

## 年を重ねても 大事な“のどのホルモン”

**甲状腺**は首の前側にある小さな臓器で、甲状腺ホルモンを作っています。

甲状腺ホルモンは、体のエネルギー代謝や心臓、脳、筋肉の働きなど幅広い役割を持っていて、体のバランスを保つのにとても重要です。

高齢になっても甲状腺の機能異常を持つ人は少なくありません。ただし、軽い異常や、ゆっくり進む変化が多いため、見逃されがちです。

### 脳の活性

脳に作用して、その働きを活性化させる

### 新陳代謝の促進

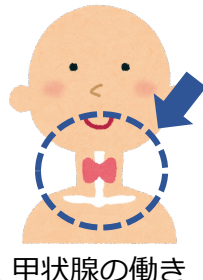
全身の組織の新陳代謝を促し、エネルギーを作る

### 心臓や胃腸の活性

心臓や胃腸の働きを活性化させる

### 体温の調整

新陳代謝で得られたエネルギーで体温調節をする



## どんなサインに気をつける？

ご自身に当てはまることはありませんか？

- 体がだるい
- 寒がりになった、手足が冷える
- むくみがある、体重が増えた（機能低下の場合）
- 動悸、息切れ、手の震え（機能亢進の場合）
- 首のあたりにこぶ（しこり）を感じる

気になるサインがあれば、一度かかりつけのお医者さんに相談しましょう。

甲状腺の検査は血液検査や超音波検査でチェックでき、簡単に受けることができます。



軽い異常の場合はすぐに治療が必要でない場合もあります。

高齢者の場合は症状や生活の質を見ながら慎重に判断されます。定期的に血液検査等で経過を見ることが多いです。

年齢を重ねると目に見える変化だけではなく、体の中のホルモンバランスも少しずつ変わってきます。些細な違和感でも、「こんなことを話してもいいのかな」と思うことでも大丈夫！気になることがあれば気軽に相談していきましょう。

