

ご近所のお医者さん

□
730
□天王寺甲状腺えのもと
クリニック院長

榎本圭佑さん

— 大阪市
阿倍野区

甲状腺機能低下症かも

「最近、疲れやすい」「食事は変わらないのに体重が増えてきた」「寒さに弱くなった」——。こうした症状が続いているのは、甲状腺の働きが弱くなっているサインかもしれません。

甲状腺は、首の前部にある小さな臓器で、体の代謝を調整する甲状腺ホルモンを

分泌しています。このホルモンが不足する甲状腺機能低下症になると、体の働きがスローダウンし、さまざまな不調を引き起こします。最も多い原因は「橋本病」と呼ばれる自己免疫の異常

最近、元気が出ない？

で、特に中年以降の女性に多く見られます。

また、過剰なヨウ素の摂取も甲状腺機能に影響を与えることがあります。

ヨウ素は甲状腺ホルモンを作るために不可欠ですが、過剰に摂取すると逆に

機能が低下してしまいます。海藻など

ヨウ素を多く含む食品を取りすぎないよう注意が必要です。さらに、一部の

内服薬も甲状腺機能を低下させることがあります。例えば、抗うつ薬や抗精神病薬、リチウムなどがその例です。

薬を服用中の方は、副作用の可能性について医師や薬剤師に確認しておく

良いでしょう。

甲状腺機能低下症の症状には、疲れやすさ▽むくみ▽便秘▽寒がり▽乾

燥肌▽物忘れ▽うつっぽさ▽月経不順

——などがあります。これらの症状は

徐々に進行することから、年齢による

ものと見過ごされがちです。健康診

断でコレステロール値の上昇を指摘さ

れ、初めて異常に気付くこともありま

す。

診断は簡単な血液検査でつき、治療

は足りないホルモンを補う薬を服用し

ます。適切な治療を行

うことで、

体調は大き

く改善し、元氣な日常を取り戻せます。

「年齢のせいだ」と諦めず、「何か

おかしい」と感じたなら、かかりつけ医

や甲状腺の専門医に相談してみてください。

女性には更年期症状と重なり、看

過されやすいので、より一層気を付け

てください。

自分の体調に耳を傾け、甲状腺機能

低下症を一つの原因として考えること

が、健やかな毎日を送るための第一歩

です。

