

保健管理センターニュース

2024年8月

その体調不良、「甲状腺」が原因かもしれません

学校医
石原由美子 先生

甲状腺はどこにあるかご存じですか？ 前頸部の真ん中あたり、のどぼとけの下にある臓器です。腫れている人でなければ、普通は目立ちません。甲状腺は甲状腺ホルモンを作り出す場所で、私たちの体の中で大切な役割を果たしています。甲状腺ホルモンは血液を介して全身に運ばれ、熱産生・新陳代謝に関わり、元気をだすことに働くホルモンです。脳下垂体でつくれる甲状腺刺激ホルモンにより分泌量が細かく調節され、いつもほぼ一定に保たれています。

これが、甲状腺から血中に過剰に分泌されると、体温上昇、発汗過多、脈拍が速くなり動悸、ふるえ、ひどくなると不整脈や心不全の原因になります。イライラしやすく、情緒不安定になることもあります。このホルモン過多の代表的な病気がバセドウ病です。

また、反対に甲状腺ホルモンの分泌が少なくなると、体温が低下して寒がりになり、脈拍が遅くなり、体にむくみがでてきます。精神的にもやる気が出ず、元気がなくなります。代表的な病気が慢性甲状腺炎(橋本病)です。

甲状腺の病気になっても、はじめは軽い倦怠感だけで、単なる疲れだろうと思ってしまうことも多く、かなり進行してから見つかるケースがあります。また、精神的な症状も伴うことから、メンタルの治療に行って見つかる方もいます。典型的な症状がある場合はわかりやすいのですが、不定愁訴のような「何となく調子が悪い」状態で、なかなか診断がつかない方もいます。甲状腺の病気は女性に多いのですが、全年齢層に発症は認められ、男性にも珍しくありません。

長く続く倦怠感、よく原因がわからない体調不良は甲状腺の病気も疑う必要があります。甲状腺の病気の診断は、血液検査やエコーで簡単にできます。甲状腺かも？ と思ったら、一度受診してみましょう。

夏休みに海外渡航される方へ

夏休みには、多くの方が海外へ渡航されます。海外で感染症にかかるないようにするために、感染症に対する正しい知識と予防法を身に付けることが大切です。事前に渡航先の最新の安全情報を確認しておきましょう。

[海外へ渡航される皆様へ【厚生労働省 HP】\(リンク\)](#)

[海外で健康に過ごすために【厚生労働省検疫所 FORTH】\(リンク\)](#)

[外務省海外安全ホームページ \(リンク\)](#)



教職員の方へ

8月から教職員定期健康診断が始まります。対象の方は日程を確認し受診しましょう。

キャンパス相談案内

学生・教職員からの相談を受けています

総合窓口【問い合わせ・申込】

Tel 045-787-2039

Mail soudan@yokohama-cu.ac.jp

(保健管理センター 金沢八景キャンパス)

<心理士相談対応時間>

金沢八景キャンパス	月～金	9時～17時
福浦キャンパス・附属病院	月・火・木・金	12時15分～17時
市民総合医療センター	原則 火 or 水	13時～17時
鶴見キャンパス	2日/月(月末に翌月の開室案内をします)	
舞岡キャンパス	随時	

*詳細はお問い合わせください