

健康と光線

乳幼児に「くる病」が増加

―日光浴不足による―

ビタミンD不足が原因―

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

くる病増加の背景

平成27年4月16日の日本経済新聞夕刊に、近年、わが国で成長期の乳幼児の骨にカルシウムを沈着させるビタミンDの不足で、骨が変形して歩行しづらくなるビタミンD欠乏性くる病が、歩き始める1歳ごろに発覚する例が増えていることを伝える記事が掲載されました。ここにきてビタミンDの不足による、くる病が増えた原因は、過度の紫

外線対策にあります。すなわち日光浴をして紫外線を浴びて日焼けをすれば、体内でビタミンDは生成されるので、くる病になりませんが、オーストラリアやハワイのような亜熱帯に移住した白人で紫外線による皮膚癌が母国に留まった人より多いのが問題視されるようになった1980年代ごろから、わが国でも乳幼児が日焼けするのを避けるように勧める風潮が高まりました。

発行所

〒153-0063
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

これがビタミンDの不足を招いて、くる病が増加した背景です。実際、今から20年ほど前までは、乳幼児は屋外で日焼けするまで直射日光を浴びて遊ぶのが当たり前で、今と違って日焼けを問題視する有識者や保護者はなく、日光浴は健康増進の礎と信じていましたので、くる病の報告例もなかったのです。

ビタミンDを

補う日光浴

母乳保育の乳幼児がビタミンD欠乏性くる病に罹るのは、母乳に、くる病予防に必要なビタミンDが含まれていないためです。母乳には乳幼児の骨の成長に必要なカルシウムは含まれていますが、乳幼児の骨へカルシ

ウムの沈着を促して、くる病を予防するビタミンDは含まれていません。言い換えるなら母乳はビタミンD欠乏食なのです。

そのため母乳保育の乳幼児がカルシウムを吸収するためには、日光浴をしてビタミンDを補う必要があります(人工乳にはビタミンDが添加されています)。

母乳にビタミンDが含まれていなくても、日光浴で日焼けする損得を論じて、損を強調して日光を遠ざけるように勧める傾向が垣間見える今日の文明社会を築く前までは、乳幼児は屋外で日光を浴びながら遊んでいた

ので、ビタミンDは補えたのです。なおビタミンD欠乏食は母乳だけでなく地上で採れる食材は並べてビタミンD欠乏食です。ビタミンDを豊富に含む食材は紫外線を浴びることのない海の魚ですが、乳幼児は刺身を食べませんから、母子手帳に乳幼児には日光浴(外気浴)をさせてビタミンDを補い、くる病を防ぐ

ように記述されているのです。

日光を浴びよう

乳幼児のくる病を防ぐための日光浴のやり方に明確な指針はありませんが、自然な状態で顔と手に30〜60分程度当たれば、必要なビタミンDは生成されますので、日焼けするまで頑張る必要はありません。なお副題に書いたように、日光浴不足はビタミンD不足の原因になりますから、乳幼児ではくる病、成人では骨軟化症、中高年以降では骨粗鬆症に罹患する可能性が増しますので、適度な日光を浴びるように心がけてください。

夏季臨時休業のお知らせ

八月十三日(木)から十六日(日)まで夏季臨時休業致しますので、よろしくお願い申し上げます。

(株)東京光線療法研究所
サナモア光線治療院

一病息災 一病息災

胃・十二指腸の病気

サナモア光線治療院

院長 医学博士 宇都宮 正範

はじめに

多くのストレスを抱える現代人は、普段から、胃、十二指腸を含めた消化器系のトラブルに悩まされ、思わず、「胃が痛いよ」といった言葉が、口をついて出てしまうこともしばしばではないでしょうか。そのような胃の病気のとらえ方も、1982年に胃の粘膜から、ヘリコバクター・ピロリ菌が発見されて大きく変わりました。強酸性の世界である胃内では、生物が生きていることは不可能であるといった医学の常識をくつがえす大発見で、胃潰瘍に対する治療法も大きく変わったのです。

胃・十二指腸の働き

消化管は、口から始まり、食道、胃、小腸、大腸、そして肛門へと続く一本の管で、口から入った食物は、自律神経によりコントロールされた消化管の蠕動運動により移動していきます。初期の段階では、食物の「消化」が行われ、その後、細かく分解された栄養素が、体内に取り込

まれる「吸収」過程に移行するのです。

胃、十二指腸は「消化」に携わりますが、胃は最も内腔が広く、壁が厚い臓器です。そして、胃の粘膜には、胃液を分泌する噴門腺、胃底腺、幽門腺の三つの分泌腺が分布しています。噴門腺からは粘液が、胃底腺の主細胞からは、消化酵素 ペプシンノーゲンが、壁細胞からは胃酸、副細胞からは粘液が分泌されます。そして、胃液の量は、一回の食事あたり約0.5ℓで、一日では1.5ℓから2.5ℓにものぼりますが、胃内のpHは1〜3で、強酸性にあることが大きな特徴です。

消化性潰瘍の成因

潰瘍とは、刺激や傷害、炎症、ストレス等が原因で、粘膜や皮膚が深くはがれた状態を指しますが、胃粘膜から分泌される消化液により、粘膜を損傷してできる潰瘍を消化性潰瘍と言います。

胃液には、殺菌力のある塩酸や消化酵素のペプシン等が含ま

れているため、胃粘膜は、粘液やプロスタグランジン等の物質で自らを保護していますが、ストレス等の原因により自律神経の働きが乱れると、両者のバランスが崩れ、潰瘍が形成されます。そして、ヘリコバクター・ピロリ菌感染により引き起こされる胃粘膜の炎症も、粘膜の傷害には深くかかわります。

ヘリコバクター・ピロリ菌は、胃のなかの尿素を分解してアンモニアを産生し、胃酸を中和するため、強酸性の環境のなかで生きていられるのですが、このアンモニアが、胃粘膜を直接傷害してしまうのです。その感染率については、上下水道が整備されていない地域で高いとされますが、先進国のなかで、日本は高い感染率を示しており、50歳以上の方の70%〜80%が感染しているとわれ、若年者になると低下します。

胃・十二指腸の病気

胃、十二指腸の代表的な病気は、胃炎、胃潰瘍、十二指腸潰瘍等ですが、胃炎は、胃粘膜が

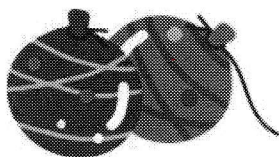
炎症でただれたり、傷んだ状態で、急性と慢性に分けられます。原因には、暴飲暴食、飲酒、過労、ストレス、薬物等があげられますが、ヘリコバクター・ピロリ菌の感染が、病気の発症から経過に至るまで、影響をおよぼしていることが確認されています。この他、激しい嘔吐により裂傷を起こすマロリー・ワイス症候群や胃ポリープ、胃癌といった病気があります。

病気と光線療法

胃、十二指腸の病気においては、生活リズム、生活習慣の改善や食事の時間や量等、食生活の工夫は非常に重要です。

サナモア光線療法には、消化管機能の調整、自律神経の調整、精神面の安定といった作用があるため、胃、十二指腸の病気に対して効果的ですが、とくに、胃もたれ、張り感等、胃の周辺に起こる不快感は、胃の蠕動運動低下によって起こる症状と考えられ、光線療法を是非お試し頂きたいと考えております。

サ/ナ/モ/ア/便/り



vol.62 宇都宮 正範

第二十期

サナモア光線治療師
養成講座のお知らせ

サナモア光線治療師養成講座は、下記日程で、サナモア光線治療院会議室にて開催致しました。受講者の紹介は、次号に掲載予定です。

第四十三回

「光と熱研究会」
のお知らせ

医療に関連した話題の講演や治験例の報告を中心とした研究会を開催していますので、一般のご愛用者の方でも是非ご参加下さい。なお参加は無料です。

日 時：十月二十四日(土)

午後二時三〇分

場 所：サナモア光線治療院
三階会議室

開 講 日 程

6月25日(木)・26日(金)・27日(土)

講 座 内 容

- (1)医学総論・関係法規
- (2)サナモア光線療法の基礎と生物学的作用
- (3)光線治療器のメンテナンス法
- (4)ルーフ式・マルチアーク療法の実践
- (5)開院のための準備

資格取得者の特典

- (1)治療院を開業する際の指導
- (2)サナモアの名称使用
- (3)サナモア販売における代理店資格の取得
- (4)季刊紙「健康と光線」への治験例報告

申し込みの締め切り：6月13日(土)

サナモア光線治療院

受診者の声

現在、多くの方が、サナモア光線治療院にいられています。全身照射の体験目的の方、自宅での治療を補完する目的で月に一回程度来られる方、治療院での治療を主とし週に数回来られる方など様々ですが、その方々の貴重なご意見やご感想を、「受診者の声」として掲載致します。

☆63歳、女性

病院の医師から、甲状腺の病気を指摘されて、早速、薬を処方されたのですが、薬の副作用が心配だったので、その薬を飲まずに、サナモア光線療法を始めめることに決めました。サナモア光線治療院に通い始めて一か月後、病院の血液検査で、甲状腺の数値が改善していた結果をご覧になった先生は、薬の効果が出てますねと話され、投薬を継続しようとしたので、さ

りげなくお断りしました。ただ、さすがにサナモア光線療法で治したとは言えませんでした。その後、副作用のないサナモア光線療法を気に入って続けていますが、骨折しやすかった身体も、今では信じられない程、元気になっています。



◆ 募 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

治
験
例
報
告

サナモアで

下肢の蜂巣炎が軽快

神戸市 ウエノ光線療研

上野 郷子氏報告

TEL 〇七八ー三三ー三三八

症例 30歳 女性 主婦

症状 右膝下部におできができたため、市販の軟膏を塗って様子を見ていたところ、徐々に赤く腫れあがり、痛みが増強し、夜も熟睡できず、悪寒も認めたため近医を受診。そこで、蜂巣炎と診断され、抗生剤を処方されたが、数年前に抗生剤の副作用で苦しみ、大変な思いをした経験があるので、母親の勧めもあり、サナモアで治療したいと来所した。当初、右膝下部は、発赤、腫脹しており、痛みも強く、軽度の発熱も見られていた。

療法経過 治療はBCカーボンにて、患部である膝を正面から30分、左右の側面から10分照射。その後、ABカーボンにて、腹部10分、腰部10分、足裏20分照

射した。翌日から、自宅にて一日二回以上の照射を指示。二日目より、患部の傷口から排膿が始まり、傷口は徐々に拡大。しかし、痛みは激減し、夜間、安眠できるようになり、気分も良くなる。二週間が過ぎた頃には、傷口は縮小し、順調に経過。三週目には痛みはほぼ消失し、歩いていても痛みを感じなくなる。一か月後、ほぼ完治したとの報告を受けた。

治
験
例
報
告

皮膚疥癬をサナモアで治療

福岡県春日市 育美健康光線療研

山崎 いく子(旧姓前田)氏報告

TEL 〇九二 五八一ー〇三九
五七二ー一五七三

症例 70歳 女性

症状 サナモア愛用者。持病に高血圧と肺の病気をもち、多数の薬を内服。最近、身体の痒み

で困っているとの電話相談を受けたため、AAカーボンで、痒い部位を照射するよう指示。内科の医師からは、痒み止めを処

全自動光線治療器

はつらつさんと
ジョイントカーボン

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に、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きまして、この点を改良したのが全

自動光線治療器はつらつさんで、照射時間は5分刻みで60分まで設定でき、カーボンの消耗に合わせてジョイントできるサナモアカーボンをつないでおけば、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」をご覧ください。

方されていたが、なかなか良くならず、痒みで夜も眠れなため皮膚科を受診したところ、疥癬と診断された。そこで、塗り薬をもらったが、サナモア光線療法を併用したいと、治療法について相談された。

療法経過 使用するカーボンは、ACカーボンの組み合わせとし、痒みのある患部を中心に、痒みが和らぐまで照射するよう指示した。その後、塗布薬との併用で、痒みはなくなり、改善したとの報告を受けた。

治
験
例
報
告

蕁麻疹に対する

サナモア使用例

川崎市 東京光線治療院

海渡 一二三氏報告

TEL 〇四四一七三二五〇六七

減傾向にあるとの報告を受けた

症例 57歳 女性

症状 サナモア愛用者。夕食で
久しぶりに刺身を食べた翌朝、
身体全体に痒みを伴う湿疹が出
現。蕁麻疹と思われたため、サ
ナモアによる治療を希望されて
来院。

療法経過 当初、身体全体に湿
疹を認め、痒みが強かったため、
治療はAカーボンの組み合わ
せて施行。側臥位にて、腹部
30分、足裏30分、腰部15分、膝
15分の照射を行い、自宅での継
続治療を指示した。翌日には、
身体の痒みは和らぎ、湿疹は軽

治
験
例
報
告

腎臓結石が

サナモアで排石した

目黒区 サナモア光線治療院

山下 サチ子氏報告

TEL 〇三三五九一三七一〇

症例 60歳 女性

症状 最近、背部に違和感を認
めることがあったため、近くの
病院を受診し検査を受けたところ、
腎臓結石を指摘された。医
師からは、手術治療を勧められ
たが、不安もあり、知人の勧め
にてサナモア光線療法で治療し

療法経過 治療は、側臥位にて、
腹部(BD)、背部(BD)、後頸
部(BD)、膝(AB)、足裏(AB)
を40分照射。一週間に一回のペー
スで光線治療を行うとともに、

が、蕁麻疹は体力が低下した時
に起こりやすく、しばらく消褪
を繰り返すことがあるので、体
力の回復のためにも、サナモア
を毎日続けるよう説明した。

サナモアカーボンの
類似品にご注意下さい

サナモアA(緑印)、B(赤印)、C(青印)、D(黄印) カー
ボンは、その使用法を書いた著書「光線療法学」ともども
ご愛用者各位の御信頼を戴き、全国津々浦々まで高い評価
を受けておりますことはご存じの通りです。

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
持てませんので呉々もご注意下さい。

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

排石には、水分の摂取、縄とび
が良いと聞いて自宅にて実践し
ていた。10回の治療が終了した

とで、体調管理の意味もあり、
現在、サナモアを続けている。

頃を受けた病院の検査では、腎
臓にあった結石を認めず、おそ
らく、排石したのだろうと説明
を受けた。持病の腰痛や冷え性
の改善効果も実感できたとのこ



ある日の新聞記事

くる病、白斑には
紫外線療法が有効



宇都宮 正範

○日本経済新聞

(2015.4.16)の紙面から
足の骨が変形し、歩行しづらくなることもあるビタミンD欠乏性くる病が近年、乳幼児の間で増えている。国内では栄養が不足していた時代には多く見られたが、食糧事情の改善により過去の病気とされてきた。ここにきて増えた背景には、過度の紫外線対策などでビタミンDが不足している理由が考えられるという。専門家は「適度な日光浴とバランスの良い食事」と呼びかけている。

くる病は、二十世紀に入り、ビタミンDの発見から日光浴で治療できることが明らかとなり、過去の病気とされていたのです。

○読売新聞

が、最近、乳幼児を中心として増加傾向にあります。それは、化粧品会社によって作られた美白クリーム、テレビで流される紫外線情報もたらす日光浴のマイナスイメージが原因で、世のお母さん方が、紫外線を極端に避けようとするあまり、乳幼児にビタミンD欠乏を引き起こし、骨の発達障害をきたしているのです。

(2015.5.22)の紙面から

カネボウ化粧品品の美白化粧品による白斑被害問題で、日本皮膚科学会の特別委員会は、患部に紫外線を当てる紫外線療法が最も有効との調査結果をまとめた。患者約1000人の症例を集計した結果、紫外線療法を行った症例は、半

数以上で有効であったとのこと、最も多かった。

白斑は化粧品被害で多くの方が知るところとなった病気ですが、これまでも、様々な原因により引き起こされた白斑に対し、紫外線療法が有効であることは確認されていた事実ですから、驚くこともありません。しかし、さんざん紫外線バッシングを続けてきた化粧品会社が起こした重大な失態を、紫外線が救ってあげるとはなんと皮肉なことでしょう。

サナモア体験記募集

サナモア光線協会では、皆様からの体験記を募集しております。なお掲載させて頂いた方には、薄謝を贈呈致します。

サナモア体験記の投稿について、メールでの募集も開始いたしました。下記のアドレスまで、お気軽にご投稿をお願い申し上げます。

メールアドレス：

sanamore@hr.catv.ne.jp

サナモア



Sanamoa

サナモア光線協会

趣意書

サナモア光線協会は、太陽光線こそ健康を増進する自然の恵みの源泉であり、生命力を高めて病気の予防、治療に効果があるとの観点に立ち、太陽光線に近似したフルスペクトル光線を放射するサナモア光線療法の啓蒙、普及活動に努めることで、国民の健康、福祉に貢献します。

サナモア光線協会は、サナモア光線療法に対する認知と評価を高めるため、一、季刊紙、「健康と光線」の発行、二、サナモア光線治療師の募集と育成の事業を行います。

サナモア光線協会

医学博士 宇都宮 光明

「健康と光線」の購読者を募集します。

また事業の詳細はお問い合わせ下さい。

〒153-0063 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―五二八二
三七二一―五三三二

(本紙の無断転用を禁止します。)