

# 温泉の成分・適応症・禁忌症・入浴上の注意

源泉地名 上山田温泉  
 源泉名 上山田温泉株式会社源泉(混合)  
 26号、27号、30号、32号、35号、40号、41号、43号、46号  
 泉質 単純硫黄温泉 (低張性アルカリ性高温泉)  
 泉温 摂氏 47.3℃ (気温 29℃)

## 【温泉の成分】

蒸発残留物 549mg/kg 水素イオン濃度 (ph)8.74

本水1kg中に含有する分量

(1)陽イオン	ミリグラム (mg)	(2)陰イオン	ミリグラム (mg)
ナトリウムイオン (Na <sup>+</sup> )	160.3	フッ素イオン (F <sup>-</sup> )	1.0
カリウムイオン (K <sup>+</sup> )	2.5	塩素イオン (Cl <sup>-</sup> )	205.9
アンモニウムイオン (NH <sub>4</sub> <sup>+</sup> )	0.2	臭素イオン (Br <sup>-</sup> )	0.6
マグネシウムイオン (Mg <sup>2+</sup> )	0.4	硫化水素イオン (Hs <sup>-</sup> )	15.3
カルシウムイオン (Ca <sup>2+</sup> )	30.9	硫酸イオン (SO <sub>4</sub> <sup>2-</sup> )	67.8
		炭酸水素イオン (HCO <sub>3</sub> <sup>-</sup> )	58.5
		炭酸イオン (CO <sub>3</sub> <sup>2-</sup> )	6.6
		硝酸イオン (NO <sub>3</sub> <sup>-</sup> )	0.5
計	194.3	計	356.2

(3)遊離成分			
①非解離成分	ミリグラム (mg)	②溶存ガス成分	ミリグラム (mg)
メタケイ酸 (H <sub>2</sub> SiO <sub>3</sub> )	41.5	遊離硫化水素 (H <sub>2</sub> S)	0.3
メタホウ酸 (HBO <sub>3</sub> )	7.6		
計	49.1	計	0.3

溶存物質 599.6mg/kg 成分総計 599.9mg/kg  
 (ガス性のものを除く)

(4)その他微量成分	
総水銀 (T-Hg)	不検出 (0.0005mg/kg以下)
鉛 (Pb)	不検出 (0.03mg/kg以下)
銅 (Cu)	不検出 (0.05mg/kg以下)
総ヒ素 (T-As)	不検出 (0.03mg/kg以下)

分析年月日 平成12年9月19日

分析者 長野県衛生公害研究所

## 【適応症及び禁忌症】

この温泉は、次のような適応症がありますが、禁忌症もありますので、その場合は入浴を控えて下さい。

### 適応症 (温泉が効く疾患及び症状)

#### ○浴用

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・慢性皮膚病・慢性婦人病・きりき  
 ず・糖尿病

### 禁忌症 (入浴を控えた方がよい症状)

#### ○浴用

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) ・皮膚、粘膜の敏感な人、特に光線過敏  
 症の人

## 【入浴の方法及び注意】

- ア 温泉療養を始める場合は、最初の数日の入浴回数を1日当  
 たり1回程度とすること。その後は1日当たり2回ないし3回までと  
 すること。
- イ 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  
 当とすること。
- ウ 温泉療養開始後おおむね3日ないし1週間前後に湯当たり (湯  
 さわり又は浴湯反応) が現われることがある。「湯当たり」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  
 を待つこと。
- エ 以上のほか、入浴には次の諸点について注意すること。
- (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。
- イ 高度の動脈硬化症  
 ロ 高血圧症  
 ハ 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  
 をする。
- (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。

適応症、禁忌症決定年月日 平成16年8月13日

決定者 長野県長野保健所長  
 医師 芦田 欣也

◎ 浴槽内の浮遊物は、天然温泉の湯花です。

◎ 浴室内の金属類の腐蝕は、温泉の成分によるものです。