

痛みがあるうちは、湯治はできないのですか？

そんな事は、ありません。痛みをとる為に湯治するのです。骨折した場合、ギブスが取れた直後に、切り傷は、出血している時でも、靭帯やアキレス腱の損傷、神経痛の方は、動けない状態でも、大丈夫です。

どの程度の日数が、必要ですか？

怪我の重さ、年齢、古さ（怪我をしてからの時間）もあり、一概には言えませんが、効果を望むのであれば、最低、2週間は必要かと思えます。

湯治の効果に、個人差はありますか？

あります。怪我の状態では、やはり、軽いの方が、早く治りますが、効き方は、重いの方が、目に見えて分かる場合があります。また、怪我をしてから、できるだけ、早く湯治をした方が、早く治ります。年齢は、若い方のほうが早く良く治ります。しかし、時間を掛ければ、必ず良くなりますので、ぜひ湯治することを、お勧めします。

一度に長く湯治するより、短く何回も湯治したほうが効果があると聞いたことがあるのですが。

そんなことは、ありません。源泉から離れると効果が目に見えて分かるというだけで、やはり、一度に長く湯治をした方が効果はあります。

湯治をしているときに、してはいけないことはありますか？

湯治に限らず、患部をもんだり、あまり無理な運動は、絶対しないで下さい。内部よりの治りを妨げます。また、お酒をあまり飲みすぎますと、痛みが出たりして良くありません。

