

在宅情報マガジン てまり 令和8年 第8号

みなさんこんにちは。早いもので今年も折り返し地点となりました。日に日に暑さが厳しくなっていますので、どうかご自愛ください。過日、『甲状腺の病気』の健康教室が開かれたので紹介していきます。

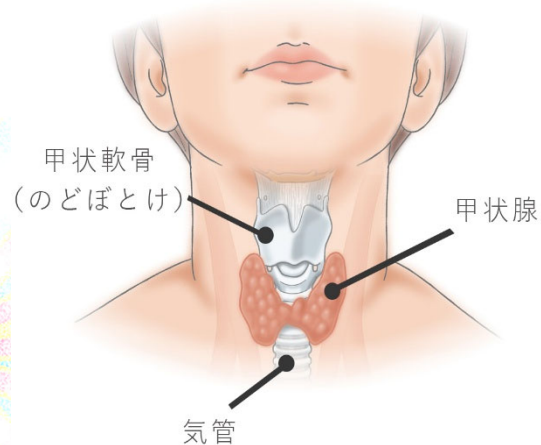
★【はじめに】

【甲状腺とは】

甲状腺とは

のどぼとけの下にある蝶のような形の臓器。

甲状腺ホルモンを分泌



[甲状腺とは？場所と働きを専門医がわかりやすく解説 | 横浜甲状腺クリニック](https://www.yokohama-thyroid.com/column/what.html)

<https://www.yokohama-thyroid.com/column/what.html>

甲状腺の働き

- ・脳の活性化
- ・体温の調節
- ・心臓や胃腸の活性化
- ・新陳代謝の促進

【甲状腺ホルモンの病気】

甲状腺ホルモンの病気

発症率は男性より女性に高く、特に20～50代の女性に多い病気です。



[甲状腺の働きと病気 | 高崎市 | 高崎乳腺外科クリニック | 乳腺外科・乳がん検診・甲状腺](#)

甲状腺機能亢進症

代表的な病気：バセドウ病

好発年齢：20～40代の女性
(男性の約5倍)

バセドウ病の主な症状：目が突出する・まぶたが腫れる

甲状腺の腫れ・疲れやすい・イライラする
集中力低下・筋力低下・動悸がする
速い脈拍・生理不順・体重減少・手が震える
など

治療：内服薬（抗甲状腺薬）

放射線治療

手術療法

甲状腺機能低下症

代表的な病気：橋本病

好発年齢：30～40代の女性
(男性の約20～30倍)

橋本病でみられる症状：顔や手足のむくみ・寒がり・体重増加・便秘
息切れ・脱力感・倦怠感・抑うつ状態
無気力・疲れやすい
など

治療：甲状腺機能が正常な場合、定期的な検査での経過観察

甲状腺機能低下がある場合、不足したホルモンを補充（内服薬）



国内における甲状腺疾患の罹患者数

全体としての甲状腺疾患：甲状腺疾患全体（腫瘍や炎症を含む）では国内に約500万～700万人の患者さんがいると推計されています。

未診断・未治療の多さ：倦怠感や冷え性、イライラなどの症状が「体質」や「更年期障害」と誤解されやすく、適切な治療を受けている人はその一部（1割～3割程度）にとどまると言われています。

【甲状腺が気になったら・・・受診すべき診療科】

内分泌内科

（甲状腺外科／甲状腺専門外科）

- ・第一選択となる専門科です。

甲状腺やホルモン異常に関する詳しい検査（血液検査・超音波検査など）や治療を受けられます。

一般内科

- ・近くに専門科がない場合の最初の窓口です。基本的な血液検査などを行い、必要に応じて専門病院へ紹介してもらえます。

耳鼻咽喉科

- ・しこりや腫れ、のどの違和感・圧迫感が主な症状である場合に対応しています。

症状別の受診目安

- ・動悸・急激な体重変化・手震え・だるさなど（ホルモン異常が疑われる場合）→内分泌内科または一般内科
- ・のどの腫れ・しこり・飲み込みにくさ（物理的な違和感がある場合）→甲状腺外科または耳鼻咽喉科

【甲状腺の検査】

- 血液検査
 - ・甲状腺ホルモン検査（TSH、FT4、FT3）
 - ・サイログロブリン
 - ・自己抗体検査
 - 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
 - 抗TSH受容体抗体
 - 甲状腺刺激抗体

- 超音波検査
 - ・大きさ
 - ・炎症の有無
 - ・しこり（結節）
 - ・血流の観察

痛みや被ばくのない安全な検査



精密検査が必要と判断されると・・・
穿刺吸引細胞診やCT検査

- 必要に応じての精密検査

穿刺吸引細胞診：エコーでできるしこりが見つかった場合、細い針を刺して細胞を採取し、良性・悪性（がん）を判定します。

CT検査／シンチグラフィ：しこりが周囲の気管などに及ぼす影響の確認や、詳しい機能判定のために用いられます。

【治療と予防について】

治療について

- 甲状腺機能低下症

- ・甲状腺機能が安定している場合には、定期的な検査と経過観察

甲状腺疾患の予防

- ・適切なヨウ素摂取・・・ヨウ素は、海藻類やうがい薬にも含まれます。適度に取り入れましょう
- ・バランスの取れた食事・・・ビタミンやミネラルをバランスよく
- ・定期的な運動・・・継続できる適度な運動で
- ・ストレス管理・・・ストレスは、甲状腺機能にも要注意
- ・定期健診・・・定期的に甲状腺の状態をチェック



★最後に

今回の、「甲状腺の病気」はいかがでしたでしょうか？暑い日が続いていますが、水分補給をしっかりとし熱中症に気をつけて過ごされてくださいね。

●大牟田地域住民医療・介護情報共有拠点事務室 OSKER

大牟田の医療・介護施設情報を掲載しています。どなたでも好きな写真を投稿できるギャラリーを製作いたしましたのでご紹介いたします。

次号は「 ～低栄養を防ぐ！永く元気であるための食事について～（フレイル予防） 」をご紹介します。

TEL 0944-57-2007

Web サイト <https://osker.org/>