快眠で元気 下

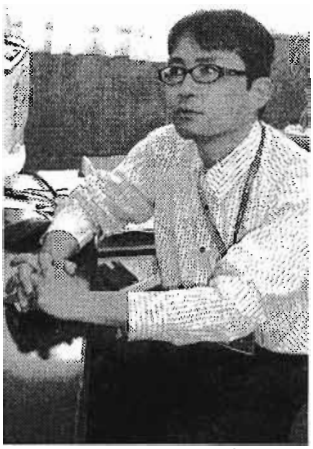
睡眠健康市民フォーラム

名嘉村クリニック糖尿病・甲状腺センター

幸喜毅センター長に聞く

体の異常 眠りに影響も

体の異常が睡眠に影響を与えることがある。甲状腺から分泌されるホルモンの異常で起こる病気もその一つだ。甲状腺と眠りの関係について、幸喜毅・名嘉村クリニック糖尿病・甲状腺センター長に聞いた。



―甲状腺の役割は。

甲状腺は喉仏の下にあり、エネルギーや活発さを調整するホルモンを出す。このホルモンの異常で起こる病気にバセドウ病と橋本病がある。バセドウ病はエネルギーが増えて活発になる。24時間走っているような状態で、汗をかきやすくなり、動悸がして、いらいらする。そのため体調不良、不眠症が起こる。橋本病は逆にエネルギーが減る。冷え性や食欲不振、脈が遅くなるなどの症状が出る。さらに悪くなると日中の眠気がひどくなる。やる気がなく、過眠症のような状態に見える。

―患者の特徴は。

両方とも女性に多い。バセドウ病は200～300人に1人、20、30代に多い。橋本病は10人に1人がなっているともいわれる。特に40、50代に多い。女性に多いが男性患者もいる。

―治療方法は。

バセドウ病の治療には飲み薬、放射線治療、手術の3種類がある。海外では放射線治療が主流だが、日本では飲み薬が多い。飲み薬により数カ月でホルモンが正常に戻る。2、3年飲めばよくなる人もいる。そうならなければ、薬を飲み続けていくか、ほかの治療方法を取るか、あらためて選択することになる。この薬は副作用が多い方で、肝臓、腎臓への影響や免疫力が下がる副作用がある。ただし専門医の下、管理すれば問題ない。

橋本病は、本来ならその人が作り出すホルモンを薬で補充するだけなので、副作用はほとんどない。患者のほとんどは軽い炎症を起こす程度で、薬を必要とするのは5～10％ほどだ。

バセドウ病、橋本病とも体調不良や疲れ、更年期障害などと誤解し、治療につながらないこともある。昼間の眠気やよく眠れないという症状の中に、別の病気が関係していることがあるのを知ってほしい。

◇　◇

第3回睡眠健康市民フォーラム「良い眠りいつも元気」（名嘉村クリニック、琉球新報社主催）が、12日午後3時から浦添市てだこホールで開かれる。肥満と生活習慣病、不眠症の治療、これからの睡眠医療―などについて県内外の専門家が講演する。聴講無料。詳細は名嘉村クリニック☎098（870）6600。