

傷の治療には温めるという理由だけで使わなかつた人は決して少なくありません。

しかも、サナモアには気付きにくい効果が多くあります。一例を挙げれば、副腎の機能を高めてストレスや冬の寒冷刺激に

サナモア使用上の利点
これからサナモア光線療法を
始めようかと考えている人が、始
めむべき副作用はありませんので、
使い方を熟知するためにも、常時
利用するようにして下さい。

サンモア使用上の利点

光線は誰にも必要です。むしろ、母乳にはビタミンDが含まれてないことや、妊婦は丈夫な子に育てるためにビタミンDの必要量が増すことを考えれば、積極的に照射すべきです。勿論、極害はありません。

サナモアを使つたことのある人にとっては至極当然な鎮痛効果をとつて見ても、未経験者は容易に信じません。一方、慢性の疼痛に苦しんでいてもサナモアを知らない人は何處にも沢山います。これらの人々が、サナモアを試して見ようかと思うには、信頼されている体験者の皆様の口添えがあつて始めて説得力を持つのです。

また、サナモア利用者の中に、火の治療に使つているのに、火も、せっかくあるのに経験不足から一部の病気にしか使わない方がいます。例えば、腰や膝の痛みの治療に使つているのに、火

サナモアを使ったことのある人にとっては至極当然な鎮痛効果をとつて見ても未経験者は容易に信じません。一方、慢性の疼痛に苦しんでいてもサナモアを知らない人は何処にも沢山います。これらの人々が、サナモアを試して見ようかと思うには、信頼されている体験者の皆様の口添えがあつて始めて説得力を持つのです。

はありますまい。しかし、絶対して使うことで得られるこのよ
うな効果があればこそ、サナモ
アの応用範囲は広いのです。従
って特にお願ひしたいことは、
自覚症に乏しい内科系疾患を含
め日頃経験するあらゆる病気の
治療に併用して、使用前後に効
果を比較し、サナモアの効果を
確めて下さることです。

(1) 私でも使えます
か?
使用法は簡単至極
で、特別の技巧は要
りません。「光線療
法学」を参考にすれ
ば誰でも直ぐ照射出
できます。
(2) 赤ちゃんや妊婦に
掛けても大丈夫です
か?
生まれたばかりの
乳児から老人まで、

未経験者には
信じられない。

健康と光線

発行所

〒153
東京都目黒区目黒
4-6-18

サンモア光線協会

年4回発行

会費 年500円
電話 東京(03)
793-5281
712-5322

(3) どんな感じの治療ですか？
丁度日向ぼっこをしているような感じです。犬や猫の治療をすると良く分かりますが、嫌がらずとも気持ち良さそうに掛けさせます。
(4) 本当に効きますか？
サナモア光線療法は生体の機能を高め、自然治癒力を増す治療法ですので、何病にも効果があります。その為、却つて信じています。

省略し、薬剤副作用を軽減する
ことが可能です。

サナモア光線療法について

—百聞は一見に如かず—

サンモア光線協会
サンモア中安診療所

医学博士 宇都宮 光明

(5) どのように下さい。

に効きますか？

前後で比較して見

アの治療効果を聞いて下さい。

また、現在使用中の方でも未経験の病気に応用する場合には、それまでに受けた他の治

保健、予防にも

おめでとう
ございます

昭和六十二年 元旦

サナモア光線協会

豆まき

宇都宮義真撮影



決め手がない

例年、流感は全国的に猛威を極め、遂に小、中、高等学校が休校する騒ぎになるのであるが、これに対して何ら積極的な治療法はない、自然に発生した流感は自然に下火になるのを待つ以外に手がないようである。これでは対策は対策でも甚だ心もとない対策である。

一般に「風邪位」と言われるよう、いざ治そうと思うところ位治しにくい病気もなく、名医、大家も消極的な応急処置をするだけで、應々にして世界的な規模にまで流行する結果となるのである。

流感の治療法

風邪引き位治せないようでは甚だ困るのであるが、風邪のウイルスに効く薬は未だ発見されていないのである。だから已むを得ない次第である。従つて、薬は対症的に解熱剤や鎮痛剤や鎮咳剤が用いられる。例えば、アスピリ

ンをカゼ薬と思っている人もあるが、日光と空気と水と食物で

るが、アスピリンは単なる解熱鎮痛剤に過ぎない。アスピリンをのんで一週間で治る風邪ならば、飲まずに黙つて寝ていると五日で治る。この方が、胃腸障害も起こさないし、治りも早いのである。

しかし、薬物療法だけが治療法の全てでないことは、如何に流感が猛威を極めても、鼻風邪一つ引かない人も沢山いることに気づくならば自明の理であろう。そして、流感対策も別ものになつてくるのである。

根本は何か

元来、風邪を治すのは、医者でも薬でもない。各人の身体に備わる自然良能と言われる抵抗力によつて治るのである。

風邪にならなければ、風邪のウイルスに感染しなかつたのではなく、自然良能で知らぬ間に治つてしまつたのかも知れない。つまり、感染と発病とは別である。

果して然らば、この自然良能を強くするものは何であるか。

それは、環境の四大要素と言わ

医学以前のもの

だけ、流感にもかからず元気に過した例は沢山ある。

だけ、流感にもかからず元気に

流感対策

宇都宮 義真

ある。また、健康の三大要素と言われる、食欲と便通と睡眠によく気をつけることである。殷鑑遠からず、流感で一家が枕を並べてたおれている中に、幸いにして(?)平生から体が弱くてサンモアを照射していた人

はならない。サンモアは、大陽光線に含まっている紫外線、赤外線、可視線を豊富に放射することによって、生体の自然良能を急速に高める結果、いろいろな病気の予防と治療に効果がある。

今年もまた、流感の流行が予想されることからも、進んで体力を増強しなければならないのであるが、流感の積極的な予防ならびに治療対策の一環として常日頃からサンモアの照射を切にすすめたい。

結局「病気を予防する力が、本当に病気を治す力である」とを肝に銘じることこそ、最善の流感対策である。

「健康と光線」

昭和32年8月5日発行

「流感の猛威と治療医学の貧困」「健康と光線」

昭和32年11月5日発行

「流感対策一齊休校以外にないか—より要約した。」

(糖) 痘病の基本的な異常はインシュリン作用不足によることは言うまでもない。一九二二年にパンティングとベストが発見したインシュリンによつて、糖尿病による死亡は激減し、その後の経口糖尿病剤の開発と相まって、糖尿病患者の血糖値をコントロールする面での治療は急速に進歩した。

しかし、余りに薬物療法に頼つて、糖尿病治療の基本である食事・運動に対する配慮を怠るなら、合併症と言う形で付けは患者本人に来ることを忘れてはならない。合併症を防ぐ上で食事と運動の重要性は些かも減少していない。加えて前号でビタミンDに抗糖尿病効果があることを示したノーマンらの報告を引用し、インシュリンの問題に限つても、糖尿病の管理の一環として光線療法が役立つことを述べたが、本号では合併症を予防する上で光線の果たす役割について考察する。

（糖）尿病に伴う特有の慢性合併症は、

一、糖尿病性細小血管症
(主に細動脈の動脈硬化症)

二、糖尿病性神経症

三、糖尿病性網膜症

四、糖尿病性腎症

の四つであるが、これらはいずれも日常生活を制約し、生命の予後を脅かすので、これら合併症を進展・悪化させない様にすることこそが糖尿病の治療目標と言えるのである。然るに現在に至るも合併症は増加傾向を示しており、満足すべき成績は得られないのが実情である。

因にトップは糖尿病性網膜症の成人の失明原因であり、人工腎臓による透析療法を受けなければならぬ糖尿病性腎臓の患者は年々増加し、透析原因の半数を占めている。また、下肢の糖尿病性壞疽の患者(写真)も、この二〇年間で約六倍に増えていると言う。こうした現状について、ある人工透析の専門医は、「厳格な血糖コントロールとは一体何だったのか?」と疑問を投げかけ、糖尿病研究の大家は、「糖尿病学は進歩したと言うけど、果たして本当なのか?」と錯覚ではない

（先）
× ず細小血管症による合併
×
症を起こせば、心臓の冠動脈に硬化の原因になり、脳動脈に硬化性の変化を起こせば、脳卒中の原因になる。これには遺伝的な因子が関与しているため、ある程度は避けられないものと考えられているが、治療のよしあし、特に養生の仕方によって進行速度は大きいに左右されることが分かっている。

最も恐ろしい細小血管症の悪化を防ぐ上で役立つことは言うまでもない。具体的に言えば、糖尿病患者に高率に合併する脳動脈硬化が進むと、頭重感、手足のしびれ、睡眠障害、もの忘れなど硬化性の変化が表れ、引き続いて脳血管障害（脳卒中）を起こし易くなるし、心臓では、心臓に送られる血流量が不足し、虚血性心疾患（狭心症、心筋梗塞）の原

糖尿病患者が何らかの神経障害を起こしているかどうかを調べる簡便な検査に、膝蓋腱反射がある。この膝蓋腱反射が減弱ないし消失していれば、既に障害を起こしていると考えてよいからである。この状態が進むと、知覚鈍麻または知覚喪失に陥って、多発性神経障害を示す様になる。

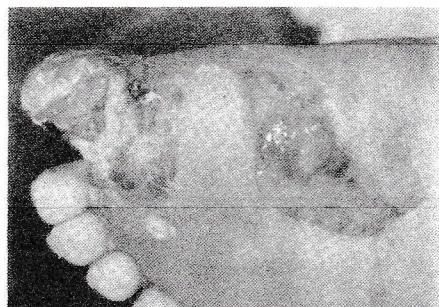
この神経障害に光線療法をすると、反射機能が回復すると共に疼痛やシビレ感の様な異常知覚が消失する例がある。

應用光線療法學

(25)

□ ビタミンDの作用 □

その 25



下肢の糖尿病性 neuropathy

医学博士

宝都宮 光 明

ANSWER

因になる。腎臓では、腎機能が障害される結果、蛋白尿が出来始め、血圧が上昇し、貧血を起こし、ついには腎不全から尿毒症になる。また眼底で硬化した小動脈から出血を繰り返せば失明することもある。これらの合併症は進行する前に予防するように努めることが極めて大切で、一度悪化してしまっては治すことは困難なことが多い。この点から、光線療法についても自覚症に乏しい時期から、治療が求められるのであり、そうすることによって効果も期待できるのである。

では、腎機能が亢進は進行する前に回復すると共に、蛋白尿が出現するが、貧血を起こし、度悪化してしまつて、腎機能が全から尿毒症に陥る。腎底で硬化した小血管は、繰り返せば失明をもたらすのである。



患者と治療法
患者は十三歳（昭和48年10月生）の男子。薬のせいか、前歯の歯茎が腫れて歯の間に食い込み、歯肉の色は赤黒くなっています。光線療法については、Aカーボンを使って、腹、膝、足裏、腰、背、小脳（集光一号）、大

腰痛になりました。この九月に満七二歳になりましたが、この年で朝まで寝るのは珍らしいとのことであります。

昨年3月の神戸の地元紙に、てんかんの子を持つ母親が心情を吐露した詩集を出版したこと、それを読んで、サンモアで少しでも良くして上げたいと思い、知人を介して患者を知り、五月から光線療法をすることになりました。

患者と治療法

病気の経過ならびに光線療法を始めたから変化については、身近でつぶさに見てきた母親からの手紙で代えさせて頂きます。

「昭和49年8月（生後10カ月）水頭症（硬膜下水腫）のため兵庫県こども病院に入院、同年11月に脳圧を下げるための手術を受け、以来56年までに五回の手術を繰り返しました。現在も頭部から首筋を通って脇まで管が入っています。

その上、小学五年生の59年7月の夏休み頃から、意識を失う発作を一日に何回も起こすようになり、診察の結果「てんかん」と診断されました。その後、発作を抑える薬を飲ませましたが

最近経験した二例

ウエノ光線療法 上野貞

ウエノ光線療法での私の四十年の経験から、サナモア光線療法には、病院で用いられる薬物、手術、放射線療法等にない利点があり、病院医療に欠け勝ちな面を補う有益な作用があります。

最近、サナモア光線療法を、病院での治療結果が幾分なりとも不十分な二症例に併用する機会を得ましたので、その概要を報告します。

てんかん

脳各五分の他に、前歯（集光二号）にも五分照射しました。

光線療法をして良かった!!

病気の経過ならびに光線療法を始めたから変化については、身近でつぶさに見てきた母親からの手紙で代えさせて頂きました。

そうこうしていた61年5月8日に縁あつて、上野先生より光線療法を受けることになりました。

次に親の目から見て、光線療法を始めてから特に変った点を

(1) とにかく元気になりました
以前は病気のデパートではと思うほど、眼科、耳鼻科、内科、外科と御世話になつておりました。殊に風邪を引きません。過去には肺炎で三回も入院しています。

上野先生から「てんかんの治療は気長に治すようにして、決して焦つてはいけません。」と言われています。しかし、子供の変つていく様子を目の当たりに、いつかは必ず治るという思いが日々を明るくさせてくれています。光線療法をして本当によかったですとしみじみ感謝しております。

(2) 背が伸びました
(3) 性格が積極的になりました
(4) 発作に負けなくなりました

小学校の時は直ぐ疲れてしまい、授業も午前中だけで午後は家で一人遊びがほとんどでした。が、今は六時間の授業を受け色々な事をさせて貰つております。

小学一年生の時に、声がかすれ、11月に入院しました。当初は12月に手術の予定でしたが、血圧が高く一般状態が手術に耐えないと判断で延期されました。その時に、10年ほど前からサナモアを使つている娘さんがすすめで、光線療法を併用することになったのです。

患者と治療法

患者は七歳の男性です。光線療法は、喉はB.D.カーボン、背はA.D.カーボンを使用しました。喉は集光一号を使い、正面十分、両横および後方から各五分、背は腹、膝、足裏、腰、背各五分で、朝夕二回治療するよう指示しました。

声が元通りになる!!

患者は市民病院に定期的に受診していますが、これまでに放射線療法を3月に二五回、5月に一二回受けております。言うまでもありませんが、この間ずっと光線療法を併用しています。

その結果、6月には癌は完全に消えて声は元通りになり、身

愛用者だより

かけますと朝までぐっすり寝れます。

この九月に満七二歳になりましたが、この年で朝まで寝るのは珍らしいとのことであります。

安眠がなによりの健康の源

が腰痛になった時、同窓生の薬剤師のすすめでサナモアを購入しました。はじめのうちに

はサナモアをとどん信じき

しましたが、いつとはなしに治つ

しました。

その結果、6月には癌は完全に消えて声は元通りになり、身

も元気で大変に喜んでおられ

ました。

投稿のお願い

症例二 喉頭癌

治療を始めるまでの経緯

一昨年の10月に、声がかすれ、11月に入院しました。念のため神戸市民病院で再度診察を受けました。

身体つきも赤ちゃんっぽい児童のような体型でしたのがシャン

としてきました。小学校の時の先生も「背が伸びたね」と喜んで下さいます。



“耳鳴り”の発作に見舞われる

前田光線治療所 前田 ミサ

早いもので、前田光線治療所を開業してから三十五年になりました。この間、サナモア光線療法で数えきれないほどの患者さんの治療をしましたが、皆さん喜んでいます。勿論私も家族も大いに利用し助けられてきました。こんな訳で、毎日毎日が大変に忙しいのですから、人には養生を説きながら、紺屋の白袴とやら申します。勿論、どうも自分を酷使し過ぎたのかも知れません。先日、真夜中に急に激しい耳鳴りに襲われたのです。早速サナモアを持ち出して治療をしました。今日は私自身のこの体験を発表します。

一セミの大合唱！ 急な耳鳴り

自身です。症例は七十歳の女性、即ち私

安はありましたが、冷静に冷静に自分に言い聞かせ、サナモアで治ると信じて大急ぎで光線をかけました。

三時間半の照射

これまでに耳鳴りの治療をした経験から、BCカーボンを組み合せて使うと効果が最も早く次第に酷くなり、とうとう数十回のセミが一齊に鳴いているかのように聞えます。頭まで変になりました。が、そのまま耳鳴りは幾分なりそうな気がしたので、直ぐに風呂から出ましたが、セミの数はますます増えて、あたかもセミの大合唱を聞かされていました。真夜中に一人で起きていた時

耳鳴りは著明に改善して、一匹の蚊の飛ぶ音ぐらいになりました。引き続いて、二十分ほど照射したら耳鳴りはしなくなり、元通りになつたのです。合計で約三時間半治療したところになります。

休まずに済む

こんなに酷い耳鳴りは、私の人生でも始めての経験ですが、夜が明けたら約束した直後は、また始まるのではないかとの恐れの念もありましたが、迷惑をかけてはいけないと言う患者さんがいます。その人達に迷惑をかけてはいけないと言つて、お陰で休業せずに済みました。あれからもう十日以上過ぎました。が、再発の気配はありません。今日も患者さんの治療で大

惱みましたが、サナモアのお陰で今はすっかり良くなり、レントゲン検査でも異状はありません。前に背中、腹、足裏に食事も美味しく頂き、よく出かけたりして楽しく過ごさせて頂いております。特に、夜やすむ前に背中、腹、足裏に

☆半信半疑

千葉県東金市 外山登喜

明治三十二年生の私と大正二年生の妻の老人家庭です。妻

との出会いが、老後の人生を明るいものにしてくれたと感謝の気持でいっぱいです。

ているようです。

暫く光線をかけるのを休んで、耳の周りを押してみたら痛みがあります。特にみみたぶ(耳朶)の下の凹んでいるところがとても痛く感じました。耳の前の方も痛みます。でも押さなければ、別に取り立てて言うほどの痛みはありません。

忙しています。

尾骨部の激痛

東京光線治療院 海渡 一二二二

まず、治療を始める前に痛む場所を確認するため腰を押してみたら、そこが痛いと言いました。しかし、既往に尾骨骨折を起こすような外傷はありませんので、恐らく尾骨痛であろうと思われました。

尾骨痛とは尾骨部の疼痛に対する名付けられた病名ですが、仙骨と尾骨の移行部に圧痛があります。女性に多いのが特徴です。

一回の治療で歩く

直ちに二台の治療器を使つて、A B カーボンで治療を始めました。まず、右を下にした横臥位にして、一台目で尾骨部に六十

分、二台目で足首に五分、次に一台目を腰、二台目を膝にセッティングして各五分、次に一台目で足裏、二台目で下腹部に各十分照射してから仰臥位にして、一台目を腰、二台目を膝にセッ

ティングして各十分、次に逆に腰に激痛を訴え、座ろうとする

痛みが頭の天辺まで放散する

痛みを訴えて来所した症例について報告します。

患者は三九歳の女性で、急に腰に激痛を訴え、座ろうとする

痛みをかけてはいけないと言つて下さいね

「あら不思議、歩けるわ

「でも完全に治るまで治療に

して各十分照射し、最後に再び横臥位で尾骨部に十分照射しました。

「さあ、立って歩いてみて下さ

い」

「でも完全に治るまで治療に

して各十分照射し、最後に再び横臥位で尾骨部に十分照射しました。

患者は“地獄に仏を見た”と喜んでくれました。

それから五日間通院され、全

まく、治療を始める前に痛む場所を確認するため腰を押してみたら、そこが痛いと言いました。しかし、既往に尾骨骨折を起こすような外傷はありませんので、恐らく尾骨痛であろうと思われました。

まず、治療を始める前に痛む場所を確認するため腰を押してみたら、そこが痛いと言いました。しかし、既往に尾骨骨折を起こすような外傷はありませんので、恐らく尾骨痛であろうと思われました。

まず、治療を始める前に痛む場所を確認するため腰を押してみたら、そこが痛いと言いました。しかし、既往に尾骨骨折を起こすような外傷はありませんので、恐らく尾骨痛であろうと思われました。

まず、治療を始める前に痛む場所を確認するため腰を押してみたら、そこが痛いと言いました。しかし、既往に尾骨骨折を起こすような外傷はありませんので、恐らく尾骨痛であろうと思われました。

骨粗鬆症とは

雪国的人は笑うかも知れませんが、東京に雪が降ろうものなら、転んで骨を折る人が沢山います。この様に骨が薄く脆く成り、些細なことで骨折する原因のうちの大半を占めるのが骨粗鬆症です。この病気の厄介な点は、高齢化のごとく生理的に避

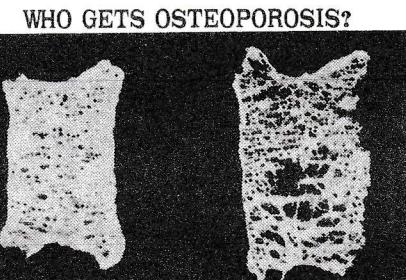
けられないことが原因になることに加えて、「日に当たらない」と肉や甘いものを好んで食べる動かない」と言う条件が揃えば悪くなることからも分かるように、文明の発達が悪化要因になります。従つて、言うまでもありませんが、現今著しく増えていいます。もしも病院で、骨が「脆い」とか、「軽石のようだ」とか、「ぼろぼろだ」と言われたのなら、既に骨粗鬆症に

かにしました。但し、そのためには患者自ら不斷の注意が必要になります。これについては既に本紙に書きましたので詳細は省略ますが、（カルシウムは健康の礎ですが、）サンモアで利用できる身体作り——昭和59年10月1日発行

人が骨折すると容易に骨が付かないため、寝たきりに成ってしまうことさえ稀ならずあります。従つて、この病気を予防することは、治療よりずっと大切です。そのためにも、病気を起こし助長する要因、即ち危険因子について十分な知識を持つようにして、骨を薄く脆くしてしまわないようにしなければなりません。

(2) 性別
骨の変化は男女両性に起りますが、病的な骨の脆弱化、即ち骨粗鬆症は圧倒的に女性に多い病気です。この点から、特に女性の場合には、加齢によつて必然的に起つてくる骨の脆弱化を最小限に止めるため、出来だけ早期から予防のための努力を始める必要があります。

危險因子



骨粗鬆症を防ぐには

さの そ しよ しよ

サナモア光線協会 医学博士 宇都宮 光明

日堂生活を注意することによって避け得る危険因子がります。そのため、生理的な範囲を越えない年相応の骨の脆弱化は誰にも認めますが、それを病的な脆弱化にしないようにするために、は、後で述べる避け得る危険因子を避けるよう最大限の努力をすることによって、避け得ない危険因子をカバーするようにしなければなりません。

五十歳前後を境にして、骨は例外なく脆くなり始めます。即ち、骨粗鬆症の危険因子として高齢化を先ず第一に挙げなければなりません。そして、この事実の重さを理解し、骨に対しても危機意識を持つことが、予防のための努力をする第一歩になる

避け得ない危険因子

(1)

日堂生活を注意するこ

せないまでも著明に改骨頸部の圧迫骨折を起こし易く成ります。その上、骨粗鬆症の

以前、骨粗鬆症は一度起こすと治らないと考えられていましたが、徐に失われますので、背の高さを支えているカルシウムが徐々に失われますので、骨粗鬆症を起こすと、骨の強度が徐々に失われます。

「」とか「軽石のよう 分なヒタミンDを確保する様に
へ、「ぼろぼろだ」と言 努め、食事でカルシウムを十分
なら、既に骨粗鬆症に に摂取し、毎日少しでも運動を
罹つてゐるのです。 することを禁きます。

す。従つて、言うまでも作り（昭和59年10月1日発行）せんが、現今著しく増結論のみを述べれば、日頃からます。もしも病院で、骨光線を浴びる様にして体内にナ

ものを好んで食べる、です。これについては既に本紙「」と言う条件が揃えば、に書きましたので詳細は省きましたが、(カルシウムは健康の礎)ことからも分かるようですが、

かにしました。但し、そのためには患者自身の不満の注意が必須で、

現在、加齢により骨が脆弱化する機構は未だ完全には解明されていませんが、一般論として、皮膚の光線感受性が低下するためビタミンDの形成が不十分になると、食事では嗜好の変化がカルシウムの摂取量を減らす上、腸のカルシウム吸収能も低下するためカルシウム不足になり勝ちなこと、運動不足があること等、後述の避け得る危険因子が誘因として重視されて

言わば自分の身体の弱点を知つて、防病装置を日頃から点検、整備して、些細なことでは骨を折らない、万一折つても治る身体にしておく必要があります。

(2) 性別
骨の変化は男女両性に起りりますが、病的な骨の脆弱化、即ち骨粗鬆症は圧倒的に女性に多い病気です。この点から、特に女性の場合には、加齢によつて必然的に起こつくる骨の脆弱化を最小限に止めるため、出来だけ早期から予防のための努力を始める必要があります。

(4)

白色人種と黄色人種は、黒色人種と比べて本症にかかり易いことが知られています。この事実は、私達日本人にとって、本症が無縁な疾患ではないことを示しています。

(5)

家族歴の中では、祖母、伯母等に本症の患者がいる場合、罹患率の高いことが知られています。

(六ページよりつづく)

避け得る危険因子

(1)

並って低下しますが、光線に対する皮膚の感受性も低くなることが分かっています。それ故、同じ量の光線を照射することによって作られるビタミンD量は年と共に減少します。その上、年を取るにつれて病気や怪我のため、あるいは気力を失って、ややもすると家に閉じ籠もる時間が長くなり、光線浴をする機会も減ってきます。また、食事の栄養面でも不十分になり勝ちます。従って、ビタミンD不足を避けるには、これらの点に留意した生活をしなければなりません。特に夏に作ったビタミンDの蓄えが無くなる冬から春にかけて、この面での注意は極めて大切です。

もし、ビタミンDが不足すると、カルシウムを吸収する際に無くてはならない小腸のビタミンD依存性カルシウム結合蛋白質が十分に作られないために必要なカルシウムを吸収出来なくななると共に、カルシウムが骨に沈

未だ骨粗鬆症になつていな
い人は予防のため、骨粗鬆症
に罹つてしまつた人は治療の
ため、早速対応策をとるよう
にしなければなりません。何
故なら、骨粗鬆症は骨折の原
因になるだけでなく、大変に
治りにくい腰痛や膝関節痛等
の原因になるからです。

骨粗鬆症を防ぐには

日)に満たないことを示しています。一方、小児期、あるいは若い頃から長期に亘り慢性的なカルシウム不足があると骨が脆くなり易いのに対し、カルシウムの豊富な食べ物を何時も摂りていれば本症を防げることが明らかにされています。

言うまでもなく、カルシウムが不足すれば世代の如何を問わず骨は脆くなります(くる病、

(3) 肉食過多

肉食による蛋白質の摂り過ぎは、骨からの電解質の喪失を促し、カルシウムの尿中への排泄を増すため、骨粗鬆症を悪化させます。

(4) 厳格な菜食主義者

も、これまでに述べたことから分かるように、骨粗鬆症の特効薬があるわけではありません。その上、内容的には予防法も治療法も同じで決して難しいものではありませんが、何よりも根気よく何年間にもわたって継続することが求められますので、信念をもつてやりぬく決意が必要です。

次に、本症の対応策について具体的に若干の補足説明を加えながら繰り返しますと、特に女性の場合、三十五歳

(4) 嶄格な菜食主義者

運動には優れた効能が数多くあります。しかし、その中に、重力をかけることによって骨へのカルシウムの沈着を促し、骨を強くする働きがあります。反面、例えば絶対安静を強いた患者では骨は急速に脆くなります。

特に重力の問題に関する、今健康な宇宙飛行士で大変に興味深い事実が観察されています。その報告の要旨は、宇宙飛行士前後から以下の予防措置を講ずることが理想的とされています。

一、日々の適度な光線浴
(毎日15~30分)

二、カルシウムの摂取 (酪農品、緑色野菜、豆腐、鰯、鮭等)

三、運動 (週五回、歩くことからテニスまで何でも) そして、喫煙、飲酒のような危険因子を可能な限り遠ざけることです。

(3)

（7）一二次的に起ることし易い疾患

糖尿病、甲状腺機能亢進症、
クッシング症候群、リウマチ様
関節炎、胃切除等が原因になり
ます。

（8）煙草

喫煙習慣も危険因子とみなさ
れています。特に女性では、女
性ホルモンのレベルを下げるこ
とによって発病時期を早めます
から注意が要ります。

（9）アルコール

長期に亘るアルコールの過剰
摂取は、特に男性にとって危険
因子になります。例えば慢性アル
コール中毒は、股関節の機能を失
わせる大腿骨頭壊死の原因
になります。

(2) カルシウム不足

厚生省の食品栄養統計による
と、栄養過多が日常化した今日
でも、カルシウムの平均摂取量
に限って、厚生省が推奨するカ
ルシウムの要量(400mg)

骨軟化症、骨粗鬆症等)。このカルシウムは化骨には必須の電解質ですが、老人では吸収も悪くなりますので少なくとも1g以上摂取するようにしなければなりません。なお、出来るだけ自然の食品(牛乳、煮干し等)から取るほうが、他の量を多く取るより効果的です。

(5)

(5) 酪農品すら摂らないような嚴格な菜食主義者は、食べ物では殆どカルシウムを摂りませんので、小児ではくる病、青壯年では骨軟化症、老年期には骨粗鬆症に罹ります。

(6) 副作用として起す薬剤

(6) 副作用として起す薬剤
間に、多量の骨量を失う事実を証明したことですが、重力負荷の重要性が再確認されたのであります。

（7） 二次的に起こしやすい疾患

糖尿病、甲状腺機能亢進症、
クッシング症候群、リウマチ様
関節炎、胃切除等が原因になり
ます。

（8） 煙草

喫煙習慣も危険因子とみなさ
れています。特に女性では、女
性ホルモンのレベルを下げるこ
とによって発病時期を早めます。
から注意が要ります。

（9） アルコール

長期に亘るアルコールの過剰
摂取は、特に男性にとって危険
因子になります。例えば慢性アルコール中毒は、股関節の機能能を失わせる大腿骨頭壊死の原因になります。

移植する骨髄の提供者を選ばなければなりませんが、もし患者の骨髄移植で蘇生させる治療法が普及しております。この場合、不能の障害を被った骨髄機能を移植する骨髄の提供者を選ばなければなりませんが、もし患者の骨髄（自家移植と言います）が使えれば、移植に伴う拒否反応もなく且つ造血機能の回復も速やかになりますが、同時に白血病細胞を再び移植することがありますので、これまでに適合性の高い近縁者の骨髄（同種移植といいます）が主に用いられていました。ただし、仮に治療前に患者から採取して保存しておいた骨髄中に含まれている白血病細胞を正常な骨髄細胞に障害を与える取り除けるなら、自家骨髄移植はこれまで以上に白血病の治療に用いられる様になるでしょう。

白色光を白血病の治療に利用



これまでには知られていないかった光線の効果、即ち白色光線に腫瘍細胞を相当数、迅速に殺す作用のあることが、アメリカ光線生物学会に於いて、ウイスコシン医科大学のフリッツ・シバーブ士らの研究グループによって発表されました。

昨今、白血病の治療法に、強力な化学療法と放射線療法で白血病細胞を完全に除去した上で、この治療によって自力では回復不能の障害を被った骨髄機能を移植する骨髄の提供者を選ばなければなりませんが、もし患者の骨髄（自家移植と言います）が使えれば、移植に伴う拒否反応もなく且つ造血機能の回

復も速やかになりますが、同時に白血病細胞を再び移植することがありますので、これまでに適合性の高い近縁者の骨髄（同種移植といいます）が主に用いられていました。ただし、仮に治療前に患者から採取して保存しておいた骨髄中に含まれている白血病細胞を正常な骨髄細胞に障害を与える取り除けるなら、自家骨髄移植はこれまで以上に白血病の治療に用いられる様になるでしょう。

博士らの報告の要旨は、選択的白血病細胞を除去出来る事

ことから、この研究は注目を集めています。

既に博士らは、F D A (アメリカ食品医薬品局)の許可を得て、白血病、リンパ腫などを対象に臨床試験を始めており、もし実験が成功したら、予後が非常に悪い小児の神経芽細胞腫、更には転移しやすい肺癌や乳癌などの固形癌についても応用し、治療成績について検討したいと述べています。

この報告は、光線の持つ多様な作用の一つを明らかにしましたが、今後の研究の進展の具合を示しました。博士の説明によると、「白血病患者から骨髄を採取し、血球を取り除いてから感光色素 (Merocyanine 540) を加え、それに白色光を照射すると腫瘍細胞は次第に大きくなり、二~三時間で迅速に消滅する」と、腫瘍細胞は次第に大きくなり、二~三時間で迅速に消滅するが、正常な骨髄細胞はこの処理によって影響を受ける事なく生存する。なお使用する色素には全く毒性はない」とのことです。ただ、同種移植の場合、もしも移植した同種骨髄が生着するか否かの問題があると述べています。しかし、同種移植が不

成功に終われば高率に死亡する

☆新年は

お知らせ

一月五日(月)から

(本紙の無断転用を禁止します。)

153 東京都目黒区目黒4-6-18

協会では、会員を募集しております。
入会希望者は、左記宛申込み下さい。

医学博士 宇都宮 光明
サナモア光線協会 TEL(03)793-1528
(7-11-5322)

サナモア



サナモア光線協会
趣意書