

# 橋本病(慢性甲状腺炎)について



腎代謝科部長  
**高澤 和永**  
 [専門領域]  
 内科全般  
 内分泌・代謝(糖尿病)  
 [主な資格]  
 日本内科学会 認定医  
 日本内分泌学会 評議員  
 日本内分泌学会 専門医  
 日本内分泌学会 指導医  
 日本甲状腺学会 評議員

橋本病は中年以降の女性の10人に1人以上いるとも言われる頻度の多い病気です。慢性の病気ですので一生お付き合いしなくてはなりません(自然に治る病気ではありません)が、この病気で命取りになることはまずありません。

## 日常生活上の注意

昆布(ヨード)の食べ過ぎで甲状腺機能低下となることがあります。積極的に昆布を多く食べる(根昆布等の健康食品として出回っていることもあります)はしないほうがいいでしょう。インスタントのダシにも昆布のエキスは入っておりすべての昆布製品を制限することはできませんが、通常の使用量なら支障はないと思います。その他の海藻類にもヨードは含まれていますが、昆布よりは少ないので、日常の食生活の範囲(ときどきのワカメのみそ汁、ときどきの海苔の佃煮等)なら問題ないと思います。山盛りの海藻サラダを毎日食べることはやめたほうがよいと思います。

大半の人は、甲状腺がはれる(はれても窒息することはありません)ですが、なかには下に述べるようなホルモンの異常をきたし治療が必要になります人もいます。

## 【甲状腺機能低下症】

橋本病の1~2割に甲状腺ホルモンの低下を認め、また現在、甲状腺機能正常でも5年後に5%、10年後に15%が機能低下になると言われています。

## ○症状

便秘、脱毛、皮膚乾燥、疲れやすい、生理不順、寒がり、むくみ、声のかすれなどがあります。老人では、ボーとしている、物忘れがひどいなど認知症だろうと放っておかれ、治療したら10才以上も若返ったような人もいます。

## ○血液検査

高コレステロール血症、貧血や筋肉、肝臓の数値の異常を指摘されることがあります。健康診断等でこれらの異常が疑われたら、甲状腺機能も調べて下さい。

## ○治療

チラーチンSという甲状腺ホルモン剤を飲んでいただきます。体の調子に合わせて少しずつ増やします。安定すれば2~3ヶ月分の薬を一度に処方できるので、毎月外来に来る必要はありません。チラーチンSは風邪をひいた時も必ず飲んで下さい。もし朝食後に飲み忘れたら、気がついた時でいいですから決められた量をその日のうちに必ず飲んで下さい。また妊婦さんが飲んでも赤ちゃんに奇形をもたらすことはありません。

## 【一過性甲状腺中毒症】

一時的に甲状腺がこわれ、血液中の甲状腺ホルモンが増えることがあります。

## ○症状

動悸、体重減少、汗かき、手の振るえ、甲状腺の痛み。(1~2ヶ月続く)

## ○治療

自然に収まる事が多いですが、症状が強い時には薬を使う事もあります。

現在、甲状腺機能は正常でも、将来異常になることもあります。また出産後数ヶ月の間、甲状腺ホルモンが一時的に上がったたり、下がったり、変動する場合があります。

定期的に(1年に数回)通院し検査を受けると、症状が軽いうちに異常を発見する事が可能です。定期的な通院が困難な方は、下記の症状に注意し、思い当たる症状があれば、受診してください。



こんな症状  
ありませんか？

皮膚乾燥



便秘

脱毛



疲れやすい



寒がり

生理不順