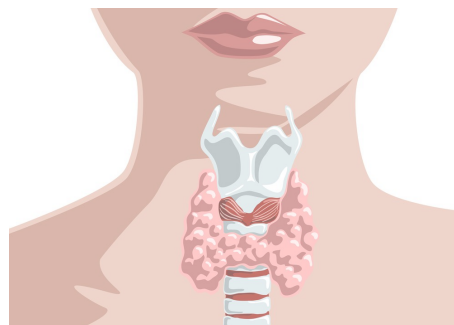




甲状腺機能異常について

● 甲状腺ホルモンとは

- **甲状腺**は気管の前にある蝶のような形をした臓器で、**甲状腺ホルモン**を作っています。
- 甲状腺ホルモンは生命の維持や成長に必須のホルモンです。甲状腺ホルモンの過剰や不足は生殖系のホルモンに影響し、排卵や妊娠の維持が妨げられることがあります。
- 甲状腺の働きは、脳下垂体から分泌される**甲状腺刺激ホルモン (TSH)**によって調節されています。甲状腺で作られるのは主に**サイロキシン (T4)**で、肝臓や腎臓でT4は**トリヨードサイロニン (T3)**に変換されます。甲状腺ホルモンの99%以上は血液中のタンパク質と結合しており、結合していない**遊離型**がホルモン作用を発揮します。
- 甲状腺機能検査では遊離型T3 (fT3)、遊離型T4 (fT4)、TSHを測定します。
- 妊娠時は絨毛性ゴナドトロピン (hCG) の影響でTSHが低下します。



基準値	TSH (μ IU/mL)	fT3 (pg/mL)	fT4 (ng/mL)
一般的な正常値	0.5~5.0	2.3~4.0	0.9~1.7
妊娠を考えている方	0.5~2.8		
妊娠14週まで	~2.8		
妊娠15~28週	~3.2		
妊娠29週以降	~3.7		

● 甲状腺機能亢進症

- 甲状腺ホルモンが過剰の状態です。バセドウ病、亜急性甲状腺炎などが原因です。
- 症状は体重減少、手の震え、頻脈、動悸、暑がり、汗かき、イライラ、下痢等です。

● 甲状腺機能低下症

- 甲状腺ホルモンが不足した状態です。原因のほとんどが慢性甲状腺炎 (橋本病) です。
- とくに女性に多く (男性の20~30倍)、20歳代後半~40歳代に多くかかります。
- 症状はむくみ、体重増加、徐脈、寒がり、皮膚の乾燥、かすれ声、脱毛、活動性の低下、便秘などです。
- 甲状腺機能低下症では、排卵異常、流早産、死産、妊娠合併症 (妊娠高血圧症候群、常位胎盤早期剥離など) が増え、治療によりこれらのリスクを減らせることが明らかにされています。妊娠を考えている方は症状がなくても治療が必要です。

明らかな甲状腺機能亢進症/低下症は専門医による精密検査と治療が必要です

総合病院の内分泌内科、または甲状腺/内分泌の専門クリニックを受診してください。ご希望があれば紹介状 (診療情報提供書) を作成します。

● 潜在性甲状腺機能低下症

- 甲状腺ホルモンは正常値なのにTSHが高い状態です。通常は無症状です。
- 潜在性甲状腺機能低下症も原因不明不妊、排卵障害、不育症 (流産) などと関連し、とくに**甲状腺自己抗体** (抗TPO抗体、抗Tg抗体) が陽性の場合に流産が増えると報告されています。
- 軽度の潜在性甲状腺機能低下症 (TSH値：2.8~5.0mIU/L) でも治療により妊娠予後が改善することが明らかになってきました。
- 治療は甲状腺ホルモン剤 (**チラーヂンS 25μg**) の内服 (1日1~2錠) です。2~4週ごとに甲状腺ホルモン値を測定して薬の量を調整します。体内で作られている甲状腺ホルモンそのものなので、適量を服用している限り副作用はありません。妊娠中や授乳中でも安心して服用できます。
- 妊娠した場合はそのまま服用を続け、2~3ヶ月ごとに甲状腺ホルモンを測定して薬の量を調節します。出産を終えたら服用を終了できます。

● ヨードの過剰摂取により甲状腺機能が低下することがあります

- 甲状腺ホルモンは、ヨード (ヨウ素) がサイログロブリンというタンパク質と結合 (ヨード化) して作られます。
- ヨードの欠乏は甲状腺機能低下症を起こしますが、逆にヨードをとりすぎても甲状腺ホルモンの合成 (ヨード化) が妨げられ甲状腺機能低下症になることがあります。
- 成人のヨード摂取推奨量は1日130μg、上限は2,200μgと定められています。毎日1,500μgのヨードを2週間以上摂取すると甲状腺機能が低下すると報告されています。とくに昆布には多量のヨードが含まれています。たまに食べても問題ありませんが、過剰摂取が続くような献立は控えましょう。



食品名	常用量 (1食平均量)	常用量のヨード含有量 (μg)
昆布 (乾燥)	5cm角 (5g)	12,000
昆布の佃煮	大さじ1杯 (15g)	1,650
まだら	大1切 (100g)	350
ところてん	1人前 (100g)	240
わかめ (水戻し)	1人前 (10g)	190
あわび	中1個 (100g)	180
すけとうだら	大1切 (100g)	170

- レントゲン検査で用いられるヨード造影剤には高濃度のヨードが含まれていますが、水溶性の造影剤は2日以内にほぼ完全に排泄されます。ヨード過敏症や重症の甲状腺機能異常がある場合を除いては問題なく使用できます。