

## 有关温泉具体内容的介绍

### 一、成分

1. 泉源地点 神户市北区有马町杉谷 1325-1 (碳酸泉源)
2. 泉质 内含二氧化碳和铁 - 属单纯的冷矿泉 (弱酸性低渗冷矿泉)
3. 泉温度 18.3° C (气温 21° C)

### 4. 温泉的成分

- ① 性质 无色透明有碳酸和铁味，有气泡发生。  
如放置时间久了会呈微浑黄色，有碳酸、铁和甜味，无臭。

② 氢离子浓度 (pH 值) 4.3

③ 密度 (20°C/4°C) 0.9987g/cm<sup>3</sup>

④ 蒸发残渣 (110°C) 0.422g/kg

⑤ 氡 (Rn) 含量 23.3Bq/kg (6.30×10<sup>-10</sup>Ci/kg, 1.73 马赫单位)

⑥ 1 公斤样品泉中的成分及含量如上述温泉分析报告书所述

5. 温泉水质检测日期: 2019 年 10 月 25 日

6. 分析检测人员: 中央温泉研究所 14 健地卫第 1 号

### 二、有关饮泉的禁忌及注意事项

#### 1. 含有成分禁忌症

如果每天饮泉超过 250 毫升 (根据碘离子含量计算的限制): 甲亢患者

## 2. 饮用方法及注意点

由于温泉涌出后随着时间的推移，泉水质量会有所变化。一般从地下涌出的新鲜温泉最是有效。必须按照各种泉质正确使用，反之可能对身体造成不良影响。所以饮泉时必须遵守以下规定。

此外，在提供温泉饮用时，设施需要设立新鲜温泉的提供场所，必须充分考虑在源泉和饮用设施的公共卫生。

- A. 饮泉疗养时，请接受具有专业知识医生的指导。此外，如果您正在服药，请听取医生的意见。
- B. 15 岁以下者原则上应避免饮泉。但如是专业知识的医生指导下的饮泉除外。
- C. 您必须在指定地点直接从源头饮用新鲜的温泉。
- D. 一次饮用的温泉量一般在 100-150 毫升左右，每日饮泉总量应约为 200-500 毫升。
- E. 饮用温泉时，请使用个人或一次性杯子等卫生用品。
- F. 饮泉一般应在饭前 30 分钟左右进行。
- G. 请勿将饮泉处的温泉水带回家饮用。
- H. 饮泉时要小心误咽。

(注) 误咽是指由于匆忙漱口或喝水引起的将液体吸入肺部和气管的行为。 吞咽困难者不宜饮泉水。

3. 决定日期：2021 年 3 月 10 日

4. 决定者：神戸市

## 有关饮泉适应症

在进行温泉疗养时，有必要了解以下几点。

- ① 温泉疗养的好处是：温泉所含成分等化学因素，温热和其他物理因素，温泉地区的地形和气候，利用者的生活节奏的变化等的综合效应而引起生理反应，其中包括心理反应。
- ② 温泉疗养不是去治愈一种特定的疾病，而是为了减轻疗养者更多的病痛和症状，通过恢复和改善健康从而获得整体的改善效果。
- ③ 温泉疗养虽然在很短的时间内也能有效的改变人的精神状态，但为了获得良好的疗效，治疗期间通常在 2- 3 周。
- ④ 即使是适应症，也因患病的阶段或接受治疗者的状况等，会出现病情恶化的可能，所以温泉疗养需要在有专业知识的医生在药物、运动和休养、睡眠、饮食等方面的指导下进行。
- ⑤ 以往对于适应症，它的功效包括心理反应在内的生理反应等的综合效应，虽然仅根据温泉成分是很难确定各个温泉的疗效的，但是一般来说有以下大致的效果：

### 1. 温泉质一般适应症

胃肠功能障碍、缺铁性贫血

2. 判定日期：2021 年 3 月 10 日

3. 判定者：神戸市