

ほっとサイエンス

耳

入浴学講座

5

かつて心臓に負担をかける入浴は重症の心不全患者には厳禁とされていた。サウナ風呂を心不全患者の治療に使う「逆転の発想」に基づく医療が鹿児島大学医学部で行われている。

この「温熱療法」を15年間研究している鄭忠和教授は「1日約30人の患者を治療している。拡張型心筋症など重症者の心機能も改善している」と話す。

患者は1日1回、一般のサウナほど熱くない60度の遠赤外線乾式サウナに15分

逆転の発想で「温熱療法」

間入った後、30分間、体を毛布でくるんで保温する。ポイントは全身を温めること。動脈、静脈の血管を広げ、血液を送りやすくして、心臓の負担を減らす。これで心臓の送出血液量が約1.5倍増加する。普通の風呂では水圧の影響で心臓に戻る静脈血が増え、心臓の負担が大になる。

「長期入院患者は汗をか

く機会がない。発汗で便秘や食欲不振、不眠などが改善する。精神面のリラックス効果も大きい」。北里大、東京女子医大、山口大などでも、同様の研究が始まっている。

温熱療法には血管の再生を促す効果もあるという。

ところ、平均3週間寿命が延びた。このハムスターを調べると、血管内の細胞で一酸化窒素を合成する酵素が増加していた。

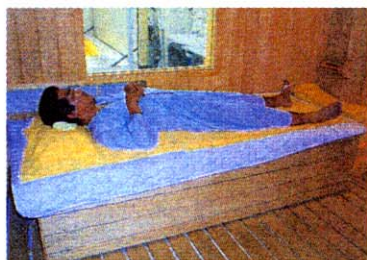
一酸化窒素は血管拡張と血管機能改善の二つの働きを持つ。温熱療法は酵素の働きをよくし、一酸化窒素の合成を促進するらしい。

ASO患者14人に温熱療

法を行ったところ、痛みや症状が軽減した患者が多かった。10週間の治療で血管が再生した患者もいた。

糖尿病の合併症などで足の血管が詰まり、切断する場合もある閉塞性動脈硬化症(ASO)の治療などに有効と見られる。

鄭教授は、心不全のハムスターに温熱療法を行ったところ、平均3週間寿命が延びた。このハムスターを調べると、血管内の細胞で一酸化窒素を合成する酵素が増加していた。



60度のサウナはそれほど熱くないので、長い時間心地よくいられる(鹿児島大学病院で)

なっとく科学