



くすりと健康

一般社団法人
神戸市薬剤師会

放射性ヨウ素と 安定ヨウ素剤

放射性ヨウ素は、呼吸や食べ物から体の中に入ると、その約10〜30%は、24時間以内に甲状腺に集まり、残りの大部分は主に尿として体外に出ていきます。甲状腺に集まった放射性ヨウ素は、甲状腺がんなどの甲状腺疾患を引き起こす可能性があります。あるといわれています。

この甲状腺はどういうものかご存知ですか？甲状腺は、喉ぼとけの下の方にあり、重さ20グラムほどのチヨウのような形をした小さな器官で、甲状腺ホルモンを分泌しています。甲状腺ホルモンは、ヨウ素を原料の一部として作られており、主な働きは、タンパクの合成を促進することです。この甲状腺ホルモンが働くことによって、新陳代謝が活発になり、日常活動や発育・成長にとって重要な役割を果たします。成長

期にあるお子さんにとって、甲状腺はとても大切であり、また活発に働いて甲状腺ホルモンを作っています。そのため、若年者、特に乳幼児は、甲状腺ホルモンの含まれるヨウ素が放射性ヨウ素に置き換わることによる影響を受けやすいと考えられています。

放射性ヨウ素が体の中に入る前に、安定ヨウ素剤を服用すると、放射性ヨウ素が甲状腺の細胞の中に入るのを防ぐ効果があります。したがって、放射性ヨウ素が体の中に入る前24時間以内または直後に、安定ヨウ素剤を服用することで、放射性ヨウ素の甲状腺への影響をかなり抑えることができます。また、すでに放射性ヨウ素が体の中に入った後でも、8時間以内の服用であれば、ある程度の効果が期待できます。しかし、24時間以上経ってしまえば、安定ヨウ素剤の効果は、服用後少なくとも24時間は持続しま

すが、3日経つとほとんどなくなり
ます。

ただし、安定ヨウ素剤の代わりに、ヨウ素を含むうがい薬や消毒薬を飲むことは決してしないでください。それらのお薬は、飲まないことを前提に作られていますので、他の添加物によって思わぬ副作用が起る可能性があります。また、コンブなどには、ヨウ素が含まれています。種類や産地によって含まれるヨウ素の量が変わってくるので、どれくらい食べればいいのか分からないうえ、ヨウ素が体の中に入るまでに時間がかかり、十分な効果が期待できないと考えられます。また、毎日たくさんコンブを食べ続けると、甲状腺の機能が低下するなどの異常を引き起こすかもしれません。

