

【熱中症の正体は”炎症ドミノ”】 2026.5.27

埼玉慈恵病院 副院長 藤永 剛

近年、熱中症は単なる「脱水」や「体温上昇」だけではなく、体の中で炎症が連鎖的に広がる「全身の炎症性疾患」という側面が注目されています。

高体温や脱水によって細胞がダメージを受けると、体は「SOS の危険信号」を出します。

すると免疫システムが過剰に反応し、体内で強い炎症反応が始まります。

さらに問題なのは、ここから起きる“炎症ドミノ”です。

- 血管のダメージ
→ 血管の内側(血管内皮)が傷つき、血流障害や微小血栓が起こる
- 腸のバリア破綻
→ 腸の壁が弱まり、本来は腸内に留まる毒素(LPS など)が血液中へ入り込む

すると炎症性物質(サイトカイン)がさらに増え、炎症はドミノ倒しのように全身へ広がっていきます。

これが、熱中症が命に関わる重症化へ進む背景にある「炎症ドミノ」です。