

豊富温泉で湯治されたアトピー患者の実感

～アンケート調査より～

藤澤重樹、奥村歩、尾崎滋、齋藤真由美、高橋亮、和田武史

●はじめに

1925年に米国のメイヨークリニックでゲッカーマン博士により乾癬にコールタールと光線療法を組み合わせたゲッカーマン療法が開発されました^{1,2)}。その効果は俊逸で現在でも欧米の医療機関で乾癬とアトピーに副作用の少ない有用な治療法として応用されています³⁾。豊富温泉にはこのゲッカーマン療法に用いられる粗製石油の油分(タール)が含まれているため、湯治そのものが乾癬やアトピーに効果があるというわけです。

豊富温泉はタール以外にも、美肌効果を発揮する炭酸水素とメタケイ酸、消毒効果のあるメタホウ酸、炎症を鎮める効果のあるマグネシウムがそれぞれ高濃度に含まれています。さらに豊富温泉には植物性の有機物であるモール(泥炭)も含まれています。このように豊富温泉は、多面的な湯治効果で皮膚病の改善が期待できる非常に優れた温泉です。

豊富温泉の塩分の濃度は、1.1%です。塩分濃度が0.9%の生理的食塩水に近いので、掻き壊した傷口も痛むことなく入浴できます。羊水と同じ塩分濃度のお湯にかかることで肌の修復が促進されます。

●アンケート調査

平成23年に行われた療養目的別湯治患者数の調査で乾癬よりアトピー性皮膚炎が5倍以上多いという結果が得られています。この調査結果を踏まえて、湯治療養の向上を目的とした学術研究、アトピー患者の湯治の実態とその効果を知るため、豊富温泉湯治療養研究会が結成され、「豊富温泉の湯治療養効果に関するアンケート調査(アトピー版)」を実施しました。調査期間は平成26年4月1日から平成27年3月31日の1年間です。

質問事項は、年齢、性別、住所、職業、湯治は何回目か、前回の湯治はいつか、今回湯治した日数とその期間、一回あたりの湯治時間。湯治のきっかけは何か、病名、合併症、どこの部位が症状強いのか、現在の治療方法が何か。湯治開始時と終了時の状況。

「前日と比べて自身が感じた変化をグラフ上に点でお示し下さい」という質問も設定しました。

湯治に対する満足度は、非常に満足、満足、普通、不満、非常に不満、重症度は健康皮膚、軽症、中症、重症、最重症です。

重症度については最重症は炎症が体の30%以上、重症が10%から30%未満、中等症が10%未満、軽症は肌荒れ、健康皮膚とは殆ど肌荒れのない状態です。

痒みについては、痒みを定量化する重症度スコアVASスケール(visual analogue scale)を用いました。痒みなしを“0”、痒くて耐えられないを“100”としてそれを100等分して症状がどのあたりに位置するかを示していただきました。配布されたアンケート用紙185枚のうち122枚が回収されました(65.9%)。

対象者122人のうちわけは、年齢は1歳から71歳で、平均32.7歳(中央値33歳)、男44人(36%)、女78人(64%)でした。

対象者の住所は、関東一都六県が38%であり、都府県別では北海道が18%で最多でした。その次に多いのが中国地方、近畿、東海。10人以上の県は広島、愛知、埼玉、千葉、東京、北海道です。

何回目の湯治かについては48%の人が1回目で、2回目、3回目、4回目を合わせると80%になります。

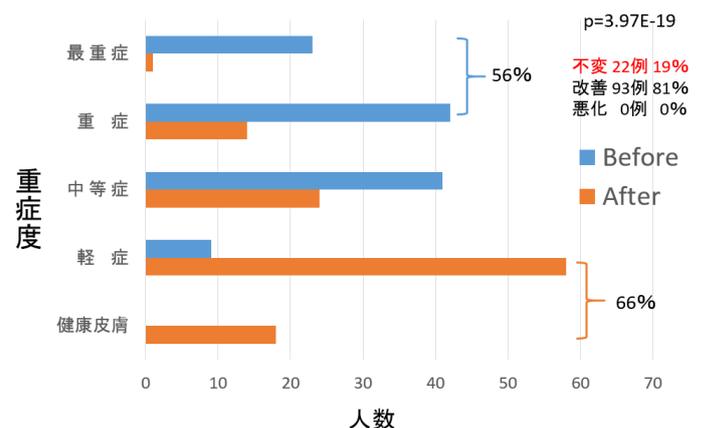
現在受けている治療内容についてはステロイド単独、ステロイドと保湿剤、プロトピックだけのいわゆる標準治療中の人は11%に過ぎず少数派でした。脱ステロイド治療中の方が主流派で89%を占めていました。このことは、標準治療と称されているステロイド治療が多くの患者さんに忌避されていることやその治療に限界があることが背景にあります^{4,5,6)}。

これまでに経験してきた湯治回数、1日の湯治回数と湯治時間、改善度と満足度の関係について調べましたが、これらの間に有意な差はないことが認められました。1日、2回と3回の入浴回数の間にも満足度に差は認められませんでした。湯あたりを防ぐためにも1回の湯治時間は「湯治時間は30分で十分」でよく、苦勞して1日に幾度も入浴する必要がないことが示されました。

前日と比べて湯治により、日ごとにどのように改善していくかということを示してもらいました。そうすると、湯治期間中に40人、34%の人が湯治初日より悪化した経験を有していました。

初めて湯治されて2、3日経って一時悪くなると感じることはありますが、その後直ちに改善モードに移行します。皮膚の重症度の変化については、湯治前は56%の人が最重症、重症でしたが湯治後は66%の人が軽症、健康皮膚に改善しています。不変の人が22例19%、改善が93例81%でした。湯治の前後での重症度の比較では著しい有意差で改善していました($p=3.97E-19$)(図-1)。

図-1 アトピー患者の豊富温泉湯治効果 重症度の変化
湯治期間3~84日(平均14日) n=115 1~71歳(平均32.8・中央値33歳)



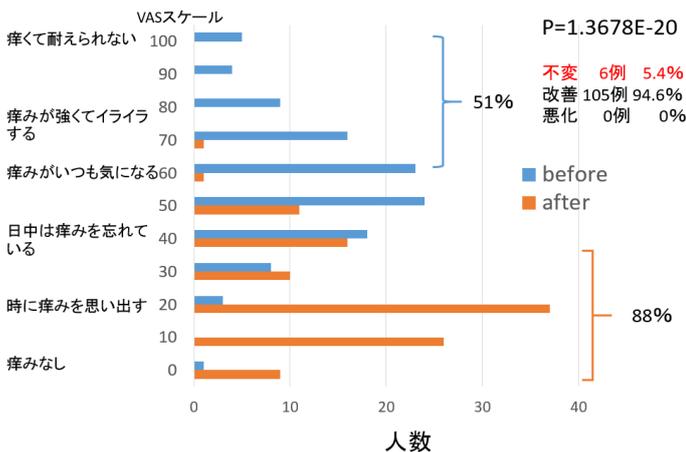
湯治前は、最重症が20%でしたが湯治後は最重症が1%になり、健康皮膚は最初は0でしたが16%になりました。軽症は8%が50%に増えています。湯治で症状が著

しく改善していることが理解できます。次に湯治の前後でのアトピー性皮膚炎の痒みの変化をVASスケールでグラフにしました(図-2)。

湯治前は痒くて耐えられない100を含め50%の人は痒みがいつも気になっていましたが、湯治後になると88%が日中痒みを忘れられおり、不変が6例で改善が105例で著しい有意差で改善していました(P=1.36E-20)。

湯治前後での症状の変化と同様に、痒みに関しても湯治の前より痒みの程度が強くなっている人はゼロです。どんな治療法でも、悪化する症例が多少は存在するものですが、悪化例がなく改善の割合が著しい結果が得られました(図-2)。

図-2 アトピー患者の豊富温泉湯治効果 痒みの変化
湯治期間3~84日(平均14日) n=111 1~71歳(平均33.3・中央値33歳)



●まとめ

- ①対象者のうちステロイドやプロトピックを使用中であったのは11%と少数派で、89%は脱ステロイド治療中の患者であった。
- ②湯治期間中に34%(40人)の湯治患者が最初の湯治日と比べていったんは悪化するという経験をしていた。
- ③湯治開始から19日目に改善度のピークがみられた。
- ④湯治開始から終了時まで重症度は有意に改善していた。個々人の比較では19%(22例)が不変だったが、81%が改善、悪化例は1例もなかった。
- ⑤湯治開始から終了までに痒みは有意に改善していた。個々人の比較では5.4%(6例)が不変だったが、94.6%が改善、悪化例は1例もなかった。

豊富温泉に患者さんを紹介する際の皮膚科医としての気持ちを語るなら、治りにくいアトピー性皮膚炎の患者さんには、治療の選択肢としての1つとして豊富温泉での湯治を紹介しています。様々な治療を受けてもなかなかよくなるという方でも、豊富温泉の湯治でかなりの高い頻度で改善することを経験しています。湯治で著しく改善することから、アトピー性皮膚炎はアレルギーが主たる原因ではなく、皮膚バリア機能が重要な役割を果たす疾患であることを認識させられます(7,8)。大地の恵みで皮膚の症状を鎮めて、生活の改善等で快適なアトピーフリーライフを送れる状態を目指せるように患者さんに指導しています。

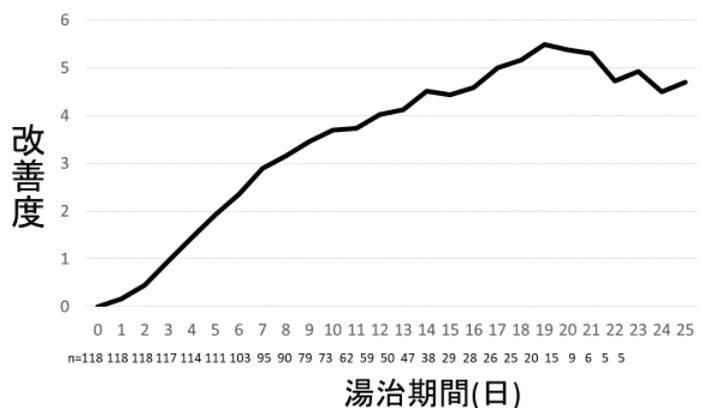
今回の調査結果で、豊富温泉がアトピーの症状に悩む方に聖地といわれる所以がより深く理解できました。アトピー症状の改善のためには、2~3週間を目安に豊富温泉で湯治されるとよいでしょう。個々人の背景や重症度で差がありますが必ずよい結果が得られることが確認できました。

文献

1. Goeckerman WH, Treatment of psoriasis. North West Med 1925; 24: 229-231.
2. Perry HO, Soderstrom CW, Schulze RW, The Goeckerman Treatment of Psoriasis. Arch Dermatol. 1968;98(2):178-182
3. Lee E, Koo J, Modern modified 'ultra' Goeckerman therapy : A PASI assessment of a very effective therapy for psoriasis resistant to prebiologic and biologic therapies, Journal of Dermatological Treatment. 2005;16: 102-107
4. Takahashi-Ando N, Jones MA, Fujisawa S, Hama R, Patient-reported outcomes after discontinuation of long-term topical corticosteroid treatment for atopic dermatitis: a targeted cross-sectional survey, Drug, Healthcare and Patient Safety 2015;7,1-6
5. Fukaya M, Satou K, Yamada T, Satou M, Fujisawa S, Minaguchi S, Kimata H, Dozono H, A prospective study of atopic dermatitis without using topical corticosteroids for six months, Clinical, Cosmetic and Investigational Dermatology 2016;9, 151-157
6. Fukaya M, Sato K, Sato M, Kimata H, Fujisawa S, Dozono H, Yoshizawa J, Minaguchi S, Topical steroid addiction in atopic dermatitis, Drug, Healthcare and Patient Safety, 2014,6,1-8
7. Cork MJ, Danby SG, Vasilopoulos Y, Hadgraft J, Lane ME, Moustafa1 M, Guy RH, MacGowan AL, Tazi-Ahni R and Ward SJ, Epidermal Barrier Dysfunction in Atopic Dermatitis, Journal of Investigative Dermatology, 2009, 129, 1892-1908
8. Uchino E, Ichihashi D and Aoyanagi N: Effects of Toyotomi Spa Therapy in Chronic Skin Diseases (Proceedings of the 38th Conference of Society Internationale des Techniques Hydrothermales and the 56th Annual Meeting of the Balneological Society of Japan) 2003 ; 207-211.

前日と比べて自身で感じた毎日の変化 平均値

単位:日 122人中116人の回答、平均湯治日数12.4日 中央値11.5日



アトピーによい豊富温泉の泉質の特徴

- ① ナトリウム塩化物泉(海水の1/3濃度の塩分=生理食塩水)
- ② モール泉
- ③ 皮膚血流促進代謝改善効果の炭酸イオン多い
- ④ 美肌湯の特徴であるケイ酸が多い
- ⑤ 皮膚の消毒効果のあるホウ酸が多い
- ⑥ 他の温泉と比して、炎症鎮静効果のあるマグネシウムが多い
- ⑦ 皮膚炎鎮静効果のあるタールを含有
- ⑧ 弱アルカリ性膨潤性粘土(スメクタイト, Natural aluminum silicate)

湯治ってどんなもの？

一般に、温泉地に長期間滞在し温泉につかることを「湯治」といいます。豊富温泉での湯治を始める前に、まずこれだけは知っておいてください。

●1日に2～3回程度。1回あたり30分程度、温泉につかりましょう

「ふれあいセンター」には、長時間入れるように、湯温を低めの38度～39度ぐらいにした「湯治浴場」がありますが、長く入ることでさらに効果が出るわけではありません。長湯のリスクも考慮し、自分の体調に合った時間を見つけることが大切です。

●湯治をはじめて数日は体調を見て無理せず

温泉に入ることによって身体の中の様々なバランスを整える過程で、皮膚疾患の場合、湯治をはじめて2、3日目では症状が強まることがあります。また「湯あたり」や「湯ただれ」がでることもあります。いずれも一時的なもので、徐々に治まる場合がほとんどですが、過信せずにはまずは温泉スタッフやかかりつけ医にご相談ください。

●疲労の蓄積や体力消耗による感染症に注意！

疲労の蓄積や体力を使い過ぎることで、とびひや毛包炎、ヘルペス等の感染症になってしまうことがあります。特にアトピーの方は、皮膚のバリアが弱いため注意が必要です。疲れがたまっていたり寝不足のときは、入浴時間を短くし、回数を減らす、または1日休むなどしてください。もし持病以外の皮膚症状が出た場合は、すぐに最寄りのスタッフに相談しましょう。

※ふれあいセンターでは、万が一感染症になられた方に配慮した「個別浴槽」が設置されています

●豊富温泉に含まれる「油」について

豊富温泉の最大の特徴でもある「油分」。特にふれあいセンター開館(8時半)～10時頃までの湯治浴槽には、油分が多く浮いています。乾癬の方には油の効果は高いと言われていますが、アトピーの方には刺激が強すぎる場合もありますので、ご自分の状況に合わせて、入るタイミングも調節してください。また、湯治浴場には塗布用の油も置いてありますが、まずは数日お湯につかり体を慣らしてから直接塗るか検討し、使う場合も頭皮や顔以外の一部分で少しずつ試しながらご利用ください。