

## うつ病と抑うつ状態

自責感 不眠 食欲不振 頭痛  
動悸、疲労感などの身体症状を訴えることがあります。最近、こうした人がうつ病と診断されることが多く、筆者が医療相談を受けることも増えました。しかし社会的・環境的な要素が関係する抑うつ状態は誰にでも起ころる気分障害で、正常人との境界も曖昧であり、安易に薬に頼るのは考えものです。言うまでもなく重度のうつ病は思い当たる原因がなく、周囲の人がはつきりと分かる異常があります。

うつ病や抑うつ状態は気分の異常ですから、治療は患者の考え方を変えさせて、患者が自分

## 光線と気分

を信じて行動する（認知行動療法と言つ）ようにならなければ薬で一時的に症状を軽減しても再発を免れません。特に思い当たる原因がある抑うつ状態の場合、安易にうつ病と診断され抗うつ薬を投与されると、性格が律儀なだけ薬に依存するようになります。

れました。実際、うつ病患者の脳および脳脊髄液中のセロトニンは低下しており、セロトニンを増やす薬（選択的セロトニン再取り込み阻害薬）抗うつ薬としてす。

治療効果が検討され、光線には気分を安定させ抑うつ状態を改善する脳内セロトニンと呼ばれる神經伝達物質を増やす作

## うつ病とサナモア光線療法

### —気分を安定させる脳内セロトニン—

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

ニンが上昇するのです。すなわちメラトニンとセロトニンの間には逆相関的な日内変動があり、それが生命現象全般のリズムを調整し、気分

床下音の検査差上極から聴覚を経て上頸部神経節に達し、更に松果体に伝達されて松果体ホルモンのメラトニンの産生を抑制することで自律神経・内分泌機能を活動のリズムに調整していくが、このメラトニンはセロトニンから生成されるため、セロトニンの産生が抑えられる脳間に脳内セロトニンが抑えられる脳間に脳内セロトニン

## セロトニンの上昇機序

## うつ病の サナモア光線療法

を明るくして安定させるのです。

は、朝照射でメラトニンの產生を中断せざるのが効果的とされていますが、昼照射でも同等の効果があるとする報告もあります。サナモア光線療法をうつ病や抑うつ状態に使う際、朝の起床時に顔に目を閉じて BD カーボンで 30 分前後照射し、その上で都合のつく時間帯に基本照射をするよう勧めています。なお脳内セロトニンが低下する神経症（強迫性障害など）にも有効と報告されています。

初春

平成十六年元日

(株) 東京光線療法研究所  
サナモア光線治療院

(五日より営業します)

# 一病 息災

# 一病 息災

## かぜ症候群

サナモア光線治療院

院長 医学博士 宇都宮 正範

古くから「かぜは万病のもど」

と言われていることは、ご存知のことだと思います。特に抵抗力の低下した高齢の方の場合、ちょっととしたかぜから肺炎を併発することもありますし、長期にわたり寝込んでしまうこともあります。あるくらいです。今回は、このようなかぜ症候群について触れたいと思います。

### かぜ症候群とは

かぜ症候群とは、鼻、口、咽頭、喉頭などの上気道を中心とした急性に発症する炎症性疾患で、全身倦怠感、のどの不快感、くしゃみ、鼻水、鼻づまり、咳、頭痛など共通の症状を呈する疾患群です。原因の80～90%はウイルス感染であり、表に代表的な原因ウイルスと特徴を示しますが、その数は実に200種以上に及ぶと言っています。感染は主に感染者との接触、感染者が使用したタオルなど生活用品との二次的接触でおこりますが、感染から10時間ほどで症状が出現して約48時間まで増悪し、その後徐々に軽快します。

また、発病初期には、自覚症状

から普通感冒やインフルエンザの後徐々に軽快します。

かぜの原因は、ほとんどがウ

### かぜ症候群に抗生物質は効く？

かぜの原因は、ほとんどうま

表：かぜ症候群の代表的な原因ウイルスと特徴

種類	特徴
コロナウイルス	普通感冒、鼻かぜの15% * サーズの原因として注目
ライノウイルス	普通感冒、鼻かぜの50%
RSウイルス	感染性強い、小児の細気管支炎、肺炎、クループ
パラインフルエンザウイルス	クループ、咽頭炎、細気管支炎、肺炎
インフルエンザウイルス	感染性強い、上気道炎、インフルエンザ肺炎
アデノウイルス	高熱を伴う咽頭扁桃炎、異型肺炎、咽頭結膜熱

イルス感染ですから、かぜの治療に抗生物質は無力であるということが分かると思います。抗生物質は、細菌感染症に対しては一定の効果がありますが、抗ウイルス作用はもたないわけで、本邦のように、かぜに対する抗生物質が当たり前のようになつて抗生物質が当り前のように処方されている方が不自然なのです。最近になつて、ようやく薬剤耐性菌の拡大を引き起こした原因が、安易な抗生物質の投与にあることに気が付き、是正されつあります。まだまだといったところでしょう。

### かぜ症候群の対策は？

毎年この時期になると、特にインフルエンザワクチンの予防接種が新聞等で取り上げられましたが、突然の38度以上の発熱、せき、息切れなどの呼吸器症状を自覚した場合には、今後、サーズの可能性も考える必要があるかもしれません。

かぜの原因は、ほとんどうま

### かぜ症候群と熱

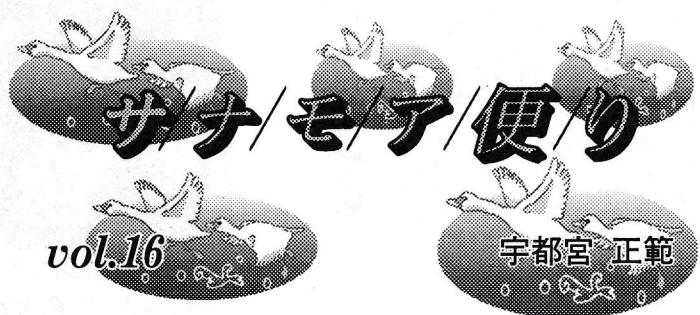
かぜをひいて発熱した経験をもたない方はいないと思います。体温の上昇によって、白血球の働きが活性化されることは明らかであり、人がかぜウイルスに感染した際に発熱するのは、この白血球の働きを高めて病気を治そうとする自然治癒力の表れに他なりません。サナモア光線療法には、光作用と温熱作用がありますが、熱により日頃から身体を温めることは、白血球の活性を高めることにつながり、感染症の予防に効果的であるのです。実際、高齢者の場合、かし、ワクチンにも限界があるのです。実際、高齢者の場合、ワクチンによる発症予防効果は、三割から七割程度しかなく、体力の低下した際などにはインフルエンザに罹患します。ただし、予防接種を受けている方のほうが軽症ですむという報告はある

信は禁物です。また、先ほど述べましたように、かぜの原因ウイルスは200種以上も存在し、これらに対抗するためには、普段から自身の免疫力を高めておくことが重要です。

かぜの原因は、ほとんどうま

新しい年を迎えて

様々な思いを胸に新年をお迎えのことだと思いますが、不老長寿とは言わないまでも、健康を願う気持ちは共通した願望であること間に違いないと思います。もちろん私達サナモア光線治療院のスタッフ一同も、一人でも多くの方が、健康で快適な生活を過ごせるよう願つております。



## 第十五回「光と熱研究会」 のお知らせ

医療に関する話題の講演や会を開催していますので、一般のご愛用者の方も是非ご参加下さい。

住所..山形県尾花沢市上町  
三丁目一一四六

谷原光線院  
(写真下)

治  
療  
院  
紹  
介

既に開業されてご活躍中の先生方を紹介させて頂いております。

この「一ナーナー」では、新規に光  
療法について勉強したいとお考  
えの方は、是非、ご連絡ください。  
なお、日程等につきましては、  
次号に掲載する予定であります。

A black and white photograph showing three young women from the chest up. They are all wearing light-colored, short-sleeved button-down shirts. The woman on the left has dark hair and is looking directly at the camera. The woman in the center has her hair pulled back and is also looking forward. The woman on the right has dark hair and is looking slightly to her left. They are standing in front of a dark wooden cabinet with glass doors and shelves, which appears to be a display case for books or documents.

第九期

場所…サナモア光線治療院  
三階会議室



笛原  
弘先生

交通 山形新幹線大石田駅下車  
銀山温泉行き乗車、尾花沢待合所下車 徒歩五分

の生活をおくるていた時  
母の病を少しでも和らげ  
ようと、仕事を探しなが  
ら出会った方が山形の鈴  
木マサ子先生でした。親  
身になつて治療のアドバ  
イスをして頂いたことが  
とてもうれしく、自分も  
この仕事に就くことがで  
きないものかと考へ、整  
体と一緒に必死で勉強し  
てきました。現在は、同  
じような病で苦しんでい  
る方のお役に立ちたいと、  
日々、切磋琢磨しております。  
どうぞよろしくお  
願い致します。

# ◆ 慕 集 ◆

## サナモア光線治療師

当協会の趣意に賛同され、  
サナモア光線療法の普及に  
ご協力頂ける方、治療院の  
開業を検討なさりたい方は、  
お問い合わせください

サナモア光線治療院

〒153-0063  
東京都目黒区目黒1-23-11  
TEL (03) 5759-3710  
FAX (03) 5759-3720

第15回

# 日本療術学会

# シンポジウム 生活習慣病と

シンポジウム



## 全療財団光線部門

代表世話人 宇都宮光明

生活習慣病

厚生省は昭和31年に主に40歳以降に発症し、初期には無症状で、進行し合併症が出てからは治療が難しく死亡率も高い疾病群を成人病と命名し、早期発見・早期治療を中心に行方対策を進めめた。しかし成果を挙げるには成人病の発症・進展に関係する

食事・運動・喫煙・飲酒などの生活習慣を改める必要が強調されるようになり、平成8年に成人病対策を生活習慣病対策に政策転換した。したがって生活習慣病の対象疾患は成人病と殆ど変わらない。すなわち悪性腫瘍、心臓病、脳血管疾患を始め、高血圧、動脈硬化、高脂血症、糖尿病、肥満、高尿酸血症、閉塞性肺疾患、肝臓病、骨粗鬆症などである。

食事を摂ると等しく  
光線を浴びよ！

食事・運動・喫煙・飲酒などの生活習慣を改める必要が強調されるようになり、平成8年に成人病対策を生活習慣病対策に政策転換した。したがって生活習慣病の対象疾患は成人病と殆ど変わらない。すなわち悪性腫瘍、心臓病、脳血管疾患を始め、高血圧、動脈硬化、高脂血症、糖尿病、肥満、高尿酸血症、閉塞性肺疾患、肝臓病、骨粗鬆症などである。

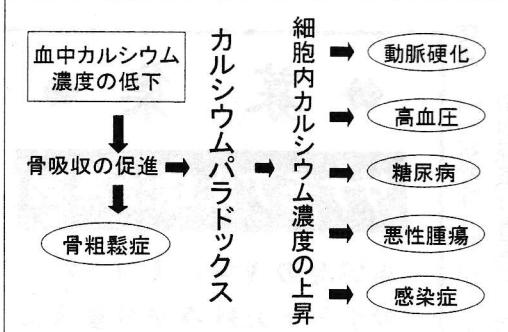
**ビタミンDの  
二大作用**

ビタミンDは20世紀の初頭に、抗クル病因子として発見された。これを契機に、カルシウムやリンの吸収を介して細胞分化を促進する作用が発見され注目される。なおビタミンDは多くの食品には殆ど含まれておらず、紫外線のビタミンDを生成する機能が低下する。そのため、光線を浴びる生活習慣が失うと容易にビタミンD欠乏症を起こすのである。

[1] **カルシウム代謝調節ホルモンとしての作用**

ビタミンDはカルシウムの吸収と排泄が関わる体外バランスと細胞内カルシウム濃度を細胞外の一万分の一に保つ体内バランスを保持する上で欠かせない作用がある。すなわちビタミンD欠乏状態を起こすと、カルシウムの吸収量が減り排泄量

#### 図 カルシウムバラドックスと生活習慣病



ビタミンDの  
二大作用

ビタミンDは20世紀の初頭に抗クル病因子として発見されたのを契機に、カルシウム代謝調節ホルモンと位置付けられてきたが、近年、細胞のビタミンD受容体を介して細胞分化を誘導する作用が発見され注目されている。なおビタミンDは魚肉を除く食品には殆ど含まれていないため、紫外線のビタミンDを生成する機能が低下する高齢者ほど、光線を浴びる生活習慣を失うと容易にビタミンD欠乏症が増えてカルシウムの血中濃度が低下するため、副甲状腺ホルモンのパラソルモンがカルシウムの貯蔵庫の骨の吸収を促しカルシウムが血中に溶出する。この際、過度に溶け出たカルシウムは血中から細胞内に移行して細胞内カルシウム濃度が上昇する。この状態をカルシウムパラドックスと呼びますが、図示したように手足痙攣やまは生活習慣病の危険因子になる。事実、骨粗鬆症が進行しているほど、動脈の筋細胞内のカルシウム濃度が上昇し血管が収縮するため血圧が上昇し、動脈にカルシウムが沈着するため動脈硬化

化を促し、臍臓のインスリンの分泌を阻害し、免疫担当細胞の機能低下で感染症やアレルギー、や癌などに罹り易くなる。また機能面では神経・内分泌系の情報が正常に伝達されなくなる。

[2] 細胞分化誘導作用について

ビタミンDはビタミンD受容体を介して細胞分化を誘導する。ビタミンD受容体は小腸粘膜上皮細胞、副甲状腺主細胞、造骨細胞、腎臓の遠位尿細管細胞のようにカルシウム代謝を調節する器官だけでなく、臍臓下垂体、甲状腺、皮膚、胃、肝臓、胸腺、脳、

## 光線の温熱作用

骨髄、軟骨、胎盤、悪性腫瘍細胞など広く分布しており、それらの機能を調節し、悪性腫瘍細胞では細胞の増殖を抑制し正常細胞への分化を誘導する作用が示唆されている。

八五ページ

△四ページからつづく

る。加えて近年、熱刺激による遺伝子発現が熱ショック蛋白質の合成を促し、細胞傷害から生体を防御し、自然免疫を高め、蛋白質の正常化に関与することが明らかにされ、光線療法の適応症の拡大につながるとして注目されている。

## 光受容器を介する作用

光線は光受容器を介して松果体ホルモンのメラトニンの分泌を抑制する。この作用は全盲者の研究から皮膚でも行われることが明らかにされているが、メラトニンの日内リズムが自律神経・内分泌機能を始め、生理現象全般を調整している。またメラトニンと気分を安定させるセロトニンは逆相関関係にあり、うつ病の治療に有効なことが示唆される。

## 光線のその他の作用

これまでの研究から、光線は他にも、コレステロール値の低下、尿酸の排泄、新陳代謝の亢進、肥満の解消、炭疽肺の予防など生活習慣病の予防に有用な作用がある。

## 一般演題

### 無菌性髄膜炎後遺症の治療経験

#### 海渡 一二三



社団法人 神奈川県療術師会

## はじめに

無菌性髄膜炎は各種ウイルス感染により小児を中心発症する。今回、三歳時に無菌性髄膜炎に罹患、その後遺症と考えられる神経症状にサナモア光線療法を行い、著しい症状の改善を認めた症例を経験したので報告する。

## 症例

**[患者]** 18歳 男性 無職。  
**[主訴]** 右半身の不全麻痺。

**[起始経過]** 患者は十五年前の三歳四ヶ月の時に発熱した熱が下がらないため入院精査し、無

菌性髄膜炎と診断された。その後、後遺症で右半身に軽度の麻痺症状が残り、ピッコを引き、右半身の肩、肘、手首、足首の関節は変形・硬直し、それにつ

年経過していることから、治療は長期にわたる覚悟が要ることを話し、患者と家族が了解したので治療をすることにした。

まず患側の右を上、左を下にした側臥位で、顔、腰、肛門、膝に各10分、腹、後頭部、足裏、足首に各10分、次いで仰臥位で左側頭部、右頸部、左側腹部、右膝に各10分、右側頭部、左頸部、右側腹部、左膝に各10分、左右の膝に横から10分照射した。

A Bカーボンで四灯照射をしました。また患側の右を上、左を下にした側臥位で、顔、腰、肛門、膝に各10分、腹、後頭部、足裏、足首に各10分、次いで仰臥位で左側頭部、右頸部、左側腹部、右膝に各10分、右側頭部、左頸部、右側腹部、左膝に各10分、左右の膝に横から10分照射した。

なお関節の硬直や痙攣の状況に応じて照射時間を延長した。

患者は光線療法は気持ち良いと喜んで治療に通ってきたが、予測を超える即効性の効果を認めた。すなわち五日目位から硬直していた右半身の関節に柔軟性が出来、感覚が戻り始め、不随意運動の回数、程度に改善の徴候を認めた。治療の回数を重ねる毎に話し方もはつきりとし、暗い表情で落ち込んでいた

患者は明るくなり笑顔が出るようになつた。三ヶ月を経た頃にはピッコを引かなくなり、約十ヶ月を経た平成11年5月には母親です驚くほど症状は改善し、諦めないで本当に良かったと大変喜ばれるまで回復した。この段階で当院の治療は中断し、その後は治療器を購入して自宅で治療を続けるよう指示した。

患者は今も光線療法を続けていますが、神経症状は殆ど消失し、コンピューターを学ぶ専門学校生として自信と希望に満ちた日々を送っている。

## 総括

無菌性髄膜炎は殆ど後遺症を残すことなく治るとされているが、後遺症として麻痺が残る例や死亡例がある。今回報告した患者の第一印象は、動作、話し方などから、以前に本学会で著効を認めたことを報告した多発性硬化症に類似していると感じたため、神経症状の改善に効果が期待できると考え治療することにした。その結果、予測をはるかに超える効果を認めたので報告した。

治  
驗  
例  
報  
告

## 繰り返した

神戸市  
ウエノ光線療研

上野 健太郎氏報告

症例  
55歳  
男性  
自営業

## 療法経過 治療はADカーボン

診断され、それから治療を受け  
てきたが、病状は改善と再発を  
繰り返し、三年経った頃にやっ  
と落ち着いた。ところが二年程  
前から、特に空腹時にみぞおち

の辺りが痛むようになり痛みは日を追つて激しくなった。そのため仕事にも差し支えるよう

してX線検査や内視鏡検査を受けたが、十二指腸と胃にも潰瘍があると診断され、幾度も再発を繰り返していることから手術を勧められた。しかし仕事や家庭の事情を考えて手術を躊躇していた時に、友人が手術をする前に光線療法を試してみてはどうエノ光線の話しをしてくれ、

ボンで足裏20分、膝10分照射し  
た。

翌日から友人から借りた光線治療器で自宅治療を始めたが、胃部の前後は日に朝晩二回の照射を指示した。一週間経った頃

ヶ月で不快な自覚症状はなくな  
り、二ヶ月余り経つてからの病  
院の検診で、潰瘍所見は改善し  
ており回復が早いと言われた。

その後の経過は順調で食生活に注意しながら仕事に精を出して  
いるが、光線は手離せないと云つ

の辺りが痛むようになり痛みは日を追つて激しくなった。そのため仕事にも差し支えるようになつたので、大学病院を受診してて良医は「内臓機能障害」と名

腰椎椎間板  
活驗例報告

ヘルニアの  
苦痛から救われる

福岡県春日市 育美健康光線療研

山崎 いく子氏報告

間板ヘルニアによる坐骨神経痛

庭の事情を考えて手術を躊躇していた時に、友人が手術をする

前に光線療法を試してみてはと  
ウエノ光線の話しをしてくれ、

**症例** 55歳 男性  
ゴルフのし過ぎで腰を痛め、立つのも歩くのもやむを得ない。特に右の太ももから膝から足首の外側の痛みがひどく、腰椎椎

間板ヘルニアによる坐骨神経痛と診断された。そのためいろいろ治療したが思わしくなく、親戚の人から光線治療器を貸すから是非するように勧められ、そ

療法を習いたいと来所された。療法経過 A B カーボンで足裏、足首、右の太もも、右の膝から足首の外側、股関節、腰、背、後頭部、腹に各20分、更にB B で腰、股関節、右太もも、右膝から足首の外側に各30分程度、あるいはそれ以上になつても痛みが和らぐまで照射するように指示した。二週間後にカーボンを購入するため来所されたが、

二二九。

## サナモアカーボンの 類似品にご注意下さい

ところが他社製カーボンに「光線療法学」をセットしたり、当研究所が独自に広めたカーボンの呼び名のA、B、C、Dや緑印、赤印、青印、黄印を勝手に流用したり、あたかもサナモアと同じと見せ掛けて販売している業者がいます。もとより、このような道理にもとる人をあざむく行為は断じて許されるものではありませんが、当研究所としては他社製カーボンを使用した場合の効果について一切の責任は持てませんので、異々もご注意下さい。

なおカーボンについて疑問の点がありましたらお問い合わせ下さい。

(株)東京光線療法研究所

治驗例報告

全身打撲傷から十日で回復

折かなくて良かつたと言われ安心したが、この患者は直前まで腰痛のため当院で四ヶ月間光線治療をして完治した病歴があり、そのため骨が丈夫になり骨折を免れたと思われた。なお来院時、頭頂部の右側にコブがあり、眉間に腫れ、鼻の左右と左の首から肩、肘、手首にかけて皮下出血で紫色になっており、左の膝から足首までの外側面に数ヶ所切り傷があつた。

**症例** 81歳 女性 会社社長  
朝、多忙なため急いでいた時に二階から転落して、頭頂部の右側、顔の前面、左の肩と肘と手首、左の膝から下の外側面などを強打し、救急車で病院に運ばれた。病院では念のためレントゲン検査をしたが、骨折はなく全身打撲傷と診断された。その際、医師から高齢なのに骨

痛みだったのが鈍痛に変わり、少し楽になつたと言つていた。次に仰臥位で六台の治療器を使い、A-Bで左右から大腿、膝、足首に25分照射してから側臥位に戻し、腰部をA-A、肛門をB-D、足の甲をA-Bで30分照射した。治療後、自力でベッドから立ち上がり、杖を突いていたの

ら病状に応じてカーボンの組み合せや照射時間は適宜調整した。治療を始めて33日目には夜も痛みはなく熟睡でき、杖なしで殆ど痛みに歩けるようになつた。その頃から自分で運転して週に一回～二回治療のため通院しているが、痛みはなく、病院の検査所見も改善したと言われ

## 椎間板ヘルニアに対する光線療法

宮城県気仙沼市 サナモア療院

近藤好志氏報告

金剛  
動力機器  
販売部

サナモアはカーボンの芯剤を完全燃焼させることで最も効果のあるスペクトルを含む光線を放射するよう、正面からカーボンをぶつける正面発光式を採用しています。そのため手動式のサナモア7号器・8号器では照射時間が十分強で切れ、長時間の照射にはご不便をお掛けしてしまいました。この点を改良したのが全

自動光線治療器は「ひづりさん」で、照射時間は5分刻みで60分まで設定でき、時間に合わせてジョイントで巻くサンモアカーボンをつけないで、おけば自動的にカーボンを送り安定した光線を放射します。

なおはつらつさんご使用の際には、安全性を保ち、事故を未然に防ぐため、ジョイントカーボン以外のカーボンは絶対に使用しないで下さい。使用上の注意は、「はつらつさん取扱説明書」をご覧下さい。

自動光線治療器は「ひづりさん」で、照射時間は5分刻みで60分まで設定でき、時間に合わせてジョイントで巻るサンモアカーボンをつけないで、おけば自動的にカーボンを送り安定した光線を放射します。

なおはつらつさんご使用の際には、安全性を保ち、事故を未然に防ぐため、ジョイントカーボン以外のカーボンは絶対に使用しないで下さい。使用上の注意は、「はつらつさん取扱説明書」をご覧下さい。

