

# 健 康 と 光 線

この原因には、未熟児にみられる特発性新生児黄疸、母児間血液型不適合による溶血性貧血（Rh型やABO型）先天性溶血性貧血などがあります。

も、生後一週間以内に軽い黄疸を認めることができます。この黄疸は、新生児生理的黄疸と言われ、放置しても自然に治り、何んの後遺症も残しません。これに対し、黄疸の成立機転は同様でも、黄疸が生理的範囲を超えることが確実に予測される場合や現に高度の黄疸を認める場合、新生児重症黄疸と呼び、放置すれば取り返しのつかない障害を残します。

新生儿重症黄疸

毒物質が脳に入ることを防ぐ、  
血液・脳閥門と  
言われる機構があり  
ますが、遊離のビリルビン  
が高値になると、特に未熟児では  
は関門の機能が未発達なことも  
あって、ビリルビンは脳内に移  
行し、脳神経細胞（脳灰白質）  
を黄染します。これを核黄疸と  
言います。

この核黄疸こそ、脳障害の原因  
因ですから、新生児重症黄疸の  
治療は、神経細胞を障害するビ  
リルビン値の上昇を抑えられ  
ば目的を達します。

# 新生兒重症黃疸について —光線療法の適応になるまでの経緯—

サンモア光線協会  
サンモア中央診療所

医博  
宇都宮光明

ビン血症に対する緊急治療に現在も用いられていますが、一面、効果は一時的で、操作も難で新鮮血や人手を必要とすので、比較的限られた病院でないと施行できないのが欠点で、また、事前に高ビリルビン血症を予防する作用もありません。

日本でも、アメリカから有効との報告が出るまでは、一切利用されませんでした。この間にも、光線療法が新生児重症黄疸の死亡率をさげ、脳障害を防ぐことを確認したデータは数多く発表されており、作用機序も解明されつつありました。そしてついにアメリカでも、一九六八年にルーシーらが、光線療法の効果を報告したのです。これを契機に、光線療法は燎原の火の如く世界中に普及し、日本でも利用され始めるのです。

光線療法は人類創世以来最古の治療法でありながら、最も未開な治療法です。実地臨床上みられる多様な効果も、経験に頼るところが多いため、未経験者は医師も含めて懷疑的にならざるを得ない面もあります。しかし、新生児重症黄疸の治療に光線療法が用いられるまでの概要を振り返ってみて、治る事実より何故治るかの理論を優先させることの誤りを感じるのは、著者の僻目でしょうか。

百聞は一見に如かず”と申します。色々な病気に光線の効果を試して下さい。

発行所  
〒153 東京都目黒区目黒  
4-6-18  
サナモア中央診療所内  
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

者は「新生児高ビリルビン血症に及ぼす光線の影響」と題して、光線の可視部にビリルビンを低下させる作用があることを、有名な英文医学雑誌「ランセット」に報告しました。

新生児重症黄疸は、出生直後の新生児に特有の病気であり、光線療法は新生児の管理上の一手段として入院中に用いられる関係から、一般的には馴染みがないかも知れませんが、今では予防や治療に欠くことのできない治療法として、あらゆる病院で用いられていることは言うまでもありません。

鹿児島で日本で最初の5つ子が生まれた時、国中の人々は固唾を飲んで成り行きを見守りました。5つ子は極小未熟児で生まれたため、医師団が総力をあげて救命にあたっていいる様子や、日日発育する有様が報道されていましたが、その中にも新生児黄疸の治療で光線療法をうけたことが述べられていました。このように、新生児が健全に発育する上で一役買っているのです。

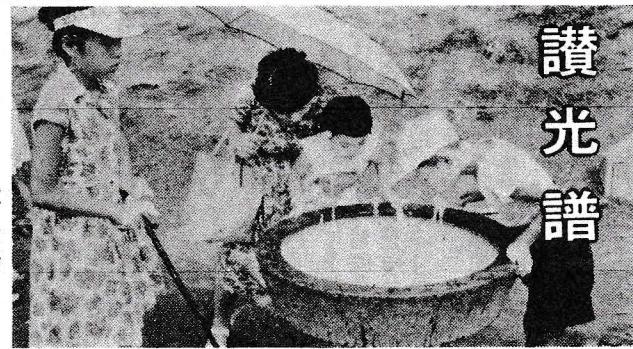
光線療法は人類創世以来最古の治療法でありながら、最も未開な治療法です。実地臨床上みられる多様な効果も、経験に頼るところが多いため、未経験者は医師も含めて懷疑的にならざるを得ない面もあります。しかし、新生児重症黄疸の治療に光線療法が用いられるまでの概要を振り返ってみて、治る事実より何故治るかの理論を優先させることの誤りを感じるのは、著者の僻目でしょうか。

百聞は一見に如かず”と申します。色々な病気に光線の効果を試して下さい。



# 讀光譜

宇都宮義真撮影



水飲み場



## 人間が恐ろしい

バイキンも恐ろしいが人間に  
はもつと恐ろしい力があります。  
電車やバスの中には、バイキン  
が立ちこめています。それを  
毎日吸いこんで平気で生きてい  
る人間は何んという強い動物で  
ありますか。毎日ゴミタメ  
をあさって食料を求めている人  
々の胃袋に至っては又格別であ  
ります。

結核病院の医者や看護婦も決  
して結核で全滅しません。毎日  
目の中に飛びこんで来るバイキ  
ンも悉く涙で殺されています。  
あるバイキンが申していまし  
た。「ペニシリソウやストレプトマイ  
シンよりも人間が恐ろしい」と。

## 医者か易者か

○「アナタの病気はカリエスで  
すよ」

△「…………」

○「アナタは転ぶか打つかした  
ことはありませんか」

△「そう言えば先日駅でチヨツ  
ト転びました」

○「そうです、それがカリエス  
の原因です」

生きて動いている人で、転ぶ  
か打つかしない人はありません。  
打つてもたたいてもカリエスに  
ならぬ人はどうしますか。カリ  
エスの原因はそんな簡単なもの  
ではありません。

病は睡眠不足や精神の不安や暴  
食暴食等からも起ります。胃  
腸病には薬だけをのませるのが  
よいか、生活を改善させるのがよ  
いかは常識でも分ります。

光線療法

力があります。

生きて動いている人で、転ぶ  
か打つかしない人はありません。  
打つてもたたいてもカリエスに  
ならぬ人はどうしますか。カリ  
エスの原因はそんな簡単なもの  
ではありません。

病は睡眠不足や精神の不安や暴  
食暴食等からも起ります。胃  
腸病には薬だけをのませるのが  
よいか、生活を改善させるのがよ  
いかは常識でも分ります。

光線は余りいろいろな病気に  
きくので不思議に思う人があり  
ます。即ち皮膚病の薬は風  
邪引きにはきかず、風邪薬は胃  
腸病にはきかないからであります。  
それは永い間の習慣になって  
いる薬の考え方から来る疑問で  
あります。即ち皮膚病の薬は風  
邪引きにはきかず、風邪薬は胃  
腸病にはきかないからであります。

しかし光線療法は体に備って  
いる力を強くする方法であります  
から、何病気にも応用できる  
わけであります。

## 病気と体力

宇都宮義真

### 人 の 体

体の中のバイキンを完全に殺  
す薬は人間の生命をも完全に奪  
います。

それでは病気は一体どうして  
治るのでしょうか。

太陽光線の中には万物を生か  
す力が含まれていますから、太  
陽がなくなると生物は一切生き  
ていません。

生きる力は病気を防ぐ力であ  
ります。病気を防ぐ力は病気を  
治す力であります。

光線療法は太陽光線中の治療  
に必要な光と同じ波長の光を人  
工的に豊富に発生させて応用す  
るのであります。

「ヒゼン三年、カサ五年」と  
言つて皮膚病なども四、五年も  
すると自然に治ることがよくあ  
ります。肺結核や淋疾や青ソコ  
ヒや癌なども自然治癒するこ  
とあります。

人は皆自分の体に病気を治す

足であります。しかしビタミン  
Bの不足の原因は食物ばかりで  
はありません。日に三度同じ食  
事をしても脚気になる人となら  
ぬ人があります。

カルシウムの不足も全く同じ  
であります。カルシウムの不足  
の原因は、カルシウムを吸収で  
きない自分の体にあります。

胃腸病の原因は胃腸薬をのま

(一) 一九一九年にはハルドシングスキーが、目に見えない紫外線がクル病を治す自然の巧妙なからくりを始めて報告して、それまでの百家争鳴のクル病治療法に一応の決着をつけたのであるが、発見の契機は他疾患の治療中に偶々気付いたものであることは、本紙二一四号「抗クル病作用発見の経緯」にも述べたので参考して下さい。

ハルドシングスキーは偉大な先駆者から発見した治療効果を、重篤な病患に応用したことでも、ある事ながら、即にこの時に、照射部の皮肉に光化学物質が生じ、毛細血管から吸収され、血流を介して遠隔部の骨に作用し、カルシウム塩の沈着を促すとの仮説を立て、ホルモン的な作用なるが、これを理解するには、ビタミンとホルモンの違いについて一通りの知識が必要である。機構を正しく予測していくことである。

(ビ) タミンは、食品に含まれるが体内では合成できない微量栄養素で、補給されないと正常な代謝機能を営めなくなる。この定義から考えると、ビタミンDは主に紫外線の作用で皮肉で生成されることから、ビタミンと言るのは不適当であろう。し

しかし食品にも不十分ながら含まれていて、不足によりカルシウム代謝に異常を起すことは、ビタミンとしての性状に合致する。

(一) 方、ホルモンは、内分泌臓器で生成されると直接血液中に分泌され、他臓器の機能に特異的な影響を及ぼす物質のことである。

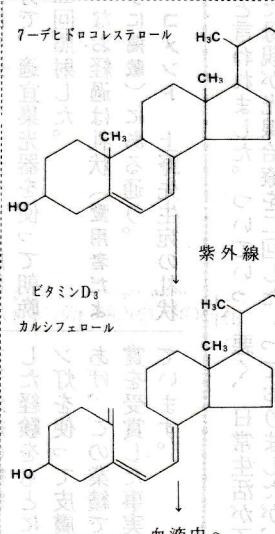
これをビタミンDに当てはめてみると、皮内で生成され、排出管を経ずに直接毛細血管から吸収され、血中へ移行して全身に作用するのであるから、作用機序はホルモン的であるが、食品からも摂取し得る点は、全く異質である。

即ち、ビタミンDはホルモン的な性状を持つ点で他のビタミンと明らかに異なるが、ビタミンとしての特異性もあり、ホルモンとも言い難いため、ビタミンに分類されているのである。

(二) のビタミンDのホルモン的作用は繰り返し述べたことがあるが、ビタミンD欠乏症は、あくまでも光線欠乏症であって、他のビタミン欠乏症の如く栄養不良が原因ではないことを、改めて脳細胞に焼き付けてほしいからである。

# 應用光線療法學

## □ ビタミンDの作用 その 11



かめ、前々号に述べたバームの報告を改めて裏付けると共に、報告を改めて裏付けると共に、低リン食で作成した実験的クル病も同様に治ることを示したのであるが、これ以後、光線の効果は搖ぎないものになった。

(ヘ)  $\times \times \times \times \times$   $\times \times$   $\times \times$

(ヘ)  $\times \times \times \times \times$   $\times \times$   $\times \times$

スは光線とクル病の関係を研究しているうちに、光線を照射した亜麻や綿の種子で鼠を飼育するとクル病が治る面白い現象に気付いたのである。その後、ハリー・ステイーンボック

エラーラーは植物中のエルゴカルシフォルニウム、即ちビタミンD<sub>2</sub>になると見い出して、光化学物質の一部を突き止めたのである。

た。にも拘らず、ビタミンD欠乏症を栄養不足と曲解し、食品にビタミンD（多くはD<sub>2</sub>が用いられる）を添加したり、肝油を服用すれば、光線欠乏が補えるかの曲学を唱える医学者すらいるのであるが、この誤りは次号に述べる。  
×  
×

(一) 一九一九年にハルドシンスキーが、目に見えない紫外線がクル病を治す自然の巧妙なからくりを始めて報告して、それまでの百家争鳴のクル病治療法に一応の決着をつけたのであるが、発見の契機は他疾患の治療中に偶々気付いたものであることは、本紙二一四号、「抗クル病作用発見の経緯」にも述べたので参考にして下さい。

ハルドシンスキーは偉大な先駆者から発見した治療効果を、重症クル病患児に応用したことでも然る事ながら、即にこの時に、照射部の皮肉が光化学物質が生じ、毛細血管から吸収され、血流を介して遠隔部の骨に作用し、カルシウム塩の沈着を促すとの仮説を立て、ホルモン的な作用機構を正しく予測していたことである。

(と) ところでハルドシンスキー

かし食品にも不十分ながら含まれていて、不足によりカルシウム代謝に異常を起すことは、ビタミンとしての性状に合致する。

一方、ホルモンは、内分泌臓器で生成されると直接血液中に分泌され、他臓器の機能に特異的な影響を及ぼす物質のことである。

これをビタミンDに当てはめてみると、皮内で生成され、排出管を経ずに直接毛細血管から吸収され、血中に移行して全身に作用するのであるから、作用機序はホルモン的であるが、食品からも摂取し得る点は、全く異質である。

即ち、ビタミンDはホルモン的な性状を持つ

そして、著者がビタミンD光ビタミンと言い、皮膚で表現するのも、皮膚で治した原点に戻る必須感である。

ルフ・ウインダウスである。一九三六年、ウインダウスは、皮内の  
7-デヒドロコレステロール  
そホルモン前駆物質（プレホル  
モン）であつて、これに紫外線が  
作用してカルシフェロールに変  
ると、極めて強力な抗クル病効  
果を持つに至ることを明らかに  
して、これをビタミンD<sub>3</sub>と命名  
し、人と植物とは反応過程が異  
なることを証明した。（図）  
ウインダウスは、この業績に  
よつて、ノーベル賞受賞の栄誉  
を受けたのである。





□ S・Fさんは、S30年虫垂炎、S40年子宮筋腫、S49年いば痔と3回の手術を受けていますが、現在は心電図で冠動脈硬化所見がある以外は血圧も正常で、その他の検査でも異常は認められないとのことです。また子供はないとのことです。4人、酒、煙草は嗜みません。

さて質問のお手紙は、「青葉 若葉の最良の季節になりました。」

昨年秋からお世話になっています。私は生まれつき腺病質で、一度風邪を引くとどんな治療をしてもどんどんひどくなり、二ヶ月かかってやっと治るのですが、今年は一度も風邪を引

かず、これは間違なく光線の  
お蔭と感謝しています。この風  
邪のように、坐骨神経痛もすっ  
きりしてくれないかと思い、一  
日一回一ヶ所5分で光線療法を  
続けていますが適切な指導をお  
願いします」との書き出しで始  
まります。

ここまででの文面には、半年間  
光線療法をしたにも拘らず、坐  
骨神経痛の症状は残っているが、  
身体の抵抗力はついてきたこと  
が記されています。

その上で、病気の始まりと現  
までの経過を、

要旨次の如く書  
いてあります。

「昨年六月に、  
きつい農作業を  
きっかけに坐骨  
神経痛を起し、  
整形外科で変形  
性脊椎症、神經  
内科で椎間板ヘルニヤと診断さ  
れたこと、それ以来、注射、飲  
み薬、坐薬、貼り薬、針、灸、  
整体治療などを受けたが、良い  
のはその日だけで効果がないの  
で止め、今は光線療法だけして  
いるが、最近整形でコルセット  
を作ったこと、現在の自覚症は、  
立つても座つても臀部から足に  
かけてシビレや鈍痛があり、特  
に大腿内側が痛む上、冬の間中  
水を当てられたように冷たく、  
腫れてもいいのに重いことに  
加え、十分位歩くと鼠蹊部がひ

きつり掃除機を使う姿勢で腰から尾骨にかけて痛みがあり、また十五年位い前から正座する膝が痛むこと。」などです。

■ S・Fさんは、二つの異なる診断を下されていますが、このような病名では主に整形外科で治療されることと、椎間板ヘルニヤで行なわれる牽引療法を受けていないことから、変形性脊椎症として治療されたと思われます。これに対し、光線療法はいずれでも腰に照射すれば、痛みを和らげ筋を弛緩しますので、

# は人類の弱い

## 形性脊椎症と光線療法

回答者 サナモア中央診療  
医学博士 宇都 宏

例えヘルニヤでも脱出した髄核が正常な位置に戻りやすくなることから、基本的な照射法は變りません。

さて、このような診断を受けた場合に最も大切なことは、決して病気に負けないことです。そこで病気に負けないためには、病気の性状と、自分で為すべきことを知らなければなりません。

まず変形性脊椎症の病名の由来から説明します。脊柱は骨盤の上に椎骨が積み重なって出来ていますが、還暦前後になると、

若い頃にはない変形を椎骨に認めるようになります。それ故、六十才以上の人には症状の有無と関係なく、レントゲン所見上では変形性脊椎症はあるのです。言い換えれば、誰もが年々養をとる関係から、症状が改善しても変形所見は悪化しますし、子供や若者には絶対にない病名です。

ところが、患者さんの中には自分だけ骨が変形していると思いい込み、病院に通ってもかばかしくないことから治すことを諦め、ただ痛み縮め、ただ痛みだけ楽になればと寝て暮していっている人もあります。もしこんなふうに考えていても治らない原因と言いつつも過したら、これが理解することが大切です。

光線には速効性的鎮痛、筋弛緩効果と、長期使用による骨の軟化を防ぐ作用があります。まず光線の鎮痛効果は、照射時間と比例するので、S・Fさんは、A・Bカーボンを使い、

点療法  
診療所  
宮光明

腰15分、仙骨から尾骨15分、膝前後各10分、足裏10分で計60分と時間を長くし、朝夕2回と回数を増やすよう返事しました。  
骨軟化を防ぐ作用は、光線のビタミンD形成能です。S・Fさんの場合、体力がついたことは同時に骨を丈夫にする機転も働いてるので、カルシウムや蛋白質の豊富な食事にも気配りしながら続ける必要がありま  
す。  
不自然な姿勢も腰を痛め、坐骨神経痛や腰痛を悪化させます。例えば、中腰の仕事を続けたり、腰を伸したまま重い物を持ち上げたり、車にばかり乗ることや、柔かいベットに寝ることもよくありません。  
また、少なくとも、照射中から照射直後の痛みが和らぎ、筋緊張がとれている時を利用して、腰の屈伸や腹筋運動をする必要があります。その上、散歩や軽いジョギングなどを行えば一層有効です。  
ところで、これらの治療法は、自覚症を速やかに改善する対症的効果では、安静やコルセット装着に劣ります。しかし加令に伴う筋力の衰えや骨軟化を防ぐには、これまでに記した治療法を根気よく継続して、原因から治す必要があります。  
病気と闘い、病気を征服する意気込みで頑張って下さい。

## 日射病と熱射病

### 原因からみた予防法

間もなく真夏の太陽が照りつける盛夏です。日本は温帯ないし亞熱帶圏にあり高温多湿なため、日射病や熱射病がみられますが、高温環境で激しい労働や運動に従事している時に、頭痛、めまい、吐き気、嘔吐、筋痙攣などの前駆症状から、視力障害、意面蒼白、発熱、全身痙攣、意識消失などを訴える時、これら2つの病名は混同して使われています。そこで字引にはどう書いてあるか引いてみました。

「日射病」をみると、強い日光の直射に長時間さらされている場合に起こる病気、喝病（エツビヨウ）とあり、「熱射病」は、高温の所に長時間いたために体温の調節ができなくなつて起こる病気と記載されています。この内容は常識的ですが、実際には直射日光にさらされただけでは殆んど日射病は起こさないことが分っています。そこで安心して健康上も日光浴を楽しんで頂くために、その訳を説明します。

日射病は直射日光が頭蓋骨を透過し、脳の中枢を過熱して起こすと考えたのですが、生体は恰も水冷エンジンの如く過熱部を循環血液が冷却するので、直射日光のみに起因する日射病は極めて稀です。これに対して原因が夏の炎暑である、製鉄所の

熔鉱炉や炭坑の坑内の如き高温環境であれ、暑熱環境の中を動き廻り、体温がうつ積して血液を過熱した結果、脳中枢を過熱する場合には冷却されませんので熱射病を起しますが、このようないい条件下では日光の直射が病状の悪化を助長し日射病を起します。

この観点から両者を折衷した表現が、昔の日本陸軍にあります。一般には使われていませんが、「喝病」がこの意味で造られた言葉です。まず陸軍の行軍病提要には、「日射病は太陽の直射による頭蓋内容過熱に起因して発生し、熱射病は太陽直射の有無に関せず、筋労と体温うつ積に因りて起る病気を意味す。軍隊に多発する此等の疾患は、夏季の行軍演習等に最も著明なるが故に、両者を発し易き因子は之を同時に考慮すべく、且其症状相錯綜せるを以つて判然と両者を区別すること困難とす。

即ち両者を総称して喝病と称し、その主因は「日光の直射に関係せず、高気温の影響と過度の筋労作とに関わる身体の過熱にあり」と一層明確に述べています。

さてここまで記述から明らかな如く、日射病や熱射病を予防する上で最も大切なことは、体温のうつ積を防ぐことです。

次にその対策を述べます。

曾ては、暑熱環境のために多量に発汗し喉が渴いても、水は飲まない方がよいと思われていました。これは水分のみを補うと、汗と共に塩分が失なわれ電解質バランスを崩すからです。

しかし今では、塩分と一緒に水

を飲むようにならざるようにならなければなりません。

また、もし発病の危険性を示す前駆症状はつきりした症状があれば、体温のうつ積を速やかに治すため、何がなんでも冷

さなければなりません。その上

で薄い塩水を与えることが大切

です。

夏の日光浴は、寒い冬を健康に過すためにも極めて有益です。

そのためにも積極的に日光浴を

して下さい。この際、強烈な直射日光が頭部に過剰に照射する

た会員にて構成し、会員相互の懇親、体験発表

意見交換を通して、光線療法についての理解を

深めるため「健康と光線」を季刊にて発行しました。

サナモア光線協会は、設立の趣旨に賛同戴い

た会員にて構成し、会員相互の懇親、体験発表

意見交換を通して、光線療法についての理解を

深めるため「健康と光線」を季刊にて発行します。

サナモア光線協会は、設立の趣旨に賛同戴い

た会員にて構成し、会員相互の懇親、体験発表