



寒いとき、耳や鼻が赤くなるのはなぜ

耳や鼻に血液が集まってくるから

耳や鼻は、あまり血行がよくないため、体のほかの部分よりも、体温が低くなっています。血液には、全身を回って、体温を一定に保つためのはたらきがあり、寒いときに、耳や鼻が赤くなるのは、あまり冷えすぎないように、耳や鼻に血液が集まってくるからです。

しかし、あまり長時間寒さにさらされていると、血液の流れが減って、しもやけになることがあります。

しもやけができるのは、人間がほ乳動物だから

ほ乳動物（お乳を飲んで育つ動物）は、体温がいつも一定であることが特徴になっています。そのため、非常に寒いときには、体温が下がって、動きがにぶくなることを防ぐために、体のいろいろなしくみがはたらきます。

寒いときには血液も冷やされるため、冷やされた血液が全身を回って、体をしんから冷やしてしまうことのないよう、体は何とかしてこれを防ごうとします。そして、まず細動脈という血管を縮ませ、血液の流れる量を減らすなど、血液があまり冷やされないようにするために、体にはいろいろな動きが起こります。

しかし、血液の流れる量が、減ったままの状態が長く続くと、そのまわりの細胞の、活動がおとろえてしまいます。すると、細胞の中の水分が外に出てきて、皮ふが、かさかさになってしまうのです。これが、しもやけの状態です。

つまり、しもやけとは、ほ乳動物である人間の体が、血液を冷やさないようにするために起こる、病気のようなものなのです。（監修・保志 宏）

