

甲状腺機能低下症



今回は甲状腺機能低下症についてお話しします。
甲状腺がまずどこにあるか簡単に説明します。

甲状腺はのどぼとけのやや下にある蝶の形をしたものです。
この甲状腺はホルモンを分泌していて栄養素をエネルギーに変えたり基礎代謝、体温の上昇、発育・成長を促す、他のホルモンを調整することなどです。

文字のとおり甲状腺機能低下症とは甲状腺の機能が低下する事です。
この病気にかかると倦怠感や疲労感が増したり手足や顔がむくんだり汗が出にくくなり冷えてさらには便秘になって・・・と悪いことだらけになります。

気力がなくなり、記憶や集中力の低下、うつ症状がみられることもあります。

この病気は男性より女性のが発症しやすく月経過多などのトラブルも起きている人もいます。
さらには血中のコレステロール値が上がることもある為高脂血症かと思いき詳しく調べてみたところこの病気だったと言う事もあります。

まず何かおかしいと思ったらすぐ病院で詳しい検査をしてもらいましょう。

もう一つよく聞く話が昆布を食べすぎると甲状腺機能低下症にかかりやすくなるという話ですがこれはそうとも言えません。
昆布にはヨウ素が多く含まれているためヨウ素の過剰摂取を心配して摂りすぎを控える方が多いですが健康な人であれば大量に昆布をとっても甲状腺の働きに影響を与えることはありません。

甲状腺の病気がある人は過剰摂取を控えた方が良いでしょう。
ただ何か症状が起きた時には少しの間摂取を控えれば問題ないでしょう。

