが続くようなら我慢せず病院で原因を調べてもらってください。

生活で感じる痛みの疑問 **痛みと天気**

## 雨が降る前はなぜ痛むのか？

低気圧が近づくと、気圧が徐々に下がり雨が降ります。気圧が下がると耳の中のセンサーがそれを感知し交感神経の活動が高まります。交感神経が亢進するとノルアドレナリンという物質が痛みを感じる神経を刺激します。そのため、古傷を抱えた人は、気圧の変化に敏感になり、天気予報ができるのです。

生活で感じる痛みの疑問 **痛みと感情**

## イライラすると痛くなる？

怒ったり、イライラしていると、急に痛くなったり、普段なんでもない痛みが強く感じられた経験はありませんか？感情ストレスがあると脳を刺激して痛みが生じます。また、感情的なストレスはセロトニンという痛みを抑えるホルモンを減少させるため痛みが強く感じられます。感情を乱さないことも痛みの予防につながります。

## 豆知識

昆虫が痛みを感じない理由は  
寿命の短さにあった(米研究)

昆虫類には痛覚がないので痛みは感じません。昆虫のほとんどは、数日で寿命を終えるため、彼らは痛みを記憶し回避する必要がないのです。

