

# 「眼精疲労」について調べてみよう

スマホが欠かせない現代、どれだけ眼に負担がかかっているのだろうか。そもそも、眼精疲労とは何なのか、どのような影響が身体にあるのか調べてみましょう。

## キーワードを調べよう

オンライン目録 (OPAC) や各種データベースを検索する際に利用するキーワードの例です。

眼精疲労、眼精、眼科、眼科学、ドライアイ、疲れ目、遠視、近視、錯視、視覚障害、視能訓練、視力、老眼、VDT : Visual Display Terminals (旧名称)、情報機器(VDT の現名称)

言葉の意味やテーマの意味が不明確な場合は「キーワード」を手がかりに百科事典、用語事典を引いてみましょう。

《歯学・薬学図書館情報センター所蔵の百科事典、用語辞典 (一例)》

資料情報 (書誌情報)	請求記号	配置場所
眼科学辞典	496/87	禁帯出 楠元参考
今日の診療 WEB		学内データベース
ジャパンナレッジ Lib		学内データベース

## 図書を探そう

### ■ テーマの棚に行って探してみよう

- 図書には 1 冊毎にテーマを表す分類番号が付いていて、図書はこの番号順に書架に並んでいます。書架で図書を探してみましょう。

《歯学・薬学図書館情報センター歯科学関係分類表より (NDC 新訂 9 版を基に追加)》

492.9	看護学. 各科看護法. 看護師試験	496	眼科学. 耳鼻咽喉科学
496.1/.4	眼科学	496.3	眼の疾患

### OPAC で調べてみよう

- オンライン目録 (OPAC) で本学図書館の蔵書を調べることができます。資料の所蔵の有無、配架場所、請求記号がわかります。

《歯学・薬学図書館情報センター所蔵のテーマに関する図書 (一例)》

資料情報 (書誌情報)	請求記号	配置場所
眼科疾患 / 水流忠彦編集 electronic bk 第 2 版 中山書店 2008.7 (コメディカルのための最新医学講座 ; 第 20 巻)	EB492.9/2/20	電子ブック
NEW エッセンシャル眼科学 / 丸尾敏夫著 第 8 版 医歯薬出版 2014.7	496/Ma	楠元開架
眼科学 : 疾患とその基礎 / 大橋裕[ほか]編 改訂版 メディカル薬出版 2005.8	496/Oh	楠元開架

最新眼科学 / 萩原朗/[ほか]編 下巻 医学書院 1962. 1	496/80/2	楠元書庫
点眼薬の選び方 / 石岡みさき著 electronic bk 第2版 日本医事新報社 2020. 2	EB496. 2/1	電子ブック
健康管理する人が必ず知っておきたい栄養学の○と× : 食品成分表八訂対応 / 古畑公 [ほか] 著 electronic bk 改訂版 誠文堂新光社 2021. 4	EB498. 5/28	電子ブック

🔍 本学に所蔵がない場合は、

南山大学・中部大学（CAN 加盟館）の蔵書を調べる

<https://www.lib.agu.ac.jp/CARIN/CARINOPACCROSSLINK.HTM>

🔍 CAN 加盟館にも所蔵がない場合は、

学外の図書館の所蔵を探す（国内機関の所蔵を調べる）

<https://ci.nii.ac.jp/books/>

## 雑誌・雑誌記事・論文を探そう

### ■ 雑誌記事・論文の探し方

- 「[CiNii](#)」、「[医中誌 Web](#)」、「[PubMed](#)」、「[magazineplus](#)」、「[NDL-OPAC（国立国会図書館蔵書検索）](#)」などを利用して、学術協会発行の雑誌や、大学等で発行された研究紀要を検索し、テーマに関する記事や論文を探しましょう。

《データベースでこんな記事や論文が検索できます》

	記事情報
②	<p>医中誌 WEB No, 2007077328</p> <p>【環境と日常生活】パソコン等使用による健康障害(IT 眼症) (解説) 四宮 加容(徳島大学 大学院ヘルスバイオサイエンス研究部視覚病態学分野) 四国医学雑誌(0037-3699)62 巻 3-4 号 Page120-122(2006. 08)</p> <p>医中誌 WEB No, 2022105046, DOI : 10. 11432/jpnjvissci. 42. 69</p> <p>デジタルデバイスの汎用で変わった調節応答と眼鏡処方(総説) 梶田 雅義(梶田眼科) 視覚の科学(0916-8273)42 巻 4 号 Page69-79(2021. 12)</p> <p>医中誌 WEB No, 2022349668</p> <p>内科医が遭遇する眼疾患、眼症状(解説) 菅野 幸紀(福島県立医科大学 眼科学講座) 日本臨床内科医会会誌(0914-9627)37 巻 2 号 Page189-197(2022. 09)</p> <p>医中誌 WEB No, 2022282802, DOI : 10. 15104/J00821. 2022282802</p>
①	<p>【どこが変わった?どこを変えない?知りたいがわかる頭痛診療】シチュエーション別 眼科でよくみる頭痛(解説) 小平 奈利(勝どき小平眼科) 治療(0022-5207)104 巻 8 号 Page988-991(2022. 08)</p>

④	医中誌 WEB No, 2022184785 治療法の再整理とアップデートのために 専門家による私の治療 眼精疲労(解説) 石川 均(北里大学 医療衛生学部視覚機能療法学) 日本医事新報(0385-9215)5118号 Page47-48(2022.05)
③	医中誌 WEB No, 2006016190 五感の生理, 病理と臨床 視覚 IT眼症とVDT症候群(解説) 高橋 洋子(東京慈恵会医科大学 眼科学教室) 医学のあゆみ(0039-2359)214巻12号 Page1029-1032(2005.09)

(2023年10月6日 検索)

■ 雑誌の探し方

- オンライン目録(OPAC)で本学図書館の蔵書を調べることができます。資料の所蔵の有無、配架場所、請求記号がわかります。

《歯学・薬学図書館情報センター所蔵の雑誌(一例)》

資料名	所蔵情報	配置場所
④ 医学のあゆみ	26-243 [1958-2012]	楠元
③ 日本医事新報	244-286, 287(1-2) [2013-2023] + 1183, 1185, 1187, 1189, 1203-1205, 1213-1215, 1218-1810, 1812-1836, 1838-5190 [1946-2023] +	末盛 楠元
① 四国医学雑誌	13-18, 20-77, 78(1-8) [1958-2022] +	楠元
② 治療	28-44, 45(6-12), 46-47, 49-50, 51(1-5, 9-12), 52(7-12), 53-57, 58(1-8, 10-12), 59(1-9), 60-64, 87-104, 105(1-10) [1946-2023] +	楠元

※「医学のあゆみ」最新10年分は末盛に配置

所蔵情報の「+」は最新号まで継続して購読していることを示しています。

新聞記事を探そう

■ 新聞記事の探し方

- 探しているテーマの新聞記事を、本学データベース上から調べられます。

《歯学・薬学図書館情報センターで利用できる主なデータベース》

データベース名	概要
朝日新聞クロスサーチ(同時アクセス2)	朝日新聞の創刊号(1879年)から今日までの約140年にわたる紙面から、約1600万件の記事・広告を収録
日経テレコン	日本経済新聞朝夕刊(日経プラスワン含む)、日経産業新聞、日経流通新聞(MJ)、日経ヴェリタス、日経金融新聞の各紙を収録

《こんな新聞記事が検索できます》

記事情報
つらい眼精疲労———仕事中、遠く見て切り替え、眼球動かす体操を、合わない眼鏡に注意（カラダづくり） 2021/04/17 日経プラスワン 7 ページ 1455 文字
眼精疲労を調べました 目を温めてピント調節（元気） 2002/11/12 朝日新聞 朝刊 科学医療元気 032 ページ， 01952 文字
眼精疲労 環境やストレスにも注意 高橋総子（診察室：9）／京都 1999/06/23 朝日新聞 朝刊 京都 026 ページ， 00816 文字

テーマに関する Web サイト

■ 関連サイトの紹介

「江古田図書館個性づくりテーマ展示第6回 目をいたわる」

<https://library.city.tokyo-nakano.lg.jp/lib/files/egotapath201206.pdf>

「第 56 回 江古田図書館「個性ある図書館」展示」

<https://library.city.tokyo-nakano.lg.jp/lib/files/egotapath202056.pdf>

「レファレンス共同データベース」

質問：「目の疲労」「携帯画面」について書かれた論文を入手したい。

[https://crd.ndl.go.jp/reference/modules/d3ndlcrdentry/index.php?page=ref\\_view&id=1000104769](https://crd.ndl.go.jp/reference/modules/d3ndlcrdentry/index.php?page=ref_view&id=1000104769)

「情報機器作業における労働衛生管理のためのガイドライン」

<https://www.mhlw.go.jp/content/000679170.pdf>

「リサーチ Navi」 <http://rnavi.ndl.go.jp/rnavi/>

さまざまなテーマやキーワードについて調べる方法を探すための Web ページです。

歯学・薬学図書館情報センターが契約しているデータベースの収録外の論文もヒットします。



- 歯学・薬学図書館情報センターにない資料を入手するには？
- CAN 加盟館から蔵書を借りるには？

申込方法（文献複写/相互貸借/購入依頼）等、気軽に図書館に聞いてみましょう！

（歯学・薬学図書館情報センター レファレンス・カウンター）