



## 『ひとこと』 私に15年間、オゾンを使い続けてきた理由

## — 消毒薬・ステロイドに頼らない、体にやさしい医療を目指して —

古田一徳  
ふるたクリニック

私がクリニックを開業してから、気がつけば15年以上が経過している。その間、私はある「選択」を貫いてきた。それは、一般的な消毒薬（イソジン、ヒビテンという）などを使わないという選択であった。イソジン、ヒビテン、アルコール消毒（酒精綿は使用している）。多くの医療機関で当たり前に使われているこれらの消毒薬を、私は開業以来一滴も使っていない。その代わりに使い続けてきたのが、オゾン水、オゾンオイル、オゾンクリームである。クリニックオリジナルの保存がきくオゾンスプレー（オゾン水）とアメリカのオゾンの会社が作成したオゾンクリームである。

オゾン療法の出会いは、まだ、北里大学で消化器外科医として肝胆膵領域を専門として勤務していたときに、移植の勉強をするため、ドイツのベルリンの医科大学病院に留学をさせていただいた時だった。病院の医師や開業医があたりまえのようにオゾン療法をしていたのだ。はじめはなんのことか全くわからなかったが、臨床に立ち会って勉強していくと、その奥の深さに魅力を感じていた。

帰国して、通常病院勤務をしていたときに、日本でも開業医の先生が、オゾン療法をされているのに気づいて、休みの日曜日に、他の人にも、家族にも内緒で、オゾン療法をされている先生の診療所に無理やり押しかけて教えていただいた。

最初は、少し変わった医師だと思われたかもしれない。しかし15年という時間の中で、私は数え切れないほどの症例を経験し、確信を深めてきた。

オゾンは、ウイルス、細菌、真菌などを「消す」医療ではなく、「治る力を引き出す」医療だと気づいたのだ。

## 傷・やけど・術後処置に使ってきたオゾン

オゾン水やオゾンクリームは、日常の診療の中で幅広く使ってきた。切り傷、擦り傷、やけど、縫合後や抜糸後の創部処置。これらに対して、オゾンを使うことで、感染を防ぎながら、治りを早めることができる。大学でやけどに使用していたゲーベンクリームの場合より、2倍の速さで治癒していたのに、はじめはとにかく驚いたのをいまでも鮮明に覚えている。

特に印象的だったのは、「赤くならない」「腫れにくい」「治りがきれい」という点であった。消毒液でピリピリと痛みを感じたり、皮膚が荒れたりすることがほとんどなかった。小さなお子さんや高齢の方にも、安心して使えるのは大きな利点だと実感した。

## ステロイドに頼らないという選択

皮膚科的なトラブルはたくさんあった。かぶれ、湿疹、口内炎、虫刺され、ニキビ、水虫など。こうした症状に対して、世の中ではステロイド外用薬が多く使われている。もちろん、ステロイドが必要な場面もある。しかし私は、できる限りステロイドを使わずに済む道はないかを常に考えてきた。がんの患者が多く、免疫を低下させたくない思いもある。

オゾンには、抗菌・抗炎症・抗ウイルス・抗真菌といった幅広い作用がある。しかも、ステロイドのように皮膚を薄くしたり、使い続けることで悪化したりする心配が全くない。「薬を塗っているのに、やめるとまた悪くなる」ステロイドを長年使用していた方には非常に多い。そんな悩みを抱えていた患者さんが、オゾンを使うことで少しずつ自分の皮膚の力を取り戻していく姿を、私は何度も見てきた。

## 口の中、美容、日常ケアにも

オゾン水は、口内炎や歯茎のトラブルにも有効である。痛みを抑え、治癒を促し、清潔を保つ。うがい薬の刺激が苦手な方にも、やさしく使える。抗癌剤の副作用によって口内炎で苦勞する方をたくさんみてきたが、オゾン水、オゾンクリームを使用することで、炎症のおさまりと、痛みも軽快し方もたくさんいる。

また、美容水としてのオゾン水スプレーは、肌を清潔に保ち、トラブルを予防する目的で使ってきた。花粉症にもいい。「何かを足す」のではなく、「自身の治癒能力をあげていく、余計なものは使わない」。それもオゾンの本質だと感じている。

### なぜオゾンなのか

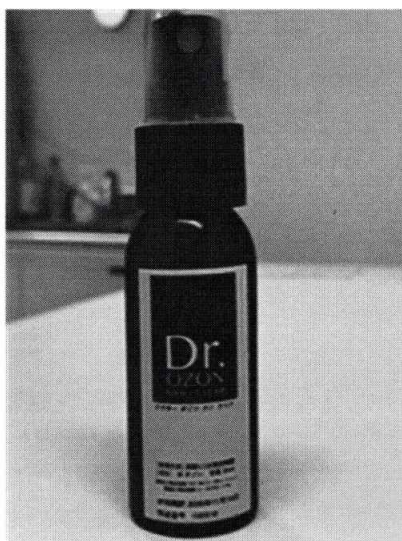
オゾンは、自然界にも存在する物質である。強力な酸化力を持ち、役目を終えると酸素に戻る。体に残り続けることがない。私は医師として、長く使い続けられるものかどうかをととても大切にしている。15年使い続けて、重大な副作用を経験していない。むしろ「治りが良い」「薬が減った」「安心して使える」という声を多くいただってきた。

### 最後に — 私のオゾン療法への思い —

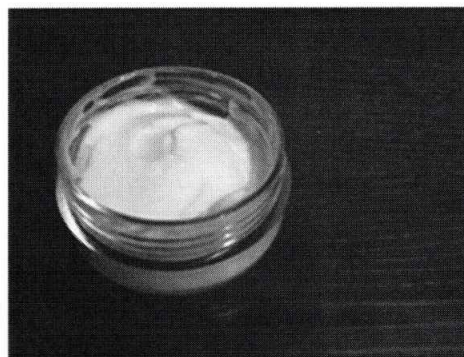
医療は、進歩すればするほど複雑になりがちである。しかし本来、体には「治る力」が備わっている。私はオゾン療法を通じて、その力を邪魔せず、そっと後押しする医療を続けてきたつもりである。派手さはないが、でも、15年間、毎日の診療の中で積み重ねてきた確かな実感がある。

オゾン療法は、いまでも研究が続けられ、新たな作用、効果があきらかになり、エビデンスもでてきている。

これからも私は、「できるだけ体にやさしく」「できるだけ自然に」、患者さんと向き合いながら、オゾン療法を一生懸命 続けていきたいと思っている。



オゾンスプレー



オゾンクリーム写真