

慢性心不全に「和温療法」

60度サウナ浴+保温 あったか治療で劇的改善

心臓が悪くてねえ。心不全です。治療は主に薬で追加併用して、やってみたくなる治療法があるのだと。和温療法です。(上野敏行)

和ませ温もりの治療

心臓の働きが低下し、血液を十分に送れない。動けば息切れ、呼吸が苦しい、疲れやすい。最悪、心臓死です。

だから、心臓に負担がかかるのはダメ。なにかと日常生活の制限も多い。こんな慢性心不全の発症は老年期に急増し、年と共に予後(将来の病気の見通し)が悪化するとか。

老年期、その始まりは団塊世代のわれらですよ。まあ、発症は仕方ないにしても、治療できることは積極的に努力したい。その最新治療事情です。多くは病気の原因に挑み勝利をめざす。確かに進歩

体を心地よく温めます」

「ええ。これまで千人を超える心不全患者(重症例も含む)の臨床経験から安全性と有効性が十分に確認されています」

1989年1月、鹿児島市の総合病院病室。男性患者(75)は心不全の末期でした。口癖は、「死ぬ前に一度でもいいから温泉に入りたいたい」。

「いつ死んでもよか」

心不全の重症度は軽度から順にI~IV度の4段階。男性患者はIV度で、ちょっと動いても呼吸困難に陥る状態でした。

「温泉なんて無理、不用意に入ったら命を落とす」

6カ月が過ぎ、男性患者の心不全は進行していましたが、余命はわずか。入浴の

版)を開くと和温療法の記述がありました。「薬物療法の補助療法として推奨」

補助療法として?

「薬物療法など確立された治療法があります。それに和温療法を組み合わせた(併用する)ことを勧めているのです」

ハビリテーションセンター(在籍)。「なんとか望みをかなえてあげたい」

80年代、心不全の治療には血管拡張薬が有効という報告が続いていました。入浴で血管は拡張する。血管拡張薬の作用と同じ。さっそく医学生を対象に入浴実験を重ねました。

安全で、気持ちいいと感じるのは、湯温41度、浸かる時間10分でした。

意思を再度確認すると、「入りたい」。

自動昇降式浴槽を使い、浴槽には近くの霧島温泉の湯を入れて。男性患者は寝たまま、上半身をやや起こした姿勢で入浴へ。

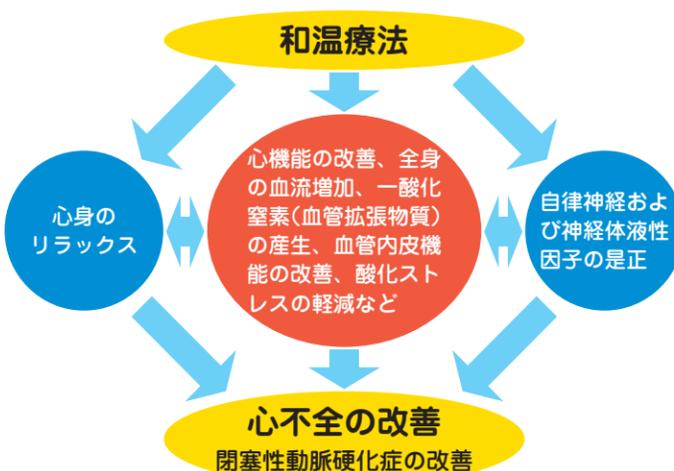
これで心臓への負担を最小限にできます。万が一に備え、鄭医師は電気ショック(心室細動を正常なリズムに戻す)のパッドを両手に持ちました。

浴槽を少しずつ上昇させ全身に湯が浸ったときでした。男性患者はゆっくりと大きな深呼吸をしました。

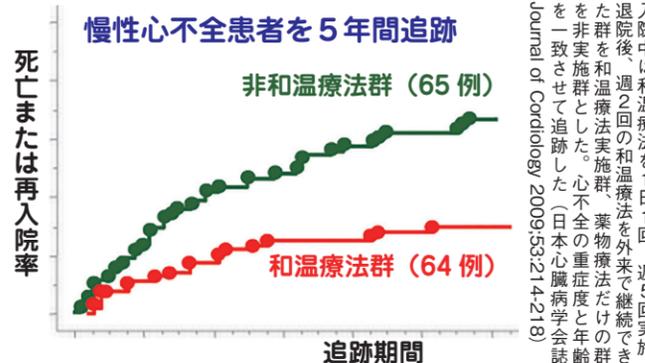
「悪い予感でした。ご臨終か。茫然としました。常識に反して入浴させた私の医師生命は終わった…」

ところが、横のモニター心電図は「異常なし」。振り返ると男性患者は合掌して、涙をぼろりと落としました。「先生、もういつ死んでもよかです」

予想外はその後でした。毎日、自動昇降式浴槽の温泉に入って1カ月もすると病棟内を歩き、2カ月後には退院できたのでした。「劇的な回復でした。ひよっとしたら、体を温める入浴は慢性心不全に対する新たな治療法になるかもしれない。入浴の安全性と効果の解明に本格的に取り組みました」



心不全に対する和温療法の予後改善効果



心拍出量を増やす

重症心不全患者の入浴例を重ねていくと、限界も明らかになってきました。水圧の影響で心臓に戻る血液量が増え、心内圧(心臓内の圧力)が上昇、心臓に負担がかかるのでした。

「水圧をかけない」。その発想から生まれたのが「乾式サウナ」でした。

遠赤外線均等乾式サウナ治療装置(和温室)を開発しました。和温室で心機能などを記録しながらサウナ浴の温度・時間を検討しました。

結論(和温療法)です。①温め サウナ室内の天井と床までほぼ均一の室温60度に設定し、15分間全身を均等に温める。(深部体温が平均1度上昇する) ②保温 出浴後は30分間、毛布にくるまって安静にして保温。この間、「和温効果」は持続する。



1人用の和温療法室(室内がほぼ均等の60度に設定された遠赤外線乾式サウナ室)がこれ、と鄭忠和所長。「和温療法の臨床応用は多彩で、心不全以外にも難治性疾患(閉塞性動脈硬化症、繊維筋痛症、筋痛性脳脊髄炎、唾液分泌不全症、術後イレウスなど)に効果を発揮しています」(心不全に対する和温療法は先進医療として承認されました)



みんなの健康でいたい 医者通い大変 日野市 小形万里子 梅雨が明け、猛烈な暑さ。高齢者にとってはとても大変な時期で、体がいうことをきかず、めまい、耳鳴りなどで医者に行くのも大変です。 今の安倍内閣の国民不在の政治には怒り心頭ですが、