

# 健康と光線

## 副腎皮質ステロイド療法

薬の功罪を考える

宇都宮 光明

### 一、はじめに

医師は副腎皮質ステロイドホルモンを使う治療法をステロイド療法と言います。例えばリウマチに対するステロイド療法の効果は云々という調子です。素よりステロイド療法は専門的なことであり、薬の選択は一〇〇%医師の判断に委ねられているのですから、功罪を知っても仕方がないと思われるかも知れません。しかしステロイド療法の重篤な副作用は、皆様自身の問題です。ですから、ステロイド療法の概要を知ることが、自衛上も大切です。医者を選ぶも治療のうちとは言うではありませんか。

### 二、ステロイド療法の歴史

昭和23年、ヘンチがリウマチ患者にコチゾンを使用し、劇的な効果を報告したのが端緒であると前号で述べました。この報告を契機に、それまで治療法のなかった膠原病、喘息、ネフローゼ症候群、血液疾患、神経疾患などに次々に本療法が試みられました。コチゾンは副作用が強く、評価もまちまちで広

用が強く、評価もまちまちで広

とところが、昭和30年に最初の合成ステロイドが生まれ、以後も次々に各種ステロイドが合成され、ステロイド療法は瞬く間に世界中で用いられるようになります。昭和40年頃には、諸種疾患に対する使用法、効果、限界などが明らかにされる一方、長期使用

### 経口ステロイド療法の適応症

1	絶対的適応 (ステロイド必要)
(1)	補充療法不全
(2)	副腎機能不全
(3)	予後不良で延命が期待できる場合
(4)	急性白血病患者 (急性白血病患者など)
2	相対的適応 (時にステロイド必要)
(1)	免疫抑制剤
(2)	腎移植 骨髄移植
(3)	時に生命予後に影響する場合
(4)	膠原病 (SLE など) など
(5)	肺疾患 (肺線維症 など) など
(6)	肝疾患 (劇性肝炎 など) など
(7)	神経疾患 (MS など) など
(8)	腎疾患 (ネフローゼ症候群 など) など
(9)	血液疾患 (再生不良性貧血 など) など
3	原則として適応外 (重症時のみ)
(1)	症状の改善のみを目的とする場合
(2)	膠原病 (慢性関節リウマチ) 皮膚病 (アレルギー性皮膚炎) 消化器疾患 (潰瘍性大腸炎) など

に伴う劇甚な副作用が広く認識されるようになり、言わば反省期に入ります。

### 三、適応症と限界

ステロイド療法の適応症は、表に示した如く、極めて広範囲に亘り、従来の薬の常識を遙に越えています。加えるに、その速効性の効果は正に驚異的で、他薬剤の遠く及ばないところがあります。ここにステロイド剤の第一の特徴があります。

しかし、この治療効果は、投薬中は続きますが、中止により再発するため、中止するのが困難な症例が往々にして見られます。即ちステロイド療法は、見掛け上、如何に効果的であろう

とも、根本的には病気を治しません。これが第二の特徴です。そして、長期連用の結果の副作用は、実に多彩かつ重大です。これについては前号で触れた通りです。現在、より副作用の少ないステロイド療法の研究が続けられていますが、成果は殆んど挙っていません。これが第三の特徴です。

このステロイド療法の特徴を弁えた上で、本療法に再検討を加えるならば、生命予後に影響を与えないリウマチや喘息患者に、従ってステロイド療法を行うことの誤りは明白です。ステロイド療法の適応症を再検討した最近の論文をみますと、リウマチや喘息を原則的には適応疾患から除外すべきだとする意見が大勢をしめています。その理由は効かないからではなく、長期観察例で副作用による再起不能あるいは死亡例が決して少なくないからです。これらの報告にも拘らず、現実はその悪魔

的治療効果から無反省に使う医師も多く、ステロイド漬けにされた患者が後を断ちません。

### 四、自衛手段は

最後に、ステロイド療法の副作用で苦しまないようにするには、どうすればよいか考えてみましょう。

(1) 専門医を選ぶ  
月並ですが専門医を選ぶことが大切です。専門医は副作用にも通じています。従って薬の使用方も慎重です。

(2) 症状と共存する  
ステロイドを使うと、症状は完全になくなり、食欲はでて、気分は爽快となります。安全な治療では、こうはうまく行きません。

(3) ステロイド療法のやり方  
ステロイド剤を中止する時、徐々に減量します。これは他の薬剤にはない使い方ですので、ステロイドを使ったことが分ります。

(4) 満月様顔貌に注意  
満月様顔貌(ムーンフェイス)とは、顔が満月みたいに丸くなることです。ステロイドを一ヶ月程度使ったと表われる副作用です。ステロイド剤に特有の副作用ですから、注意して下さい。

### 五、おわりに

リウマチや喘息は、さらにある病気です。貴方が、貴方の家族や知り合いが罹るかも知れません。その時、この拙文を思い出して下さい。何かのお役に立つはずですよ。





宇都宮 義真 撮影

「郊外の秋」



讃光譜



今日では、光線療法と言えは直ちに紫外線照射のことかと思ふほど、紫外線の効果が一般に宣伝されていますが、我々が日常最も多く享受し且つ最も恩恵の深い可視光線の生物学的研究の少ないのは全く意外です。併し太陽の光線は決して紫外線のみでなく又紫外線のみが有効なわけでもないことは、太陽光線の約60%が赤外線で、約35%が可視線で、紫外線は5%以下である事実を見れば明らかです。

○ 萬物化育の源泉である太陽光線の95%以上を占める赤外線、可視線を軽視し、紫外線を殊更重視するのは大なる過失です。太陽光線の中に不要なものは絶対にある筈がなく、赤外線、可視線は含有の割合から言っても、紫外線以上に人類の健康に貢献しているものと思われれます。

○ 可視光線は一見無色に見えますが、之を分光すれば波長の異なるに従って、虹の七色になります。仏教の言葉にある色即是空、空即是色とは、そのまま可視光線の説明になるのです。

可視光線の各々の色(波長)について、東京市衛生試験所の有本邦太郎博士が面白い実験を発表しました。同博士は幼少の白鼠を有色透明紙(セロファン紙)にて包んだ飼育籠に入れて、各波長の生育に及ぼす影響を研究したのでその結果の一部を示します

○ 紫外線偏重の過失

宇都宮 義真

と、白鼠は幼少期、発育期を通じて、一定の色の光線で飼育したものが、体重の増加率が高いのです。

光線	50日目	100日目	150日目
橙色	増40%	増31%	増10%

斯くの如く可視光線に限らず、凡ての光線が波長の異なるに従って各々異なった作用のあることは、吾人の将来の研究には好題目を提供するものと言わ

ねばなりません。

○ 従来人工太陽灯と称せられる水銀石英灯は紫外線の単一放射であるから、その光をみただけでも冷い不自然な感じがするのに反して、サナモアが自然的の温和な光線を放射するのは、日光の総ての波長を網羅しているためであります。

○ 赤外線は目に見えぬが温暖感があり、可視線は暁と共に世界を皎々と照す七色の光線の集ったもので、共に比較的波長が長く、人体内に透過力の強い光線で、太陽の光と熱とを代表するもののなのです。

○ サナモアは、単なる紫外線放射器ではありません。むしろ赤外線、可視線にも重点を置いているのが特徴で、従来の治療法で効果のなかった難症に奇蹟的の効果があると思えば、それは全くこの特徴に帰せねばなりません。

「光と熱」昭和10・9・5発行  
「可視光線の生物学的研究」  
「光と熱」昭和13・11・1発行  
— 紫外線偏重の過失 —  
より要約した。

## ☆ 御案内 ☆

サナモア販売・修理は、毎号治療例を寄稿して下さっている左記治療所にも取り扱っておりますので御利用下さい。

福岡県春日市大字須玖

一、一六四

前田光線治療所

前田 ミサ

神奈川県川崎市中原区

丸子通二一七〇九

東京光線治療院

海渡 一二三

サナモア販売・修理  
医療カーボン・ホルダー販売

治療と相談  
東京光線療法研究所関西支部

ウエノ光線療法

神戸市生田区下山手通3-44-27(国鉄元町駅北東5分)

TEL 078 (332) 1358



(二) れまでに、加令によって起る骨関節疾患について、サナモア光線療法的作用機序を概説した。

本号では、慢性関節リウマチの治療面においてサナモア光線の果す役割につき考察するが、既に述べた内容と重複する部分もあるので、既刊の原稿を参照して頂きたい。

(慢) 性関節リウマチは、先に述べた骨関節疾患とは、その趣を異にする。後者が加令の結果、避け難い変化が原因的に関与しているのに対し、慢性関節リウマチは、原因不明で主に青年を襲う疾患である。因みに本症の80%は20才から55才の間に発病する。性別では女性に多く、男性の2〜3倍である。

(本) 疾患は、明らかな誘因もなしに、突発的に手指、手首、膝などの関節に、発赤、腫脹を伴う関節痛が、通常両側性に多発し、寛解、増悪を繰り返しながら、関節間を移動する。症状は起床時に重く、日常の動作により軽快するのが特徴的である。罹患関節周辺の筋肉には、筋痙攣、筋萎縮を認め、普通屈筋が伸筋より強いので、関節は屈位に変形し勝ちである。病状が進むにつれて、関節間隙が破壊されるため、関節間隙

は徐々に狭小となる。骨には脱カルシウムを認めるが、関節腔には病的なカルシウムの沈着があり、ついには骨端線は消失し、関節は強直して関節機能を失うに至るのである。この様になった関節は、外見的には紡錘状に変形し、該部の皮膚は薄く光沢を持つ。(写真)

(二) れに対

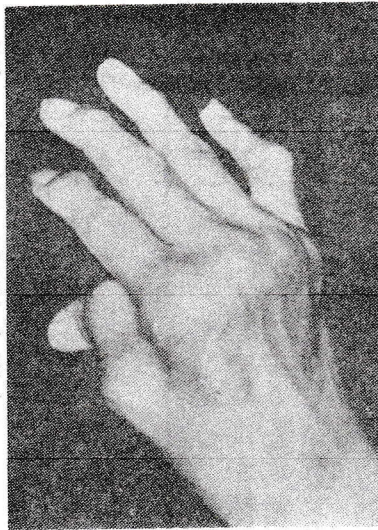
し、本症の薬物療法は、未だ確立されたとは言い難く、完治させる手段はない。このため治療は対症療法の出ない。

現在最も汎用されている薬剤は、非ステロイド系消炎鎮痛剤で、次いで金剤、ステロイド関節内注入などである。

曾て、リウマチの特効薬としてその対症的治療効果で医学界を席巻したステロイドの経口療法は、一過性の効果のみで、遠隔成績では病状の悪化、重篤な副作用が知られるにつれて、使用頻度は低下しつつある。(本紙二一八号、発想の転換―薬害か

## 応用光線療法学

### □ ビタミンDの作用 □ その4



慢性リウマチ患者。この程度まで進行すると日常生活は不便となる

医学博士  
宇都宮 光明

ら身を守るため―参照)

(二) のように、慢性関節リウマチは難治な上、進行性に経過するため、生命に直接危険はないが、関節機能の予後不良で、社会生活に適応し得なくなる人も多い。

本症発病後10年以上を経過した症例の30〜35%は、生計を立

た上で、サナモア光線療法の本症治療に果す役割を考えてみよう。

まず関節痛に対する鎮痛効果は、前号の応用光線療法学において述べた如く、主に赤外線、可視線の持つ直接効果であり、本症の関節痛にも奏功する。要は罹患関節に多方向から十分な照射を行うことが肝要であり、

可能性が示唆される。

まず、ビタミンD大量療法が検討された結果、臨床的に明らかな治療効果を示すが、ビタミンD過剰症を起し、血中カルシウム濃度の上昇、腎実質、血管等への異所性カルシウム沈着などの問題点があることが指摘された。

(し) からば、経口的に食品として与えたらどうであろうか。これならビタミンD過剰症を心配する必要は殆んどない。

この目的に合致したのが、鰵(タラ)の肝油である。自然食品で、ビタミンD含有量が最も高いのが鰵肝油で、これに優るのは他にはない。(塩味をつけトマトジュースと一緒に飲むと飲みやすいといわれる。)

鰵肝油は、慢性関節リウマチを始め、あらゆる関節炎に有効と報告されている。

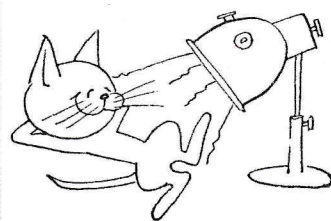
(前) 置きが長くなったが、本題のビタミンDの関与について話を進めよう。

即ち再三述べた如く、ビタミンDが骨の脱灰を防ぎ化骨を促すことから、慢性関節リウマチの治療経過にも好影響を与える

(し) かし鰵肝油も所詮は日光の代用品にすぎない。これに優るのが光線療法である。サナモアを用いるなら、気持よく必要量のビタミンDは作られ、これが病状に好結果をもたらすことは言うまでもない。

以上、事実を理解し





# 一治験例報告一

## ☆ 拇指切傷

症例 40才 女性

症状 ガラスで拇指を切り、

激しく出血、近医で治療したが、三日目頃から痛みが増してきたので、光線を思い出して来所された。

## 療法経過

BCカーボンにて患部に三十分照射(二号集光器)翌日、傷口よりガラスの破片が膿と共にでる。その後三日で全快。

## ☆ 乏尿

症例 60才 女性

症状 急に尿の出が悪くなり、身体の不調を訴え来所、既往に腎疾患、低血圧あり。

## 療法経過

Aカーボンにて、腹部十分、膝五分、腰十分、膀胱(肛門より)十十五分、小脳五分、翌朝排尿があり、四、五日の治療で血圧も上り、頭の

フラフラする感じも治る。  
神戸市 ウエノ光線療法  
上野 貞子氏報告

TEL 〇七八—三三二—一三五八

## ☆ 全身打撲症 鎖骨々折

症例 66才 男性

症状 階段の上から、二間下の踊場に落ち意識不明で倒れていたのを発見され、寝かされている中に意識を回復した。しかし逆行性健忘症を伴っていて、何を聞いても全く分らず、暫らくは夢遊状態で、一人で家を出て電車に乗ったり、記憶力障害のため同じ質問を数分置きに繰返し尋ねたりした。打撲による

外傷は全身に及んでいて、右側頭部(耳の後上方)に切創ならびに内出血、右鎖骨は骨折のため中央が隆起し、右手は腫れあがり疼痛のために動作不能、内出血は胸部(带状に)、腰部(仙骨から尾骨にかけ)左下腿外側に認め、全身各所に痛みを訴え、自力で起きることは全く出来なかった。

療法経過 第一日目は、全身各所に十二時間照射した。その間に野菜ジュース、玄米の重湯を摂る。その結果、痛みは楽になる。

第二、三日目は一日約十時間照射したが、日一日と痛みが減少して、起きれるようになった。

第四、七日目是一日約八時間照射、七日目には意識は完全に正常化し、記憶もよみがえり、落ちた日の模様をありありと語る。

第八日目以降は段々と時間も短かくして行ったが、十三日目には腕の上げ下げも出来るようになり、全経過約七十日間で全快した。

使用カーボンは、内出血にはB又はAB、骨折部はBC又はAC、内臓はAB、ADを交互に用いた。

この症例は、病院受診を拒み、光線療法と食養生だけで治療をしたが、元の健康体に復し、かえって若返ったようである。

## 愛用者だより

### ☆ 無事女児出産

東大阪市 大桃乗扶子

もっと早く御礼状をと思いつつ、今日になってしまいました。

サナモアのお蔭で今年一月十六日に無事女児出産致しました。健康な赤ちゃんで(出産時体重三〇七〇g、身長五〇cm)すくすく成長し、今では体重も八七〇〇gになりました。私は三回も流産をくり返し、赤ちゃんをよう生まないのではと心配しておりました。今までは夏でもスカートがはけない程の冷え症でした

### ☆ はじめは半信半疑

川崎市 宮治 すず

椎間板ヘルニアと診断され、整形外科に通院しておりました。知人よりサナモアをすすめられ、半信半疑で治療を始めました所、約二週間であらゆる症状が治りました。就寝後、数回のトイレ通いもヒタリと止まり、安眠出来る様になりました。これからは健康保持に役立

### ☆ 中耳炎が快方に

島根県安来市 森脇 栄市

長女が大学病院の看護婦をしています。友人からサナモアの効果を聞き、早速治療器を購入してくれました。

私は、風邪をひきますとすぐ中耳炎になり、医者に一、二ヶ月は通院しなくてはなりませんでした。でも、サナモア使用後は、日に日に快方に、通院しなくてもよくなりました。

秋から冬への季節の変わり目を控えて再発予防のため、毎日継続して使用してまいりたいと思っております。

## ☆ 難聴

症例 15才 男子

症状 電話の話し声が聞きとれない。

療法経過 Aカーボンで足、膝、腹、腰背を各五分、ABカーボンで、後頭部、両耳、咽喉部に暑いと言うまで照射、約一週間で症状は改善、十日間で治療を中断したが、授業が元の後の席で聞えるので、母子ともに大変な喜びであった。

春日市 前田光線治療所

TEL 〇九二—五八一—二〇三九

## ☆ 急性腎炎

症例 28才 女性

症状 全身倦怠感、腰痛ならびに下肢痛、足背部浮腫に加え、微熱、食欲不振があり、某院で急性腎炎だから入院するようにと言われたが、母親のすすめで光線療法を始めた。なお本例は妊娠中であつた。

療法経過 Aカーボンを使用、肛門部十分、腰、腹各十五分、後頭部五分、足裏十五分、左右横腹各六分、下肢の疼痛部に五分、合計約一時間二十分照射したところ、痛みがとれ、冷え症が楽になったと言う。以後、初回治療に準じて十三日間の治療を行い、症状は著しく改善した。

川崎市 東京光線治療院

TEL 〇四四—七二二—五〇六七  
海渡一三氏報告





揖斐川電気工業・青柳工場

# 医療目的に合った光線

## カーボン・アークの特徴

### 六、光源の留意

点とカーボン

・アーク

サナモアはカ

ーボン・アーク

を利用した光線

治療器です。今

回はカーボン・

アークの特徴を

如何に利用して医療目的に合った光線を得ているかについて述べます。

### 3、カーボン・アーク灯

カーボン・アークは、電気を使用した最初の光源ですが、点灯している間にカーボン電極が消耗する放電灯のため、一般的な照明には適しません。しかし光線療法の場合はみると、点灯時間には限度がありますから、カーボンの消耗は余り問題になりません。むしろ希望する光線の全てを、連続スペクトルで放射し、任意の波長を増量でき、かつ十分なエネルギーを持

つ条件を満たすのは、カーボン・アークしかありません。

カーボン・アークを詳しく見ますと、

(1) アーク自身

(2) カーボン電極の左右先端

の計3ヶ所から光線が出ていることが分ります。この内、電極

は摂氏四〇〇〇度位の高温にな

っていますから、太陽の日の出

2時間程に相当する光線を出し

ます。アーク自身の温度は摂氏

六〇〇〇度〜一〇〇〇〇度と言

われており、この部分では空気

や電極を構成している物質の原

子が、高温と高い電位傾度

(アーク空間の微小間隙電圧)

によって励起状態や電離状態に

なり、これによる発光現象をも

伴いますので、温度放射に加え

て、紫外部にも富んだ発光とな

ります。

さて、次に前述の3ヶ所から

発光する割合を調べてみましょう。

まずカーボンのみで発光さ

せますと、その割合は、カーボ

ン電極の陽極側で85%、陰極側で10%、一番多

いように見える

アーク自身から

は僅か5%に過

ぎません。ところが、発光しや

すい物質を芯剤に入れてやりま

すと、この比率が、陽極側10%

陰極側5%、アーク自身から85

%と飛躍的に増大して、発光す

る割合が完全に逆転します。そ

れにつれて、電気エネルギーを

光のエネルギーに変える発光効

率も著しく向上し、その結果、

医療目的に適うエネルギーを持

## 発光剤と色

発光剤	発光する色
鉄	紫 外 緑 黄 紅 白
バナジウム	
銅	
カルシウム、ナトリウム	
ストロンチウム	
バリウム、稀土類	

つ光線を得ることができるので

す。

そして、カーボン・アーク灯

の今一つの大きな特徴は、発光

物質を選択することによって、

適宜希望する光線を増すことが

出来ることです。発光剤によっ

て、放射光線がどんな色になる

か、例を挙げて表に示して見ま

した。

サナモア・カーボンは、白熱

電灯で不足する紫外部分をアー

クからの直接放射(白熱電灯や

蛍光灯の様なガラス管が不要な

ため紫外線が遮断されない)で

補い、他の放電灯では少ない赤

外部分は電極からの温度放射で

カバーして、太陽光線に近づく

ると共に、検討を加えた発光剤

を用いて、次の四種類を作っ

ています。

Aカーボン 全光線

Bカーボン 赤外部豊富

Cカーボン 紫外部豊富

Dカーボン 可視部豊富

(特に黄緑部)

夫々のカーボンでは、強調部が太陽光線より強くしてあります。

## よい治療器の条件 反射光線を遮断せよ

揖斐川電気工業(株)・青柳工場

技術部の御厚意で、サナモア・

カーボンの話を連載しております

ですが、これまでの内容から、その

原理、特徴をほぼ御理解いただけ

たのではないかと思います。

このように揖斐電では、世界

でも最高水準のカーボン製造技

術を駆使して、当研究所の要請

に応じたサナモアカーボンを供

給してくれているのですから、

その性能を最大限に生かす治療

器を造らなければなりません。

光線は波長により反射の仕方も

違います。金属板に対する反射

を調べますと、波長の短い光

線(紫外線)は反射せず、波長

の長い熱線(赤外線)はよく反射

します。と言うことは、治療器

を造る時、反射光線を遮断する

ようにしなければ、熱のため有

効な紫外線浴ができなくなるの

です。

前号で世界初の小型カーボン

アーク灯(フィッセンライン灯)

について書きましたが、その写

真を見直して頂いても分ります

が、反射装置は全くありません。

サナモア治療器は、光線の性

状をよく理解した上で、細心の

注意を払って造っているの

です。



## 健康藪呪

## ■「危機待ち医療」■

夙に後承知のように、日本は世界の最長寿国になり、日本料理はダイエット(減量食)に適する健康食として注目されています。でも成人病や癌の恐怖は避け難く、せめて自分で出来る健康法を求めて、健康教室、健康産業は大流行のようです。

今年の六月、宰相、大平正芳氏が心筋硬塞のため急逝しました。日頃から健康診断をうけ、最初の発作後は現代医学の最善の手当を受けながら、発作の再発を防げず死亡に至った経過に、疑問を抱いた人も多いようです。それは治療医学の能力を過大に評価し過ぎていたためでしょう。この疑問に対する答えとして「危機待ち医療」と言う言葉が用いられていました。誰れの造語か知りませんが、実に透逸な表現で、医学の限界を如実に示しています。

最も手軽な健康法として、ジョギングが流行っています。ジョギングも遣りつくと中毒みたいになって、遣らずにいられなくなるそうですが、お酒の中毒と違って良いことだと思っていました。ところが最近、ジョギングの害とやらが、ジャーナリズムを賑わしています。どうも医者は御節介が過ぎます。どんなことでも過ぎれば悪いことなど分り切ったことです。

その昔、アイゼンハワー大統領が心筋硬塞で倒れた後に、心臓病の碩学、主治医のホワイト博士とゴルフ場に現われた時、日本の医者は啞然としました。当時の日本では、3ヶ月間は便所にも行かせない絶対安静が普通だったからです。そして現在では、早期離床の上、ジョギングをやらせる方法まであるのですが、むしろ予後は良好で、死亡率も安静群に比べて高くないことが報告されています。一方、日本最大の製薬会社の後継者が、40代でジョギング中に死亡しました。このように予測できない事故が起る可能性もあり、危機待ち医療の一面を表わしています。

この危機を遠ざける処方、商品を買うように手に入れることはできません。そこで、各人各様に、信じることを遣るより仕方がないでしょう。かつて二木謙三博士は、食物、水、空気、日光を健康の四大要素と述べていられます。健康法に適度な光線浴が必要なことは疑いないことです。

## 目黒通信

★ 今年には異常な冷夏で、農作物の被害が多発しています。この日照不足の影響は、私達の抵抗力をも弱め、風邪を始め色々な病気に罹りやすく、治りにくくなります。

★ 後楽園球場の医務室に、担当医師、柴孝也博士の依頼でサナモアが設置されました。サナモアのスポーツ外傷に対する卓効は、経験者なら誰れでも知っています。

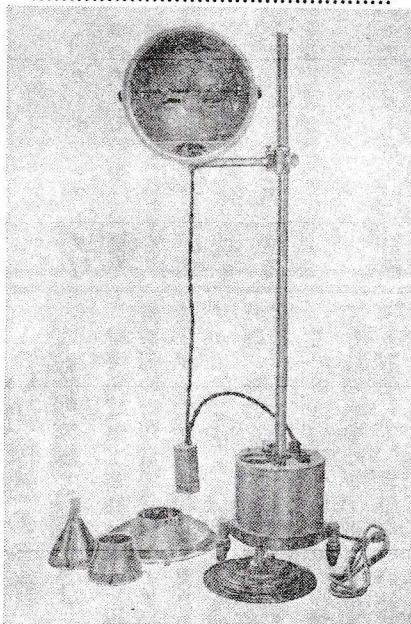
★ 巨人軍選手の健康管理に役立てるそうです。

## カーボン送料 55・10・1改定

1キロ(6箱)まで (基本送料)	1キロ増(6箱増)に 金額加算	40箱以上 100箱まで
北海道及九州・山口 1,100		全国一律
青森・秋田・岩手・福井 950	80円増	2,000円
中国(山口除く)		
東京都下・関東甲信越 800		
中部(福井除く)・滋賀 700	60円増	
福島・宮城・山形		
東京23区内		

※「光線療法学」(定価1,000円、送料250円)

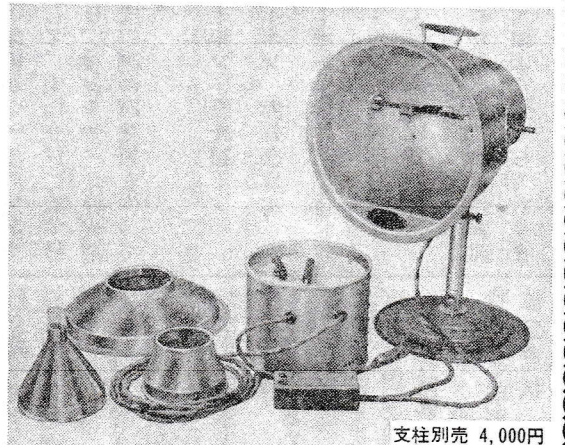
<7号器> 定価 85,000円  
送料 6,000円



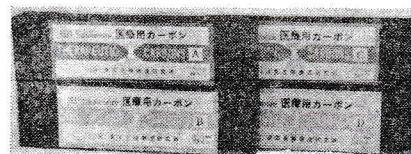
発売元

〒153 東京都目黒区目黒四六十八  
(株)東京光線療法研究所  
電話東京(03)七九三二五二八  
七二一五三三二

<8号器> 定価 65,000円  
送料 5,000円



支柱別売 4,000円



## ■医療用カーボン

A B C D

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