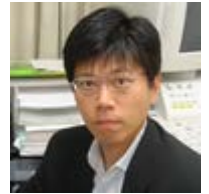




## ちょっと待って！それって夏バテですか??

～隠れた甲状腺疾患に注意！～



医療法人社団 秀皓会 理事長 船本 全信

毎日本当に暑いですね。じっとしているだけでも体の水分が蒸発しそうな感じの暑さになりました。こんな今年の夏、皆さんはどう感じておられますか？

暑いのはクーラーの効きが悪いから？のぼせるのは更年期だから？何でドキドキするの？今迄になかった立ちくらみがするのはなぜ？今年はクーラーの冷えが妙に堪える？…等、普段とは違う自分に戸惑いを感じていませんか？それって実は甲状腺の病気かも知れません…。

甲状腺は、鎖骨の上で首の真ん中あたりで、蝶々が羽を拡げるような形で存在しています。普通、正常な甲状腺は触れません。甲状腺が触れる場合は、何らかの甲状腺の病気を持っている可能性が高いです。その甲状腺からは甲状腺ホルモンが分泌されていて、新陳代謝や自律神経をコントロールしています。また甲状腺ホルモンは、摂取した栄養を体内で十分に利用し長期の発達を促しますので、甲状腺ホルモンが異常になると体の色々な所に影響を及ぼします。実は甲状腺の病気は非常に多く（20代から40代の女性の「10人に1人！！」）、は橋本病（甲状腺機能低下症）やバセドウ病（甲状腺機能亢進症）といった甲状腺の疾患を有していると言われていています。そして、妊娠女性がこうした病気を発症すると、妊娠中毒症や流産などを起こすことがあり、胎児に健康障害を及ぼすため注意が必要です。残念ながら、軽症ではなかなか気づきにくく、「年のせい」とか更年期障害と誤診されることも多いです。また、別な疾患の検査過程で、「偶然に」発見されることも稀ではありません。

以下に甲状腺ホルモンの異常で引き起こされる症状を列記しますので、あてはまる症状がないかチェックしてみてください。

### 甲状腺ホルモン過剰の場合

- 脈が速くなる、動悸・息切れ、これに伴う心臓疾患や脳の疾患
- 神経質になる・いらいらする・感情的になる・集中力低下
- 手のふるえや筋力の低下
- 暑い・汗を異常にかく
- 下痢やトイレの回数が増える
- 食べても食べても痩せる・食欲が異常にある（細胞がエネルギーを大量に必要とするため）
- 疲れやすく・精神的の高揚・落ち込み
- 肝臓の異常
- 薄毛（毛髪成長サイクルが短くなるため）

### 甲状腺ホルモン不足の場合

- 脈が遅くなる・汗をかきにくい・寒い
- 精神的な落ち込み・抑鬱
- 肝臓の異常
- 便秘・脱毛・皮膚のカサつき・体重増加・むくみ

何か「いつもの夏バテではないな!？」と感じたら、甲状腺疾患を疑いましょう。もし、甲状腺疾患であれば、適切で確実な治療を受ければ見違えるほど元気になり、全く健康な人と同じように運動・妊娠・授乳・仕事と何でもできるようになります。甲状腺疾患は東南アジア系の女子に多いと言われておりますが、私の経験では先程の統計の「10人に1人」ではなくもっと存在していると思います。ただ、中々健診でも指摘されにくい疾患ですので、今までの自分とは違う身体の変化を感じたら、いつでもお気軽に相談してください。

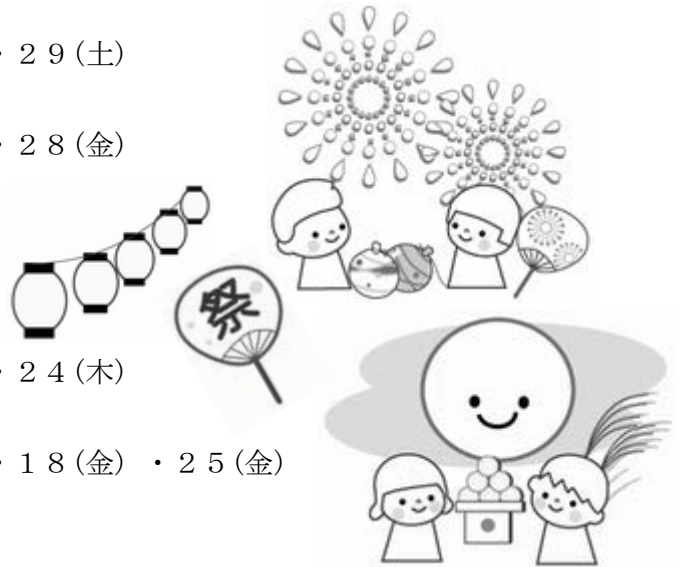
## 【ふなもとクリニック エコー検査・食事相談予定】

### 8月の予定

エコー検査	井上先生	20(木)・27(木)・29(土)
	山本先生	—
	杉山先生	6(木)・21(金)・28(金)
	池田先生	11(火)・25(火)
食事相談	宮本管理栄養士	10(月)・29(土)

### 9月の予定

エコー検査	井上先生	12(土)・17(木)・24(木)
	山本先生	—
	杉山先生	4(金)・11(金)・18(金)・25(金)
	池田先生	8(火)・29(火)
食事相談	宮本管理栄養士	14(月)・28(月)



八月に入り、益々猛暑厳しい毎日ですが、皆様体調など崩されていませんか。さて、今回は私の大好きな銅版画家である、イシイ アツコ さんをご紹介します。と思います。

彼女は私とほぼ同年代で、実は美術学校などは出ていません。20代の頃は普通のOLさんでした。阪神大震災をきっかけに、趣味で習っておられた銅版画を本格的にやりはじめ、今はフランス在住で、各方面でご活躍されております。私とは10年ほど前に、イカリスーパー向いにあるギャラリーアライの個展を見に行っただけで、以来毎年3月下旬頃の個展開催時には、会って話をしたり、時にはギャラリーのオーナーさんも交えてお茶をしたりと、一年経って再会しても時間の隔たりを全く感じません。最後には「また来年3月にね」と言って別れるのです。本当に人とのつながりや、縁とは不思議なものですよね。



ふなもとクリニックで出会う皆様、一度きりの方や長期の方様々ですが、その出会いはどれも大切な偶然であり、必然であると思っております。皆様とも関わりをこれからも大切に、努力していきたいと思っております。

まだまだ暑い日が続きますが、どうか体調にはお気を付けて、何かあればお気軽にご相談ください。

看護師 篠山

## ☆保険証提示のお願い☆

保険証が変更（負担割合変更も）になった場合は、変更後最初の受診時には、月の変わり目に関係なく必ずご提示下さい。また、月1回の保険証提示にもご協力下さい。宜しくお願い致します。



- ◆ふなもとクリニック 〒663-8165 西宮市甲子園浦風町 7-13 tel.0798-81-1192
- ◆ふじもとクリニック 〒663-8165 西宮市久保町 7-35 レインボー酒蔵通 1F tel.0798-42-7692
- ◆居宅介護支援事業所・ヘルパーステーション 訪問看護ステーション・デイサービスセンター **ふくろう** 〒663-8165 西宮市甲子園浦風町 6-20 tel.0798-40-9500(代表) 0798-49-7670(デイ直通)