

骨粗鬆症(こつそしょうしょう)外来

骨粗鬆症は骨の中がスカスカで骨がもろくなり、骨折しやすくなる病気です。原因は大きく2つあり、閉経期を迎えた女性や加齢が原因でおこるものと、病気や薬物治療が原因でおこるものがあります。骨粗鬆症外来では、骨密度・骨代謝マーカー・ホルモン検査などを測定し、専門医が治療の必要性を診断して、治療します。

骨折をしないために適切な治療を受け、骨により食事や運動を心掛けましょう。

骨粗鬆症外来はこのようなお勧めです。

- | | |
|---------------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 閉経後の女性 | <input type="checkbox"/> 喫煙 |
| <input type="checkbox"/> 高齢者 | <input type="checkbox"/> アルコール摂取過剰 |
| <input type="checkbox"/> 家族が骨折したことがある | <input type="checkbox"/> やせている |
| <input type="checkbox"/> 運動不足 | |

完全予約制 | 第1・第3木曜 午前 9:00~12:00

当院以外の医療機関ですでに骨粗鬆症の治療を行っている方は、主治医にご相談ください。紹介状があれば地域医療連携室で予約を取ります。受診を希望される方は内科受付で予約をしてください。

予約・お問合せ | 稲沢市民病院 内科外来 (14:00~16:00)
TEL 0587 (32) 2111

健診のオプション

骨密度検査が500円で受けられます。 ※令和5年3月まで

当院で健診を受ける方は、骨密度検査が500円で受けられます。

※・人間ドックの方は、骨密度測定は基本項目に入っています。

■単体でのご利用はできません。

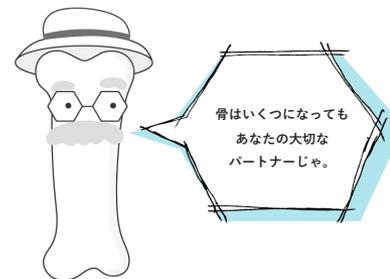
オプション検査をご希望の方は、健診センターにてお申込みください。



あなたの骨、健康ですか？

こつ そ しょう しょう 骨粗鬆症

特集 vol.1



- 毎年、健康診断は受けている。
- 骨はチェックしていない。
- 最近、背が縮んだ気がする。

骨粗鬆症は、自覚症状がない病気です。
“自分は、大丈夫！”とっていませんか？
今月号では、“骨粗鬆症って何!?”の特集です！

あなたの骨、健康ですか？

こつ そ しょう しょう

骨粗鬆症

骨粗鬆症は、自覚症状がない病気です。
“自分は、大丈夫！”といませんか？

日本骨粗鬆症学会認定医でもある
野村先生にお話を聞きました。

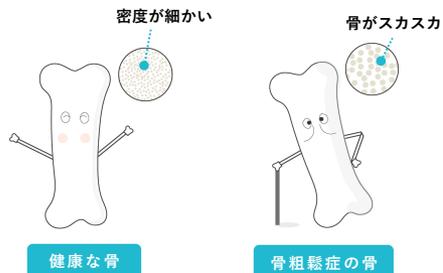
骨粗鬆症を早く見つけ
治療すれば、骨折を
防ぐことになります！

糖尿病・内分泌科
野村 由夫 医師

Q1 骨粗鬆症は、どんな病気ですか？

A. 骨がもろくなり、骨折しやすくなる病気です。

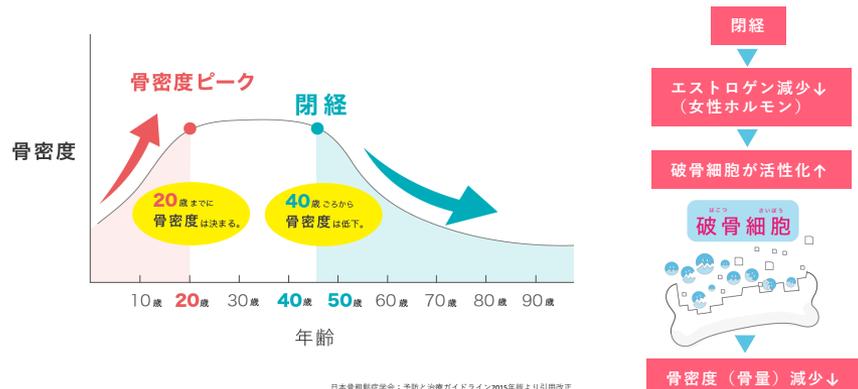
骨粗鬆症は、体積あたりの骨密度が減る病気です。
年齢とともに骨の新陳代謝のバランスが乱れて骨量が減り、骨折をしやすくなる病気です。



Q2 どういう人がなりやすいですか？

A. 閉経後の女性になりやすいと言われています。

骨密度（骨の量）は20歳代までに決まります。以後は45歳くらいまで維持、またはわずかな減少を続け、その後、年齢とともに徐々に減少していきます。女性は閉経後のエストロゲンの減少も加速させる要因となっています。もともと女性は男性に比べて骨の量が少ないことがわかっています。高齢化により女性の平均寿命は伸びているため、骨粗鬆症になる人も増えています。



日本骨粗鬆症学会：予防と治療ガイドライン2015年版より引用改定

Q3 女性や高齢者以外でなりやすい人はいますか？

A. 若い男性の骨粗鬆症は、
内科的疾患が潜んでいることもあります。

以前、骨折で入院した若い男性に、甲状腺の病気が見つかったことがあり、骨折は整形外科に行くイメージしている方もいますが、男性は内科的疾患に起因して、二次性の疾患として骨粗鬆症になる場合があります。

Q4 骨粗鬆症の検査はどんなことをしますか？

A. 骨密度測定の結果だけでは、骨粗鬆症の診断はできず
下記のような検査をします。

- レントゲン
- 超音波検査
- 採血 骨代謝マーカー（検査回数に制限があります）
ビタミンD（日本人はビタミンD不足と言われています）
など

Q5 骨粗鬆症の治療はどんなことをしますか？

A. 内服薬や注射薬などがあります。

現在は、カルシウム剤、ビタミン剤、ランクルなど
様々な種類の治療薬から選択することができます。
ご自身に合った治療を主治医と相談して選択しましょう。

お母さん世代の方へ。

今回、骨粗鬆症は、女性に多い病気であることが、分かったと思います。思春期の時期に無理なダイエットをすると骨が作られないだけでなく、閉経後に骨粗鬆症になって骨が折れやすくなります。骨折により今までの生活が送れなくなることもあります。骨折は繰り返すので寝たきりになるケースも少なくありません。将来のことを考えて、子どもの頃から食事と運動のバランスを意識して、骨密度を高めて蓄えておきましょう。

最近、骨密度が気になる方へ。

『最近、背が縮んだ気がする。』
『立位で頭が壁につかない。』など気になる
ところがある方は、当院では骨粗鬆症外来をや
っていますのでこの機会に受診をおすすめします。
また、病院まつりなどのイベントで骨密度測定を
実施しています。治療も、今はいろいろ種類が
あるので自己中断せずにご自身に合った治療法を
主治医と一緒に相談しながら継続してください。

当院の骨粗鬆症外来を担当している
専門の看護師にお話を聞きました。

私たちは、骨粗鬆症を
見つける役割をしています。

骨粗鬆症マネージャー
糖尿病看護認定看護師
長縄 真奈美 看護師

