

甲状腺疾患患者さんのための災害時マニュアル

1 甲状腺機能低下症のある方の災害時マニュアル

甲状腺機能低下症について

甲状腺機能低下症とは、甲状腺ホルモンの不足により甲状腺ホルモン作用が必要よりも低下した状態です。甲状腺機能低下症による症状には、無気力、疲労感、むくみ、寒がり、体重増加、動作緩慢、記憶力低下、便秘などがあります。軽度の甲状腺機能低下症では症状や所見に乏しいことも多いとされます。

甲状腺機能低下症の原因となる主な病気・状態

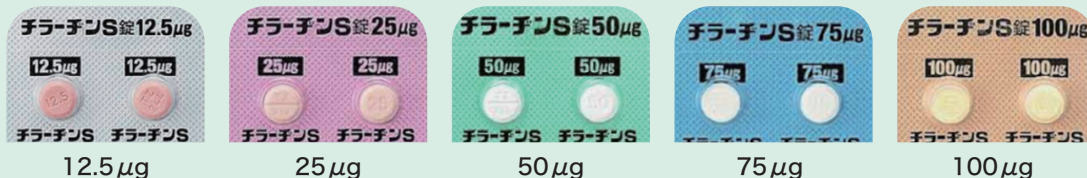
原因として最も多いのは橋本病（慢性甲状腺炎）です。他には、甲状腺の術後や放射性ヨウ素治療後（アイソトープ治療後）、頭や首に生じた悪性腫瘍やリンパ腫に対する放射線外照射療法後、抗甲状腺薬による治療などの医学的治療後、間脳下垂体疾患に伴う中枢性甲状腺機能低下症、先天性甲状腺機能低下症などがあります。また、昆布、ヨード卵、ヨウ素含有咳嗽液などヨウ素の過剰摂取によっても甲状腺機能低下症を認めることがあります。

治療薬

甲状腺ホルモン製剤には以下の2種類があります。甲状腺機能低下症には合成T4製剤であるチラーヂンSによる治療が最も広く行われています。

レボチロキシナトリウム水和物：合成T4製剤

■チラーヂンS錠



■チラーヂンS散



リオチロニンナトリウム：合成T3製剤

■チロナミン錠



災害時の備え

災害時に持ち出すセットに数日分を、残りの数日分を普段から携帯するようにしましょう（新しく処方されたらその都度入れ替えてください）。処方箋のコピーやお薬手帳を一緒に保管しておくこと、スマホに写真などで記録しておくことも重要です。

内服を中断すると、甲状腺機能低下による症状（疲労感、むくみ、寒がり、便秘など）が悪化する可能性があります。ただし、チラーヂンSの血中半減期（血液中にある薬の濃度が半分になる時間のこと）は約7日と長いため、1週間程度内服できなくても、すぐに体調の変化はきたさないと考えられます。その間に、避難所などで薬の入手先について確認しましょう。一方、チロナミンの血中半減期は約1日と短いため、なるべく薬を切らさないようにすることがより重要になります。いずれを内服している場合も、避難所では速やかに医療チームに病名を伝え、薬の入手について相談してください。

2 バセドウ病（甲状腺機能亢進症）のある方の災害時マニュアル

バセドウ病（甲状腺機能亢進症）について

バセドウ病は、甲状腺ホルモンが過剰となる（甲状腺機能亢進症）代表的な病気です。バセドウ病の症状としては、動悸（心臓がドキドキする感じ）、体重が減る、手が震える、暑がりになる、汗をかきやすくなるなどです。また、疲れやすくなったり、下痢をしたり、筋力が落ちたり、イライラしたり落ち着かなくなることもあります。女性では月経が止まることもあります。甲状腺が全体的に腫れることがあり、これはのどぼとけのすぐ下で感じられます。さらに、目が出てきたり、まぶたが完全に閉じられなくなることもあります。また、炭水化物を多く食べた後や運動の後に、急に手足が動かなくなる発作が起きることがあり、特に男性でよく見られます（周期性四肢麻痺と呼ばれます）。

治療薬

バセドウ病では以下の内服が用いられます。

甲状腺に作用して、甲状腺ホルモンを作るために必要な酵素の働きを抑えることで、甲状腺ホルモンが多く作られすぎるのを防ぎます。

チアマゾール製剤

■メルカゾール（あすか）



2.5mg

5mg

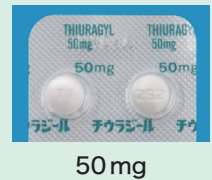
プロピルチオウラシル製剤

■プロパジール（あすか）



50mg

■チウラジール（ニプロ）

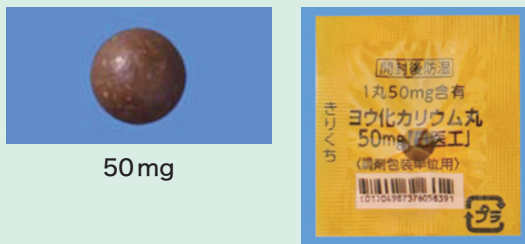


50mg

ヨウ化カリウム製剤

ヨウ素（ヨード）は甲状腺ホルモンの原料ですが、大量に摂取すると甲状腺ホルモンの合成や分泌が低下します。この性質を利用して甲状腺ホルモンを低下させます。

■ヨウ化カリウム丸（日医工）



50mg

災害時の備え

災害時に持ち出すセットに数日分を、残りの数日分を普段から携帯するようにしましょう（新しく処方されたらその都度入れ替えてください）。処方箋のコピーやお薬手帳を一緒に保管しておくこと、スマホに写真などで記録しておくことも重要です。

1～2日内服が中断してもすぐに大きな影響が出ることは少ないですが、中断が長引くと甲状腺機能亢進症による症状（動悸や疲れやすさ、手の震え、下痢など）が悪化する可能性があります。避難所では速やかに医療チームに病名を伝え、薬の入手について相談してください。ときに、甲状腺機能亢進状態に内服の中断のみならず、災害時のストレスや感染症などが加わって、“甲状腺クライゼ”といって、生命に関わる状態を誘発することがあります。高熱、頻脈、消化器症状（吐き気、下痢など）、意識がもうろうとする、などがあれば速やかに医療機関の受診が必要となります。