

長く続く体調不良がサイン！

甲状腺の病気

甲状腺に関する病気の発症は圧倒的に成人女性に多く、特に40～50歳代での発症が目立ちます。甲状腺の病気の症状は単なる体調不良の際にも起こるようなものが多いため、長い間症状に苦しんでいる人も少なくありません。

甲状腺の機能異常、つまり甲状腺ホルモンの分泌が低下したり過剰になったりすると下記のように様々な症状が現れます。心臓病、糖尿病、更年期障害、またはうつ病、認知症など、別の病気に間違われやすい病気です。ささいな症状であっても、長く続く場合はほうっておかないことが大切です。

甲状腺ホルモンの分泌が低下→橋本病

- ・身体が冷える、寒がる
- ・食欲の低下、むくみ、体重が増加する
- ・疲労、だるさ、無気力、うつ症状
- ・眠気
- ・便秘
- ・徐脈
- ・月経不順
- ・甲状腺の腫れ
- ・しわがれ声



甲状腺ホルモンの分泌が過剰→バセドウ病

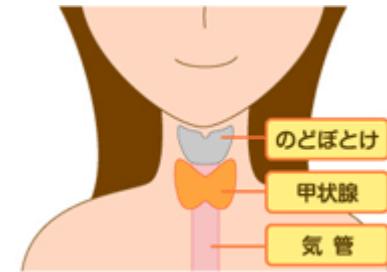
- ・暑がる、多量の汗をかく
- ・食欲が増進する、体重が減少する
- ・イライラする、感情的になる
- ・指先が震える、動悸がする
- ・筋力低下
- ・下痢
- ・月経不順
- ・甲状腺の腫れ
- ・眼球突出



◆◇甲状腺とは◇◆

甲状腺とは「のどぼとけ」の下あたりにある器官で、蝶が羽を広げたような形をしています。甲状腺ホルモンは、甲状腺から分泌され、いわば「身体を元気にするホルモン」で、新陳代謝を活発にしたり、交感神経や心臓などの活動を高め、汗や脈拍を調節するなどの働きがあります。

参考：2015.6 きょうの健康



橋本病の原因・治療

橋本病の原因是、免疫の働きに異常が生じることと考えられています。体が甲状腺を異物と認識し、抗体（抗サイログロブリン抗体、抗甲状腺ペルオキシダーゼ抗体）をつくって攻撃し、甲状腺ホルモンをつくる細胞を破壊した結果、甲状腺ホルモンの分泌が低下してしまいます。治療は、甲状腺ホルモン薬を服用して、不足している甲状腺ホルモンを補います。

バセドウ病の原因・治療

バセドウ病の原因是、免疫の働きに異常が生じることと考えられています。体が甲状腺を異物と認識し、抗体（甲状腺刺激ホルモン受容体抗体）をつくり攻撃し、甲状腺を刺激し続けて甲状腺ホルモンの分泌が過剰になってしまいます。治療は、甲状腺ホルモンの分泌を抑える薬を服用して症状を改善させます。また放射性ヨード治療や手術して甲状腺を切除する場合もあります。

◆◇甲状腺機能異常における生活の注意点◇◆



(1)食事

バセドウ病では、エネルギー消費が高まっているので、特に消耗が激しく、食欲が低下している場合には、普段より高カロリー、高タンパク、高ビタミン食とし、カルシウムやカリウムの豊富な食品を摂取しましょう。

橋本病では、ヨードを過剰に摂取すると甲状腺ホルモンの分泌が低下することがあるので、食品の中でヨードを最も大量に含む昆布は毎日摂取しないようにしましょう。

参考：治療 Vol.83.No11, 2001.11

参考：Modern Physician Vol.36.No9 2016.9

(2)ストレス

特にバセドウ病にはストレスとの関連が報告されています。日頃からストレスをためないよう心がけましょう。

◆◇橋本病と加齢◇◆

橋本病では見かけ上の甲状腺機能は正常であることが多い（潜在性橋本病）、40歳以後、加齢とともに甲状腺機能が低下していく症例が増え、最終的に約15%が機能低下症になります。わが国では潜在性を含めると成人女性の10%に橋本病が認められます。橋本病は加齢による症状と似ているので、気付きにくい病気です。早期発見のために、40歳以上の女性は数年に1回血液検査を受け、甲状腺ホルモンの値を調べることが望まれます。

参考：病気がみえる「糖尿病・代謝・内分

相談できるくすりやさん

フジカワ調剤薬局

東みよし町辰間 923-1
TEL 0883(79)2014