

健康と光線

発行所

〒153 東京都目黒区目黒
4-6-18

(株)東京光線療法研究所内

サナモア光線協会

年4回発行

会費 年500円

電話 東京(03)

793-5281

712-5322

病気が分類される理由は、各
各の症状、検査成績に特徴があ
り、固有の経過をとるためです。
そこで特に経過の長い慢性疾患
の場合に、苟も医療に携る以上
は、患者に病状経過を説明し、
最善の方策を共に模索しながら
忍耐強く協力して治療に当るこ
とが必要です。言い換えれば、
不幸にして病を得た場合に、当
該疾患の性状および治療の限界
を正しく認識して、自からも疾
病の管理に参画する、即ち病氣
をマネジメントすることです。

医学は高度に専門化している
ため、自から関与する余地はな
く、医者に任せて置けば良いと
言う他力本願では、病気の正し
いマネジメントはできません。
病気の治療の原点は、自からが
成すべきことを自覚すること
です。特に慢性に経過する疾患で
は、この点を理解することが治
療効果を挙げる上で極めて大切
です。にも拘らず、この間の問
題について話し合う姿勢が、医
師をはじめ医療従事者に欠ける

きらいがあります。この一つの
例が、リウマチ治療に端的に示
されています。

リウマチ治療の現況は、抗リ
ウマチ薬と安静により症状を消
失させることが第一義に行なわ
れており、症

状を著明に改
善する薬ほど
副作用も著し
いという、言
わば二律背反
の事実を無視
して治療を継
続するため、将来に禍根を残す
場合が往々にして見られます。

そして、この禍根を絶ち薬害か
ら身を守り、関節機能の低下を
防ぐ正鵠を得た治療指針を確立
するには、患者自からがリウマ
チをマネジメントする必要がある
ります。

リウマチをマネジメントする
には、理学療法意義について
の理解が必須です。しかし現代
医学は、あまりにも薬物療法に

リウマチのマネジメント

理学療法について

サナモア光線協会

医学博士 宇都宮 光明

本来リウマチ治療体系の一つの
柱である理学療法を忘れてはな
りません。

理学療法は、温熱療法と運動
療法に大別されます。まず温熱
療法ですが、その効果は鎮痛と
筋のこわばりを和らげること
で、屢々薬物以上に有効なこと
があります。その上、運動療法
の前処置として欠くべからざる
ものです。この温熱療法は、疾
患が長期にわたることと、自か

ら家庭において使用できる必要
があることから、簡便でなけれ
ばなりません。光線療法の立場
から温熱療法を考えると、電光
浴や赤外線療法でも一半の目的
は達しますが、サナモアには紫
外線の効果、例えばカルシウム
の吸収促進による骨破壊の予防
も同時に期待できることから、
正に好適な手段と言えます。加
えて光線照射中には、痛みが軽
いため関節の運動が容易に行え
るので、その効果は倍增しま
す。運動療法の目的は、筋萎縮
を防ぐと共に筋力

を増加させ、罹患
関節の運動域をで
きるだけ正常に保
つことにより、関
節自身が持つ保護
調節作用によっ
て、骨の破壊、変
形の進行を予防することです。
忌むべき副作用のない理学療
法を適切に行うには、ある程度
症状と共存する覚悟が必要で
す。現在の抗リウマチ治療剤で
短期的には無症状にさせること
も可能です。薬効を全面的に否
定はしませんが、症状がなくな
ったことと治ることは無関係
であり、多少の症状が残っても、
薬害を起さないことが大切なこ
とを知る必要があります。ただ

いたずらに疼痛の改善のみを求
め、単に服薬のみで事足りれり
と、残存機能の活用を忘れるな
らば、関節の拘縮、強直、支持
筋の萎縮を来し、運動機能の障
害は急速に助長され、関節機能
を中心に永続的障害を残すと共
に、時に致命的な薬害をもたら
すのである。

以上述べた如く、理学療法の
効果は明らかに立証されている
のに、甚だ遺憾ながら、痛けれ
ば鎮痛剤に安静という決り切っ
たパターンが横行し、積極的な
理学療法を等閑に付し、安易に
治療が行なわれる結果、関節機
能障害が助長されるのです。そ
の上、この理学療法の治療効果
は、各種老人性あるいは慢性骨
関節疾患にも共通です。それ故、
骨関節疾患のマネジメントにお
ける理学療法の意義を知りリハ
ビリテーション—全人的復権
—に役立てることが大切です。
特にリウマチは、20才—50才
の年齢層に好発するため、深刻
な個人的、社会的問題を起しま
す。自からリウマチのマネジメ
ントに参加し、適正な理学療法
を継続して、関節の残存機能を
最大限に活用すれば、家庭や職
場での社会生活に復帰できる可
能性があります。マネジメント
如何が、人間として復権し得る
かどうかを決めるのです。

讃光譜



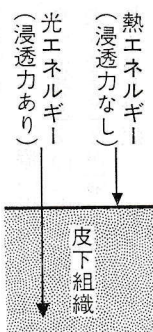
「茶摘み」

宇都宮 義真 撮影



吾々がただ温かく感じる熱も一種の電磁波であるが、サナモア光線とは波長が異なるため、温度は同じでも熱としての性質は異なるのである。熱には余り熱くなくても浸透力のある潜熱と、熱感是比较的強くても却って力の弱い熱とがある。

例えば、サナモアを照射した時に感じる熱は皮膚には余り熱くないが、何んとなく全身が温まって爽快となり、ポカポカした感じのあるのは赤外線の特徴であって、光線のエネルギーが皮膚を通して身体の深部まで到達して熱のエネルギーに転換されるからである。(図参照)



これに対し、湯タンポやカイロ等の熱は皮膚の表面は火傷をするほど熱くても内部には少しも浸透していないから後では却って寒いのである。

このように赤外線は身体の深部を熱するが、赤外線的作用を単に熱そのものと考えるのは大なる間違いである。素人でなく

相当な専門家を以って自認している人までが、光線療法を熱療法と誤解して、熱いほど効果がある様に考えているが、皮膚が赤くなればよいのなら電気ストンプでも有効であろう。併し光線療法は決してそんなものではない。

光線の温熱

作用と化骨

作用

宇都宮 義真

ない。凡そ八〇〇ミリマイクロンから五百万ミリマイクロンの間の光線を赤外線と言っているが、其の全波長が必ずしも疾病治療に適當であるや否やは疑問である。(注1) 赤外線治療の真の研究は此所から始めねばならな

い。カーボン灯の温熱作用も、カーボンの燃焼による熱と、光線から転換して出る熱とを厳然と区別せねばならない。

またカーボン灯の本来の目的から言うところ紫外線(ドルノ線)を放射しなければならぬ。紫外線は溶融点の高い硬質カーボンを完全燃焼せしむることによって得られる。そして紫外線の化骨作用に及ぼす影響は、如何なる学者も否定することは出来ない。次の二大作用こそは光線療法(紫外線)独特のものである。

一、光線照射によりて体内カルシウム量は著しく増量す。(ロートマン氏、カルレンベルク氏)

二、光線照射によりて皮内のエルゴステリンは活動性のビタミンDに変化する。(ウィングダウス氏——ノーベル賞獲得)(注2)

例えば骨を強くするにはカルシウムを与える必要があるとして、カルシウムを多量に含有する食物、小魚、貝類、海藻の如きものが盛んに推奨されている。併しカルシウムのみが如何に多量であってもビタミンDがなければ骨は決して丈夫になら

ぬ。即ちカルシウムと燐とを結合せしむる化骨作用は、ビタミンDの補助的作用を絶対に必要とするのである。

此等は光線の持つ不可思議なる作用の一部分にすぎないのであるが、光線療法は温かいから効果があるのだ位の考へしか持っていない人々には、大いに認識を新たにして貰いたい。之によって従来不治の病いと思われた脊椎カリエス、関節炎、骨髄炎、佝僂病等の骨の病氣一切に光線療法が効果のある理由も明らかになったことと思う。

(注3)

注1 その後の研究から、疾病治療に有効な波長は三〇〇〇ミリマイクロン以下であり、五〇〇〇ミリマイクロン以上は、無益であることが証明された。

注2 現在は7-デオキシコレステロールがビタミンD₃に変化すると修正されている。

注3 本稿は、昭和13・8・1発行の「光と熱」より再録した。現在、骨関節疾患に繁用される抗生剤や消炎鎮痛剤のない時代である。

(腰) 膝、肩を始め、骨、関節の痛みを訴えて、医療機関を訪れる人は多い。当診療所にも、殆んど毎日の如く骨関節痛の方が受診されており、サナモアで救われたとの札状を戴くことも屢々ある。これら疾患に対するサナモアの治療効果を、ビタミンDの作用機序を中心に、経過が遷延し勝な老人性骨関節疾患と慢性関節リウマチに焦点を当てて数回に分けて考察する。

(寿) 命の延長が、生活環境の整備向上、医療技術の進歩などにより著しいことは先刻ご承知の通りであるが、これに伴い老人性骨関節疾患も増加の傾向にある。これら疾患は、積年の労苦により発症したのであり、患者は加齢により治癒力が低下しているため、対症薬は奏効し難く、消化器症状を始め各種副作用も表われ易いことから、老後の生活に与える影響は甚大である。

(老) 人性骨関節疾患では、病因を調べる必要がある。例えば腰痛を訴える高年令者の2〜3%は、癌の骨転移や多発性骨髄腫の如き悪性疾患が原因であり、この様に原因が他疾患にある場合には、原疾患に対する治療が優先し、腰痛の治療は従にならざるを得ないからである。しかし実際には、原因不明の場合が多く、骨レントゲン所見でも若年者にはない骨陰影の変

形が加齢の結果として認められるに過ぎない。この様な場合、便宜的に変形性〇〇症と診断されるのであるが、変形が症状の原因と速断してはならない。

(例) を腰痛時の診断名である変形性脊椎症にとって説明しよう。この病名は加齢による椎骨の変形に付けられることから、高令者では症状の有無に拘らずレントゲン上必ず認められる所見であり、年を経て症状が軽くなった場合も、変形自体は進行してゐるのである。

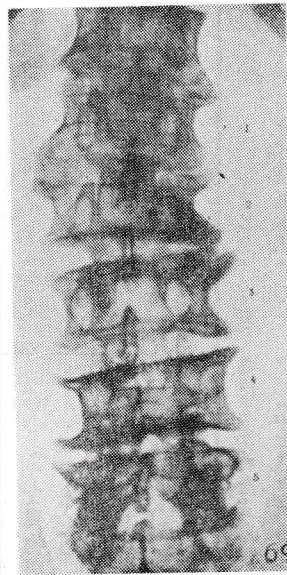
このように変形と症状との間の因果関係は今だ解明されていないのに、経過が長びき薬剤の効果も挙がりにくいのは変形があるため

として、さも病態が悪いかの如く患者に話す風潮があるが、無用のストレスを与えることから全く有害無益で何んの利点もなく、厳に慎しまねばならない。あくまでも変形は原因の一部と推察されているに過ぎない。

(そ) の上、加齢に伴い骨が脆弱になる。一般的に高令者では、食餌中ビタミンD摂取量の減少、腸管からのビタミンD吸収

応用光線療法学

□ ビタミンDの作用 □ その2



骨粗鬆症を伴った変形性脊椎症(76才、男性)
骨陰影は淡く椎骨(腰椎部)は著明に変形側弯を認める。

医学博士
宇都宮 光明

力の低下、紫外線によるビタミンD生成能の減退などがあるため、血中ビタミンD量は低下し、カルシウムの吸収が阻害される。中でもよく研究されているのが、閉経後の女性に多発する骨粗鬆症(骨多孔症)である。本症の病因論は、さて置くとして、骨の写真で軽石のようだと

言われた方はこの病気を意味する。本症もまた骨関節痛や骨折の原因になることは容易に考え

ミンDの作用を知ることから始まる。最近の研究も人間のビタミンD必要量の80%以上が、日光によって皮膚で造られることを明らかにした。このビタミンDが光線により生成される原理は、自然界の総てに当て嵌まる。燦々と降り注ぐ陽光の下で生育した食品は、豊富なビタミンDを含有するの、紫外線が遮断される温室栽培の食品中ビタミンD量は僅少である。これ

得る。

(二) れらの変化は加齢に従い必然的に起るが、症状の発現を未然に防ぐことが肝要である。しかるに予防医学には実地臨床医を初め一般にも関心が薄いために、日常の些細な注意を守れば、骨関節痛から免れることに気付かないのである。

(年) 老いて、ある日突然襲ってくるこれら疾患の予防は、ビ

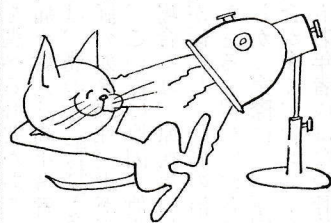
を食物に例えるなら、他種ビタミン類は口から摂取するのに対して、ビタミンDは恰も皮膚を介して食べているのである。この事実は食事と同じく毎日光線を浴びる必要を明示している。特に冬期には日光浴も儘ならず、血中ビタミンDも低下するため、この期間の光線照射は大切である。

(如) 何に血中ビタミンD含有量が豊富でも、骨を造るカルシ

ウムが不足しては何もならない。否むしろカルシウムを摂ることが大事なのではないかと質問を受けるかも知れない。勿論食事の内容に気を配ることは大切である。煮干の効用も否定しないが、栄養学的には好き嫌いのなしにバランスのとれた食事を得ないのであり、これは栄養失調にならないのと同じ程確かである。実際カルシウム不足にかなする俗説は歪曲されている。自然は人智を越えて完璧であるのに、文明が光線を遠ざけ、欠陥食品が蔓った結果、この秩序が崩れたのである。この観点から日常生活を律すべきであり、薬としてのカルシウム剤は全く不必要である。

(加) えて運動の重要性を忘れてはならない。運動負荷は筋肉を鍛えるのみでなく、骨を丈夫にし、関節の可動域を保つ上で不可欠のものである。本紙一面を参照して下されば贅言を費やすまでもない。この運動は屋外が望ましいことは、これまでの記述を読めば自明の理である。

(以) 上述べた予防策を始めるに、早過ぎることも、遅過ぎることもない。今から行なう将来骨関節痛で苦しむ可能性は著しく減じるであろう。そして既に発症している方にも明らかな治療効果を示すのであるが、これは次号に述べる。



一治験例報告一

☆点頭癲癇

症例 1才1カ月 男児

症状 昭和54年1月に来所したが、当時は時々痙攣を起し、自立不能、自発言語なく、足は細く頭が大きい。なお点頭癲癇と診断されていた。

療法経過 ACカーボンで腹部(一号集光器)、膝・足首、膝裏・足裏、背腰、後頭部(一号集光器)各五分、総計25分照射

2月以降はサナモアを購入、可能な限り朝晩2回の照射を指示した。

7月に経過観察のため来所、体の動きが楽になり、つかまり立ちしようとする。

11月の来所時、病院で脳波検査の結果、発作の波は消えたので、これからは癲癇発作は起らないし、歩く様になると言われ

たとの報告あり。

光線治療して約一年、今では一人で立って歩く様になり、階段の上り下りも出来、言葉も食物を見てマンマと言うようになった。

☆急性膀胱炎

症例 3才、女児

症状 38度〜39度の発熱にて感冒として治療したが解熱しないので精査したところ、急性膀胱炎も併発していると診断された。医師から体質が弱いから抗生剤は使いたくないので三カ月はかかるかと云われ、サナモアを持っているので相談を受けた。

療法経過 Aカーボンで腹部(二号集光器)、腰(開放)、

愛用者だより

☆腰痛が一週間で治る

市川市 服部福三郎

昭和38年、今は亡き母の肩凝りのため、サナモアを購入。当時は、私としてはあまり期待していませんでした。しかし夫婦でギックリ腰を病んだ時、ABカーボンで照射したところ、一回で痛みが半減、

一週間で完治しました。以来サナモアを寸時も手離すことが出来なくなりました。

☆すばらしい人生が蘇る

福岡県山門郡 坂田正行

一昨年12月初旬、糖尿病が原因で倒れ入院、28日退院後すぐ急性関節リウマチで動けなくなり、元日は寝たきり、4日は足を引きずり出社。見

目よりABカーボンに変え、更に背、後頭部、喉各五分を追加した。十日目に粘稠な痰の塊が三ヶ治療中に咳と共に出了。その後はヒュウヒュウゼーゼーもなくなったので二週間で治療を中止した。

サナモアの光に我身救われし、この幸に感謝をささげむ

るにみかねた先輩からサナモアの話をきき祈る思いで購入を決意。サナモア15日到着、朝晩2回照射、21日、丁度一週間、痛みは夢の様に全く無い。更に20年来の口内炎も完治、糖もほとんど出ない。短期間で、こんなにすばらしい人生が蘇ると思いませんでした。

川崎市 東京光線治療院
海渡 一二三氏報告
TEL04四一七二二一五〇六七

☆小児喘息

症例 6才、女児

症状 小児喘息の既往あり、小学校へ進学して一〜二カ月後から夜中に発作を起すようになった為に光線療法を行った。

療法経過 Aカーボンにて足裏、足首各五〜十分、膝五分を三日間熱射、四日目より腰、腹に各五分を加え三日間照射、七

☆唾石症

症例 59才 男性

症状 下顎前歯の内側と舌のつけ根の間に舌の先で触ると硬い石のような異物があり、痛みはなかったが、気になるので治療を希望して来所した。

療法経過 BDおよびADカーボンを三日毎に交互に使用し

小児喘息は意外に早く落着く例が多い。

て患部(第三集光器)に十〜十五分、腹五〜十分照射、継続照射四カ月半頃に、患部より直径二〜三ミリ、長さ二センチ位の透明な石の如きものが出た。記念に箱に入れておいたところ、日が経つにつれ黄色味を帯び、鐘乳石のように変色している。

春日市 前田光線治療所
前田 ミサ氏報告
TEL0九二一五八一二〇二九

☆顔面神経麻痺

症例 65才 男性

症状 頭記病名で来院、左側麻痺

療法経過 ABカーボンを使用、顔面十五分、顔を左右から各五分、後頭部、腰、腹足裏に各五〜十分、治療開始五日後頃から快方に向い、六日目よりAカーボンに変更、八日目頃、麻痺側顔面に痛みを感じ、全経過十三日間で全治。

(本例は当初十五日間で治してくれと頼まれたのですが、結果的には二日早く全快したので、大変喜ばれました。)

五、発光現象

2、ルミネセンス

単に光を得るだけなら熱すれば良い(温度放射)のですが、健康増進、疾病治療に適した希望通りの光を得るのは、発光材料の耐熱性の限度から難しいことは前号で述べました。

揖斐川電気工業・青柳工場

このため目的用途に応じたカーボンを作るには、芯剤を使用してルミネセンスによる発光現象を利用しています。ではルミネセンスとは如何なるものか説明しましょう。

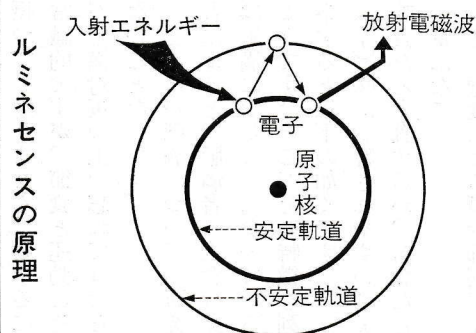
ルミネセンスとは、温度放射以外の発光現象を言い、例えば蛍や深海魚の光は生体ルミネセンスと呼ばれています。若し蛍が熱で光を放射するのなら、摂氏六〇〇〇度位の光に相当しますが、発光している所に触れても熱くありません。ではルミネセンスによる発光現象の原理に於いて、モデル的に簡単に述べ

ます。

原子は原子核とその周りを回る電子から成り立ち、電子は原子によって決った軌道上を回っています。これに外部から熱、電気、化学等どんな種類のエネルギーでも、ある限界を越えて加えると、電子は本来の安定軌道から飛び出し、不安定軌道に移ります。しかし、この状態は非常に不安定ですから、電子は再び元の安定軌道に戻ります。この間の関係は図示した如くで

目的用途に応じたカーボン

— ABCDカーボンの造り方 —



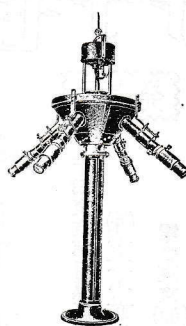
を得ているかについて話をすすめましょう。これには陰極線ルミネセンス(電子線ルミネセンス)と熱ルミネセンス(焦ルミネセンス)があります。陰極線ルミネセンスは刺戟源として電気エネルギーを用い、熱ルミネセンスは熱による刺戟発光ですから、温度放射を伴いますが、熱ルミネセンス自体は各々の原子に固有の電磁波を放射します。ルミネセンスによる発光現象には未解決の点もありますが、

ですが、この時に先に貰ったエネルギーを電磁波として放出する訳です。これら軌道は原子によって決っており、その間のピンポン運動ですから、放射される電磁波の波長は、原子の種類によって定まり、強さは加えたエネルギーに比例します。ですから適当な原子を選べば、任意の波長を増量できるのです。さてサナモアカーボンがルミネセンスによる発光現象をどのように利用して、効果的な光線

フィンゼン灯

炭素弧光灯(カーボンアーク灯)療法は、一八九三年にニールス・フィンゼンが電気炭素弧光灯を以って治療を行なったことに始まる。その外観は写真の如くで、フィンゼン灯と呼ばれた。

フィンゼン灯の光源部使用電流は、可及的に高温にして有効波長の紫外線に富む光線を得るに4人の患者に照射した。



このフィンゼン灯は、装置が大き過ぎ、不経済な上、危険も伴うことから、カーボンの改良に伴って器械の小型化、安全化が図られたのである。

既に多岐にわたり応用されており、日常生活にも深い係りを持っています。例えばカラーテレビは陰極線ルミネセンスを巧みに利用して実用化されましたし、蛍光灯は放射(ホト)ルミネセンスを応用したのです。他にも固体発光(発光ダイオードや面発光体)、放電発光(雷)、化学ルミネセンス、摩擦ルミネセンスなどがあります。さてサナモアカーボンは、温度放射に加えて、ルミネセンスによる発光現象を利用した形です。

健康叢覧

■ 肥満 ■

肥満は高血圧、心臓病、糖尿病など成人病の誘因としてよく知られていますが、実際問題として難治をさわるものであることは、誰でも経験しているところでは、今や潤沢に食料があり、好きなものを何んでも食べられる我が日本で、食欲をコントロールすることは至難の業であり、肥満者はどんどん増えています。元々は富める国アメリカでの他人事がかく言う私まで巻添えにしつつあります。

肥満を分類するに、標準体重に比べてどうかなどと言う七面倒な話は止めにして

見て美しい程度

見て見苦しい程度

に分けて考えればよいでしょう。これは主観が入りますが、そこは個人の自由として誰が見ても見苦しい人は特に注意が必要です。

さて、ではどんな人が肥満になり易いのでしょうか。肥満は摂取カロリーが消費カロリーよりも多いと起るのですから、必要以上にカロリーを摂らなければよい訳です。事実オリンピック選手は一日五〇〇〇カロリーも

摂つても太りません。要するに常識的ですが、節食と運動こそが肥満対策の上で忘れてはならないことなのです。

ところが肥満についての研究者によると、肥満者の摂食行動は肥満になるようになっていくようです。そこでその特徴を列挙すると以下の如くです。

(1) 味に影響されやすい。美味食だと大食するが、粗食だと少量になる。

(2) 飽食による摂食抑制がない。

(3) 不安感による摂食抑制がない。むしろ精神的ストレスが過食を促進することもある。

(4) みかけの時刻に影響される。時計をすすめて夕食時刻にすると摂食量が増加する。

(5) セルフサービスの場合には摂食量は減少する。

以上から、肥満者は飽食感のみならず空腹感もそこなわれており、その摂食行動は体内エネルギーバランスによる調節を受けにくく、摂食量は周囲の状況に支配されるため、夕食時に最も多いのが普通になります。この状態は「夜食症候群」の概念に一致します。

夜食症候群とは、肥満者の研究から名付けられたのですが、朝食や昼食を抜いたり軽く済ませ、夕食ないし夜食を大量にとる摂食パターンを意味します。その上、夜食症は成人病の誘因になっている可能性も指摘されているのです。

かような次第ですから、お腹の脂肪の厚さが気になったら要注意、精々痩せるよう心掛けましょう。これには目的意識をはっきりさせ、強固な意志をもって継続することが大切です。格言にもあるように、「成せば成る、成さねば成らぬ何事も、成らぬは人の成さぬなりけり」

目黒通信

☆ 食事療法が正しい。

☆ 病院には病人の食事療法がなく、巷間には万病一元論的な食事療法しかない。

☆ いずれの立場の人も、光線の食物に与える影響は無視してはならない。

☆ 太陽光線を十分に受けた食品でクル病が治ることを知らない。

☆ 光線浴に意を用いた母親の母乳を飲んで育った子はクル病にならないことを知らない。

☆ 食餌の順位は、その中に含まれる光の含有量によって決まる。

ビルビエル・ペンネル

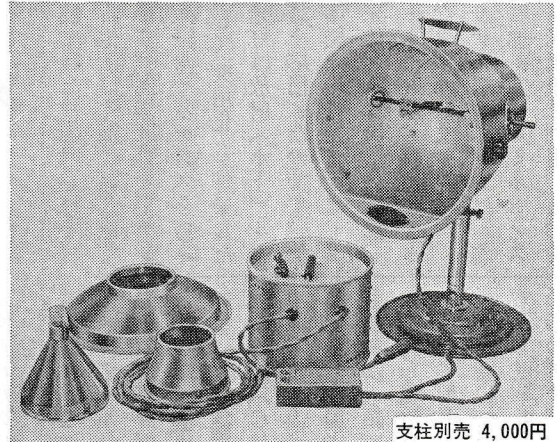
<7号器> 定価 85,000円
送料 6,000円

サナモア

<8号器> 定価 65,000円
送料 5,000円

発売元

〒113 東京都目黒区目黒四一六十八
(株)東京光線療法研究所
電話東京 (03) 七九三二五三八
七二二一五三二



支柱別売 4,000円

■ 医療用カーボン

■ 1箱10本入 定価 1,800円

■ 「光線療法学」 (送料別)

(送料別) 1冊 定価 1,000円

