

## 【熱中症はなぜ”重症化”するのか — 『炎症ドミノ』という考え方】 2026.7.2

埼玉慈恵病院 副院長 藤永 剛

熱中症は、暑さによって体温調節が破綻し、「高体温」や「脱水」が起こる病気です。その”重症化”には、大きく分けて3つのメカニズムがあります。

### ① 高体温による直接障害

体温が過度に上昇すると、細胞内のタンパク質や細胞膜が障害され、脳・心臓・肝臓・腎臓などの臓器に直接ダメージが生じます。

### ② 脱水・循環不全

大量の発汗などで脱水が進むと、血液量が減少し、全身への血流が低下します。その結果、臓器に十分な酸素や栄養が届かなくなり、腎障害や意識障害、ショックなどを引き起こします。

### ③ 炎症ドミノ(全身性炎症)

近年、熱中症では高体温や脱水による障害だけでなく、その後に起こる「全身性炎症」が重症化に深く関与していることが分かってきました。

私は、この炎症が次々と連鎖して広がる現象を『炎症ドミノ』と呼んでいます。

高体温や脱水によって傷ついた細胞から「炎症」が始まり、それが血管内皮障害、腸管バリア機能の低下、凝固異常(血栓形成)へと連鎖し、さらに炎症を増幅させながら”多臓器障害”へと進行していく病態です。

熱中症の重症化は、「高体温による直接障害」「脱水・循環不全」「炎症ドミノ」が互いに影響し合いながら進行します。

その中でも、『炎症ドミノ』は重症化を押し進める中心的なメカニズムの一つであり、「冷却」や「水分補給」をできるだけ早く行うことは、この炎症の連鎖を最小限に抑えるためにも重要だと考えています。