

Dr.わーだ一の養生記

vol.43

「体温」

こちいいん わだ とよふみ
心血医院 院長 和田 豊郁



昔使われていた水銀体温計には35～42℃の目盛りが付いていました。料理で豚肉を加熱すると容易に白くなるのはご存じと思いますが、ヒトの筋肉も42℃以上になると変性して壊れます。筋肉は骨格筋だけでなく血管にも消化管にも含まれますから壊れたら生きていられなくなります。37℃が赤い字なのでこれを超えると『熱がある!』と大騒ぎしたくなりますが、他の動物の平熱は、犬・猫・牛は38.5℃、豚・山羊・羊は39℃、兎は39.5℃、鶏は42℃と高いのです。逆に冬眠中の熊の体温は30～36℃で脈や呼吸は1分間に数回。変温動物で低体温のリクガメやワニは100年以上生きます。人類は平熱が36～37.4℃と低く、熱を出すのは免疫細胞を活性化するためで（免疫細胞は38.5℃以上で活性化）人間は必要なときだけ免疫を活性化することで長命を手に入れているかのよう。免疫の活性化は不愉快感を伴い、発熱を押さえたくなり解熱剤に手が伸びます。コマッタモンダ。

■ 心血医院(こちいいん)

久留米市日吉町14-68 / TEL.0942-65-5129

診療時間:〈月～土〉9:00～12:00、〈月火・木金〉19:00～22:00

休診日:日祝・盆・年末年始