

# 温泉の禁忌症、適応症及び利用上の注意

宮崎県衛生環境研究所

1. 源泉名 青島海幸温泉
2. 源泉所在地 宮崎県宮崎市青島1丁目117-3
3. 温泉分析申請者 宮崎県宮崎市青島1丁目16番64号  
株式会社青島グランドホテル 代表取締役 富森信作
4. 泉質 ナトリウム-炭酸水素塩・塩化物温泉
5. 療養泉分類の泉質に基づく禁忌症、適応症等は次のとおりである。

## 【浴用の禁忌症】

急性疾患（特に熱のある場合）、活動性の結核、悪性腫瘍、重い心臓病、呼吸不全、腎不全、出血性疾患、高度の貧血、その他一般に病勢進行中の疾患、妊娠中（特に初期と末期）

## 【飲用の禁忌症】

腎臓病、高血圧症、その他一般にむくみのあるもの、甲状腺機能亢進症

## 【浴用、飲用の一般的注意事項】

### (イ) 浴用上の注意事項

- (1) 温泉療養を始める場合は最初の数日の入浴回数を1日あたり1回程度とする。その後は1日あたり2回ないし3回までとする。
- (2) 温泉療養のための必要期間はおおむね2ないし3週間を適当とする。
- (3) 温泉療養開始後おおむね3日ないし1週間前後に湯あたり（湯さわり又は浴湯反応）が現れることがある。湯あたりの間は入浴回数を減じ又は入浴を中止し湯あたり症状の回復を待つ。
- (4) 以上のほか、入浴には次の諸点に注意する。
  - ア. 入浴時間は入浴温度により異なるが初めは3分ないし10分程度とし、慣れるにしたがって延長してもよい。
  - イ. 入浴中は運動浴の場合は別として一般には安静を守る。
  - ウ. 入浴後は身体に付着した温泉の成分を水で洗い流さない。（湯ただれを起こしやすい人は逆に浴後真水で身体を洗うか、温泉成分を拭き取るのがよい。）
  - エ. 入浴後は湯冷めに注意して一定時間の安静を守る。
  - オ. 次の疾患については原則として高温浴（42℃以上）を禁忌とする。
    - (ア) 高度の動脈硬化症
    - (イ) 高血圧症
    - (ウ) 心臓病
  - カ. 熱い温泉に急に入るとめまい等を起こすことがあるので十分注意する。
  - キ. 食事の直前・直後の入浴は避けることが望ましい。
  - ク. 飲酒しての入浴は特に注意する。

### (ロ) 飲用上の注意事項

- (1) 飲泉療養に際しては温泉について専門的知識を有する医師の指導を受けることが望ましい。
- (2) 温泉飲用の1回の量は100mlないし200ml程度とし、その1日の量はおおむね200mlないしは1000mlまでとすること。
- (3) 15歳以下の者については、知見が必ずしも十分でないため、原則的には飲用を避けること。ただし、例外的に飲用する場合には、医師の指導を受けること。
- (4) 以上のほか、飲用には次の諸点に注意する。
  - ア. 一般には食前30分ないし1時間がよい。
  - イ. 珣素を含有する温泉は食後飲用する。
  - ウ. 夕食後から就寝前の飲用はなるべく避けることが望ましい。

## 【浴用の適応症】

神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺、関節のこわばり、うちみ、くじき、慢性消化器病、痔疾、冷え性、病後回復期、疲労回復、健康増進、きりきず、やけど、慢性皮膚病、虚弱児童、慢性婦人病

## 【飲用の適応症】

慢性消化器病、慢性便秘、糖尿病、痛風、肝臓病