



- | | | | |
|------------|---------------|-------|---------------|
| つばさ薬局 多賀城店 | ☎022(366)8001 | 古川店 | ☎0229(22)7010 |
| 長町店 | ☎022(308)5711 | 泉店 | ☎022(772)1571 |
| 船岡店 | ☎0224(58)1065 | 若林店 | ☎022(289)8777 |
| 中新田店 | ☎0229(64)1888 | 松陽台店 | ☎022(361)9444 |
| 松島店 | ☎022(353)2990 | とことろ店 | ☎0229(31)2550 |
| 玉川店 | ☎022(365)2838 | | |

甲状腺のはなし

秋も一段と深まり、夜長を読書で過ごされる方も多いことでしょう。今月は、古くはミステリー小説の題材にもなった「甲状腺のおはなし」です。

甲状腺はのどぼとけの下に位置し、気管を覆うように張り付いている、重さ約20gのHの形をした小さな臓器です。

食べ物に含まれている安定ヨウ素を原料にして「甲状腺ホルモン」をつくり、分泌しています。甲状腺ホルモンは生命の維持に大切な働きをしています。妊婦の甲状腺ホルモンは胎児の知能発育にも影響します。

甲状腺ホルモン以外にも、骨の形成を促進し、骨を強くする「カルシトニン」というホルモンを分泌しています。

主な病気に「甲状腺機能亢進症」、「甲状腺機能低下症」、「腫瘍」があります。

甲状腺ホルモンの働き



◆ 甲状腺機能亢進症

代表的なものが「バセドウ病」といわれる病気で、患者さんの80%が女性です。免疫の異常で甲状腺を刺激する自己抗体がつくられ、甲状腺ホルモンを過剰に分泌します。全身の新陳代謝や心臓、胃腸など

の働きが活発になり過ぎ、神経が高ぶったり、動悸や体重減少など、さまざまな症状が現れます。

治療は、過剰な甲状腺ホルモンを抑えるために、**薬物療法**、**アイソトープ療法**、**手術**の3つがあります。一般的には甲状腺ホルモンの合成を抑える「抗甲状腺薬」の内服から始め、副作用などで使用できないときは、アイソトープ療法や甲状腺を摘出する手術が検討されます。

◆薬物療法

「抗甲状腺薬」には「チアマゾール（メルカゾール[®]）」、「プロピルチオウラシル（チウラジール[®]、プロパジール[®]）」の2種類があります。

副作用でまれに発疹や肝機能障害、関節炎、急激な白血球の減少などが起こることがあり、定期的な血液検査で薬の効果や副作用の有無を確認します。

◆アイソトープ療法

医療用の放射性ヨードを服用します。放射性ヨードは甲状腺に集まります。そこで微量の放射線を発して、甲状腺ホルモンをつくる細胞を徐々に破壊し、過剰な分泌を防ぎます。医療用放射性ヨードの甲状腺以外の臓器への影響は、全くと言っていいほどありません。

◆手術

甲状腺の一部を残して切除し、甲状腺ホルモンの分泌を抑えます。

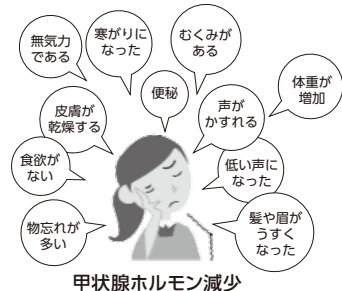
甲状腺機能亢進症・甲状腺中毒症の症状



◆甲状腺機能低下症

ほとんどは「橋本病（慢性甲状腺炎）」で、30代から50代の女性に多いのが特徴です。バセドウ病とは異なる自己抗体が、甲状腺ホルモンをつくる細胞を破壊し、甲状腺ホルモンの分泌が低下します。全身の新陳代謝、神経や臓器の働きが低下し、体温の低下や食欲不振、むくみや体重の増加、つよい疲労感やうつ症状など

甲状腺機能低下症の症状



が起こることがあります。

初期には自覚症状はなく、ゆっくり進行し、症状が現れるのは患者さんの1割程度です。

治療は、不足している甲状腺ホルモンを補う**甲状腺ホルモン補充療法**を行います。橋本病の約9割の患者さんは、甲状腺ホルモンの分泌は低下しておらず、定期的受診で経過をみます。甲状腺ホルモンが低下している場合は、甲状腺ホルモンとほぼ同じ成分でできている「レボチロキシナトリウム（チラーヂンS[®]）」に代表される「甲状腺ホルモン薬」を服用します。基本的には薬の服用は、生涯続ける必要があります。副作用の心配はほとんどありません。

◆日常生活上での注意点



甲状腺の病気の人が大量のヨウ素を摂ると、甲状腺ホルモンの分泌が減ったり、「抗甲状腺薬」が効きにくくなる場合があります。

ヨウ素は昆布やわかめ、ひじきなどの海藻に多く含まれており、毎日大量に食べるなど、摂り過ぎないように注意しましょう。

ただし「甲状腺ホルモン薬」を服用中の人は、甲状腺が機能しておらず、自由に海藻を食べてもかまいません。

また、うがい薬の中にはヨウ素を多量に含むものがあり、毎日何度も使い続けると粘膜から吸収され、同様に注意が必要です。



*気になる症状がある時には、内科や内分泌系、甲状腺を専門とする医療機関を受診しましょう。血液検査で、甲状腺ホルモン値とバセドウ病に特有の抗体を調べることで診断がつきます。

◆甲状腺と原発事故

1986年のチェルノブイリ原発事故のあと、明らかに増えたとされるのは、子供の甲状腺がんでした。自然界に多く存在する「安定ヨウ素」とは異なり、原子炉の爆発で放射能を持つ「放射性ヨウ素」が多量に放出され、大気や土壌を汚染。長期間汚染された空気や飲食物を摂り

続けたことによる内部被ばくが原因でした。子供は成長ホルモンが活発で、その分多くのヨウ素が甲状腺に集まります。被ばく時の年齢が若いほど、発病のリスクが高いことも明らかになりました。

福島第一原発事故では、チェルノブイリ原発事故の教訓から規制が行われ、飲食物から体内に摂取された「放射性ヨウ素」は少なかったと考えられます。

しかし、低い放射線量で長期間被ばくした場合どうなるかという点については、まだ判っていないことも多く、引き続き注意深くみていく必要があります。

◆放射線内部被ばくによる健康被害の予防

原発事故時の内部被ばくの予防の一つとして、「安定ヨウ素剤」の服用が有用です。

甲状腺はヨウ素を取り込む量が決まっていて、過剰なヨウ素は尿に排出されます。「放射性ヨウ素」に被ばくする24時間以内、被ばく後であっても4時間以内に「安定ヨウ素剤」を服用することで、「放射性ヨウ素」の甲状腺への取り込みを抑え、甲状腺の内部被ばくを低減します。

国は原子力施設立地の地方自治体に、住民への「安定ヨウ素剤」の配布を定めています。配布の対象や方法、また、ヨウ素は中毒やアレルギー、副作用、有効期限などもあり、その具体化について課題が多いのが現状のようです。

ちなみに、「安定ヨウ素剤」の代替として、ヨウ素を含むうがい薬の服用は、添加物などの問題で認められていません。また、昆布などの海藻類は、大量に摂る必要があり、薬などの飲み合わせで問題となることもあり注意が必要です。

参考文献：今日の健康 2007.7.2012.11
政府 HP、甲状腺ポータルサイト

12月の栄養相談予定（各店10：00～12：00開催です）

- ・ 1日（月）長町
- ・ 3日（水）多賀城
- ・ 5日（金）松島
- ・ 9日（火）泉
- ・ 11日（木）中新田
- ・ 15日（月）若林
- ・ 17日（水）船岡
- ・ 19日（金）玉川