

島根県の温泉治療

玉造厚生年金病院 院長 大塚 哲也

島根県下には多くの温泉が湧出しているが、その大部分はいわゆる①保養とか②休養に利用されている。このうち比較的 температураが高いのは、東から「さぎ」の湯温泉(57℃)、松江温泉(75.7℃)、玉造温泉(72℃)、海潮(うしお)温泉(45.7℃)、湯村温泉(43℃)、湖陵温泉(53℃)、三瓶(さんべ)温泉(43.5℃)、温泉津(ゆのつ)温泉(50℃)、有福温泉(48.3℃)、美又(みまた)温泉(40.1℃)である。③治療としては原爆被爆者の温泉療法として、温泉津温泉と、有福温泉が利用され、また日本三美人温泉の一つと、古くより言われている庄原の湯の川温泉(26℃)は含石膏正苦味泉で、特殊成分として $\text{BO}_2 \cdot 20.16$ が含有され、昔から尼間の皮膚病の治療に用いられて来た。

養老年間に発見された玉造温泉の中心にある玉造厚生年金病院では、リハビリテーション医学の一環として、温泉を利用してきた。温泉のリハビリテーションの効果としては、温熱による鎮痛、痙攣緩解、循環改善のほか、浮力による重力相殺などで、また軽度の拘縮に対しても改善が可能となる。温泉は身体面だけでなく、心理面にも有効であることを忘れてはならない。外国では科学的或は経験上認められた自然に存在する治療要素(鉱泉、海水、気候、地形など)とその利用に適した設備をととのえたものを、療養地として指定し、疾病の治療や予防に役立てている。特に温泉地療養では、循環器疾患のリハビリテーションとその予防の手段として、室内プールが推奨されている。また温泉地での歩行療法、地形療法が、虚血性心疾患の予防、糖尿病、慢性呼吸器疾患(非結核性)、退行性運動器疾患などのリハビリテーションと予防に、また温泉療法は糖尿病、痛風、慢性関節リウマチ、高血圧症などに有効である。とくに温泉療法では、治療開始時の自律神経の反応が、その後の経過に重要であるといわれ、物理療法と薬物療法との協調の傾向が窺われる。

温泉を温泉プールなど水中訓練に利用する場合も少ない。この場合の水中訓練法は最も運動療法の色彩が強く、浮力を利用しての歩行訓練、水の抵抗を利用した抵抗運動などが可能である。従ってROMの増加、弛緩の促進、筋の再教育、呼吸循環などの強化、レクリエーションの面からもすぐれている。

この水中運動の特性として、①浮力により空中では不可能な運動が可能で、運動感覚を覚えさせ、自信をつけるのによい。②水による抵抗運動ができる。また転倒しやすい場合でも、水中では支える力が働く。③温水(一般に水温32~38℃、室温22~24℃)を用いるので、筋緊張による疼痛が軽減し、血行も改善され、関節運動も容易となり、疲労の回復を早め、活動力を盛んにするなどの点があげられる。

なお水中では重い圧力をうけ、胸囲、腹囲が圧縮され、呼吸が浅く、末梢血管の抵抗が高まり、心臓の負担も増大するので、陸上での自然呼吸が適用しなくなる。又水温が低いと、体温が奪われると同時に、全身運動のためエネルギーの消耗も大となる。そのほか「溺れる」という生命の危険に対する恐怖心も生じるので、安心感をもたせておく事も大切となる。

特殊温泉療法として、①器械的療法との併用(渦流浴、蒸気浴との併用)、②温熱療法との併用(超短波、パラフィン浴など。なおパラフィン浴、ホットボックスの効果は、温泉の鉱泥浴の効果と略々同じ)、③光線療法との併用(日光浴、人工太陽灯など)、④気候療法との併用(溪湯、河原湯、空気浴など)、⑤精神転換療法との併用(精神的地形療法)などがあげられるが、是等の

