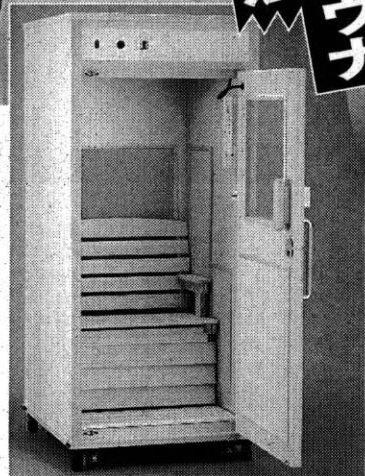




医療用乾式サウナ
用いる治療法

心臓や血管の病気は
和温療法で治す

治療法です」
具体的には、①心身
和ませるのに最適の温
60度に設定された医療
サウナに15分間入る。
の間で、本の栗部本



医療用乾式サウナ

和教授に聞いた。

和ませるのに最適の温度
60度に設定された医療用
サウナに15分間入る。こ
の間に、体の深部体温
が、心内圧が改善する
とも証明されています」

治療法です」

具体的には、①心身をと、不整脈は出現せ

りあります。和温療法のためには、医療用サウナは、室内すべてがほぼ60度均等になるように設定されています。サウナに入っている間に、心不全患者の心電図や心内圧をモニターします。

「[〃]和温[〃] から出て、全身を毛布で（心臓移植の適応あり）

は私の造語。覆って保温し、30分間横で、和む温になつて安静にする③発度で心身を汗量に見合う量の水分を退院、18年経つた現在も温める治療 補給する——というものを元気に生活している。

心筋梗塞を2回起こ

味・医療用「通常のサウナは80〜100度と高温で、天井は乾式サウナ床より20〜30度高く、位は、和温療法の継続で16年過ぎても元氣だ。」を用いた

考えています。さらに、難治性の閉塞性動脈硬化症、慢性疲労症候群、線維筋痛症に著しい改善を示し、日常生活を取り戻している方が多数います。高血圧、高脂血症、糖尿病患者さんの血管機能も改善します。」

余命半年の患者が20年近く元気

心臓や血管の病気の人がサウナは禁物——それが常識」とされているが、実はまったく逆であることが明らかになってきた。「和温療法」と呼ばれるものだ。

この療法の原形とされるものを1989年に初

全国10施設で、中等症減し、心不全の要因のひ増加させることも証明し、関西電力の重症の心不全患者をとつである酸化ストレスています。これは心不全、力所以「薬物療法」と「和温療も正常値に近づいたといを改善する重要な機序」という、法十薬物療法」の2群にう。

を改善する重要な機序と

めて行い、その後改良を分け、2週間後の結果を「和温療法は血管機
重ね「和温療法」を確立 見ると、和温療法群は心能を改善する一酸化
した鹿児島大学大学院歯 不全で分泌される脳性利窒素（NO）、及び
学総合研究科循環器・呼 尿ホルモンが半減。心不 NOをつくる酵素や
吸器・代謝内科の鄭忠 全に伴い出る不整脈も軽タンパク質を著明に

世界中で注目

世界中で注目 和温療法は2007年に国際的に権威のある米心臓病学会誌「JACC」で紹介。循環器医療の第一人者であるハーバード大学のブラウンワルド教授や、世界の医療のメッカであるメイヨー・クリニックも注目しているという。