

整形外科専門医に聞く

富山労災病院 整形外科副部長 **とくなが 徳永** **あやの 綾乃**



H28 年建替予定 新病院イメージ図

こつそしょうしょう

骨粗鬆症 ～あなたの骨、丈夫ですか～



私たち整形外科では、骨粗鬆症、変形性関節症、変形性脊椎症、骨折などの治療を行い、人生最後まで自分の足で歩くことを目指して診療をしています。そのなかで、今回は骨粗鬆症についてお話しします。

骨粗鬆症とは、骨が弱くなり、骨折しやすくなる状態の事です。

骨は常に生まれ変わっており、古くなると壊され新しい骨が作られます。

このバランスが崩れることで骨密度が低下し骨粗鬆症になります。また、最近、骨質も骨の強さに関与することが分かってきました。骨の強さは、骨密度と骨質によってまります。

現在、日本には骨粗鬆症の患者さんが約 1200 万人いると推定されています。

女性は男性の 2 倍で、60 歳代女性の 3 人のうち 1 人が骨粗鬆症と言われています。女性の場合、閉経後 10 年間に骨密度が著しく減少するためです。

骨粗鬆症そのものでは、ほとんど症状はありません。そのため、骨折して初めて骨粗鬆症と診断される事がほとんどです。

手首の骨折（とう骨遠位端骨折）、背骨の骨折（脊椎圧迫骨折）、足の付け根の骨折（大腿骨近位部骨折）の多くは、骨粗鬆症による骨折です。これらの骨折があると、さらに次の骨折をおこしてしまう危険性は 2 倍になります。

そのため、骨折を起こす前に骨密度検査で骨の状態を知ることが大切です。

骨粗鬆症の診断は、骨密度検査、骨折歴などから行います。骨の生まれ変わりのバランスを血液検査、尿検査で調べることで適切な治療方法（薬の種類）を選択することができます。これからの 10 年間に骨折をおこす危険率を計算することも可能で、以前より早期に治療を開始する場合があります。

自分の骨密度を知り、骨折の予防をしませんか。

まずは、骨粗鬆症検診または病院を受診し骨密度検査を受けられることをお勧めいたします。

次回は骨粗鬆症の予防、治療のための食事、運動、薬物療法についてお話しします。



発行 : 独立行政法人労働者健康福祉機構富山労災病院 地域医療連携室

富山労災病院だよりは、当院ホームページにも掲載しています。是非ご覧ください。

連絡先 0765 (22) 1354 (地域医療連携室) Fax : 0120-935-631 (フリーダイヤル)