

第5回

いまさら聞けない！
介護職に必要な
「発熱の知識」

長尾和宏の

在宅介護を 快適にする 5つの秘訣

在宅医だから
伝えたい！



執筆▶長尾和宏
医学博士。長尾クリニック院長。
公益財団法人 日本尊厳死協会
副理事長、関西国際大学客員
教授。日本慢性期医療協会理事
他。ベストセラー「『平穏死』
10の条件」など著書多数。



介護職の発熱コールは 在宅医療家族の10倍以上

当院は約500人の在宅患者さんを診ています。その内訳は自宅が7割で施設が3割。しかし時間外の発熱コールのほとんどは介護職員やケアマネジャーからです。自宅で介護しているご家族からの発熱コールはほとんどありません。さらに介護職員からの発熱コールの頻度は介護家族の10倍以上に及びます。中には36.7度くらいの微熱で午前3時に電話をしてくる介護職もいます。コロナ禍で過敏になっているせいもあるのでしょう。極論すれば私の携帯電話が時間外に鳴るのはそのほとんどが介護職員からの発熱コールであり、その

都度、介護職員に発熱対応について話すことになります。でも、これは仕方がないこと。介護職員が発熱についてちゃんとした教育を受けていないからでしょう。

今回は、「いまさら聞けない介護職に必要な発熱の知識」という題で書きます。これまでいろんな文章を書きましたが、このような「発熱に関するそもそも話」は初めてです。

発熱はウイルスの増殖を 阻止するシステム

医学の歴史を振り返ると発熱は悪しきもの、超自然的な現象、治療すべき問題だと考えられてきました。医者が、発汗や嘔吐や瀉血（血を抜く）などの恐ろしい手段で熱を下げよ

うとしていた時代もありました。しかし現在は、発熱そのものは「病気」ではなく「生体反応」と考えます。

感染症であれば、発熱は病原体が体内の細胞に侵入した結果です。微生物に感染すると警察官のような自然免疫システムが体内で発動して病原体を攻撃します。その際に他の警察官も呼び寄せて病原体を殺そうという物質（インターフェロンなど）が放出されます。その結果が発熱なのです。

体温を1度上げるには、代謝を10～12%上げなくてはなりません。体温が40～41度まで上昇するとウイルスの複製率は200分の1にまで低下します。そこまでくれば闘いに勝つのも同然。すなわち発熱は「ウイルスが来たぞ、みんな集まって自然免疫でやっつけろ!」というサイレンのようなものです。生体は体温を上げてウイルスの増殖を阻止して殺そうとするのです。これは人間だけではなく、爬虫類、魚類、昆虫などの冷血動物も同じです。驚くべきことにマメ科の植物の葉も真菌に感染すると温度を上昇させて反応します。実は人間のがんに対する免疫システムも同様なのです。

したがって発熱自体は病気ではなく、微生物やがんなどの異物に対する反応と捉えることが大切です。医