

## 三大药汤之一：松之山温泉

松之山温泉藏身于宁静的十日町群山间，历史悠久，位居“日本三大药汤”之列，据说早在 14 世纪就因其功效而声名远扬。

此处温泉有什么特别？日本法律规定，只有蕴含 19 种具备疗愈效果的矿物质中的一种，并且浓度达标，才能被认定为温泉。松之山温泉的泉水符合 8 种矿物质的标准值，其中具有抗真菌和抗细菌作用的硼酸含量为日本最高水平。硼酸之外的另 7 种矿物质是锂、锶、溴、碘、氟、偏硼酸和偏硅酸，研究证明，这些矿物质对皮肤病患者多有裨益。

矿物质浓度的高低直接影响到疗愈效果，松之山温泉的矿物质浓度高于人体细胞液，具备高渗性，因此矿物质更容易通过自然渗透压被人体吸收。

松之山温泉的水温也极高，最高可达 98°C，需要兑入冷水方可用于泡汤。此外，由于温泉水来自约 1200 万年前封存在两个海地板块之间的咸水层，因此含盐量很高。足够的水温和大浮力都有助于放松，从而进一步提升了温泉的疗愈功效。