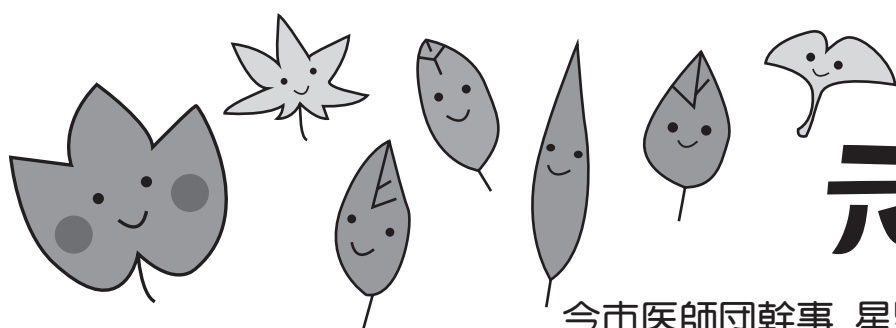




元気予報

ほしの けい こ
今市医師団幹事 星野レディースクリニック 星野 恵子

甲状腺機能低下症

甲状腺は、喉仏の下にある蝶^{ちよう}が羽を広げたような形の臓器で、甲状腺ホルモンを作っています。

このホルモンは、昆布などに含まれているヨウ素(ヨード)を材料にして作られ、心臓や肝臓、腎臓、脳など、体のいろいろな臓器に運ばれ、身体の新陳代謝を盛んにするなど、大切な働きをしています。

甲状腺機能低下症は、血中の甲状腺ホルモンの作用が低下してしまう病気です。女性に多く、日本では高齢女性の1割の方が、この病気にかかっていると推定されています。

典型的な自覚症状は、寒がりや疲れやすい、言葉のもつれ、動作緩慢^{かんまん}、眠気、皮膚の乾燥、便秘、体重増加、食欲低下などがあります。また、うつ状態になる場合も多く、そのため症状の訴えがあまり出ないこともあります。これらの症状は他の病気でも起こるので、中高年ではうつ病や更年期症状、高齢者では認知症と診断されてしまうこともあります。

女性では、月経異常や過多月経、不妊症、妊娠していないのに乳首から乳汁が出ることもあります。

身体所見としては、甲状腺腫や除脈、筋力低下、高コレステロール血症、脱毛などがあります。この病気を合併した妊婦は流早産や死産のリスクが高くなりますので、妊娠初期から注意する必要があります。

幼少時に発症すると、骨の成長が妨げられることにより低身長になります。先天性甲状腺機能低下症(クレチン症)は、約5,000人に1人の割合で発生し、身体の成長や知的発達が遅れてしまう病気です。しかし、出生後、数日で行われる採血によるホルモン検査で早期発見、早期治療が可能となりました。

診断は、前述の症状と甲状腺ホルモン値の低下や甲状腺刺激ホルモン(TSH)値の増加を確認します。

治療は、甲状腺ホルモンの補充療法です。甲状腺ホルモン作用がある薬剤を服用し、血中のTSH、甲状腺ホルモン濃度を正常域に保つことです。



川柳

選者 大橋芳明

初春の夢膨らませ昼寝する

神山秀明

初もうで祈願の鐘の鳴りやまず

宇賀神サク子

餅を食うことも心配される齡

白土武夫

泣き顔を笑顔にさせるお年玉

植田義雄

空気読み風の流れに乗ってみる

青木照雄

俳句

選者 須藤火珠男

双六やすれ違いたる恋もあり

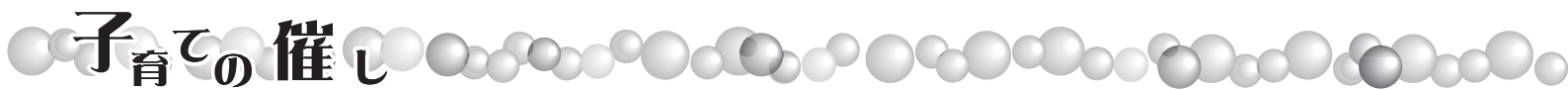
湯沢くに

山眠る懷に墓百基抱き

白土武夫

若い日の夢が枯野を駆けめぐる

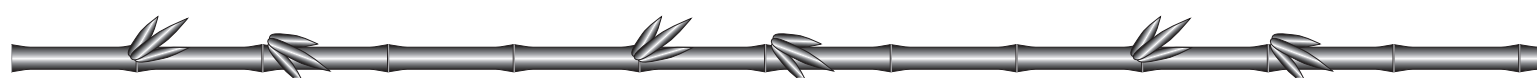
池田三天



子育ての催し

講…講師 定…定員 ¥…費用 持…持ち物 申…申込期間 問…問合せ

場所	開催日時	内容
地域子育て支援センター (ショッピングプラザ日光内) 問…☎22-2299	3月3日(金) 午前11時20分～11時50分	◎家族みんなで楽しもう～えいごであそぼう～
	3月7日(火) 午後2時～3時30分	◎ママのミニ学習会「からだ編」～生活リズム・おいしい・たのしい離乳食&食事～ 申…3月3日(金)まで
	3月14日(火) 午前10時15分～11時45分	◎育児講演「ZUMBA&YOGA」 講…フィットネスインストラクター小川智子氏 定…10名(託児が必要でない方は定員を超えても参加可能です) 申…3月10日(金)まで ※ダンスエクササイズとヨガが体験できます ※お子さんを預かります
	3月15日(水) 午前10時30分～11時15分	◎親子ふれあい歌あそびを楽しもう
日光親子ふれあいひろば (日光福祉保健センター内) 問…☎54-3001	3月13日(月) 午前10時30分～正午	◎えほんのおはなし 講…渡辺英理氏・ひろばスタッフ 申…3月10日(金)まで ※小さいお子さん向けの絵本の紹介や、絵本を通したお子さんとの関わり方、楽しみ方など、皆さんからのご質問にも答えながらの絵本トークです ※お子さんを預かります
	3月14日(火) 午前11時15分～11時45分	◎えいごであそぼう 講…市国際交流員 ※英語の遊び歌やカードを使った単語遊び、読み聞かせなど、英語で楽しく遊びます ※年齢・月齢・障がいなどに関係なく参加できます
鬼怒川親子ふれあいひろば (藤原保健センター内) 問…☎76-0881	3月中いつでも 午前10時～午後2時	◎月間行事「春の壁面を一緒に作ろう」 ※お部屋の飾りを作ります
	3月3日(金) 午前10時～正午	◎ひだまりサロン「お雛様・お内裏様に変身しよう」 講…オピニオンリーダー藤原支部 ¥…50円 ※楽しく変身してみましよう(年齢問わず)
足尾親子ふれあいひろば (日光福祉保健センター内) 問…☎54-3001	3月27日(月) 午前10時～正午	



作品を募集しています
氏名(ふりがな)、住所、電話番号を明記して、郵送またはFAX、メール(nishokouhou@city.nikko.lg.jp)で応募ください(二重投稿不可)。漢字には、必ずふりがなを明記してください。
応募先およびくわしくは
秘書広報課 広報広聴係
☎(21)5135・FAX(21)5109

ざわざわと残り柿喰う鳥の群れ
矢嶋三郎
酒飲めばやっと正月一里塚
沼尾紫朗
短歌
選者 川田美佐男
断捨離のできない箱が二つ三つ引越しの度付きまとう過去
青木照雄
つぎつぎと暖炉に薪を焼べる人樵し人は静かに笑ふ
阿久津年秀
ハンガーをエモンカケと呼ぶパラオには日本の名残りあまた息衝く
齋藤和江
夫と住む普請普請の家なれど苦楽を友に老いていと
伊藤悦子
しき
荘厳な鹿島の杜に集い来て太極の師と白鶴を舞ふ
宇賀神サク子