

# 痛風と温泉と\*

森 永 寛

岡山大学温泉研究所 温泉医学部門  
岡山大学医学部附属病院 三朝分院

私は戦後間もなくこの三朝温泉で、大島先生から親しく温泉医学の手ほどきを受けて数年間お世話になり、その後しばらくの間、岡山の大学病院で、故北山加一郎先生・平木先生の下で、内科学一般の勉強をいたしました。縁あつて再び昭和28年の夏からこの温泉で、主にリウマチと温泉との勉強をさせていただいております。

本日、研究所並びに分院の開設25周年のおめでたいこの日に、記念講演を致す機会を与えられまして大変うれしく光栄に存じております。

演題を「痛風と温泉と」ということに致しましたのは、最近ここ5~6年の間に、これまで日本では甚だ稀な病気であるといわれておりました痛風が、大島先生らによつて決して少なくないということがわかつて参りまして、皆様方も時折は新聞紙上などで高名な政治家が痛風で入院加療中であるというような記事が、お目にとまることもあるかと存じますが、1万人に3~4名位はあると推定せられており、私共もこの痛風を診る機会が増えて来ましたこと、この病気は 関節リウマチと違って 男性に多く、しかも今日ここにおいていただいている high class の方に多いこと、その上今迄 関節リウマチとか 神経痛

とかいうことで、全く違つたとは申せませんが、随分と廻り道の治療を受けておいでになる方々を経験しておりますので、皆様方にも リウマチ・神経痛 といわれている病気の中にはこのようなものもあるのだということをお知りいただきたいからであります。それと 昔から、欧米 殊にヨーロッパでは、Gichtbäder 痛風の湯 として、この三朝温泉のような放射能泉や重曹泉などが治療に賞用せられていたという経験事実から、折角あり余る程の、欧米とは比べものにならない温泉資源に恵まれている日本のことでもありますから、例えば、リウマチ性疾患に効くといわれる、従つて痛風にも有効であると思われる温泉は約150ヶ所ばかりもありますので、観光地としてのみでなく、医療の面でも もっと積極的に温泉を御活用願いたいと思うからであります。

\* \* \*

さて、前の晩の夕食時、何となく身体がだるいなどの多少の異和感を覚える人もありますが、先ず青天の霹靂のように夜中に暁方近く、男の人が足のおや趾のつけ根に耐えられない程の激しい痛み (agonizing pain と書いてありますが) で目がさめ、眠れなくなります。翌朝すでに、すなわち短時間の間に足のおや趾のつけ根は赤紫色に腫れ上り、一寸さわっても疼き、ましてや足というよりは全身のおき場がない程に苦しめられます。そして2日乃至3日して朝方一鶏が時を告げる頃 魔法が解けるように痛みは消えて了うと彼自身30年間もこの病気に苦しんだイギリスの Thomas SYDENHAM は述べております。もう数日たちますと発作があつたという痕跡も見当らないようになります。これが 痛風の発作といわれるものであります。

一番多く侵される部位は 足のおや趾のつけ根であるといわれておりますが、最近私共の経験いたします症例では、足首とか足の背中(足背)とか膝とかが多いように思います。とにかく一番はじめは足にはじまることが多いようであります。数日経ちますときれいさっぱりと症状は消えて了い、病人は苦しかったこと、痛んだことを忘れてしまう位になるといわれておりまして、もう70

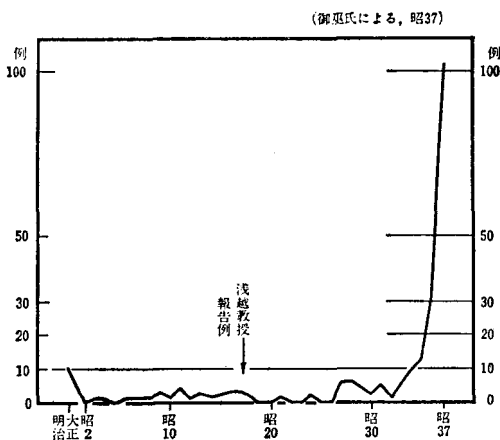


図1. 痛風の年度別報告例数

\* 岡山大学温泉研究所創立25周年記念講演(1964年7月28日、三朝町菅温泉会館)。

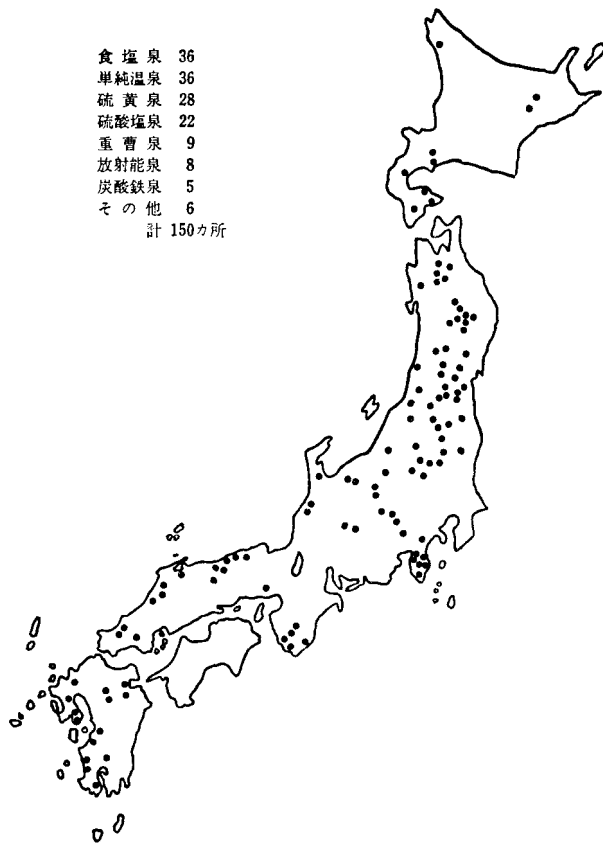


図 2. リウマチ性疾患に効くといわれる温泉の分布図

日ばかりで東京オリンピックが開かれるわけでありませんが、マラソンはオリンピックの花形であるといわれていますが、ギリシアの *ARETÆUS* という医師の記載によりますと、痛風の若者が発作のない折に即ち間歇期にたまたま行われたオリンピックのマラソンに出場して優勝したということでありませう。

然し、何ヶ月か 場合によっては2~3年もの間をおきまして、平均 18ヶ月という数字をあげている学者もありますが、第2回目の発作がおこりまして同じように消えていきます。その後だんだんと発作の回数が増すと共に発作のない期間が短くなってきます。即ち、急性発作を何回も繰返しその間に適当な手当・治療が加えられないと慢性になっていくのであります。こうなって参りますと 関節リウマチと同じように 全身の関節に波及いたしますので、関節リウマチと間違えられることもすくなくないわけでありませう。

痛風は中年以後の男子で、肥った 元気のいい 赫ら顔の人に多くみられ、一般に健啖家でよく食べ肉や酒が好きで仕事熱心で仲々能力もあり、性格は楽天的で人付き合いもよく、又他の人から好ましく思われるタイプであ

ると云われております。痛風の発病は多分にぜいたくな生活(美食・運動不足など)と関係があり昔から帝王病と呼ばれている位であります。

この痛風の発作そのものが直接生命にどうということはありませんが、長い間には腎臓に尿酸結石が出来たり又腎臓が傷んで慢性腎炎から尿毒症になったり、心臓では狭心症をおこしたり、こうした合併症が現われてきますと、生命にも危険を及ぼすことになりかねませんので、早期の診断と早期の治療が重要であるというわけであります。

\* \* \*

三朝温泉で、はじめて痛風の治療経験を報告されましたのは、本日御出でになっております現鳥取大学医学部内科の浅越教授でありまして、当時岡山医科大学三朝温泉療養所の初代の所長として在任しておられました昭和17年のことであり、恐らく日本でははじめての温泉治療を行った痛風の症例報告であろうと存じます。

痛風の原因はまだ充分にわかっておりませんが、尿酸代謝の異常によって起ると考えられております。すなわち、体の中で尿酸がたくさん作られ、血液中にも多くなって腎臓から排泄し切れない部分が体の中にとまったために起る病気でありますから、この尿酸の体外への排泄をよくすること、その材料になる食物を控え目にすることが治療の眼目でありませう。従って糖尿病と同様に食餌療法が矢張り大切であります。最近尿酸の尿中への排泄を促す *Probenecid* とか *Sulfinpyrazone* とかいういい薬が出来ておりますので、昔程嚴重ではないにしてもやはり食餌には気を付けるべきでありませう。

\* \* \*

私共の経験によりますと、三朝温泉水を飲んだり、又温泉に入浴したりいたしますと、尿中への尿酸の排泄が増加しますし、又血液中の尿酸が減って参ります。これは、温泉を飲んで尿量の増加することも一つの効果ではありますが、入浴や飲用によって温泉の中のいろいろな成分例えば  $CO_2$  とか  $Rn$  などが体の中にとり入れられて腎臓の血管を拡張して腎臓を流れる血液量、腎血漿流量を増し、利尿効果もたらされるほか、尿の中に尿酸をよけいに溶かして体外へ排泄する力が大きくなる、すなわち尿酸が余計に体外へ排泄されることもわかって参りました。温泉に入浴いたしますと、腎の尿酸クリアラ

ンスが増加して尿酸代謝にいい効果を与えることも分ってきたのであります。しかしながら、温泉の入り方、飲み方などには注意せねばなりません。

温泉地においでになる方は、1日に何回でも入浴してくたがれてしまう方がありますが、私共の経験では、はじめ1日1～2回位とし、数日たってからでも1日3回位迄の入浴とした方が安全のようであり、入浴温度は、微温(40°C内外)、10～20分間入浴した方が効果的と考えております。浴後は30分間位の安臥休養をとることが大切であります。

痛風の場合、三朝温泉のような放射能泉では関節痛の発作を誘発することが特徴だともいわれ、これによって関節リウマチとの区別も出来るるといわれている位でありますから、尚のこと慎重にして欲しいと思います。

温泉水は朝夕の2回位、食前30分位にコップ1杯乃至2杯飲むのが適当であります。

痛風の発作の場合でも温泉水の飲用は差し支えなく、この際 Colchicine 或いは Phenylbutazone などの併用投与が有効とされています。

温泉の一番いい適応となるのは、すなわち応用して効果のあるのは、間歇期であります。この時期に上述のような温泉入浴・飲泉のほか、泥巻包、泥浴、交互浴、運動浴、圧注などをも適宜併用して治療を行いますれば、次に起るであろう発作を未然に防ぎうるというわけであります。

また不幸にも慢性期に入ってしまった痛風の治療には、最近喧しくいわれる Rehabilitation を行う場としても温泉は有用なのであります。

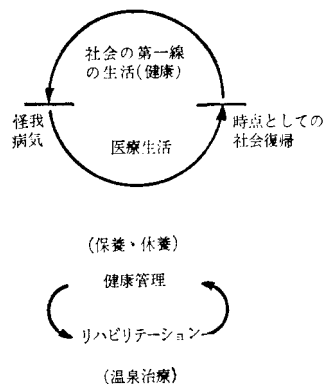
\* \* \*

何らかの理由(怪我や病気など)で生活の第一線から一時遠ざかっていた人が、再び社会に復帰する過程が、リハビリテーションであるといわれておりますが、病牀から社会生活への過程に必要な処置を総称したものが医学的リハビリテーションといわれております。

去る7月12日には日本ではじめてのリハビリテーション医学会が大阪で開かれ盛会でありました。

われわれの生活を模式的に社会医学的観点から書いてみますと、このようになるかと存じます(図3)。すなわち健康で社会生活を営んでいる生活相と、怪我や病気で第一線から引きこもって再び社会へ出るための医療生活とに、わけて考えることも出来るのであります。

この第1の生活相について医学的な観点から申しますと、健康管理活動があげられるのでありましょうし、第2につきましても、医療をも含めた広義のリハビリテーションによる対策が考えられるわけでありましょう。



(勝沼：総合医学 20(2), 昭38に補足した)

図 3.

リハビリテーションと申しますのは、殊に慢性の疾患の場合には、その治療開始と同時に始められるべきものであると考えますし、私共は日常、意識はしていないにしても、リハビリテーションを含めての医療を行っているわけであります。

さきに痛風を例にとりまして申し上げました温泉療養は、いわば病人を対象とした発病後の温泉の応用(医療生活)であります。温泉の利用面にはこの外、保養・休養があることを忘れてはなりません。

\* \* \*

明日の活動に備えての温泉の利用(保養)によって新陳代謝の亢進・老廃物の排除・更には自律神経緊張や内分泌の調整、すなわち、生活機能をスムーズに行うことによって早期の老衰を防ぐことが期待できるのでありますし、又日常生活の過労すなわち、時代の進歩とともに生活様式・対人関係が複雑化し、社会生活からのストレスが数多くなって参りますと、それからの解放がますます必要となってくるわけでありますが、緊張と活動との間に適当に 都会の喧噪を離れた静かな温泉地での 弛緩と休養の生活をくみ入れることは、転ばぬ先の杖として昨日のつかれを癒し明日への活動力を養う意味合いからも大いにすすめて貰いたいことであります。すなわち、温泉を予防医学的に応用すると申しましょうか、健康管理活動の一環として活用することがもっともっと積極的に行われていいのではないかと考えるものであります。

中年以上の方々では、糖尿病や肥伴症(ふとり過ぎ)、或いは高血圧・動脈硬化症などにかかっておられる方が多いのであります。最近成人病と呼ばれておりますこうした病気にも、温泉は効果のあることが確められております。

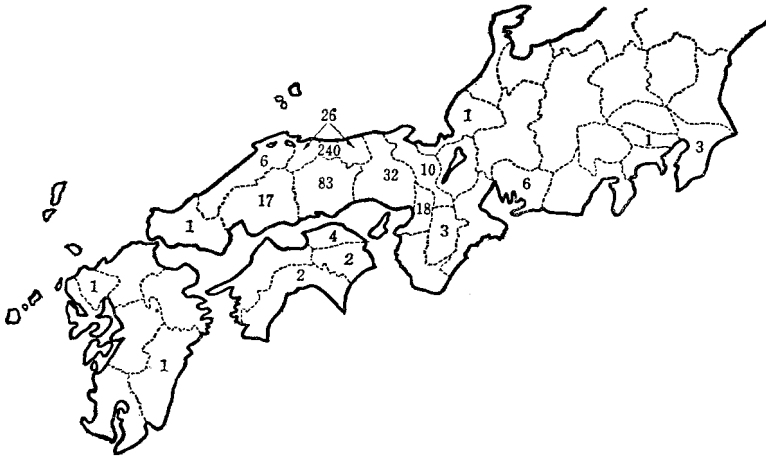


図4. 入院患者の地方別数（昭38. 457名）

\* \* \*

きれいな空気・美しい景色に包まれていますこの三朝温泉地は、7月中旬～8月中旬の約1ヶ月間は不快指数が80を越えることもあります。その他は快適な気候に恵まれ、弁当は忘れても雨傘は忘れるなど昔からいい伝えられている程に悪くはありません。雲量2.5以下の晴天が年間150日以上もあります。三朝温泉地にあります私共の病院を訪れられる病人の方々は、中国・近畿・四国のみならず遠く愛知・福井県などにも及んでおります。疾患別では、痛風を含めたリウマチ・神経痛が約40%、次いで消化器疾患、高血圧・動脈硬化症などとなっております。温泉適応の病気の方々に大いに利用していただいております。この傾向は交通の利便、経済状況の好転によって益々増加していくことと存じます。

かくて三朝温泉のような温泉地にこそ温泉を中心とした療養施設を設け、これを整備していただいて障害者のための医療・リハビリテーションを行う一方、健康管理活動の一環として保養・休養施設を整えて、年1～2回、2～3週間程度の温泉地での静養を生活の中にくみ入れ、生活現象のバランスをとり戻すようにすることは、いよいよますます多忙となっていく現代人には特に必要であろうことを強調いたしたいのであります。すなわち、温泉のこうしたいい面をもっともっと有効に活用していただくよう、皆様方に訴えたいのでございます。

\* \* \*

岡山県知事をしておられます三木行治先生、広島通信病院長の蜂谷道彦先生が、また地元の旧三朝村の方々が三朝温泉に岡山医科大学の温泉療養所を設置しようと今から30年も前にいろいろお骨折りいただいた由を承っております。こうした皆様方のお意図・お考えもこの三朝温泉を、私共一般国民の健康のために活用しようという点にあったものと存ずるのであります。

800年の歴史と治療の実績をもってありますこの三朝温泉での療養は、現代においても価値多いものと存じます。しかしながら、旧態依然とした昔ながらの湯治そのままのいい筈もありませぬ。古い革袋に新しい酒のたとえのように、古い伝統を生かし、しかも新しい時代の要望に応じての新しい内容の温泉療養をつくりあげていくのが、私共に課せられました責務であり、現に私共は着々と築きあげているのでございます。

皆様もお気づきいただいたことと存じますが、病院の玄関の扁額に、荒木寅三郎先生の“治気養心”ということばが掲げられております。25周年のこの記念日こそ、心を新たにして、すなわち開設当時の初心にかえりまして、温泉療養本来のすがたを深く反省すべき好機会であろうかと存じます。

一層のご理解とご鞭撻とをお願い申し上げまして私の講演を終ります。

ご清聴有難う存じました。