

健康生活情報ナビ

橋本病

橋本病は甲状腺に慢性的な炎症が起る病気で、女性に多く、30代〜40代で発症する傾向が見られます。甲状腺は、喉仏（のどぼとけ）の下にあり、蝶に似た形をして気管を包むように存在します。昆布やワカメなどに含まれるヨード（ヨウ素）というミネラル

がすぐに治療しなければならぬ訳ではありません。橋本病で治療が必要なケースは大きく分けて①甲状腺の腫れが酷く、食事を飲み込むことに問題が起っている②身体症状が現れるほど、甲状腺ホルモンの分泌が減少している③のいずれかの場合です。

橋本病による甲状腺の腫れは、甲状腺全体が腫れるところに特徴があります。腫れが酷い場合は薬物療法で腫れを抑えるか、手術療法で甲状腺を小さくするといった治療を行います。甲状腺ホルモンの分泌が減少すると「甲状腺機能低下症」となりますが、こ

30代〜40代 女性に多く発症

を取り込み、甲状腺ホルモンを作って分泌します。正常であれば首を見ても触っても、その存在は分かりません。甲状腺ホルモンは、細胞の新陳代謝に関わり、身体を活性化

する働きをしています。人間の身体には、入ってきた異物を排除する免疫機能があります。これが誤って働いて正常な細胞や組織を攻撃してしまふことがあります。これは自己免疫疾患と呼ばれています。橋本病はこの自己免疫疾患により起こります。橋本病にかかっても、すべ

の症状は疲労感、気力の低下、食欲不振、筋力の低下、皮膚のむくみや乾燥、抜け毛、月経異常など様々です。この場合の治療は薬物療法で甲状腺ホルモンを補充します。

甲状腺の腫れは、橋本病やバセドウ病といった自己免疫疾患以外にも、悪性腫瘍などで起こることもあるため、喉元に違和感がある場合は注意が必要です。橋本病をはじめ甲状腺の病気の診断は、問診・触診、血液検査や超音波検査などの方法で行われますから、恐れずに医療機関を訪ねてみてください。

（1面からつづき）
と、薬の効果がなくなってしまう。また、出血したときに血が止まりません。従って定期的な検査が必要です。近年はワルファリンの欠点を補う薬が出ています。タビガトラン、リバロキサバン、アピキサバン、エドキサバンの4つで、これらは特徴が微妙に違いますが、いずれもビタミンK含有食品を摂取しても大丈夫という薬です。ただ、値段が非常に高いことが難点です。また、効き目が早い反面、効果は持続しません。
心房細動は多くの場合、1度目は7日以内に止まる発作性心房細動です。これが繰り返し起こり、慢性に移行しま

す。慢性ですと、かつては治らないと言われたのですが、初期の段階であれば治療で治るケースも出てきました。
▼症例数が倍増
治療法は多くが「カテーテルアブレーション」です。カテーテルを足の付け根から血管を通じて心臓に入れ、高周波の電流を流して心房細動を起す肺静脈の周囲を焼灼します。抗不整脈薬による治療よりもはるかに効果的です。さらに最近では、左房内で肺静脈の入口をバルーン（風船）で閉塞、その部分を凍らせる「冷凍アブレーション」という方法も行われています。この方法ですと、1時間ちよつとで手術ができます。初めて

の治療であれば、こちらが中心となってきました。当院でもこの方法を導入し、症例数は倍増しました。いまや一般的な手術ともいえます。
心房細動と心不全、心不全と腎機能低下は互いが原因・結果となり、病態を進行させます。この3つの病態はそれぞれ、加齢・フレイルにより、発症・進展します。心不全はステージAからDまで4つの段階に分けられます。心房細動はステージBの段階にあると考えられます。心不全の進行を予防するには症状のないステージAの段階から危険因子をコントロールすることが肝要です。
織や器官のことで、骨、筋肉、関節、じん帯、腱、神経などから構成されています。
ロコモは主に筋肉の減少や骨密度の低下、関節の軟骨のすり減りなどから起こります。ロコモになると、転倒事故での骨折や関節障害を起こしや

最近 よく聞く言葉

ロコモティブシンドローム

「ロコモティブシンドローム」とは「立つ、座る、歩くといった基本的な運動機能が低下している状態」を意味します。2007年に日本整形外科学会によって提唱された概念で、略称は「ロコモ」、日本語名で「運動器症候群」と呼ばれます。運動器とは、身体を動かすために関わる組

ます。寝たきりや要介護になるリスクが高くなります。日本整形外科学会では、自らの運動機能の低下に早くから気づき健康を維持してもらおうと、7つの「ロコチェツ

ク」を設けています。①片足立ちで靴下が履けない②家中でつまずいたり滑ったりする③階段を上るのに手すりが必要④掃除機の使用や布団の上げ下ろしが困難⑤重さ2キ程度（615分くらい）の買い物を持ち帰るのが困難⑥15分くらい歩いて歩けない⑦横断歩道を青信号で渡りきれないです。一つでも該当するとロコモの可能性があります。ロコモに対処するには運動と食事が重要なカギとなります。気になる方は整形外科などの医師に相談してみるとよいでしょう。