



顔が赤くなったり青くなったりするのはなぜ

顔の皮ふの下の、血液の流れが変わるから

顔が、赤くなったり、青く（白く）なったりするのは、顔の皮ふの下の、たくさんの細かな血管が、太くなったり細くなったりして、血液の流れ方が変わるからです。

はずかしいことがあったり、好きな人を見たりしたときなどに、顔が赤くなるのは、血管が太くなり、血液の流れが増えるからです。ぎゃくに、こわい物を見たりして、顔が青くなるのは、血管が細くなり、血液の流れが減るためです。

顔の皮ふの下の、血液の流れが増えると赤くなる

顔の皮ふの下の血管の数は、体のほかの部分に比べ、約2倍ほどあります。

そのため、血管を流れる血液の量の多少によって、顔の皮ふの色はよく変化するので。

そして、この血管の太さを、広がせたり縮ませたりするのは、自律神経という神経で、自律神経に命令を出すのは、大脳です。また、自律神経には、交感神経と副交感神経の二つがあり、交感神経は血管が縮まるほうに、副交感神経は広がるほうにはたらきます。

自律神経は、わたしたちの意思では自由になりません。しかし、わたしたちの精神状態（感情の動きなど）によって、影響されやすいという特徴をもっています。

ですから、ちょっとした感情の動きにたいしても、すぐ、顔が赤くなったりするのです。

（監修・保志 宏）

