

チームこほく

令和2年6月 **2** 号

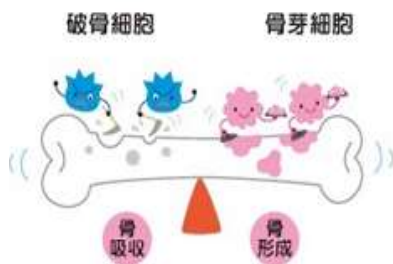
放射線技術科

健康で楽しい老後を過ごすために

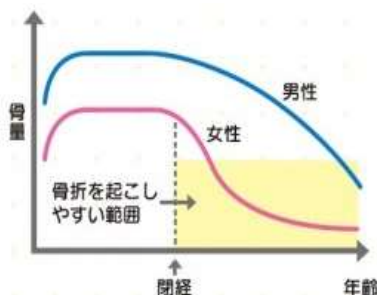
正確な骨密度測定で骨の健康管理してみませんか？

健康な骨

～骨粗しょう症とは～



骨は皮膚や爪、細胞などと同じように、常に新陳代謝が行われています。骨芽細胞によって**新たに骨を作る働き**（骨形成）と、破骨細胞によって**骨を溶かして壊す働き**（骨吸収）によって新陳代謝を繰り返しています。骨粗しょう症は、このバランスが崩れることでおこり、**骨がスカスカ**になっていきます。



骨粗しょう症は圧倒的に**女性**、特に閉経後の女性に多くみられ、女性ホルモンの減少や老化と関係が深いと考えられています

大腿骨近位部（太ももの付け根あたり）骨折は単に移動能力や生活機能を低下させるだけではなく、死亡率を上昇させる、命に直結した骨折であることも数多くの研究から明らかにされています。また、背骨の骨折の数が増えるほど死亡率も増加し、**3個以上の骨折がある方の死亡率は、骨折のない人の4倍にもなると**いわれています

～骨粗しょう症の進行を防ぐためには～

日々の食事や無理のない適度な運動等はもちろん大事ですが、骨を壊す働きを抑えるお薬・骨を作る働きを助けるお薬・骨のバランスを整えるお薬でのサポートも非常に有効です。

当院で使用している最新の骨密度測定装置では患者さんの状態及び、精度の高い骨密度測定により今現在の骨の状態を確認することができます。

人によって骨のバランスは当然異なるので、現在の体の状態及び骨密度測定の結果をもとに自分の骨にあった処方を受け、長いスパンで骨の健康を守って元気な体を保っていきましょう。



少しでも気になりましたら

かかりつけの主治医または整形外科医に相談しましょう！

