橋本病 01 慢性甲状腺炎（橋本病）について

甲状腺に慢性の炎症が起きる病気です。診断されても、多くの方は甲状腺の働きが正常のままで、薬も要りません。

Q どんな病気ですか

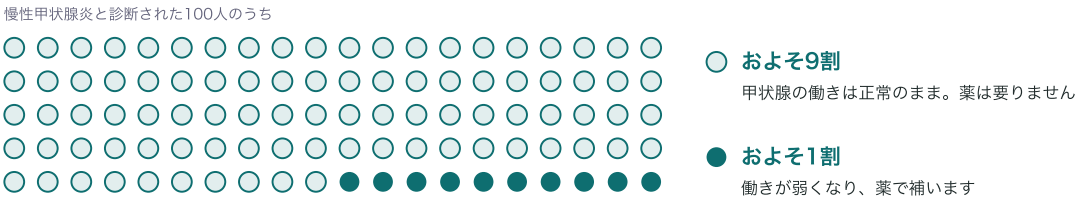
慢性甲状腺炎（橋本病）は、本来は体を守るはずの免疫（めんえき）が自分の甲状腺を攻撃し、**慢性の炎症**が続く病気です。炎症で甲状腺が全体に腫れることがあります。女性に多くみられます。

診断には、血液検査の抗体（TPOAb・TgAb）を使います。



免疫の攻撃で組織が壊れると、作られるホルモンの量が減ります。

Q 薬は必要ですか



診断された方のうち、甲状腺の働きが弱くなるのはおよそ1割です。

多くの方は甲状腺の働きが正常のままです。その場合、**治療は必要ありません。**

「病気」と聞くと不安になりますが、**抗体が陽性であること自体は、体に害を及ぼしません。**働きが弱くなっていないかは、採血で確かめられます。

Q 働きが弱くなると、どんな症状が出ますか

ゆっくり進むため、気づきにくいのが特徴です。

だるい　むくむ　寒がりになる　体重が増える　便秘　肌が乾く

「年のせい」「疲れのせい」と思われがちですが、**採血をすれば分かります。**心当たりがあればお伝えください。

働きが弱くなった場合は、**甲状腺ホルモンの薬**で足りない分を補います。**補えば普段どおりの生活ができます。**

Q 気をつけていただきたいこと

ヨウ素の摂りすぎに注意してください。昆布・わかめ・ひじき・のりなどに多く含まれます。

慢性甲状腺炎の方では、**ヨウ素を摂りすぎると甲状腺の働きが落ちることがあります。**ふつうに食べるぶんには問題ありませんが、**昆布だしや昆布加工品を毎日たくさん**という食べ方は避けてください。

> 摂りすぎで働きが落ちた場合は、**量を減らすと戻ることがあります。**

妊娠を考えはじめたら、その時点でご相談ください。甲状腺の状態を確かめ、必要なら妊娠前に整えておきます。

出典：日本甲状腺学会 甲状腺疾患診断ガイドライン2024

診療目的での複製は自由に行えます。