

溫泉療法



內務省衛生局

本篇は温泉並に温泉療法に就き斯界の權威たる醫學博士藤浪剛一氏に執筆を委囑し編纂したるものである

昭和三年五月

内務省衛生局

目次

序 温泉療法の一 凡そ温泉を治療に用ゐるに當りては、その

本質を調査し、並に温泉療法の種類を詳述し、其の

温泉療法目次

- 一、温泉の選擇と其の注意……………一
- 温泉土地の選擇標準……………三
- 浴上の注意……………四
- 二、温泉の効能……………五
- 温泉の効能の因子は様々である……………五
- 温泉の生物學的作用……………七
- 温泉療法の二方法……………八
- 三、温泉の分類並に所在地……………九
- 化學分析は泉質の一端を示すのみ……………一〇
- 1、單純泉……………一〇

- 2、單純炭酸泉……………三
 - 3、アルカリ温泉……………四
 - 4、鐵泉……………五
 - 5、硫黄泉……………八
 - 6、土類泉……………〇
 - 7、食鹽泉……………二
 - 8、苦味泉……………七
 - 9、放射能作泉……………九
- 四、温泉の醫治作用……………元
- 1、單純泉の効能……………三
 - 2、炭酸泉……………三
 - 3、アルカリ泉——アルカリ炭酸泉——アルカリ鹽類泉……………三
 - 4、鐵泉——綠礬泉……………五

- 五、温泉と氣候……………四
- 高山の特徵……………四
 - 高地の適する病症……………四
 - 慰安的靜養の保健的價値……………三
 - 高地温泉所在地……………四
- 5、硫黄泉……………六
 - 6、土類泉……………六
 - 7、食鹽泉——沃度泉——臭素泉——強食鹽泉……………六
 - 8、苦味泉……………元
 - 9、放射能泉……………〇

- 六、温泉療法と疾患……………四
- 保 養……………六

七、

温泉地の衛生的設備

血液病	四八
呼吸器疾患	四九
神経疾患	五二
性殖器病	五四
小兒病	五六
運動器の疾患	五八
心臓及び血管病	五九
腎臓病	六〇
肝臓及び膽囊疾患	六一
物質代謝病	六二
胃腸疾患	六三
皮膚病	六五
消毒の勵行	六八
上水下水の設備	六九
温泉浴場の設備條件	六九
公衆娛樂機關	七〇
温泉地利用目的の考慮	七一
飲食物の注意	七二
醫師との連絡	七三

温泉療法

一 温泉の選擇と其の注意

近時、我が國民が保健衛生に注意し來たり、温泉及び氣候に就きて諒解し來たりしことは、健康上、誠に喜ばしき事柄である。書肆の店頭を覗いても、温泉に関する單行本の多きを見るに判りたるは、之を裏書する左證ではあるが、温泉と疾病治療との因果關係を説いたもの、妙いのは遺憾である。凡そ我が大日本帝國程、温泉に恵まれてゐる國は世界にも稀である。獨逸は西洋に於ける温泉國であるといふが、その數は我よりも遙に寡い。此天恵の温泉を巧みに利用するならば、治療の目的も達し、又保健の方面にも相當の効績を擧げ得るのであるから、國民の福祉より論ずるも、頗る緊要のものと言はねばならぬ。従つて温泉には政府當局者も、民間の當事者も共に協同努力して、相當の設備を施し、泉質の決定、及びこれに伴ふ治療法を講究して、完全なる温泉の効果を發揮せしめ、又一般に温泉の知識を普及すべきことは、寔に目下の急務なりと信

する。醫學方面では、醫科大學に於て、溫泉學の講筵を開き、日新の溫泉治療學を講すべきであるに、残念ながら我が學界には未だその氣運が到らず、又特別の研究所もなき爲め、溫泉學の發達は極めて不完全である。更に又國民も溫泉の理解に乏しき爲め、泉質の選擇にも考慮を拂はず、只管祖先傳來の入浴法を株守して満足し、或は溫泉場を以て享樂郷と心得る有様である。これでは折角の天與の寶を徒らに死物化するに過ぎない。吾々は誤解をとき、眞の利用法を廣めたいと、多年願うてゐる。それに就いては、讀者諸君に、第一に溫泉を諒解して戴くことが緊要である。

溫泉と一口に謂つても、その化學成分から見ると、種類は多様で、いづれ後章に詳述するが、單純(溫)泉・食鹽泉・炭酸泉・アルカリ泉・硫黃泉・苦味泉・鐵泉及びラヂウム放射泉等である。更に溫泉の湧出する土地(山地、平原、海岸、湖邊等)、氣候の關係、交通の便宜、環境等は治療乃至靜養に影響することであるから、先づ此等の關係をよく調べて、目的に適ふ溫泉地を擇ぶことを心掛けねばならない。

溫泉療法と簡單に謂ふが、實際の場合には、病氣に應じた治療法を講ずるのであるから、一定の標準を以て取扱ふことは無理である、即ち臨機の處置を必要とする。以下各章に述べた説明はもとより一般のことに過ぎないから、能く醫者と相談して溫泉に行くことを切に御勧めする。

溫泉土地の選擇標準 一般に、溫泉地に往つて、専ら病氣を治療する志望ならば、閑靜の場所を良とする、又物價の廉い土地を擇ぶべきである。又單なる保養のときには、娛樂機關が備りて、雜沓する所でも厭はない。我が日本では、溫泉地に此兩様の目的を確然と區別する所が甚だ少い爲めに、浴客に迷惑を及ぶことが多い、又特殊の治療専門浴場も稀である。この溫泉場にも輓近の理學的治療用具を備へて、よく治療の効果を遂げる設備の無いのは頗る遺憾である。

溫泉地に赴くときには、その土地の氣候が身體に順應するや否やをよく顧みねばならぬ。高山の溫泉に行く場合など、氣候が急に變つたり、又は自分に馴れた氣候と相違する場合には、直に著する様に心得るが良い。重き病後には一時に長途の旅行を試みることを避けねばならぬ、又たとへ、効果多い溫泉と雖も、病氣の場合には無理に不便な溫泉を擇ぶ必要は決して無い。常に同伴者を求めて行くときは心強くも感じ、又無聊を慰むることも多いから、家族と共に旅行するこ

とを勧告する。健康者も日常の生活より離れて環境の變つた場所に旅行するのは精神上にも、身體上にも、裨益することが夥しいから、機會のある限り旅行するは保健の一策である。

温泉療法は四季を通じて行ひ得るが、東北地方又は山の國では、降雪の爲め浴客が減じて閉鎖する所もある、しかし南方の暖國では冬季でも相當に客が多い。温泉は五月から十月までを一番適した季節と見做してゐる。

浴上の注意 温泉に行くには、豫め醫師に相談し、十分に身體検査を受け體質に適する温泉地を選び、更に泉質の如何を考量するが良い。而して温泉療法には泉水を飲む所謂飲用療法と、入浴する療法との二様があるが、大抵は此兩者を兼用するのが通常である。温泉地滞在日数は、西洋諸國では平均三週間から四週を一廻りとしてゐるが、我が國では温泉治療法が西洋程に合理的に行はれない爲め、滞在日数は長い方が良好と想ふ。慢性の痼疾ある人は、年々歳々温泉を訪ふ必要がある。湯當りは温泉の効果の見える顯だとする習慣があるが、それは温泉に入り過ぎた結果から現れることが普通が多い、恰も薬品の用量を誤つて、中毒を起したと同様であるが、温泉ではその中毒の現れ方が輕微に過ぎないだけである。

温泉の効果に就ては、今日醫學上より尙説明の行き届かない點がある爲め、多年の經驗より産れた湯治法、及び口碑に傳はる効能は大に参考とする價値がある。決して輕率に古來の傳説を一笑に附するやうなことをしてはならない。温泉の効能は泉質は勿論、環境、氣候、攝生等の各因子が相援け合ひ更に水の生理學的作用及び尙研究の遂げられてゐない不明の要素などが相待つて微妙なる働きを身體に起さしむるものである。

二 温泉の効能

温泉の効能の因子は様々である。温泉の効能は古い時代から認められて、人々は自然に温泉浴を喜ぶことになつた。そしてその温泉の効能は不可思議のものと認められ、そこに色々の臆説が起つた。西洋では、温泉の泉水には靈魂があつて、これが働くものと、久しく信じられてゐた。日本でも同様に神や佛の靈驗譚が傳へられるのである。斯様に温泉に神や佛の働を結びつけた一面には、温泉の効能の多大で、その解釋が容易でないことを窺ふことが出来る。十八世紀に科學知識が勃興してから、温泉に關する知見も一段と進歩し、それより漸次泉質の分析も進み、地

質學も開け、醫學も進みて、各泉質の人體に及ぶ影響及びその治療作用が著しく明らかになつた。然し、泉水の化學分析のみを以ては尙未だ温泉の生理作用を十分に説明することの出来ない點が多い。蓋し、何れの温泉にも、それに應じた治療効能があるが、それは到底化學分析だけでは説明がつかぬ、何故ならば、分析上では、微量であつて到底藥治の効を認め難いにも拘はらず、温泉水では治療の効能が現はれるからである、即ち今日の化學の力では未だ満足する解決が出来ないのである。即ち更にそれよりも一層複雑でもあり、又微妙でもある或るものが加つて、働きをするのである。これは近時の研究の一部であるが、泉水は人體内に入りて、體内の無機物質に働くことを明にした。此研究は古來の温泉治療を學術的に判斷し、幾多の疑問を解決するに一縷の光明を投じたものであるが、さりながら、泉水と同じ水を作つて、實驗しても、それでは満足な成績が擧げられない、自然の泉水を以ては出來、人工泉水では出來ない、この兩者の區別ある所に、自然の力が潜んで働くことに深く驚嘆して止まないものである。温泉の學術的研究は難事で、幾多の問題の解決は前途遼遠である。同じ化學分析の性質でありながら、治療効能に差別ある場合が多い。斯様に温泉の効能の醫學的説明は不十分で、恰も暗中に物を索ぐるが如く不徹底を免

れないが、然し、醫學の研究が益々進むに従ひ、生物學の方面から進んで解決を下すこととなる。而して此方面からの研究は我々に幾多の知識を與へてくれたが、それは余りに専門的に傾くから、單に必要な一端を畧述して置く、生物學の如きは新らしき學問であるから、技術上の用語の爲に理解の出来ない點があらうが、それは豫め御断りしておきたい。

温泉の泉水が含有する化學成分は極めて微量である、例へば、鐵の如きは飲用療法にて、一週りの治療間に體内に攝收する量は僅に〇・〇二乃至〇・〇三に過ぎない。之を醫師の投藥分量に比すれば、到底問題にもならないが、扱て含鐵温泉の貧血に効あることは萬人の知悉する所である。その他、單純(温)泉は疼痛を軽くし、神經亢奮を沈靜するに効能あることは、到底通常の淡水浴の比較にも及ばぬ所である。

温泉の生物學的作用　これ、温泉の泉水には化學作用ある以前に色々な生物學の働きある爲で、一二の點を擧げると、滲透性に富むとか、電氣作用を帶び、イオン化性を保つなごの特別な化學物理現象を體内に起すからである。又最近に於て知られたエマナチオンを含有することが温泉の効能の現るゝに重大の原因を爲すものであるから、之等の事柄が化學成分の微量にも拘ら

す、効能の著大なる理由とされてゐる。

温泉の効能は一時のものでなく、治療（飲用又は入湯）する間に、漸次その作用が体内に蓄積して徐ろに効能を現す、之を持続効能と呼ぶ。この爲めに一局部の病瘡が治るのみならず、全身にも作用が働いて良くするから一層効能が大きいのである。

温泉療法の二方法 温泉治療には、泉水を飲む飲用療法と湯槽に入る湯治法とがある。また、これに附随して種々の理學的治療法を施す場合が多い。飲用療法は我が日本には未だ十分に發達してゐないが、効能の多い療法であるから、入浴と共に兼用せねばならぬ。泉水を飲むのは單純の非水を飲むとは異なり、温泉の泉水は胃及び腸粘膜、その他の排泄を司る臓器の粘膜に働いて分泌を促す、又泉水の一部は血液に吸収せられて血液と共に体内を循環し、遠方の組織内に運ばれて機能を旺盛になし、組織の健全を保つことになる。而して温泉水の含有する化学成分は、たとへ微量なるにも拘らず、組織に對して有効に働く所以は、前述の如き複雑なる生物學的作用があるからであるが、殊にイオン化作用の強く働くことが泉水の清水よりも効が多いわけである。

泉水は前述の如く効力の現れ方が強大であるが、その固形成分を採つた湯の花には、これ程の効能の乏しいことを注意せねばならぬ。湯の花になると泉水の含有物が消散し、又含有するも、泉水の場合と狀況が變る爲めに、到底満足の効を獲られなくなる。更に面白い事實は泉水の湧出口と、下流の所では、同一の泉水でありながら、生物學的作用に差別のあるのに驚く。例へば湧出口の水には觸媒作用があるのに、下流の水には既にこの作用を失つて居る。又エマナチオン量の含有にも兩箇所で多寡の相違がある。尙温泉湧出直後には泉水が色々の生物學的作用を現す活動性に富んでゐるが、時間が経つて、汲み置ききの泉水には、その間に泉水の含めるエネルギーが遁け活動性を失つて靜的のものとなるから、湧出口より泉水を導く場合なきには、余り長距離に導くことは大に注意せねばならぬ所である。入浴する場合は、泉水が皮膚に働き、又皮膚を透過し、皮膚の植物性神經を介して、分泌腺の機能を高め、物質代謝を促進して効果を奏する次第である。

三 温泉の分類並に所在地

技に掲載する温泉地は必ずしも全国のもを悉く網羅したものではない。参考の爲め各地有名のもの又稀なるものを紹介するに過ぎないから、大半は洩れて居る。

化学分析は泉質の一端を示すのみ 泉水の性質を知ることには、療養に臨んで温泉を擇ぶに當り大切な役目をなすものであるから、世界各国ともそれ／＼に、化学分析を行ひ、温度を測定して調査に力を盡して居るが、その分析成績は主成分を知るに止まることを忘れてはならぬ。温泉は、自然界の有機質や、無機質を含有して泉水を構成し、その作用の巧妙複雑なる爲め、單なる化学分析の結果から推定するだけでは、未だ眞の本態を捕へることが出来ない。恐らく最近の科學の力を借りても、到底満足に知ることは不可能であらう。故に今日廣く行れて居る温泉分析は、泉質の大略の標準と見做されるに過ぎない。而して分析した泉質にも種々の共通物質を含むから、甲に屬すと謂ひ得ると共に、又乙にも從ひ得る場合が多々あつて、學者間には分析上の分類には相當の議論を見るのであるが、茲には一般に認められる分類別に據つて以下説明を述べてみよう。

一、單純泉 一リートの泉水に固有成分を辛うじて一瓦を含有するに過ぎないもので、その

泉水の含む瓦斯は窒素が多いが、まゝ稀有瓦斯を保つこともある。而して大體泉水温度が大約攝氏二十度以下の場合を冷泉と稱し、二十度以上なれば温泉(狭義の)と稱してゐる。

冷泉 (實際には二十度より少し高いものもある。)

- 猶啼(福島) 二十二度
- 越木田新田(兵庫) 十一—十九度
- 柏谷(岡山) 十四度五分
- 高山(岐阜) 十一—十三度
- 内の牧(熊本) 二十二度
- 水の内(廣島) 二十三度
- 長根(青森) 十二度

温泉

- 菟野(三重) 二十九度
- 下部(山梨) 三十四—三十六度
- 湯の田(福島) 二十七度
- 袋田(茨城) 三十四度
- 湯本—塔の澤(神奈川) 四十二—四十七度
- 越子(神奈川) 四十度
- 道後(愛媛) 四十二—四十七度
- 別府(大分) 四十—四十六度
- 伊東(静岡) 四十六—四十八度
- 上下諏訪(長野) 四十七—八十三度
- 飯坂(福島) 五十一—七十度
- 長岡(静岡) 四十四—五十三度

浅間(長野) 三十六——五十三度
 温湯(朝鮮) 三十八——四十八度
 熱海(静岡) 三十八度
 東郷(鳥取) 四十——四十九度
 畑毛(静岡) 三十八——四十度
 依山(山口) 四十——四十二度
 有福(島根) 四十四・五——四十九度
 甲子(福島) 四十八・五——五十一度
 上高地(長野) 五十三・五分
 カル、ス(北海道) 四十八——六十度
 朱乙(朝鮮) 五十度
 鯉の湯(熊本) 四十度
 寶泉寺(大分) 六十五度
 原鶴(福岡) 四十度五分
 飯豊(山形) 八十四度

安代(長野) 五十五——五十六度
 五色(山形) 三十八・五——四十五度
 青根(宮城) 四十三——五十六度
 栃尾(新潟) 三十八——三十九度
 古奈(静岡) 五十二度
 北投(臺灣) 四十一——六十八度五分
 三朝(鳥取) 六十七——七十一度五分
 院内湯澤(秋田) 三十九・五——四十一度
 大湯(新潟) 五十三——五十七度
 湯村(島根) 四十三度
 湯浦(熊本) 四十五度
 武雄(佐賀) 四十四度
 湯の平(大分) 六十五度
 奥津(岡山) 四十度
 湯の川(北海道) 五十五——六十二度

葛(青森) 四十八——五十五度
 定山溪(北海道) 八十四度

香掛(長野) 三十六度八分

二、單純炭酸泉 遊離炭酸瓦斯を含有すること夥しく、約五〇%に達するが、固形成分は之に反して乏しく、泉水量一リートルに漸く一瓦を含むに過ぎない。
 この炭酸泉はその好味なると、保存が永く続けられる爲め、一般に飲料として廣く愛用せられ、食卓に、或は口渴を醫するに供せられ、又醫藥用としても用ゐられる。平野水、布引炭酸、ウイ
 ルキンソン、炭酸水は、重なる天然炭酸水である。

別府(竹瓦・紙屋)(大分) 四七——六六度
 有馬(兵庫) 十六——十七度
 船小屋(福岡) 十八——二十一度
 蘇澳(臺灣) 二十三度
 餘戸(岐阜) 十五度
 鹽田(大阪)
 北の城(長野)

堀田(大分) 二十八度
 寶塚(兵庫) 十五——十九度
 砂連山(兵庫) 二十一度
 大鹽(福島) 冷泉
 俱知安(北海道) 冷泉
 不老(長野)
 入山(長野)

横向(福島)
眞賀(岡山)

林道炭酸泉(富山) 冷泉

三、アルカリ温泉 湧水量一リートルに一瓦以上の固形成分を含むものであるが、就中炭酸ナ、トロンが多く、他の成分は乏しい。遊離炭酸の含有量は時に多く時に少きも、常に含むものであつて、多きときは之をアルカリ性炭酸泉と謂ひ更に又硫酸鹽或は土類の含有の多少よりして、アルカリ鹽類性、或はアルカリ性土類泉(重炭酸曹達泉)とに別つ。

1、單純アルカリ泉

鹽原(栃木) 五十二—六十度
湊山(兵庫)
高坪(新潟)

小谷(長野) 四十六—五十九度
大王(宮崎)
折橋(鹿兒島)

2、アルカリ炭酸泉

磯部(群馬) 十四—十六度
古田鹿の湯(宮崎)
湯村(兵庫) 九十・五—九十五度

瀬戸鉛山(和歌山) 四十二—六十度
稻龜(京都) 冷泉
安縣(鹿兒島) 五十三度五分

3、アルカリ鹽類泉

鹽原(栃木) 十五—七十度
城崎(兵庫) 四十五度二分
赤倉(新潟) 五十四度
妙高(新潟)

鶴野(佐賀) 九十五度
湯崎(和歌山) 四十五度
笠置(奈良) 十三・六度

4、アルカリ土類泉

白骨(長野) 九十五度

四、鐵泉 一リートルの泉水量に、少くとも含鐵鹽類が一題含まれる。そして、此溫泉屬を鐵泉と硫酸鐵泉(綠礬泉)とに大別する。前者は炭酸鐵泉のことで、その含有物より、更に炭酸鐵泉、炭酸鐵食鹽泉及び炭酸鐵鹽類に區別する。

1、炭酸鐵泉

別府(大分) 五十七度五分
松ヶ崎濱(新潟) 冷泉

有馬(兵庫)

觀海寺(大分) 五十七度

芝石(大分) 六十九度
 桃の湯(岐阜) 一
 鳥越(富山) 冷泉
 新苧原(福井) 冷泉

2、炭酸鐵食鹽泉

刈水(長崎) 冷泉
 東郷(鳥取) 四十一—四十九度
 天谷(福井) 六十七度
 濃の湯(大分) 七十九度

有馬(兵庫) 三十七・八—四十七度
 小屋原(鳥根) 三十八度
 赤湯(山形) 五十二度
 中宮(石川)
 春日(富山) 冷泉
 湯の谷(長野)

有村(鹿兒島) 三十九—四十五度
 成東(千葉)
 鶴の温泉(秋田)
 白山(石川)
 池田(鳥根)
 赤瀨(熊本) 冷泉

3、炭酸鐵鹽類泉

平野(兵庫) 二十七度
 惠比須(石川) 冷泉

八鹽(群馬) 冷泉
 倉見(石川) 冷泉

綠 礬 泉

4、綠 礬 泉

鹿野岡(奈良) 二十一度
 砥霜燃(鹿兒島) 七十九度
 田の代(兵庫)
 赤瀨(栃木)
 湯濱(宮城)
 泥の湯(秋田)
 湯の鶴(熊本)
 嶽(青森) 四十九度五分

道の尾(長崎) 二十四度
 登別瀧の湯(北海道)
 高峰(長崎)
 新関(宮城)
 鹿湯(秋田)
 鐵輪(大分) 五十二—六十二度
 城山(鹿兒島)

5、明礬綠礬泉

湯の本(長崎) 四十三—四十七度
 好間(福島) 冷泉
 日向山(長野) 冷泉
 温泉(長崎) 六十五度

磯邊(富山) 冷泉
 内山(長野) 冷泉
 小涌谷(神奈川) 六十—六十三度
 草津(群馬) 六十—六十三度

- 川中(群馬) 六十三度
- 温湯(宮城) 六十五度
- 宇曾利山(青森) 七十五度
- 白馬上(宮崎) 七十五度
- 北投(臺灣) 四十九—九十四度
- 御釜沼(宮城) 六十五度
- 山の神湯(長野) 六十五度
- 登別(北海道) 六十五度
- 蓮華(新潟) 六十五度
- 下風呂(青森) 六十度
- 那須(福島) 六十三度
- 高湯(福島) 四十五—四十九度
- 探原(大分) 四十八度
- 明礬(大分) 六十三—九十七度
- 磯邊(富山) 冷泉
- 湯黒(秋田) 六十五度
- 鳴子(宮城) 五十六度
- 鐵輪(大分) 九十三度
- 狼煙(石川) 六十五度
- 高湯(福島) 六十五度

五、硫黄泉 遊離の硫化水素瓦斯と硫化アルカリ金屬並に副生物を含有す。冷き硫黄泉は屢々炭酸瓦斯を、熱泉は硫化水素の他、遊離窒素を含む。

硫黄泉を硫化ナトリウム泉、食鹽硫黄泉、土類硫黄泉及び硫酸鹽類硫黄泉とに分つが、實用向にはそれ程までに細別する必要を見ない。硫黄泉は入湯或は飲用、何れによりても、硫黄が吸

收せられる。

西洋では、硫黄の臭氣なき硫黄泉を食卓の飲料水に用ゐる場合があるが、我が日本には此の慣習は無い。

1、硫黄泉(單純)

- 武蔵(福岡) 四十一—四十六度
- 粟津(石川) 四十七—五十八度
- 綱張(岩手) 九十五度
- 鳴子(宮城) 四十度五分
- 中房(長野) 五十九度五分
- 燕(新潟) 四十二—四十八度
- 酸湯(青森) 六十度
- 堀田(大分) 三十六度
- 野澤(長野) 四十一—八十二度
- 明礬(大分) 九十八度
- 關金(鳥取) 四十二—四十六度
- 二見(富山) 六十五・五—九十五度
- 垂玉(熊本) 五十七—六十四度

2、硫化水素硫黄泉

- 日光湯本(栃木) 二十二—六十九度
- 硫黄谷(鹿兒島) 四十九—六十度
- 那須湯本(栃木) 三十八度
- 榮の尾(鹿兒島) 三十四—三十八度

立山(富山) 六十三度

鹽の江(香川) 十七度

大湯澤(秋田) 三十四—四十六度

3、アルカリ性硫黄泉

赤倉(新潟) 五十五—六十二度

鳴子(宮城) 百三度

中房(長野) 七十四—九十六度

4、食鹽性硫黄泉

武田尾(兵庫) 十九・五—二十三度五分

三朝(鳥取) 五十六度五分

湯本(福島) 四十八度五分

澤渡(群馬) 三十八・五—五十二度八分

5、鹽類性硫黄泉

山代(石川) 五十九—七十一度五分

湯の峰(和歌山) 八十七・五—九十二度

6、硫酸性硫黄泉

山中(石川) 四十九度

川原湯(群馬) 二十九—七十七度

六、土類泉

炭酸瓦斯が豊富に含有せらるゝが故に、土類炭酸泉と呼ばれる。固形成分としては、カルク・マグネシヤ鹽類で、一リートの泉水量に一瓦以上を含有する、その他、炭酸亞酸

化鐵、炭酸ナトロン及び食鹽を同時に混じてゐる。硫酸カルクの多い土類炭酸泉をギフス泉と稱する。本泉は一般に我が國には稀有である。

白矢(奈良) 冷泉

澤口(秋田) 冷泉

七、食鹽泉

泉水量一瓦に二瓦以上の食鹽を含有し、尙鹽化物及びその他の副生物を多數に混する。即ち硫酸アルカリ、硫酸土類、炭酸土類及び炭酸亞酸化鐵等である。又沃度、及び臭化物を含む。多くの食鹽泉は遊離炭酸と、僅かの硫化水素を有するが、稀には窒素も混つてゐる。

通常、食鹽泉を通常泉、弱泉(一・五%)及び強泉(ニガリ二%以上)の三に分つ。而して強泉を更に弱、中、強の三段に分つ人もある。此泉に沃度を含めば沃度泉と呼び、臭化物を含めば臭素泉と命名する。その他、含有物によりて、炭酸食鹽泉、アルカリ食鹽泉、鹽性食鹽泉、鹽性土類食鹽泉、土類食鹽泉、硫酸性食鹽泉になる。この食鹽泉は我が國には可なり廣く分布してゐる。

1、弱食鹽泉

宮の下(神奈川) 三十六—八十一度 底倉(神奈川) 七十五度

木賀(神奈川) 四十三度
 別府(大分) 五十六—六十度
 湯河原(静岡) 四十一—八十九度
 四萬(群馬) 五十五—八十四度
 碓ヶ関(青森) 五十四—六十二度
 龜川(大分) 五十七度
 増富(山梨) 十六—二十二度
 森ヶ崎(東京) 冷泉
 鷹の巣(新潟)
 梨木(群馬)
 瀧(山梨) 二十七度
 澁(長野) 四十八度
 東山(福島) 六十一度
 銀山(山形) 六十度
 延命(秋田)

堂ヶ島(神奈川) 四十六度
 鹽原(福島) 四十二—七十二度
 大崎(青森) 六十二—八十度
 藏館(青森) 五十六—七十八度
 大湯(秋田) 四十六—七十一度
 王造(島根) 六十四度
 登別鹽の湯(北海道)
 関(新潟)
 瀬波(新潟) 百度
 修善寺(静岡) 六十九度
 角間(長野)
 田中(福島)
 東根(山形)
 小安(秋田)
 鷹の湯(秋田)

2、通常食 鹽泉

上の湯(秋田)
 小川(富山)
 平島(熊本) 三十七度
 二月田(鹿兒島)

山田(富山)
 荒木(山口) 二十二度
 古里(鹿兒島)

3、強食 鹽泉

片山津(石川) 六十一—七十九度
 鹽田の湯(富山)
 湯の平(大分) 八十四度
 登別(北海道) 七十六—九十四度
 有馬(兵庫) 三十七—五十四度
 八鹽(群馬) 冷泉
 鹿鹽(長野) 冷泉
 武庫山(兵庫) 十三度
 須川(富山)

若原(福井) 六十八度
 薬師湯(徳島)
 東菜(朝鮮) 五十三度
 吉田(宮崎) 四十二度
 磯部(群馬) 十六—十七度
 大鹽(福島) 冷泉
 原市(群馬) 冷泉
 大牧(富山) 冷泉
 成川(鹿兒島)

舞鶴(鹿兒島)

4、炭酸食鹽泉

寶塚(兵庫) 十九度

平野(兵庫) 二十七度

八鹽(群馬) 冷泉

5、アルカリ食鹽泉

磯部(群馬) 十六—十七度

小川(富山) 四十九—六十度

八鹽(兵庫) 冷泉

平野(兵庫) 二十七度

笹内(青森) 三十七—五十八度

金峰(山口)

6、鹽性食鹽泉

修善寺(静岡) 五十—七十七度

磯部(群馬) 十六度

壽(兵庫)

原市(群馬) 冷泉

平野(兵庫) 二十七度

關仔嶺(臺灣) 八十度

原市(群馬) 冷泉

鹽澤(長野)

湯殿(青森) 四十度

鎌先(宮城) 三十七—四十八度

7、鹽性土類食鹽泉

熱海(静岡) 七十七—百八度

城崎(兵庫) 四十四—六十度

小濱(長崎) 五十九—百一度

赤湯(山形) 四十二—五十八度

湯郷(岡山) 三十八度

松の山(新潟) 六十五度

熱鹽(福島) 四十六度

大鹽(福島) 冷泉

9、土類食鹽泉

湯川(北海道) 四十—五十度

青山(北海道) 四十二—四十四度

根崎(北海道) 五十—六十度

大鶴(青森) 七十二度

有馬(兵庫) 三十八度

和倉(石川) 七十五—九十三度

荻原(福井) 五十三—七十六度

小野川(山形) 六十二—七十四度

湯川(北海道) 五十度

湯野濱(山形) 四十二—四十七度

湯の本(長崎) 四十三—四十七度

赤城梨木(群馬) 二十度

坂富(山梨) 十五—二十四度

葛(奈良)

赤川(青森) 三十四度

温海 (山形) 四十五—七十度

9、硫酸性食鹽泉

澁 (長野) 四十五—七十六度

温海 (山形) 四十五—七十度

湯涌 (石川) 四十一度

萬座 (群馬)

10、硫化水素性食鹽泉

七里田 (大分)

澤渡 (群馬) 五十九度

11、臭素泉 沃度泉

有馬 (兵庫) 三十八—四十七度

磯部 (群馬) 十四—十六度

鹿野田 (宮崎) 冷泉

七ツ井田 (千葉) 冷泉

四萬 (群馬) 六十二度

温泉津 (鳥根) 四十六—五十度

大牧 (富山) 四十九度

大湯澤 (秋田) 三十四—四十六度

燕 (新潟) 三十六度

城崎 (兵庫) 五十八度

武庫山 (兵庫) 冷泉

大瀬戸 (宮崎) 冷泉

志太 (静岡) 冷泉

宮垣内 (和歌山) 冷泉

12、硼酸泉

磯部 (群馬) 十四度—十六度

淨法寺 (青森) 冷泉

原市 (群馬) 冷泉

八、苦味泉

他、食鹽、アルカリ、土類等の副成物を混するが、一般には炭酸瓦斯に乏しい。

1、單純苦味泉

上の山 (山形) 五十六—六十一度

海潮 (鳥根) 四十二度

2、鹽類苦味泉

鹽原 (栃木) 五十五—五十八度

吉原 (静岡) 四十一—五十一度

岩井 (鳥取) 四十六—六十度

田代 (青森) 四十六度

志戸平 (岩手) 七十六度

田代 (青森) 四十六度

東山 (福島) 三十四—六十一度

船原 (静岡) 三十五—四十七度

湯宿 (群馬) 三十七—七十九度

山代 (石川) 七十一度

3、硫酸性苦味泉

- 伊香保(群馬) 四十五—四十七度
- 岩井(鳥取) 四十五—五十九度
- 湯ヶ島(静岡) 四十一—六十四度
- 栃木(熊本) 三十九—四十五度
- 鹿澤(群馬)
- 法師(群馬)
- 駒の温泉(宮城)
- 板留(青森) 五十九度
- 鶴の命(秋田) 冷泉
- 龜の湯(秋田) 冷泉
- 山中(石川) 四十九度
- 強羅(神奈川)

4、食鹽性苦味泉

- 伊豆山(静岡) 六十度
- 淺蟲(青森) 六十二—七十九度
- 土肥(静岡) 三十六—六十三度
- 川原湯(群馬)
- 湯原(群馬) 四十一度
- 湯宿(群馬) 七十九度
- 馬門(青森) 三十八度
- 湯田川(山形) 四十五度
- 風龍(秋田)
- 薄の湯(秋田)
- 鶯湯(鳥根)

- 吉方(鳥取) 二十四—四十八度
- 濱村(鳥取) 四十五—四十九度
- 勝見(鳥取) 五十二—五十六度
- 鳩の湯(群馬)

九、放射能作泉

近時の化學物理の研究によりて、泉水には一種の瓦斯體が存在して、放射能性の物質を射出することが分明になつた、これをエマナチオンと名づけてゐる。これまで化學分析の上のみでは單純の温泉に過ぎないものが、偉効を現して不思議にせられたのは、一にこの瓦斯の力に原因するのである。何れの温泉にも多かれ寡かれ、この瓦斯を含有するが、その内で多量を含む有名なるものは、増富(山梨) 八二八・三四マッへ、高山(岐阜) 二八一・九マッへ、栗野岳(鹿兒島) 二〇〇マッへ、池田(鳥根) 一八七・七四マッへ、三朝(鳥取) 一四二・一四マッへ) 等である。

四 温泉の醫治作用

温泉が種々の藥物を混じ、溫度を保ち、稀有瓦斯を含有し、エマナチオンを蓄積してゐること、その泉水の活動的の性質がある結果、偉大なる醫治の効果を現すことゝなるのであるが、古

來溫泉に含まれる成分が未だ判然としなかつた時にも、溫泉利用には多年の經驗の後種々の現象を見て、自ら効果のあるを知るに到つたのである。が、唯譯もなく之を靈妙のものと看做して、ために多くの語草が遺された。たとへば、痰の湯と云ふのはこれは咳に効ありと黒人は致へて居るが、その泉水は硫黄泉で硫化水素を吸入するが故に、氣管支粘膜に働きて刺戟する爲め粘痰の効を奏するのである。子持ち湯は入湯するから下腹部を温め、泉水は自然に腔を洗滌するから妊娠の機會が多くなる、そして不妊を嘆ずる婦人に喜ばれる、冷の湯とはアルカリ泉である。此泉水は皮膚の脂肪を洗ひ淨めて體温放散を易からしめる。故に皮膚の冷感を覺えることとなる。従つてこの湯は逆上に効ありといふ里談と一致する、熱の湯は食鹽泉で、その鹽分が皮膚表面に沈著して體温放散を防ぐこととなりて温暖を覺えることになる。

斯様に、里郷の語草に残る醫治効果は、今日の學理より推しても無理のないことが知れる。各溫泉の主成分を知り、その主成分に基く醫治効果のある所を科學的に討究するを溫泉治療學と稱し、理學的治療學の一分科として重要視せられる、殊に輓近に到りその研究と利用とは一段の進歩を視るに到つた、茲には各泉質の働く効果の一般を簡單に述べて、溫泉知識の普及の一端を助

け、併せて治療を望まれる人士の參考に供したいと思ふ。

一、單純泉の効能 單純泉の内冷泉の入湯は、大略淡水の場合と同様な働きを身體に及ぼさないが、飲料に供する時には、體内の液體環流を助け、消化器系の蠕動と分泌を高めて消化を促し、時には便通を良くすることがある。

溫泉は、その溫度三十五度以下と、三十五度以上とによりて作用の現れ方に、多少の相違があるが、一般に鎮痛、鎮靜に用立つのである。

溫度低ければ、人體の溫度を多少奪ひて皮膚の感じを軟かにする。末梢神經の反射作用により中樞神經が安靜となり、精神が落ちつく、一方には物質代謝が適度に營まれることになる。溫度高き場合では、皮膚の血行を進め、又中樞神經を働かして吸收作用を促進させる。

前者は、神經病大部分の神經痛の治療に適する。例へば偏頭痛、肋間神經痛、坐骨神經痛、又貧血その他の血液病から起る知覺過敏、神經過敏、運動神經病、麻痺、小兒麻痺、關節炎、リユーマチス、其他多汗症、痒疹、濕疹、尋麻疹、婦人性殖器病（殊にカタール、月經異常）など。

後者は慢性リユーマチス、關節炎（殊に淋毒性）瘡傷及び瘡後の餘病、麻痺、神經痛の各疾患

に試むべきである。

又温泉は飲用療法に用ゐるが、第一に胃腸と血液循環に働くこれ主として温度の作用が與るのである。

二、單酸泉 飲料として食卓に供せられる。此泉水を口にすれば、一種の味があると共に、胃に入りては、胃の粘膜、神経筋層を刺激し、鹽酸の分泌を助け、食慾を促し、胃の運動を壯くなし、乳糜の流通を進め、又腸の蠕動も同様に強くなりて消化を助ける。胃の粘膜は充血する結果、水とその内に含まれる成分とを、吸収し易くなりて、遂に利尿の効が現れる。唾液の分泌も多くなるが、間接の影響である。呼吸器粘膜のカタールにも効があつて呼吸が楽になる。炭酸泉を温い牛乳に混ぜて飲むが良い。消化不良、膀胱カタール、氣管支炎に適する。但し一時に大量を飲むか、又は永く飲み続けると、却つて消化を害する惧がある。

人工炭酸泉は天然泉に比すれば胃に重苦しい感を感じさせるものである。又人工泉の多量を一時に飲めば、心悸、脈搏の不整、速進、遅延を訴へ、眩暈を招く場合があるから、注意すべきである。

三、アルカリ泉は胃カタールにて胃酸過多を起したときに、飲用すれば之を中和し、酸酵の異常を抑止し、腸の運動を促す効がある。又鼻腔、咽頭、喉頭及び氣管のカタールに、この泉水で含嗽し、或は吸入すれば、その粘膜に附着する粘液を除去して治癒に向はしめる。本泉は尿酸及び尿酸結石を溶解し、利尿の効がある故に、膀胱カタール、腎臓結石又は膀胱結石症に飲用せしむ、その他同様に膽石症、膽囊炎の治療にも効がある。それから糖尿病の糖量を抑止する力がある。但し、肺結核、悪性腫瘍に罹れる人は、此温泉は避けるが良い。

アルカリ炭酸泉を永く持用すれば、炭酸泉と同様に、榮養を害し、消化不良に陥る故に、虚弱元氣の乏しき人には飲用を禁すべきである。

アルカリ泉は胸腔、腹腔の浸出液の吸収、或は子宮周囲の浸出液、慢性の子宮炎に治効がある。

アルカリ鹽類泉は常習便秘に効を奏し、又肥胖者の脱脂法として冷泉を飲用する。慢性胃カタール、慢性胃潰瘍、慢性腸カタール、肝臓疾患、就中單純の貧血、膽石、及び膀胱カタール、結石症に其の飲用が賞用せられ、骨折、攝護腺肥大、子宮附屬器疾患、痔疾の患者は此温泉へ湯治

に行くが良い。

本泉を飲用するに當りては、空腹時を擇ぶが良い、尿にアルカリの現れることが早い。一日の飲用量二〇〇瓦を二回乃至六回に分ちて飲むべきである。食事の間に飲むと、胃酸の中和が強くなるから、之を避けねばならぬ。慢性胃潰瘍に於ても早朝空腹時に攝るものとする。

炭酸泉或はアルカリ炭酸泉が炭酸瓦斯を多量に含有する場合には、所謂炭酸湯として利用する試みに、この炭酸湯に入るや、忽ちにして皮膚表面に無數の微細の小空泡が密著するが、數分を待つ間に、皮膚が潮紅して温暖を感じるに至る。此炭酸湯に就いては、學者が熱心に研究を續けつゝある爲め、この温泉の應用範圍は可なり廣くなつて來たのである。今適應する疾患を擧げて見るに、心臟辨膜不全閉鎖、心臟の過緊張、動脈硬化症、狭心症の心臟病に奏効するから、西洋には、特に心臟専門の温泉場として有名なるものが多く、世界各国よりの浴客の往訪を見てゐる。その他、本泉は、病後の恢復、衰弱、神経痛、知覺過敏、痙攣、末梢神經麻痺、陰萎症、婦人病、不妊症、流産の習慣あるものに適する。

炭酸瓦斯の含有に乏しきアルカリ泉に入湯すると、皮膚の分泌物を溶解して刺戟する爲めに皮

膚病に効がある。

四、鐵泉 は血液に働くのである。即ち赤血球が殖え、色素が多くなり、體重は増し、體温も約半度より一度位昇る。脈搏は充實し力強く、搏数は多くなる。一般に血液病、物質代謝病に此鐵泉を使用するも、禁忌せねばならぬ場合もある。

鐵泉の血液を増すことは、高山の温泉なれば、その土地の氣候の影響を受けて一層有効となる。五百五十米の高山を擇ぶと低地よりもその効が二三倍強くなる、氣壓の低きことは造血作用に都合がよい爲めである。

本泉は貧血、萎黃病、脾、肝病、マラリヤ、後の腎臟炎、精神過勞、身體過勞及び重病後の衰弱、慢性神經疾患、性熱的疾患、婦人病、流産習慣の婦人に向く。

鐵泉は毎朝早く四百より六百瓦を、又晝に二百乃至四百瓦を六週間より十二週間に亘りて連用すれば、一二週間中止して、更に繰返して飲み始めるやうにする。鐵泉は食事の間に飲めば鐵が吸収せられ易くなる。

但し、鐵泉は消化を不良ならしめる傾があるから、消化不良に悩む人は注意すべきことであ

る。この爲に却て胃の停滞感を多くし、全身の異和を訴へ、便秘になり易き恐れがある。又歯牙が黒く染まり、糞便も黒くなる。

本泉は肺結核又はその素質ある人々、咯血のとき、心臓病小循環の鬱積、胃腸の潰瘍には禁忌せねばならぬ。

本泉に炭酸瓦斯を含めば、炭酸泉と同様の効を現す。

入湯すれば、末梢神経を刺激し、温感と亢奮とを促して、皮膚は潮紅し、知覚は鋭敏となり、脈搏は充實強壯となる。故に麻痺、ヒステリー、神経衰弱、神経炎の患者に適應する。

小兒の飲量は大人よりは少く、通常西洋スプーンにて、三四杯づつ、一日三四回飲めば良い。

綠礬泉、にも飲用と入浴の兩法あるが、飲用には少量(例へば百瓦)より飲み始め、五百瓦までを限度とする。飲用療法は小兒の慢性下痢、大人の腸カタル(殊に傳染性のもの)慢性胃カタル、マラリヤに適用せられる。

入浴には、麻痺、リユーマチス、慢性皮膚病、婦人腔疾患がその適應症である。

五、硫黄泉 には飲用、入浴の二法と更に吸入法が行はれる。飲用には、その儘飲むか、牛乳そ

の他清涼水に混じて用ゐるも良い。通常一日量一五〇より三五〇瓦を毎朝空腹時に飲む。

本泉の成分の硫化水素は胃腸から吸収せられる、しかし此泉水が物質代謝に及す醫學上の研究に就いては、まだ學者間に問題がある。即ち、その働きの狀況に、明かに解決の附かない所がある。けれども、經驗より、肝臓の疾患、慢性金屬中毒、微毒に効があることが判り、又慢性氣管支炎に吸入が賞用せられる。

入浴のときに、温度の高いほど、皮膚が充血してその機能が高まり、硫黄の皮膚よりの吸収が促がされ易くなる。慢性リユーマチス、痛風、薬疹、皮膚病、瘡後の餘病、腺病、微毒、運動神經及び知覺神經病、脊髄癆、骨瘍患者には此泉浴を勧める。

吸入としては、呼吸器の粘膜炎から吸収せられて、上氣道、氣管及び氣管支の慢性カタルに働いて奏効する。古來より痰の湯と謂ふ理由は、この温泉が含む硫化水素を吸入すれば粘膜炎を刺激して祛痰が容易になり、喀痰が多くなるから、名づけられたのである。

硫黄泉の入浴は三十分間づつ、一日二回とす、浴後更に一二時間就床睡眠すれば一層有効である。草津、那須の温泉には、日本獨特の入浴法があることは人の熟知する所である。

但し榮養を阻害する恐あれば、消化の悪しき人には禁忌する。

六、土類泉 は飲用と入湯の二様に使用せらる。木泉の結石に効がある理由は、飲用によりて硫酸イオンと燐酸イオンが腸管にて結合し、アルカリ鹽類を血液と尿に送り出すが故に、泌尿器の結石が溶解せらるゝからである。又腸管の蠕動は抑制せられ、植物性神経の亢奮力が減ずる。此泉水は永く連用するも、他泉の如き不快を覺ゆるに至らざるは、特筆すべき點である。

慢性の腎臓及び膀胱炎、攝護腺肥大、關節炎、胃酸過多、下痢性慢性腸カタル、慢性氣管支カタル（殊に分泌の多き場合）、肋膜炎、皮膚發疹、及び骨疾患が治療適應である。

入浴は皮膚の乾燥を促す爲め、濕性皮膚炎、潰瘍を第一とし、關節炎、カリエス、骨膜炎の患者に喜ばれる。

七、食鹽泉 の効はクロムナトリウムと、その他の固形成分及び瓦斯に基くものであるが、就中前者に負ふ所が多い。木泉も飲用と入浴の兩方を利用するが、近時は此泉の吸入法も行はれて來た。

飲用すれば、口腔及び胃粘膜の神経が刺戟せられる結果、反射的に唾液胃液の分泌が殖えて、消化を助け、胃の運動を強め、腸管には蠕動を進め、腸管の分泌を促す爲に、食慾を旺んに進め、血液に働いては赤血球及び血色素を増し、物質代謝殊に窒素の代謝が良くなる。

胃の運動と分泌の障害ある場合、慢性胃カタル、十二指腸炎、膽囊炎、腸蠕動障害症に効がある。又肝の充血、脾腫、痔疾患、腺病、婦人病に良しとする。其他、呼吸器粘膜の粘液の浸出を促し祛痰の効がある。爲めに、鼻、口腔咽頭カタル、氣管支カタルに應用せられる。

入浴すれば、食鹽が皮膚を刺戟し、皮脂腺、肝腺の分泌を促すが、他方には食鹽の細結晶が皮膚表面に附着し、皮膚の器械的刺戟となり、體温の放散を防ぐ爲めに、本泉の浴後には暖みを覺える次第である。

沃度又は臭素 を含む本泉はリユーマチス、痛風、腺病、黴毒、婦人病、皮膚病、瘰癧に効がある。急性炎衝、悪性の貧血、癩癩には寧ろ禁止すべきである。

強食鹽泉 の入浴は、骨軟化症、腺病、婦人病、藥液蓄積、皮膚病、神経病、麻痺、血液循環障害、骨膜炎、骨瘍、骨疽に費用せられる。

八、苦味泉 は通常下劑として便秘藥となる。即ち飲用すれば腸の蠕動を高め、糞便を緩めて、

鹽類を共に排出する。苦味泉の飲用後の糞塊は通常黒色を帯びる。而して此泉の飲用を中止すれば、腸の排泄力も直ちに止みて舊態に歸る。

本泉は胃腸カタル、下痢し易き人々、貧血、栄養不良には適しない。本泉を餘りに長く連用すれば、慢性腸カタルを招き、驚いて飲用を中止すれば却つて便秘となるが故に、飲用期間の短きを尙ぶ。一日量二百五十瓦より五百瓦までとす。

肺氣腫、脂肪過多、痔疾、常習便秘（殊に妊娠中の便秘）に効がある。

九、放射能泉の生理的作用は酵素に働く、例へば降の酵素血液、肝臓のヂアスターゼ酵素、ペプシンに働き、又グリコーゲンの成生を初めには抑止するが、後には之に反し旺んにする作用を呈す。此放射能泉には吸入法を主とし、更に飲用又は入湯も行はれる。吸入を行ふには、一定量のエマナチオンを含む空気を貯ふる特別室に籠りて、靜かに呼吸すれば良いのである。吸入すると肺の血液が此瓦斯を吸収して、身體を環流して分配する。

飲用によると、腸管より血液に達するが、吸入に比しては成績が劣る。入湯に用ると、皮膚より作用するが故に靜に且つ長く浴槽に浸らねばならぬ。此泉には血壓を低下する働がある。

五 温泉と氣候

我が國の温泉は、北海道より臺灣に到るまでの各地に分布して、或は高き山腹より流るゝものあれば、或は平地に將た又海濱より湧出する場所もありて、温泉土地が自ら氣候の影響を蒙るは明なることである。氣候の作用を利用して療養を遂ぐる方法を氣候療法と稱するが、この方法は、我が國に於ては、遺憾ながら、未だ、その氣運に向はず、設備にも見るべきものはないが、歐米にては高山の空氣清淨、氣候、氣象を参照して療養所を設け、病者や虚窮者を收容し、治療の効を遂げ、強壯の身體を作りて、好成绩を收むる近代的醫治法を旺んに講じて居る。

我が國に於て、此歐米に行はれる氣候療法を直ちに求めることは、生活及び慣習の點より困難であるが、幸ひにも、高地に温泉地が多く、暖地、寒地何れにても望みのまゝなれば、温泉と氣候とを兼ねる便宜法を施し得られるから、此兩者の關係を顧慮して相當の設備を設け、効果を擧げる考が緊要であらうと信ずる。

高山の特徴 山の高さに比例して氣温の消長することは何人も知る所であるが、高さ百米に

就きて温度は平均〇・五度を減じ、之に反して、日光は高くなる程、照射力が強くなる。更に山國にては山の陽と山の陰とにて温度の差が甚しく、其他氣壓湿度も海拔の高さに従ひて變り、低地と比較すれば著しき差異がある。而して空氣は山國に於て一層良好清淨である。之を一言にて謂へば、低地を上を離るゝと共に、氣候上の要約は良くなることになる。

高地の適する病症 高地は一般に呼吸器疾患の靜養に適するから、冬期にても高地に滞在することゝを躊躇するに及ばない。骨又は關節の結核病が高山療法によつて効あることは、泰西の高地療養所の實驗で了解が出来る。その他、神經病患者は山地に轉住して療養するが最良法である。殊に温泉土地の風光明媚にして環境の幽達靜穩なるは、長く留りて心身を養ふには最も適當な所と謂はねばならぬ。

心臓や血管の疾患あるものが登山するのは悪いといふことは、夙に唱へられた説であるが、近頃に至つては、害なきのみか、心臓病殊に心臓筋肉の故障ある病氣に、高山療法が推賞せらるゝに至つた。但し、その治療は醫師の監督が大事の條件である。

物質代謝病殊にバセトウ病、肥胖病、萎黃病の患者も高地に行けば治癒する率が多くなる。

虚弱の兒童及び骨發育の不良、骨病の患兒には高山居住を勧める。但し相當に長月間滞在する覺悟が必要である。西洋では、高山に之等の兒童の委託を受くる療養所が多く、多數の子供を療養しつゝ、小學教育を施して、好成绩を擧げて居る。

近時、衛生が良くなつた爲め、餘り罹病するものがないが、マラリヤ病で惡液質に陥つた場合には、高山に轉地すれば偉効を奏する。

慰安的靜養の保健的價値 唯に病氣治療の目的のみならず、現代生活の壓迫より遁れて、心身の過勞を休め、更新の勇氣を蓄へる爲め、或は保健増進の必要より、高山に靜養するの風習、漸く旺んになり來れるは、社會的にも、個人的にも慶賀すべきことである。小學、中學の生徒も専門學校の學生も、或は日々の劇務に勞する社會人も、務めて休暇を利用して、靜閑の土地に旅行すべきである。殊に一家族とその行を俱にして清遊を試みらるゝことを吾人は切に希望して止まないものである。

我が國の温泉には高地より湧出するものが、割合に少くない。今左に海拔百米以上の有名な温泉を高さの順次に擧げて、参考に供しよう。

高地温泉所在地

澁(長野)食鹽泉	二九〇〇米
萬坐(群馬)硫黄泉	一五五五
那須(栃木)硫黄泉	一五〇〇
立山(富山)硫黄泉	一三五〇
朱乙(朝鮮)單純泉	一二〇〇
白骨(長野)アルカリ泉	一一三〇
硫黄谷(鹿兒島)硫黄泉	一〇〇〇
五色(山形)單純泉	九〇〇
四萬(群馬)食鹽泉	九〇〇
燕(新潟)硫黄泉	九〇〇
赤倉(新潟)硫黄泉	九〇〇
硫霜燃(鹿兒島)硫黄泉	八一〇
伊香保(群馬)	八〇〇
菰野(三重)單純泉	七五〇

中房(長野)硫黄泉	一六〇〇米
日光湯本(栃木)硫黄泉	一五三〇
上高地(長野)單純泉	一四〇〇
酒湯(青森)硫黄泉	一二〇〇
小谷(長野)アルカリ泉	一一三〇
草津(群馬)鐵泉	一一二〇
湯の花澤(神奈川)硫黄泉	一〇〇〇
甲子(福島)炭酸泉	九〇〇
増富(山梨)食鹽泉	九〇〇
那須湯本(福島)硫黄泉	九〇〇
姥子(神奈川)單純泉	八六四
高湯(福島)硫黄泉	八〇〇
上下諏訪(長野)單純泉	七五〇
榮之尾(鹿兒島)硫黄泉	七二〇

澤渡(群馬)硫黄泉	六六〇米
温泉(長崎)硫黄泉	六四四
青根(宮城)單純泉	五〇四
安代(長野)單純泉	五〇〇
高山(岐阜)單純泉	三六〇
松之山(新潟)食鹽泉	三六〇
有馬(兵庫)鐵泉	三四六
宮の下(神奈川)食鹽泉	三三七
カル、ス(北海道)炭酸泉	三三六
小野川(山形)食鹽泉	三〇〇
小屋敷(鳥取)	二七〇
有福(島根)單純泉	二七〇
東山(福島)苦味泉	二五五
堂ヶ島(神奈川)食鹽泉	二三五
大湯澤(秋田)硫黄泉	二二〇
碓ヶ關(青森)食鹽泉	二一〇

川原湯(群馬)硫黄泉	六五〇米
小涌谷(神奈川)硫黄泉	六〇〇
浅間(長野)單純泉	五〇〇
赤城梨木(群馬)食鹽泉	四五〇
磯部(群馬)アルカリ泉	三六〇
熱鹽(福島)	三六〇
鹽原(栃木)食鹽泉	三四六
底倉(神奈川)食鹽泉	三三七
依山(山口)單純泉	三〇〇
野澤(長野)硫黄泉	三〇〇
大湯(新潟)單純泉	二七〇
栃尾又(新潟)單純泉	二七〇
垂玉(熊本)硫黄泉	二五五
赤湯(山形)食鹽泉	二一〇
鹽の江(青森)硫黄泉	二一〇
志戸平(岩手)苦味泉	二一〇

院内湯澤(秋田)單純泉	二〇〇
湯ヶ島(静岡)苦味泉	一九〇
鎌先(宮城)アルカリ泉	一八〇
湯村(島根)炭酸泉	一八〇
大湯(秋田)食鹽泉	一七〇
飯坂(福島)	一六五
船原(静岡)苦味泉	一一〇
湯河原(静岡)食鹽泉	一〇〇

二見(富山)硫黄泉	二〇〇
湯の峰(和歌山)硫黄泉	一九〇
登別(北海道)硫黄泉	一八〇
上の山(山形)苦味泉	一七二
關釜(鳥取)硫黄泉	一七〇
杉村(新潟)單純泉	一二〇
吉奈(静岡)苦味泉	一一〇
武田尾(兵庫)硫黄泉	一〇〇

六 温泉療法と疾患

保 養

文化が進み、社會生存の競争が益々旺んになるに従ひ、吾々は精神的にも肉體的にも勞苦することが甚しくなりて、過勞の結果、健康を害することになる。而して蒲柳のものは病魔に襲はれ易く、虚弱の兒童は發育に遅くれ勝ちとなる。更に手術後、重病後の身體は衰弱に陥る。斯く

我々の健康状態が平素より低下したる場合には、早くその恢復を企圖する必要が起る。それには閑靜なる場所に移り、社會との交渉を断ち外界の煩雜を忘れて、専ら保養に力を努むるが、一番良いのである。

西洋にては、山紫水明の土地を卜して、地方の氣候、氣象を参照して、かゝる目的に適ふ保養所を設けてある。保養すれば沈鬱した氣分も何時しか晴れ、心裡豁然として、舉動活潑となり、再び腕を押し得るに到るのである。斯の如き心身の休養を目的とする保養所の設置は我が國に於ても急務とする所であるが、惜しいかな未だその發達を見ない、故に勢ひ這般の保養を望む場合には、温泉地を擇ぶより他に途はないのである。

その他、空氣に曝浴する空氣浴、海水浴、海上生活も一種の治療法であつて、保健上より又疾病の治療にも進んで行ふべきであるが、目下の日本にては、何事にも温泉地が此等の機關となるのであるから、高山高地より湧出する温泉、或は平地、海岸に在る温泉地を擇び、その氣候を十分に顧慮して適當の温泉に向つて旅立つべきである。それには、土地の閑靜、雜沓、交通の便宜、物價の高低なきを一應心得て置けば、更に都合が良い。

神経衰弱ならば、閑静、爽快な土地柄の温泉に重きを置いて選擇する。多少遠隔の土地でも、不便はこの場合には問題でない。單に氣晴らしの目的ならば、騒しいことを厭ふ必要もなく、交通の便なる所を求めてよい。斯様の自己の要求と環境の關係に十分に思慮し、用意周到の温泉旅行を試むべきである。

血液病

血液病は鐵及び亞砒酸を含む鐵泉と氣候療法とを兼ねれば、治療率が高くなる。此温泉の作用には、醫學上未だ十分に説明し得ざる點もあるが、實驗から、鐵泉、硫酸鐵泉、アルカリ鹽類鐵泉、アルカリ鹽酸鐵泉を選ふのである。而して、海拔四百米より五百米の高き山腹より湧く温泉地に行けば、顯らかに氣候療法を兼ねることが出来る。又海濱近く湧く温泉に浴しつゝ、海水浴を試みるのも効がある。これ等の方法によれば、病氣は輕快し、氣分も晴れ々しくなり意外に早く奏効するものである。

萎黃病、貧血には、まづ温泉療法を擇ぶが、その貧血の原因に遡りて根本的に治療することが必要である。貧血を招く場合は、瘡傷又は手術による大出血、或は朝血、咯血、月經過多、痔疾等より招起するのが通常である。その他慢性の疾患、榮養障害、腎臟炎、傳染病、マラリヤ、中毒よりも來ることがあるから、醫師の診斷を受けて、その原因に向つて十分なる治療を講ずべきである。

温泉療法を兼ね、空氣浴、日光浴を併用すれば、血色素と赤血球數が殖える、尤も一たび温泉地を去り歸宅すれば、その増加率は低下するが、それでも治療前に比すれば尙高率を保つて居る。痔出血、寄生蟲病患者は入浴するも効はない。白血病、悪性貧血には温泉療法は宜しくない。低性白病患者は高山轉地をすると著しく良好となる。但し、醫師の世話に預からねばならぬ。

呼吸器疾患

上氣道並に肺の疾患に、氣候療法は最良のものである。此場合に温泉を飲み、或は入浴することが、治療の一補助である。鐵泉にて口を嚼ぎ、吸入を行ひ、又鐵水を飲めば、氣管、咽喉頭のカタールは癒える。アルカリ泉、食鹽泉、沃度泉、及び硫酸黃泉が良い。泉水にて、氣道粘膜に附

著してゐる粘液や、その他の分泌液が流れ落ち、血液循環を正調に整へ、粘液腺の機能を促す効がある。又吸入すれば、泉水が恰も粉末の如くなりて、深き気管支にまで送られる爲め、吸氣が楽になる。近時、西洋では、特別に此目的に適ふ室を作り、泉水を霧の様に飛散する装置を設けて室内に満たし、その裡で、讀書又は閑談する間に、自ら吸氣と共に泉水が気管支内に達して治療を遂げる方法を講じてゐる。空氣に混じた鹽分は氣道の粘液を薄め、咳を軽くし呼吸を樂にする。

又、上記の泉水を飲むも、同様に氣管の粘液が薄くなり、一時分泌が殖えるも、痰を喀き易くなりて癒る。

以上は温泉を利用した場合であるが、氣候療法ばかりでも、呼吸器病は良くなる。これ、空氣の清淨と湿度が適度であるから、呼吸が樂になり、且つ日光の力も加りて身體が強壯になるからである。呼吸器のカタールに悩む人は、夏季を海濱に轉住して一夏を送ると、その秋より冬にかけて、カタールに罹ることを防ぐ効がある。慢性の鼻カタール、咽喉カタールの患者は、進んで此氣候療法をやるが良い、氣管支擴張症には餘り効が認められない。然し、まゝ吸入と飲用と

を兼ねて治療すれば呼吸が軽くなる場合がある。氣管支喘息にも適するが、急性の肺疾患には、温泉も氣候療法も左程に効がない。肺氣腫には直接の結果を見ないが、カタール症候が軽くなるといふ効はある。

一般に重症の場合、鬱血性カタールには高山療法は適しない、又頑固な乾性肋膜炎も同様、結果は面白くない。しかし、肋膜炎滲出物の遺残のある場合、高山療法を試みると、早く吸收することゝなる。

口腔及び喉頭の結核を氣候療法にて治療する場合も、能く栄養に注意して體力を増すことに努力するが大切である。肺結核には泉水の飲用入浴も格別の作用あるものとは思はれない。そして、結核菌を撲滅することも出来ないが、高山氣候療法は事實上結核の各症候を有利に導くのである。但し、個人の體質やその病型にもよる事であるから、場所、氣候を一概に定めることは難かしい。空氣が清淨な處、日光の當り易い處、氣温の高低差の少い處、滋養に富む食餌を採り易い處、此等のことを顧慮して醫師の指揮を待つべきである。

結核でも、滲出型で熱があり、且つ進行性のものか、又空洞が出来、惡液質に陥り、消化障害

を訴へて来た患者の海岸に行くのは良くない。肺炎カタル、軽度の初期結核ならば早く高山に轉するが最も良いが腸結核、腎臓結核、肺氣腫、鬱血性氣管支炎、或は心臓病を併發して、脈搏數が百二十以上に登りたる時には、高山に適しない。

骨及び關節の結核に、近時高山にて日光療法を施すことが、一般に行れて、相當の成績を收めてゐる。

肋膜炎には強食鹽泉の入浴が適する。沃土泉を内服すれば、一層効果が擧る。又食鹽泉を吸入すれば、その鹽分が肋膜炎滲出液の吸収を速くする。

神經疾患

神經系統の疾患の大部分に、溫泉の効の顯著なことは、確であるから、入浴を勧めて良いが、入浴の條件、溫泉の種類それに附伴する治療法は一々の場合に臨みて、定めねばならぬ、茲には一般的の原則を申し述べて置かうと思ふ。

一般に神經系の疾患には土地の閑靜なることを大切な條件とするから、周圍より刺戟を受けて亢奮する様な狀況は、一切避けねばならぬ。

神經質のもの、又神經衰弱に罹つた人は、氣候の變つた所に行くが良い。軽い精神病、機能性神經病者は溫和なる氣候の森林か、海濱に住み、又冬期も嫌はず高山に留るのが良い。殊に風景に富める土地は、精神を爽快ならしむるに、一段の力となる。餘りに氣候が劇しく變り風強く、湿度の高い土地柄は適しない、殊に熱い地方は却つて害がある。汽船に乗り大洋を航行して海氣に當ると著しく効が現れる。沈鬱性のもものは、療養所に入院して醫師の監督を受けつゝ、保養の途を講ずるのが安全である。精神病患者は、溫泉にも氣候にも左程の効を受けるものではない。

神經質のもの、神經衰弱の人々は、浴後直ちに一定時間の休息（睡眠）をとるが良い。不眠症に罹つたとき、就眼前、風呂に浴すると、催眠の効がある。

麻痺、麻痺様虛弱、孿縮には、溫浴が適し、浴後に疼痛、知覺異常、知覺鈍癱・過敏が緩和せられる。

神經炎に溫泉氣候療法を兼ねて施せば、病氣の進行を停止し、症候が良くなる。浴槽内にては

身體が軽く浮き上がり、四肢を動かす易くなるが故に、務めて槽内にて身體運動の演習を努めねばならぬ、日本では、温泉場に神経炎患者を容るゝ浴槽が無いが、治療成績の確に有効なる場合が多いのと、且つその浴槽も簡易で、西洋型の浴槽を大きく作るだけのことであるから、早くその設備を行うう様にしたいものである。

神経病者が、若し糖尿病、脂肪沈着、婦人病、胃腸病を合併してゐる折にも、温泉療法は効がある。舞蹈病の如き、天候に支配せられて消長する病氣には、旅行を試みるも有益な方法である。偏頭痛を訴ふる人は、海濱に行くも良いが、寧ろ高山に往き、栄養に注意すると効果が現はれる。脊髄癆の患者は炭酸泉、沃度泉、硫黄泉、單純泉に浴し、兼ねるに電氣療法、マツサージ、歩行練習を行ふべきである。この歩行練習は我が國には未だ普及しないが、有効の治療法である。多發性硬化脊髄炎患者には炭酸泉、鹹水浴をとらしむれば、その症候を緩和し、苦痛も少くするに妙である。

性 殖 器 病

男子の花柳病に温泉療法の効果は左程のものではない。攝護肥大にアルカリ泉、沃度泉を推した人もあつたが、今日では、この温泉の効が餘りに認められてゐない。陰萎症、無精蟲には、鐵泉、炭酸泉、亞砒酸泉を勧める、又海濱、高山に轉地するも良い。

之に反し、女性の疾患には温泉治療の効を奏する場合が夥しい。婦人が温泉地を訪ふことは、家政の煩雜を免れ、心身の鬱屈を脱し、周囲の面倒を忘れ、始めて神暢び體寬いで慰安を受け、健康上頗る有利の結果となる。我が國にては一般に婦女子の保健が等閑に附せられ勝となり、婦女子自らも休養を斷念して、當然採るべきの方法を講ずることに努力しないが、時代の趨勢から考へて、是非とも此弊を破らねばならぬことになつた。婦人の患者は勿論、健康の者でも、時々閑を得て温泉に遊ぶことは緊要の衛生法である。

無月經或は月經困難、閉經期に現れたる缺落症候に温泉療法は有効である。之れによりて卵巢の機能が正調に整へられる。慢性の炎衝には炭酸泉、食鹽泉、單純泉、沃度泉、ラヂウム泉が實用せられる。不妊婦が好んで温泉に浴するのは、東西共にその轍を同じくしてゐる。温泉が妊娠を促す効果の説明には種々あるが、婦人の境遇が良くなり、心身の平安を來し、更に受胎せる

卵の流出を防ぐからであると説く人がある。温泉入湯と妊娠機會の多いのは事實である。

神経質の婦人が生殖器病に悩む場合に、轉地の意味で温泉に行くことは良好なる影響を受ける。子宮發育不全のものが、往々神経症状を訴へることがあるが、此の如き人は日光に浴し、海水浴に親しみ、更に高地の温泉、殊に炭酸泉、ラヂウム泉、食鹽泉に浴すると、その結果、身體は強壯となり、神経症候が輕快する。竭經後の場合には、強食鹽泉、單純泉、炭酸泉、食鹽泉を良しとする。一般に婦人病には、その原因の療法を講じ、更に温泉又は氣候療法を行ふことが必要である。

小兒病

虚弱の幼兒を高山に移すことは、養育上良策と謂はねばならぬ。此場合には、温泉の泉質を特に議することよりも、温泉地の氣候を篤くと取調べねばならぬ。日光の強い、空氣の清淨な、風の強く當らない場所を求めらるのである。

骨發育の異常ある場合、滲出型の體質のものには、氣候の影響を受けることが多大であるから、割合に長くその土地に滞在せねばならぬ。而して、滲出型體質のものは、時に海に往き、高地に移り、日光に親しみ、鹹水に浴するが良い。瘰癧、腹膜炎、その他、骨關節の結核患者には日光療法の効果あること、前に述べた通りである。近時、西洋では、冬季にも裸體で日光に浴する方法を採つて居るが、却々良好の成績を示しつゝある。

高山の空氣は清淨であるが、海拔の高くなるに従ひ、空氣は稀薄となり、日光は益々その強さを増して行き、著しく好影響を身體に及し、榮養を高め、治療を速にし、體質を強壯にする利益がある。されば、瑞西、南獨逸、奧太利の西部地方の高山では、この目的に適ふ收容所が多くあり、子供のみを委託に應じて治療し且つ、普通小學教育を授けて居るから、家庭も進んで虚弱の兒童を此處に送つて満足してゐる。我が國にも近時、林間學校の如き特殊の保養所を設け、虚弱の兒童を收容するに至つたのは兒童保護法の一進歩で、慶賀すべきことであるが、多くは夏期に限られ、四季を通じて開いてゐる所は一二ヶ所に過ぎない。幸ひ山嶽に富んだ我が國であるから、此治療所が各地に出來、汎く虚弱兒や結核のものが天與の恵に浴し得る様、此の方面の施設を大いに講じなければならぬ。

運動器の疾患

我が國には、古來、關節リユーマチス等による運動障害が起つたとき、温泉殊に蒸風呂に入りて治療する慣習があり、その信仰も相當に深く根ざして、或る温泉は殆んど、此専門の湯治場たる觀がある。關節運動障害に温泉療法は有効で相當に成績を收めて居るが、湯治に臨んでは、十分に診断を確めた上ならでは、折角の入浴も効が薄くなる。

關節リユーマチスの急性のものは、劇痛、發熱ある以外に、温泉療法が適する。單純に泉槽に入るよりも、蒸風呂を擇ぶが良い。西洋では温泉の泉土を蒸して關節に厚く塗る方法を賞用してゐる。脂肪肥滿を訴へる人の脱脂法としても、蒸風呂が有効である。羸瘦或は貧血があら

ば鐵泉、砒素泉を擇び、之れには高山療法を兼ねて治療するのが良い。慢性の關節炎に罹り、畸形となり、疼痛を訴へる場合に、温泉は鎮靜の効を奏するが、既存の骨及び關節の畸形を治することは到底不可能である。脊柱強直に温泉療法を規則正しく施行すると、多少なりとも、之を矯正することが出来る。

痛風は幸ひに我が國には稀れであるが、此病氣には温泉と榮養療法とを併用すれば、相當に良成績を擧げることが出来る。婦人が謁經時に屢々訴へる慢性關節炎の温泉療法は、病み始めの頃よりも、時を経て、病勢の稍々落ち付いた時から浴する方が、治療成績の顯れ方が多い。微毒性關節炎には、沃度泉、硫黄泉が適する。

偏頭痛、神経痛は、急性の場合を除き、温泉によつてその疼痛を著しく緩和することが出来る。

心臓及び血管病

本病には炭酸泉が賞用せらる。強食鹽泉、その他の泉質にても、炭酸瓦斯を含有するものならば、治療に適する。不幸にも、我が國の温泉地では、炭酸泉の利用法が不完全なる爲め、西洋程にその効果の擧がらないのは残念である。若し、この炭酸泉槽に近代的設備を施して患者を浴せしむるならば、泉水の温度、炭酸瓦斯、水壓が交々作用して、皮膚の毛細管に働き、心臓と血管神経に反應して、血液循環を緩和し、利尿を促すこととなる。温泉の心臓に働く作用は、心臓藥のチキタリスの働く有様とは異なるもので、前者は心臓を刺戟するに、後者は心臓辨膜症に有

効である。故に心臓病患者は十分に醫師に診断を確めて貰つた後に、温泉に行く必要がある。一例を擧げて見ると、チキタリスで奏効しない不全閉鎖症のある場合に、炭酸泉に浴すると、心臓筋肉の作用は強くなる。斯様な點から見ても温泉が適應か、否かを考へることが大切である。心臓病者が温泉に赴くに當りても、唯第一に温泉治療にのみ心を傾けず、環境の閑靜が治療を助ける所以なることを思つて、考慮して此點にも注意せねばならぬ。温泉治療に適する心臓病の種類に就いては、専門家の間にも、相當見解を異にする人々があるから、十分に經驗ある醫師の教へを待たねばならぬ。

心臓病に温泉を飲用する場合がある。それは食鹽泉、炭酸泉、鐵泉、硫酸ナトリウム泉であつて、飲用すれば瀉血の療法となり、同時に脂肪脱落となり、又血壓も沈降することとなる。

腎臓病

泌尿器系の疾患に温泉療法が有効なることは、夙に人口に膾炙する所で、舊くから好んで入湯する習慣がある。その適當と認めらるゝ泌尿器系の疾病は、炎性カタル、膀胱炎、腎盂炎等で

あつて、何れも慢性で發熱のなきときが好く、また結石の溶解の目的、並びに結石に續發する炎衝症候に適する。しかし、入湯に先ちて尿を檢し、その反應を調べて、泉質を擇ぶべきである。即ち酸性反應があればアルカリ泉を、之に反しアルカリ又は中性反應を呈した場合には土類泉に行くが良い。結石の溶解のためには、入湯のみでは無効であるが、飲用すれば、利尿を促進し之に誘導せられて小結石を自から驅除し、既存の炎衝を緩和するに至る。泌尿器結核には、高山で日光療法を行ふが良い。入湯は必ずしも重大の治療法ではない。

肝臓及び膽囊疾患

カタル性黄疸、及び胆石に基く黄疸には、アルカリ泉が適する。胆汁のビリルビンがアルカリに沈著することから、腎臓に向つて流れ出でる。又温泉の温度は胃腸の炎衝を緩和し、胆汁の流通を促すのである。嗜血肝に食鹽泉又はアルカリ硫酸鹽泉を飲用すると、門脈系の嗜血が減退し、その結果治療に向ふことになる。脂肪肥肝の一分症たる脂肪肝にも、飲用療法が有効である。胆石病には内科治療を兼ねるのである。胆石を内科的に治療すべきか、外科的に治療すべきかは

その都度、場合に應じて處置するのである。胆石によつて疝痛發作が間歇的に起り、發作以外に、左程の苦痛なき場合は、温泉療法の奏効することが多い。温泉治療の作用は十分に判知されてゐないが、腸、膽囊、及び肝臓の炎衝を軽減し、又鹽類は腸管の蠕動を高め利尿を促す。多くの膽囊炎及び膽道炎は、膽石に基いて誘發せらるゝものであるが、その軽度の場合は飲用療法によりて、奏効することが多い。但し温泉療法を行つて却つて膽石疝痛が増し、炎衝反應が強くなりて不良の結果を齎すことがあるが、之れは泉水の反應に因るのである。飲用療法は、膽石、膽囊手術後の餘病を防ぐに効がある。入湯はこの場合に必要である。

物質代謝病

糖尿病は、飲用療法に依つてアチドーチスが良くなる。近時の研究によると、炭酸泉は糖尿病患者の血糖に影響を及ぼすことが知られた。即ち血糖量が減退して、一時間後には、最低價となるが、その後には漸次再び上昇遞進するも飲用前の價値にまでは達しない。一般に軽い糖尿病は飲用療法が奏効する。しかしこの場合と雖も、食餌に注意を拂ふべきは謂ふまでもない。而して高

地の温泉を擇ぶが好く、泉質には苦味泉、食鹽泉、アルカリ硫酸泉のものが適當である。バセトウ病には、まづ轉地が必要である。幽靜なる居住は大に治療を助ける力となる。されば海でも、山でも好む所に轉地靜養することを勧める。但し長期の滞在が必要であるは謂ふまでもない。泉の種類は炭酸泉を推す。

胃腸疾患

胃腸病の患者は、温泉に往くが好い。尤も、篤くと醫師の診斷を受けた後に旅立つ必要がある。温泉に來ても、食餌には十分注意することが大切である。胃腸病患者の湯治する時、往々平素の用意周到の心懸を忘れて、日頃の攝生を怠り、宿舍の主人も亦、胃腸病患者に對する食餌調理を謬り、殆んど健康者に對するが如き態度を示す弊風が日常見らるゝ所である。斯かる有様では、折角、胃腸病治療の爲に温泉に來ても、それが全く無意味となる。食餌のことは、殊に胃腸病患者には最も大切であるから、主客とも十分に注意を拂はねばならぬ。

胃腸病には飲用療法と入湯とを兼ねるが好い。飲用すれば、泉水の成分とその温度との影響を

受けることが多い。但し飲用した泉水の温度が、胃液分泌に働く結果を直接に証明するのは困難である。それは、個人によりて胃液分泌の多寡あるのみならず、泉水温度も口腔内では、既に体温と均等になり、又高稠性の水も溶けて同稠性に近づけば、容易に胃を流通するの理論であるが、實際上に之を証明するに由ないからである。しかし、胃疾患のとき泉水を飲用すれば、胃粘膜に附著する粘膜を剝離溶解し、遺存の食餌の消化を助ける。

胃腸病に効ある温泉の種類は多く、單純泉を始めとして、その他、強苦味泉にまでも應用せられる。單なる化学成分の他、尙泉水の稠度、温度が與る所からである。食鹽及び炭酸瓦斯は胃の蠕動と分泌とを高め、アルカリは酸と分泌とを抑制し、硫酸鹽類は腸の蠕動を進め、排出を促すが故に、食鹽、硫基が下劑として用ゐられるのである。

胃液分泌障害の訴へあるも、その原因たる疾患が他にあるとき、又胃潰瘍、胃癌に伴はるゝ胃障害、又神経的、體質的の胃液異常による胃酸過多か或は胃酸過少とかによつて、アルカリ泉或は食鹽泉を擇ぶも、時には食鹽泉を禁忌する場合もある。胃擴張を訴へるものには温泉療法を試みるも効は少い。慢性胃病には温泉の奏効率が高い。胃及び十二指腸の潰瘍のとき、酸分泌が抑

止せられる結果、治療の轉機に導かれる。神経性胃病に温泉療法の適するかの問題は相當に議論のある所であるが、實際上には神経性と器質性との區別は困難なるだけ、この論争が屢々起るのである。消化不良を訴へる者は飲用療法を採り、神経性にして胃障害、排出障害あるものには閉靜の土地に行くことを勧める。一般に冷氣と濕氣の多い地方は避けるが良い。

腸カタルにも温泉の効がある、アルカリ泉は粘液を解かし、カタル症候を癒す。温き泉水は下痢する傾ある者に効が多い。又腸粘膜の過敏を柔け、酸性酸酵を抑制する。習慣性便秘には硫基を用ゐるが、痙攣性のものには禁忌である。偽膜性腸炎にはアルカリ泉の飲用を試みてよいが、大腸粘膜分泌過多に基づく疝痛を訴へる場合には温泉は左程効がない。手術後に起る腹膜炎及び腸管癒着には強食鹽泉を擇ぶ。腹膜結核、腸結核には日光浴を主とするが、結核あるものが果して旅行に耐ゆるや否やを豫め考慮することが必要である。

硫基性泉水は食餌の消化を助け、物質代謝の働を増し、尿及び胆汁の分泌を促すものである。

皮膚病

皮膚病に温泉は昔より効ありと唱へられて、之に親しむ風習が一般に行れてゐる。皮膚病が温泉入湯の爲め治癒することは實際上に多い。

温度の高い泉水は、皮膚血液の循環を良くし、皮脂腺、汗腺の分泌を促し、肌面を軟くし、皮膚に附着する汚物、病原物、痂皮を洗ひ去り、皮膚上皮の新生を助け、病竈の傷面を清潔にする。一般に急性の皮膚病に温泉は適しない。慢性のものに於て効が顯れる。此場合に第一に硫黄泉が良い。此泉水は皮膚の緊張を去り、癢痒を消散し、疼痛を柔けて、著しく経過を良くする。

腺病性皮膚炎には、鐵泉、沃土泉が良い。滞在日数は、六週間から八週間ぐらゐである。時には蒸風呂に入ることが、良い結果を齎らす場合がある。温度の特に高きことは別に問題にならない。海濱に行くことも効がある。

小兒の慢性皮膚病で、消化不良、精神不安に陥つたときは、先づ、その原因に向つて治療を加へ、夏期は海濱に赴き、又日光に浴し、日光に温められた海水に浴するが良い、冷き海水を避くべきである。

七 温泉地の衛生的設備

温泉の靈妙なる働を知つた人々は、之れに浴して病氣を治療したい希望を抱くことは昔も今も變らない。我が國では、昔も浴泉は無論行はれたが、交通の便のやゝ開けた徳川時代から湯治が一層旺になつた。まして、今日に於て交通の便宜がよくなり、その機關も備はり、旅行思想が鼓吹せられて、温泉行遊は益々繁昌になつた。又轉地療養の効果が顯著なると共に、病者や、病後恢復者が進んで赴く動機は多くなり、今後此方面の發展は非常のものになるのであらう。温泉のみの浴客も相當に多く、大正十三年の内務省温泉調査報告に現れてゐる總數は千六百八十萬六千九百一十一人と云ふ驚くべき人員で、如何に我々同胞が温泉に親んでゐるかが窺はれる。我が國には、温泉以外に適當の療養所の設備が未だない爲めに、温泉が唯一の治療機關であり、保養所と云ふ有様であるから、健康者も、病者も一にも二にも温泉を目指して集る。されば温泉地に衛生的設備を完全に施すことは頗る緊要なる温泉地事業の一であるから、浴者も、土地の有志者も此點に深く注意を拂つて貰ひたい。幸にも我が温泉地では、傳染病の流行の非常に少ない統計を示

して居る。これは明かに温泉地の健康地帯であり、安全の土地たる左證である。實際調査しても傳染病流行期に患者数が頗る少いのである。此點大に温泉地の誇であるが、たとへ健康者であるにしても保菌者が温泉地へ來遊することは危険であるから、今日では豫防醫學上大に注意せらるゝことになつた。

消毒の勵行 温泉地に行く人々の中には、この保菌者が少くないとは限らない。それは、病者又は虚弱者に對し、他日の傳染をつくる機會となるべき恐れがある。又近時、呼吸病患者の轉地療養が漸次夥しくなつた爲め、その地方の結核死亡率が一段増加して居る。その他、傳染病患者を送致し或は小兒患者の治療の爲め、轉地して、不知不識の間に病菌を散布することがある。例へば百日咳、麻疹の如きは轉地先で之に罹ることがある。されば温泉地は、たとへ統計上には健康地たる良成績を示してゐるとも、消毒を勵行し、豫防を完全すべきは當然の事である。家屋、居間、衣具、食器の消毒は勿論、便所の清潔を平素に怠つてはならぬ。消毒の實行法と、その器具は町村の共有にして、之を行ふのが最も便利である。温泉地は風光の美を兼ねた理想の郷土である。この樂地に於て消毒を説くは、浴者に不安の念を抱かしむる批難が或はあるでもあら

う、しかし温泉地、療養地の使命を全ふせん爲には、一層消毒を勵行して眞の無病菌地帯、理想の健康地を建設すべきである。因襲の陋に換はれず、衛生思想を鼓吹するのが當然である。

上水下水の設備 温泉の土地、多くは清き谿谷に臨み、自ら清水を得るに不自由なきため、温泉地は上水に對して割合に冷淡なるを免れない。例外としては、温泉地でも、上水を得易からざる所にありては、上水管を埋没し、良水を遠所から導いて日常の用に供してゐる所もある。然るに下水に到つては殆んど對岸の火事視する觀があつて、頗る無頓着なるが、通常の有様である。されざれば、温泉土地が保健上に重大なる關係あることを顧慮すれば、上水、下水何れも共に深く注意し之を完ふすべきものである。更に便所の改良も當然行ふべき性質のものである。消毒、上下水道及び便所改良は、今日我が温泉地に於て差し當り行ふべき三大事業である。此三大事業の完成を待ち始めて始めて理想の温泉となるのである。

温泉浴場の設備條件 温泉地は單なる享樂郷に止まるが目的でない。我々の平素の健康を維持し、心神の強壯を促し、病後の恢復を圖り、疾病を治療する自然の大病院たることを忘れてはならない。この爲めには飽くまで最善の方法を講じ、浴場の如きも保養治療の目的に適ふやう建築

し、その内容を整へて進まねばならぬ。然るに、今日我が國各地の温泉場を巡つて、その浴場を見ても、傳習し來つた特殊の設備あるの他は、一つも最近温泉治療醫學上より肯定するに足るべきものを發見し得ない。換言すれば、醫療上に効果のあるべき浴法が備つてゐないと謂つて差支ない。翻つて歐米の温泉地を見るに必ず醫療を目的とする共同の大浴場があつて、中には單純な浴槽のみならず、電氣浴、四肢浴、電光浴、蒸氣浴、射水浴、炭酸瓦斯浴、砂浴等があり、又電氣療法、マッサージ、光線療法、その他器械的矯正装置が設けられて、一々適當な監督の下に、それ／＼の治療を受けるが如き用意周到の設備もある。それは我が温泉地の浴槽に浸りて、一日を暮す浴者の、到底想像だに爲し得ない、又温泉土地の有志者の多くが夢裡にも想ひ及ばざる完全な設備である。此設備は現代醫學より要求した當然のものであるから、我が温泉土地の諸君も此要求に准じて、協力共同して之を實現せられねばならぬことである。

公衆娛樂機關 その他、温泉地には道路を拓いて、散歩の便を計り、公園を設け、博物館を建て、俱樂部を作り、公衆の娛樂機關を整へ、浴者の滞在を樂ましむる工夫を巡らさねばならぬ。近時社會生活が愈々劇しくなり、心身の勞苦も益々加はり、随つて體力の消耗、精神の衰弱を

招き易い。故に、若し小閑を偷み得べくば、平和の土地に赴き休養せんとする氣分が自ら起るものである。即ち保養が日常生活に必要な一要素となつたのである。これ世界各國、此疲勞者を迎へて靜養せしむべき、保養所或は療養所があつて、國民の保健に多大の貢獻を爲してゐる譯である。

温泉地利用目的の考慮 然し、我が國には未だ此方面の機關が發達してゐないのは残念である。そして温泉地が保養、治療等一切の休養機關とせられ、又遊樂の場所として混用せらるゝ爲め、勢ひ、温泉地の雜鬧を來し、浴者相互の迷惑となることが常に少くない。加之、いはゆる温泉氣分とて、一種の享樂的の意味を持つこともあるが、而してそれも心身を醫するの一便宜となれば必ずしも咎むる必要はないが、病軀を癒する目的で、遙々温泉地を尋ね、安靜を守り、ひたすら治療に盡さんとするに、偶々隣室に於て、弦歌夜を徹し、安眠を妨げられるが如きは、病者の到底耐へざる所である。斯く一方には靜肅を要するに、他方には享樂を望むが如き、此矛盾する二様の温泉情緒は殆んど總ての温泉地に於て見る所である。斯の亂雜なる温泉氣分を來すものは、温泉土地が十分に世相を觀察せず、又温泉の眞價値を諒解せざる罪である。されば如何にして此

問題を解決し浴者に満足を與ふべきかの方法に就て、自分一個の私案としては、都會に近い、交通の便利な温泉地は、享樂場として専らその方面に力を致し、その他の温泉地は、専ら保養療養に努め、その施設を具へ、浴客を明に區別すれば、その目的が達し得られると思ふ。

近時、西洋の温泉地は、その泉質その設備、總ての點から、或る疾病に特殊の効があるものと稱へられることが多くなつた。例へば心臓、消化器、物質代謝の病氣の専門浴場があるといふ類である。それは一に温泉地が現代醫學の力を借りて専門病氣の治療法に腐心した賜物である。我が邦に於ても、眼の温泉、瘡傷の温泉、等と傳説的には呼ばれて居るものはあつても、多くは別に進んで現代醫學の進歩に副ふやうな設備をするでも無いから、この點西洋の温泉に比して遙に遅れてゐる。凡そ、温泉療法は藥物療法と相待ちて治療に貢獻すべきものである。西洋の例を見ても温泉療法を研究し、この方面に種々の考案を巡らせば、様々の病氣に對して、有効に働くことが知られる、温泉療法の應用範圍は益々擴がる一方である。之れには醫師の研究ばかりでなく國民の温泉治療に對する知識と了解の向上と相待ちて進まねばならぬ。

飲食物の注意 温泉地は飲食物の新鮮材料の豊富、及びその榮養價に就ても大に考へなくては

ならぬ。温泉宿舍の食膳に上る食品は、珍らしい、變り品を眼目とせず、専ら榮養價に富むものを選ばなくてはならない。料理店の調理は温泉厨房の眼目にはならない。食餌も藥品であり、治療の一分子であり、従つて療法の延長であるといふ考が大事である。温泉地にありては胃腸を單に満足せしむるのみが本意でない。西洋の温泉地、療養所では、食餌療法を唱へて食餌を以て一療法と心得、廣告にも此點を附け加へて居る位に食餌を重く見てゐる。我が國では、この點に就いては殆んど無關心で、例へば胃腸病に効ありと自慢する温泉地でも、病人の食餌に關する注意を忘れてゐるといふ有様ではないか。吾々は特に此點に就いて注意を促す次第である。

醫師との連絡 温泉地は、また醫師との連絡を善くし、浴客が安心して滞在の出来る様努力せねばならぬ。醫師は浴醫となり、浴者の治療法、攝生法の相談に應じ、治療成績を擧げねばならぬ。大温泉地には、幸ひ醫師も住み、病院も存在して、稍々満足も出来るが、小温泉地に於ては公費を以て醫師の駐在を求め、或は救急の處置が出来るだけの方法を講ぜねばならぬ。食餌と醫師の不足が現下の温泉地の缺點である。しかも、これは最も大切な事である。

温泉療法畢

昭和三年五月三十日印刷
昭和三年六月一日發行

内務省衛生局編纂

發行所

東京市麴町區大手町一丁目
社団法人 大日本私立衛生會

電話九ノ内〇一七五・一六一四番
振替口座東京五四一九番

東京市本所區相生町三丁目八番地

印刷所

岡本活版印刷所

本冊子は左の實費を以て本會にて配布す
内地―一部九錢、百部以上八錢五厘、朝鮮、臺灣、滿洲は部數の多少に拘らず一部九錢以上何れも送料は當會負擔

