

健康と光線

高齢者の仲間

今年十二支の最終の亥年（イノシシ）ですが、私もうまいよ還暦を迎えることになりました。これを期にこれまでを振り返ると、今次世界大戦による混乱の時代、戦後のひどい食料難の時代を経て、よくぞここまできたなどの思いがよぎりますが、同時にこれから高齢者に仲間入りする心構えも始めなければ、と考えています。

通常、高齢者とは六十五歳以上を指しますが、実感では還暦の前後から意識し始めるのではないかと思います。それには還暦に赤いチャンチャンコを着せられると言うような風習から来るイメージもあるでしょう。実際に、孫が生まれたとか、定年になったとか、ゴルフ好きな人ならシニア入りしたとか、若い時には無縁なことが現実になることもあるでしょう。身体面では、足腰が弱ったとか、物忘れし易くなったとか、成人病に

罹患したとか、人間も中古になると故障すると思う機会が増えることもあるでしょう。その上、高齢者は脳細胞が毎日十萬は減るなどと脅かされると、ぼけたらどうしよう、アルツハイマー病になっとう、などなどこれまで遠くの出来事と思っていたことが急に身近に感じられるようになります。

それやこれやで高齢者にはマインスイメージが付きまといがちです。しかし高齢者には豊富な人生経験に基づく知性のようになり、若い人になじみやすい面があります。また言うまでもありませんが、人間は誰しも加齢によって一方的に心身の能力を失うわけではありません。傘寿を過ぎても矍鑠として社会の第一線で活躍している方も決して少なくありませんが、それには何よりも

長寿社会の健康管理

健やかな老いを求めて

サナモア光線協会
サナモア中央診療所

医学博士 宇都宮

光明

気の変貌に注意する必要があると思います。わが国は食、住を始め、衛生環境の改善、整備などにより、感染症のような病気が減り、平均寿命は大きく伸び世界一の長寿国になりましたが、骨粗鬆症、高血圧、動脈硬化、心臓病、糖尿病、がんなど、いわゆる成人病の罹患率は一段と増加しました。この事態を招いた原因として、人口の高齢化を始め様々なことが挙げられています。

ものではないように思います。光線については、ビタミンDを生成する一事をとっても、自然の健全な生態系を保つ上で不可欠な役割を果たしており、あらゆる生物は等しくその恩恵に浴しています。因に前述のエキモーの場合、光線のない半年間はビタミンDの唯一の補給源である魚を食べて健康を保っていたのです。このような光線の大恩を忘れるのは、人がカスミ

発行所

〒153 東京都目黒区目黒 4-6-18

サナモア光線協会

年4回発行
会費 年500円
電話 東京 (03)
3793-5281
3712-5322

心身ともに健やかに老いなければなりません。

高齢者の健康管理

健やかに老いるための高齢者の健康管理を考える際、特に病

直ぐに実行できる対策としては、医聖ヒポクラテスが強調した健康の四原則、即ち食物、水、空気、光線に留意し、適度な運動を日課にすることが望まれます。食物はわが国開闢以来最も豊富にありますが、病気の観点から見ると、良い面、悪い面とも大きな影響を及ぼしています。悪い面では、エスキモーで食事の西歐化に伴って成人病が多発した事実が示しているように、古来の日本食の替わりに西歐化した食事を摂る機会の増えたことが成人病多発の一因とされています。それは先祖が長い年月をかけて環境に順応して作った遺産とも言えるべき食事に戻すことで、健康食品と呼ばれる食品の一分で補えるほど簡単なものではないように思います。

を食べて生きられると思うに等しく、成人病が多発して当たり前です。

光線療法でハッピーな高齢者

世界何処でも、自力では動けない乳児の健全な発育を助けるため、屋外で素肌に光線浴（日光浴）をさせるように指導していますが、自力で動けるようになってから先のことは教えません。しかし本来は自力で動ける人も同様に光線浴をするように指導すべきなのです。中でも高齢者で外出の機会が少ない人の場合、皮膚のビタミンD生成能の低下もあって、冬から春にかけて深刻な光線不足を招きますので、骨粗鬆症を悪化させるだけでなく、あらゆる成人病の引き金になり老化を促します。ハッピーな高齢者になる一助にサナモアを活用して下さい。サナモアは室内に居て屋外と同じ光線を浴びられます。その結果、全身の血行を改善し、骨粗鬆症、高血圧、動脈硬化、心臓病、糖尿病、がんなどの予防、治療に役立つと共に老化を予防します。

謹賀新年

平成七年 元旦

サナモア光線協会

(五日より営業します)



宇都宮義真撮影

いしほとけ



寒さ対策と 身体の反応

人間の体温が一定に保たれているのは、大脳の視床下部にある体温調節中枢の働きによるが、人間は寒さの厳しい時には体温を保つためどんなことをしているのだろうか。

まず差し当たり身体から熱が逃げ出さないようにしなければならぬことは言うまでもない。そのため冬の寒い時の衣服はなるべく空気を含んで熱を逃がさないものが良い。空気は熱の不良導体で熱を逃がさないのである。特に夜間睡眠中は運動をしないために体内で熱をうまく作れないので、布団を掛けて極力熱を逃がさないようにする。これに対し水分は熱の良導体になるため、身体が汗をかいて湿ると熱が逃げ体温を奪われるので注意が要る。何処がぬれてもそこから熱は逃げるのである。

身体の反応はどうか。寒冷にさらされると身体は体表面積を狭くするために丸くちぢこまり、皮膚からの放熱を防ぐため皮膚血管を収縮して循環血液量を大體普段の五分の一に減らし、毛を逆立てて鳥肌を立てる。鳥肌

は皮膚の立毛筋が収縮して毛が一本一本大きな角度をもって立つ現象で、そうすることで毛の間の空気の層を厚くし、防寒のための断熱材の働きをさせるのである。人間は進化の過程で体毛を失ったので鳥肌を立てても余り役立たないが、少しでも寒さから身を守ろうとしているのである。

積極的な寒さ対策としては、身体の中で盛んに熱をつくらなければならぬ。体内で最も効率よく熱を作り出せるのは筋肉運動である。余り寒いと身体が自然に震えて筋肉を伸び縮みさせるのも、この運動で熱を作り出し身体を温めようとしているのである。因に運動に伴って筋肉が一時間に作る熱量は一リットルの水を沸騰させるのに等しく、食物の約七〇％は筋肉が熱をつくるために利用される、と言う。

寒さがこたえる

寒さが直接発生に関わっている冷え症にしても、しもやけ(凍瘡)にしても、女性に多く見られるが、一般的に女性の方が寒さをひどく感じるとされている。殊に皮下脂肪の多い女性にその傾向がある。皮下脂肪が多いのは女性ホルモンの分泌が盛んなためで、女性を魅力的にするが、皮下脂肪は熱の不良導

体になり、皮膚の温度を低くするので触ると冷たく感じるのがある。この情報を皮膚の温度を感じる末梢神経終末が受けるため、外界の寒さを強く感じるが、体内の熱は逆に逃げていくことになるので寒さに耐える力は強くなる。

これは単に太っているだけの人も脂肪層が厚いことに変わ

サナモアで 冬を快適に

宇都宮 義真

はないので同様である。

ひどい冷え症の人は夏の暑い時でも冷えを訴えるが、やはり寒冷期に多く発生し悪化することは当然である。しもやけは異常な寒冷にさらされて発生する凍傷と異なり、普通の人なら耐えられる範囲の軽い寒冷によって発生する。これらは何れも発生

に個人差が大きく関わっているが、治療の基本は保温に尽きる。

サナモアで快適な冬を

人間の体温は体内の熱の産生(産熱)と放散のバランスによって維持されているが、外界の気温が極端に下がる冬の寒さに適応するには、体内の熱の産生機構を効率良く活用しなければならぬ。

サナモアを照射すると体内深部に到達した光のエネルギーが熱のエネルギーに変わって熱を産生すると共に、体温調節に関わる代謝を亢進させ、また筋肉で運動した時と同じように熱を作り出すので、寒さに強い身体を作るのである。

特に冷え症で悩んでいる人や、しもやけになり易くて困っている人には、是非ともサナモアを使うことを勧めたい。サナモアは治療に顕著な効果があるだけでなく、耐寒能力を高めて再発を予防することが出来るので、冬を快適に過ごす上で大変有用である。

昭和三十八年一月五日発行

「健康と光線」

「冬を快適に・寒さと身体の反応」を引用した。

新 随 想 春

はじめに

平成五年十月一日発行の「健康と光線」に、厚生省指定の難病の一つであるクローン病の認定患者に光線療法を行った概要について報告したが、それから一年有余を経過したのを機に、患者本人およびその家族の話に筆者の観察を交えてその後の状況を報告する。

クローン病の認定を受けた前後

前回報告したように、患者は神戸市立中央病院でクローン病の認定を受け、平成五年六月二日入院、小康を得て同年六月二十八日に退院し、その十日後に凡そ一ヶ月余り休んでいた職場に復帰した。退院時担当医から、二週間に一度は必ず病院を受診するように指示され、八月までは指示通り診察を受けていたが、同月末の血液検査の結果、担当医から「良好、何も言うことはない」ところでうちの病院でも今度クローン病の患者が相互支援を目的とした友の会を作

ったんだが、君は調子が良いようだから関係ないね」と言われた。それを切っ掛けにしたかのように、気の進まなかった二週間に一回の受診の回数を仕事の都合を理由に勝手に減らし、十月以降は全く病院に寄り付かなくなった。本人が病院に行かないので家人が代わりに担当医と面談し、患者の日常生活の様子を報告した。

医師「ビールは控えるように厳しく言っておきましたが、飲んでいませんか」

家人「とんでもない。段々量も増えてます。」

毎回、概ねこんなやり取りをした後で薬局で成分栄養剤と薬を受け取って帰った。しかし前回述べた通り、薬には全く手を付けず、栄養剤の注入の回数も普通食が増えるに従って減ったため、薬はまるまる残り、栄養剤も次第に余る量が増えていった。家人はこの有様を見て、何か現代の医療の矛盾を感じるとも思っていた。

自宅での光線療法については、前回詳しく述べた通り、家人の強い勧めがあった、入院前、入院中の帰宅時、退院後の一ヶ月程は徹底して行った。ひどい下痢で痔の症状が悪化した時など、

クローン病患者のその後

難病は何処に行った

神戸市 ウエノ光線療研 上野 健太郎

肛門部の照射だけで一時間、腹部も連続一時間以上と言うように、筆者が指示した以上の長時間照射をしていた、と後になって打ち明けられた。

その後の暮らし

発病してから患者が最も苦しんだのは激しい腹痛と下痢である。下痢は日に数十回、調子の良い時でも十回を越えるトイレの状態が暫く続いた後でどんな

副支店長に戻り、責任と仕事量が増えたが、上司も部下も病人扱いしない中で多忙な日々を元気に過ごしている。六月上旬にクローン病と認定された時、「気持ち落ち込ませないで、暗くなったら駄目よ。明るく明るく頑張れよ」と励ましてくれた看護婦から電話があり、「先生が近頃さっぱり顔を見せないが、どうしているのかな、と言ってますけど、お身体具合は如何ですか」と尋ねてきた。

きた。

光線療法の数回も、成分栄養剤の注入を止めて普通食にするようにしてから減っていた。殊に昨年の夏は、「今年のこの暑さの中では光線照射はどうも……」と言葉を濁し、一年前のあの苦しみや辛さを忘れたような顔をしていた。

八月の下旬には家族とハワイ旅行に出掛けたが、二十四時間トイレに行かずにすんだ、と本人が驚いていた。子供とビーチで泳ぎに興じていると四時間は帰らない。ゴルフのラウンドを終えてビールを三本立て続けに飲み干し、小休止の後直ぐ腰を上げ、会社の部下に頼まれた土産物を探しにショッピング街に駆け出す。このタフな様子が病

気を知る周囲の者を驚かす。クローン病は何処に行ったともあれ難病に認定されたのが嘘のように良くなった。

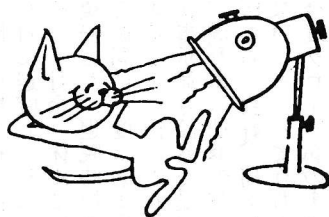
患者「光線照射をした場合と全くしなかった場合と比較検討することが出来ないから、光線療法の効果だけで現在の状態まできたのかどうか判らない」ともったもなし。

家人「治療目的に積極的にしたのは光線照射だけで、薬は全く飲まなかったし、成分栄養剤の注入だって暫くして止めたのだから、こんなに良くなったのは光線療法の効果しか考えられない」とこれまたもったもなし。

これも当初より患者が自身で治療器の操作を殆どしないため、家人が一貫して操作し、時には強制的に照射したと言うような実情を聞けば、認識の違いも分かるような気がする。

なお今でも睡眠不足と疲労が重なることですがに体調が悪くなり下痢が始まるが、そんな時には光線を照射すると二日位で治るので心配ない、と自信たっぷり話す赤銅色に日焼けした顔を見ると、クローン病は何処に行ったのかと筆者自身も首を傾げるのである。

神戸市中央区下山手通三一五一
TEL078-333-1135



治 験 例 報 告

☆蜂窩織炎

症例 30歳 女性 主婦

症状 右膝下におできができ市販の軟膏を塗ったが、次第にはつきりと赤く大きく腫れ上がって痛みが激しくなり、寒気を覚え安眠出来なくなったので診療所を受診。そこで蜂窩織炎と診断され投薬を受けた。しかし後で薬は数年前に副作用で苦しんだ抗生物質と聞かされたため通院を嫌い、実家の母の勧めで来所した。来所時、患部は広範囲に赤く固く腫れ上がって激痛があり、かなり発熱していた。

療法経過 B Cカーボンで患部に正面より30分、左右側面より各10分、他にA Bカーボンで腹

10分、腰10分、足裏20分照射し、後は自宅で一日二回照射するように指示した。

その結果、二日目に排膿が始まり、一週間程は傷口が大きくなったが、痛みは激減して安眠出来るようになり、食欲が増し気分も良くなった。それからの経過は順調で、二週間過ぎには傷口が小さくなり、三週間て痛みを感じずに自由に歩けるようになり、一ヶ月で傷口がふさがり完治した。

神戸市 ウエノ光線療研
上野 健太郎氏報告

TEL0七八一三三二一三三八

☆腹部の筋強直?

症例 72歳 男性 たばこ販売

症状 左右の鼠蹊部から上腹部にかけて二本のつかい棒でも入っているようなこわばりがあり、寝ているのは楽だが、立つ時や座る時に圧迫感があり、長く座っていられなくなった。また腰から下の冷え症がある。

患者は仕事の関係で数十年にわたり朝から晩まで同じ姿勢で座っているため運動不足はあったが、医師の診察を受けていたため病名は明らかでない。

療法経過 A Bカーボンで、足

裏、足甲、足首、膝(三里)、後頭部、肩から背、腰部の上下左右、腹部(臍中心)、下腹部、喉頭部(副甲状腺)、と言うよ

うに全身的に気持ちの良い間、熱く感じるまで照射した。

初回の治療で身体が軽くなった、と喜んで笑顔で帰った。三(四回)の治療で改善を裏づける熱く感じるまでの時間が早くなり、一週間で腹部の圧迫感がなくなったので、全経過十日で治療を終えた。

春日市 育美健康光線療研
前田 ミサ氏報告

TEL0九二一五八一二〇三九

☆卵管炎

症例 35歳 女性 主婦

症状 病院で約一年前に卵管炎と診断され、投薬治療を受けたが、下腹部の痛みや不快感は再発を繰り返し、白っぽいおりもの(帯下)があり、医師から手術を考えないと、言われたため、切る前に友人が勧める光線療法を受けてみたいと来院した。

療法経過 カーボンは二台の治療器にそれぞれB DとA Bをセットし二灯照射をした。照射部位ならびに時間は、局所30分、尻10分、腰10分、膝10分、下腹部15分、足裏15分、腰左右から10分、膝左右から10分である。

治療は毎日続け、三回目位から黄色いおりものが多量に出たが、下腹部の痛みは和らいだ。その後も継続して治療した結果、

自覚症状が二ヶ月と十日で全て消失したので当院での治療を中断することとし、慢性型の卵管炎なので念のため以後は自宅治療としたが、順調に経過し今は全快を確信している。

川崎市 東京光線治療院
海渡 二三氏報告

TEL0四四一七二二一五〇六七

☆変形性頸椎症

症例 36歳 女性 会社員

症状 左右の上腕から指先にかけてシビレを感じるようになったが、仕事疲れたらうと思いい我慢して動めを続けていたところ、約半月後の勤務中に突然頭頂部の激しい頭痛に襲われ、慌てて会社の指定病院を受診した。病院では医師が脳波とC Tの検査を受けるように指示したのでその場で検査を受けたが、頭部には異常を認めず、痛みやシビレは頸椎の三番から五番にかけて狭窄があり神経が圧迫されているためと診断された。それから

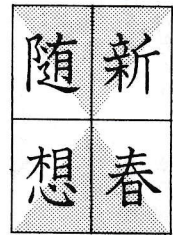
害を起こすなど体調を崩し、勤務にも支障を来すようになった。療法経過 A Bカーボンを使用し二台の治療器を使って治療した。まず心臓に負担がかからないように左側臥位にして全開放で足裏と腰部に20分、次に右側臥位で腹部と肩から背に20分、次いで左側臥位で一号集光器を使って頸椎部に15分、最後に仰向けにして頭頂部に開放で15分照射した。

経過は治療を始めて四回目までは自覚的に症状の改善は見られなかったが、五回目の治療後から肩が軽くなり、腕から指先のシビレ感や頭頂部の痛みも緩和し、夜も眠れるようになり、回復のきざしが見えてきた。その後は八回目、十回目と治療の回数を重ねるごとにあかも蘇生したかのように改善し、顔色も良くなり明るさを取り戻したが、念のため十五回まで治療を続け、全ての症状が消失したことを確認して治療を終えた。

現在患者は、快適に勤務に従事しているが、始めて光線療法を体験し、素晴らしい好結果に感激し感謝している。

神戸市 藤田カイロ整体療術院
藤田 健資氏報告

TEL0七八一四三二一〇〇〇三



大やけどをする

既に十年以上前になりますが、私は自分の不注意から、疲れ切った寝込んでいた真夜中に背中から腰にかけて広範囲に三度（組織壊死による潰瘍形成）から四度（炭化）の大やけどをしてしまいました。その時の治療体験については、昭和五十八年一月一日発行の「健康と光線」に写真を添えて掲載しましたので、前からのサナモア愛用者の中には記憶されている方もあるかも知れませんが。兎に角、大変な大やけどをサナモア光線のみで二ヶ月位で殆ど治したのですが、その治療は今思い出してもぞっとするほど難儀なものでした。

引き継いで光線を照射してくれました。何せひどい状態ですから、心配してどうしたのと色々聞かれましたが、話はだんだんにするから光線をかけて、と情けない声で頼み、子供の世話だけでも大変なのにごめんね、と謝っていました。

光線をかけるだけで一苦労

光線をかけようと思っても、やけどは背中から腰にかけ右も左も端から端まで一面に広がっていましたが、うつぶせの姿勢は比較的楽でしたが、横向きになるのは大変な苦勞でした。照射距離も患部の状態である程度離しても痛みを感じる場所があり、気持ちの良い距離をさがして遠くに離したり近づけたりするのも手間のかかることでした。娘は斜めの姿勢しかとれないそんな私に8号器を持ち上げて照射してくれたのです。その側で二歳の孫がママにダダをこねるので、すまないや、情けないやらの毒や、一日目から泣きたい気持ちで心身ともに参りそうでしたが、こんな面倒な仕事を頼める人もなく、今思い出しても身の毛のよだつ思いがします。

それから娘は来る日も来る日も子供を連れて治療をしに来てくれました。一日に十時間以上照射したこともありましたが、夜も遅くなると疲れて居眠りをすることもありましたが、私が声をかけるとまた光線をつけるという風でした。その頃は五十分刻みに一時間までなら自由に時間が設定出来る全自動の「サナモアはつらつさん」は影も形もありませんでした。もしあの頃からはつらつさんが発売されていたとしたら、娘はもとより皆の苦勞が半減できたでしょうし、私も大いに助かっただろうと心の底から思います。

大やけどの治療の思い出

—あの時、全自動の
“はつらつさん”があったら—

春日市 育美健康光線療研
前田 ミサ

こんなに手間のかかる治療の傍ら、家事の手伝いもしてくれました。この生活が二ヶ月近く続きましたが、娘であればこそ嫌な顔ひとつせず世話してくれたのだと感謝しています。

遠慮があととなる

やけどをしてから二週間位治療して大分楽になりましたが、娘の苦勞を思い、娘に余り手をかけさせまいと遠慮して、娘が止めるのも聞かず、薬店で買った塗り薬を使ったのが大失敗でした。この薬さえ使わなければ、一ヶ月一寸で良くなったと思います。薬を使ってから患部はザクロをむいたようになり、二週間の苦勞は水の泡で初めの状態に戻ってしまいました。そのため家族全員が一苦労も二苦労もするはめになったのですが、何の罰が当たったのかと心身ともに疲れてしまいました。

このようにとんだ寄り道もありましたが、一ヶ月余り過ぎた頃には、自分で右向き、左向きと横になれるようになり、光線も一人でかけられるまで回復しましたが、日常の家事や食事の支度は最後まで娘が面倒を見てくれたのです。私はひそかに娘の後姿を拝んでいました。

サナモアの効果に合掌

やけどをして二ヶ月ほどした或る日のこと、医師で古くからご自分の診療にもサナモアを愛用して下さっている先生が、カーボンを分けて下さいと来訪されました。先生はサービスで患者さんに光線をかけてあげたり、また自宅での光線療法を勧めて紹介して下さい、公私ともにお世話になり気安くさせて戴いていましたので、やけどの話をしていましたら診せて下さいと申され患部を診て戴きました。先生はやけどの治った跡を診て、「いやは大変な大やけどですね。しかし光線の偉大な治療力を示す素晴らしい効果が見て取れます。病院なら移植と言うことになったでしょうが、いよいよ光線が気に入りました」と言い、娘には「貴方はこんなひどい大やけどを全快するまで治療したのだから、立派なやけど治療の専門家ですよ。それに光線療法の大家になれるんじゃないですか」と言って下さいました。

“はつらつさん”を勧めたい

現在、サナモア治療器には、以前からある手動式のサナモア7号器、サナモア8号器の二機種に加え、全自動式のはつらつさん1号、はつらつさん2号の二機種があり、全部で四機種あります。それぞれの効果については、サナモアカーボンを使用限り殆ど変わらないと聞いていますが、実際に使ってみて便利で人手が要らず楽々治療出来る点で、断然全自動のはつらつさんに軍配が上がります。私もやけど治療で大変な目にあった当時のことを思い出さずに、あの時ははつらつさんがあったら心の負担もどんなにか軽かったろうにと思わずにいられません。殊に人手のない家庭の人には、光線療法が薬に出来るはつらつさんをお勧めしたいと思っています。

日本療術学会から

アクトシティ浜松

コングレスセンター

平成六年十二月四日

光線療法による

リウマチの治療



社団法人神奈川県療術師会

海渡 一二三

はじめに

リウマチは全人口の〇・二％、つまり一〇〇〇人当たり三人の患者がいる非常に頻度の高い病気です。本症は働き盛りの年齢層で多発する傾向があり、罹病率の男女比は女性で明らかに高く、三倍以上と見なされています。

リウマチの病状の経過は、約三分の一の患者は単周期型で、再発もなく関節障害も残さずに治ります。演者も数ヶ月の光線療法で完全緩解の状態になり、その後、再発しない症例を、女性例、男性例で数例経験してい

多周期型リウマチに対する治療成績

症 例	年齢性別	治療期間	初診時所見	緩解状態に至るまでの期間	現在の状態
症例1	37歳女性主婦	昭和60年7月治療開始。現在、自宅で治療継続中。	全身関節痛、左右手首、足首に変形を認めた。	平成3年10月頃より増悪することなく順調に経過。	手足の関節の変形は存続しているが、リウマチ特有の痛みは改善した。安静時の関節痛はない。
症例2	67歳女性主婦	治療した期間は昭和62年9月より平成2年12月まで。	左右の膝関節に高度の変形を認めた。	治療中断時、関節の腫脹、疼痛は緩解状態にあった。	家族の勧めで膝関節の手術を受けたが、術後に歩けなくなり、現在も入院中のため治療は中断。
症例3	19歳女性	平成1年2月治療開始。現在、自宅で治療継続中。	関節痛のために食欲なし。変形は認めない。	平成5年9月に骨のレ線所見の改善を指摘された。	リウマチ反応、骨レ線像の改善に加え、経過中に起こした足首の変形もなくなる。食欲も増す。
症例4	20歳女性	平成1年6月治療開始。現在、自宅で治療継続中。	腰痛、関節痛に加え、手足に変形を認めた。	平成6年1月には痛みが軽減し、変形が改善した。	関節痛が軽減し、手足の関節の変形が改善したため、今後に希望をもって治療を続けている。
症例5	60歳女性主婦	平成3年5月治療開始。現在、自宅で治療継続中。	膝関節変形に加え、変形性頸椎症を認めた。	平成5年6月には膝関節の腫脹、変形が改善した。	関節痛が軽くなり、膝関節に認めた変形が改善したため、歩行が非常に楽になる。

ます。しかし半数以上の患者は緩解と増悪を繰り返す多周期型で、長期にわたり苦痛を伴う難治な疾患になり、五年、十年という歳月をかけて関節障害が進行しますが、その一〇―一五％は進行性に関節の機能障害が増悪し、車椅子や寝たきりの重症の身体障害者になる極めて厄介な病気です。この点から多周期型のリウマチ患者には長期にわたる治療が必要になります。

今回、多周期型のリウマチで増悪を繰り返し緩解維持の困難な患者に対し、長期にわたり光線療法を行い、有用な所見を得たので報告します。

治療法

演者の治療院では同時に二台以上の光線治療器を使う多灯照射を行っています。カーボンは患者の主訴、一般状態、関節の変形の有無などから総合的に判断して、全光線を均等に放射するAカーボン、赤外線を多量に放射するBカーボン、可視線を単量に放射するDカーボンを単

独にあるいは組み合わせて使用しました。なお実際に使用したカーボンの組み合わせは、AとA、AとB、BとB、BとDなどです。治療に際し、体位を側臥位または仰臥位にして、照射部位を選択し、照射時間を決めましたが、原則として基本照射に加えて現に痛みを訴えている関節では痛みが薄らぐのを目標に時間を長めに設定し出来るだけ丁寧な照射しました。実際に照射した主な部位は、足裏、足甲、足首、膝、膝裏、臀部、腰

対象ならびに治療成績

対象とした5症例の治療成績を表にまとめましたが、全例女性で、年齢は67歳から19歳と広い範囲に分布しています。また、何れも緩解と増悪を繰り返し、慢性の経過をとった多周期型リウマチですが、効果判定のための治療期間として光線療法を始めてからの経過観察期間が三年以上（最長例は九年）になる症例を用いました。なお症例3、症例4は若年性関節リウマチで、ステイル病と診断されていました。

（八ページへつづく）

へ七ページよりつづく

症例1は、初診時、全身の関節痛に加え、左右の手足と足首に変形を認めました。本例は治療を始めて六年では満足できる緩解状態になり、現在も良好な状態で経過していますが、関節の変形は少し残っています。

症例2は、初診時、既に左右の膝関節の変形があり、当院での三年間の治療で膝関節の腫脹疼痛が改善し本人は喜んでいましたが、家族の者が手術を勧め、本人は嫌々入院し両側膝関節の手術を受けました。しかしその後の経過が悪く歩けなくなり、現在も入院中のため治療は中断しています。

症例3は、若年性リウマチ、スティル病と診断された症例ですが、全身の関節に激痛を訴え、母親に背負われて来院する状態でした。そのためあつて極度の食欲不振があり、痩せて行くので食べるように指導しながら治療を続けました。治療中に足首に変形を起しましたが、治療を続けた結果、変形は消失し、食欲も増し四年で緩解状態になりました。現在も良好な状態を維持しています。また検査の上でも、医師からリウマチ反応や骨のX

線所見の改善を指摘され、光線療法の効果に確信を持てたと話しています。

症例4は、前例と同じステイル病で、母親に背負われるようにして来院しました。初診時、高度の全身関節痛、腰痛に加え、手足に変形を認めました。またアトピー性皮膚炎と乳汁分泌を伴っていました。本例は五年の治療で関節の痛みや変形が改善し、現在は緩解状態にあります。将来に希望を持って治療を続けています。なおアトピー性皮膚炎、乳汁分泌とも改善しています。

症例5は、初診時、リウマチによる膝関節の変形に加え、変形性頸椎症との診断を受けていた症例です。また本例は真珠腫性中耳炎で手術をしましたが術後の痛みが取れないので併せて治療してほしいと希望していました。治療を始めて二年で膝関節の疼痛や変形が改善し、現在三年経過しましたが、歩行が非常に楽になった、と喜んでいますが、なお中耳炎の術後の痛みは消失しています。

考察ならびに結語

多周期型のリウマチは増悪と

緩解を繰り返す難治な疾患として知られていますが、未だに確実に奏功する治療法が知られていないため、関節機能の悪化を防ぐリハビリ的な治療が併せて求められます。一方、光線療法には、リウマチのような関節の炎症疾患の痛みを鎮め、筋を弛緩し、筋力を増強して関節運動を容易にする効果と共に、化骨を促して骨を強化して脱灰や破壊を防ぐ効果があります。また病因に関して、自己抗体のリウマチ因子が検出されることから免疫異常の関与が指摘されていますが、この面では光線療法の免疫調整作用の効果が期待できます。これらの観点から、演者は多周期型の難治なリウマチに対し、光線療法を長期にわたり根気良く継続した結果、関節の痛みの軽減、変形の改善、骨の脱灰や破壊の防止など、明らかに病変の進行を食い止める関節機能の予後を改善すると思われる所見を得ました。なお関節の機能を保持するためには患者の自覚に基づく関節の運動療法も欠かせませんが、リウマチの治療で何よりも大切なことは、根気良く努力を続けることにあると痛感しています。

サナモア



サナモア光線協会

趣意書

天地創造の昔から、真の光、即ち太陽光線は、私たちに限らない恩恵を与えています。サナモア光線療法は、この太陽光線の健康増進、疾病予防および治療効果を利用した治療法です。従って、目に見える可視光線だけでなく、目には見えないがなくてはならない紫外線や赤外線を目的に応じて適切に放射しなければなりません。

このサナモア愛用者を以て、光線療法の研究を行うと共に、啓蒙、普及活動を行うためサナモア光線協会を設立しました。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、季刊紙「健康と光線」を発行します。

サナモア光線協会

医学博士 宇都宮 光明

協会では、会員を募集しております。入会希望者は、左記宛御申込み下さい。

〒153 東京都目黒区目黒4-6-18

サナモア光線協会 TEL (03) 三七九三―五二八―
三七二―五三三―

(本紙の無断転用を禁止します。)