

甲状腺ホルモン セルフチェックシート



甲状腺のホルモンが多すぎるときの症状

- 暑がりである
- 汗っかきである
- 疲れやすい
- すぐにドキドキする(脈が速くなる)
- 動くと息切れがする
- イライラすることが多い
- 落ち着きがない
- 急に体重が減ってきた
- 食欲が旺盛でよく食べるのに体重は増えない
- 字を書くときに手が震える
- 足も震える
- 便が軟らかい(下痢をする)、排便回数が多い
- (女性)生理が短い、出血が少ない
- 首の前が腫れてきた
- 眼が大きくなってきた(眼球突出)、まぶたが腫れる
- 手足に力が入らなくなることがあった

計： _____ 個



甲状腺のホルモンが少なすぎるときの症状

- 寒がりである
- 皮膚がかさつく
- 疲れやすい
- 何となくやる気が出ない
- 便秘している
- 髪の毛や眉毛が薄くなった
- 体重が増えた、もしくはなかなか減らない
- コレステロールが高いと指摘された
- もの忘れが多い
- 足が浮腫む
- 足がつる こむら返り
- 声がかすれる、低い声になった
- 喋るのがゆっくりになった
- (女性)生理が長い、出血が多い
- 貧血と言われた
- 首の前が腫れてきた

計： _____ 個

記入日： 20 ____ 年 ____ 月 ____ 日

氏名 _____