

【 安静にして必ず水分補給を 】

体温が高くなる理由には、二つのタイプがあります。

- ①細菌やウイルスなどによって大脳・視床下部にある体温調節センターが刺激され、熱の産生と放散のバランスが崩れる。
- ②熱中症や過度な肉体労働などによって体内で産生された熱が、十分に放散されない。



発熱の原因となる疾患は、風邪、扁桃炎、肺炎などの感染症が最も頻度が高く、尿路感染症も急な発熱を来しやすい感染症です。胃がん、肝臓がん、腎臓がん等の悪性腫瘍や急性白血病、悪性リンパ腫などの血液疾患でも、熱が出ます。心筋梗塞や動脈閉塞などでも発熱しますし、リウマチ熱、ベージェット病、全身性エリテマトーデスなどの膠原病も、よく発熱を合併します。

38 度程度の発熱が 2～3 週間以上続き、種々の臨床検査でも原因が特定できない場合を不明熱といいます。悪性腫瘍や膠原病のことが多いようです。

ただし健康な人でも、生理的に体温の高い人もいます。女性では、月経が終わって 1 週間後ごろから月経開始までの 2 週間は体温が高めになります。

熱が出た時は、まず安静にしてゆっくり寝かせます。体が熱く感じられる場合は、氷を入れた水枕で頭や首の辺りを冷やします。本人が寒気を感じる場合は、掛け布団を掛けて体を温かくします。水分補給のため、温かい飲み物を少量ずつ、たびたび飲ませてください。汗が出たら、硬く絞った温かいタオルで体を拭きましょう。

