

令和3年
8月号

緑風会薬局だより

NO.49

今月のテーマ

甲状腺の病気



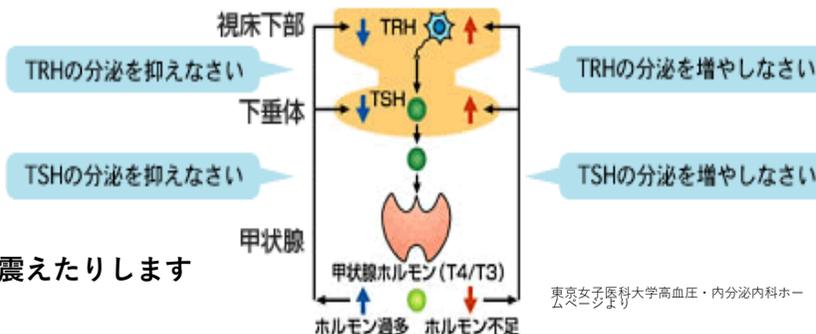
甲状腺ホルモン（T3、T4）は、のどぼとけの下にある甲状腺で作られます。



甲状腺ホルモンは脳から分泌される甲状腺刺激ホルモン（TSH）に刺激を受けて分泌されます。甲状腺ホルモンが多くなると、TSHの分泌が抑制され甲状腺ホルモンの分泌が減少します。このようにして甲状腺ホルモンの量は一定に保たれています。

甲状腺ホルモンの働き

- ・新陳代謝を活発にする
- ・交感神経を刺激する
- ・胎児や小児の成長、発達を促進する



※交感神経が刺激されると脈が速くなったり手が震えたりします

甲状腺ホルモンが過剰になると

- ・手指が震える
- ・多汗
- ・息切れ
- ・よく食べる
- ・月経不順
- ・動悸
- ・やせる
- ・イライラ
- ・疲れやすい
- ・下痢、軟便

甲状腺ホルモンが不足すると

- ・疲れやすい
- ・肌乾燥
- ・体重増加
- ・便秘
- ・月経異常
- ・むくみ
- ・寒がり
- ・体毛の脱毛
- ・無気力

【バセドウ病】 甲状腺ホルモンを過剰に産生する病気の1種

治療方法：アイソトープ治療（放射性ヨウ素内服）

甲状腺の手術

薬物療法（メルカゾール®やチウラジール®）

※薬物療法により症状が安定していても服薬が不規則になると症状が逆戻りすることがあります。自己判断で薬の量を調節しないことが大切です！

【橋本病】 甲状腺ホルモンが少なくなる病気の1種

（ただし甲状腺ホルモンが低下しない方もいます）

治療方法：薬物療法（チラーヂンS®錠）

薬についてなどお気軽に薬剤師にご相談下さい



■緑風会薬局

（広島市南区出汐1丁目4-3）

TEL (082) 256-7171

FAX (082) 256-7181

■2階緑風会健康ステーション

TEL (082) 256-7172

FAX(082) 256-7176

■緑風会薬局 日赤病院前店

（広島市中区千田町1丁目9-2）

TEL (082) 567-4910

FAX (082) 567-4911





「夏野菜たっぷり

ラタトゥイユ」



材料

3～4人分

トマト	2個
ズッキーニ	1本
茄子	小2本
玉葱	1/2
パプリカ	1個
にんにく	1かけ
オリーブオイル	大さじ1
コンソメ	小さじ1
白ワイン	50cc

見た目もカラフルで、夏野菜たっぷり！野菜のうまみがギュッとつまっています。



作り方

- ① ズッキーニ、茄子、玉葱をお好みでコロコロに切る
- ② 鍋にオリーブオイルを熱し、つぶしたにんにくをいれ香りがでてきたら①を入れて炒める。
- ③ 玉葱が透明になってきたら、角切りにきったパプリカ、トマトをいれてコンソメ、白ワインを入れて20分煮込んで出来上がり。冷えても美味しいので、作り置きしてパンと一緒に・・・ベーコンなど加えてパスタソースとしてもよいです。たくさんの夏野菜を食べられます。



夏野菜は太陽をしっかりと浴びておりビタミンC、ビタミンE、βカロテンが豊富です。生よりしっかりと量が食べられ、パスタに和えたり、パンと一緒に、オムレツにかけて食べるなどアレンジもいろいろできます。食欲がなくなる夏こそ、しっかりと野菜を食べましょう。

8月の旬の食材



モロヘイヤ



冬瓜



セロリ



ししとう



パプリカ



ピーマン



ぶどう



梨