

# いのち ひろば

連載 (78)

毎月1回、中旬の水曜日に掲載

## 今月のひとこと

虫歯になってから歯医者さんに行くより、歯磨きで虫歯予防をした方がよいように、骨折してから整形外科にかかるより、骨折を予防した方がよいですね。骨粗鬆症のことを知ってほしいと思います。

## 骨粗鬆症について

この「ひろば」

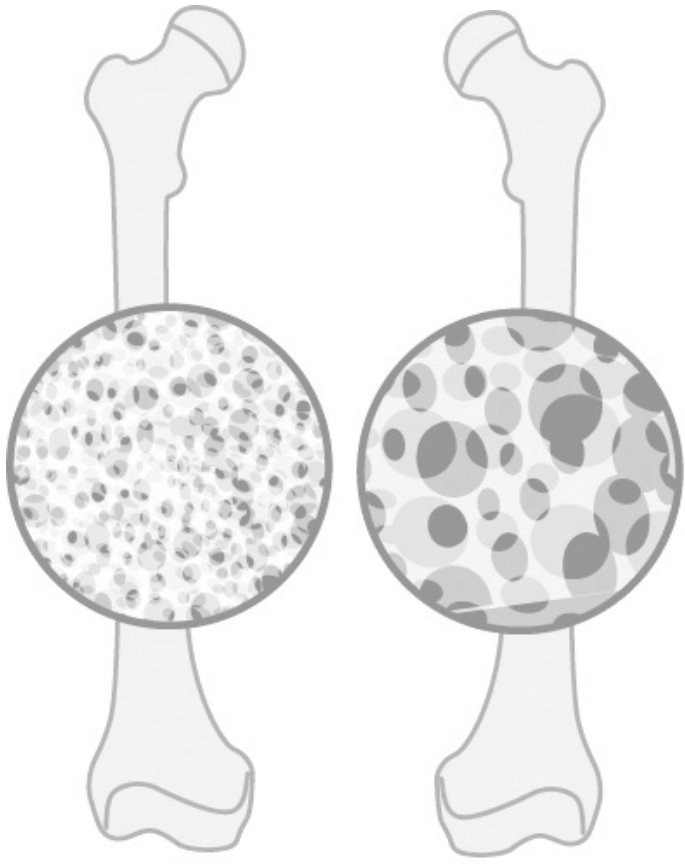
### ■骨粗鬆症って何?

「骨」はわかる。「粗」と思いますが、つまり、骨粗鬆症は骨が粗くなっている状態です。骨が粗くなると、骨がスカスカの状態になり、骨折しやすくなります。骨粗鬆症は、骨の量が減ることで起こります。骨の量は、成長期にピークを達し、その後徐々に減少していきます。骨粗鬆症は、骨の量が正常な状態の70%以下になると診断されます。



院長 竹田 崇朗

ただたかあき 1976 (昭和51) 年生まれ、2002 (平成14) 年、昭和大学医学部卒。主幹勤務先は、昭和大学病院、小田原市立病院、NTT東日本関東病院、JCHO相模野病院。2018 (平成30) 年より竹田整形外科クリニック。2021 (令和3) 年、院長に就任。



左側のイラストは「正常な骨」状態。それに比べ、右側は骨密度と骨質が低く、骨がスカスカな状態「骨粗鬆症」

- ① 椎体骨折または大腿骨近位部骨折あり
- ② その他の脆弱性骨折+骨密度がYAMの80%未満
- ③ 骨密度がYAMの70%以下または-2.5SD以下

骨粗鬆症は骨が脆くなることで、骨折しやすくなる病気です。骨折は、骨の強度が低下している状態から起こります。骨粗鬆症は、骨の量が減ることで起こります。骨の量は、成長期にピークを達し、その後徐々に減少していきます。骨粗鬆症は、骨の量が正常な状態の70%以下になると診断されます。

### ■なぜ骨粗鬆症になるの?

骨は成長期にカルシウムを蓄積し、女性は15〜18歳頃、男性は20歳前後に骨量が最大に達します。成長期以降は「骨リモデリング」と呼ばれる、破骨細胞による骨の吸収、骨芽細胞による骨の形成を繰り返しながら、40歳半頃まで最大骨量が保たれます。加齢や女性ホルモン不足などで、古い骨を吸収する作業と新しい骨を形成する作業がアンバランスになり、吸収が失われた骨量を十分に回復することができなくなると骨量減少が始まります。

### ■骨粗鬆症を予防するには?

骨粗鬆症を予防するには、骨の量を減らさないことが大切です。骨の量は、成長期にピークを達し、その後徐々に減少していきます。骨粗鬆症は、骨の量が正常な状態の70%以下になると診断されます。

### ■骨粗鬆症の薬の副作用は?

骨粗鬆症の治療薬には、副作用があります。骨粗鬆症の治療薬は、骨の量を減らさないことが大切です。骨の量は、成長期にピークを達し、その後徐々に減少していきます。骨粗鬆症は、骨の量が正常な状態の70%以下になると診断されます。

### ■骨粗鬆症の検査は?

骨粗鬆症の検査には、骨密度測定があります。骨密度測定は、骨の量を測定する方法です。骨の量は、成長期にピークを達し、その後徐々に減少していきます。骨粗鬆症は、骨の量が正常な状態の70%以下になると診断されます。

### ■骨粗鬆症の検査は?

骨粗鬆症の検査には、骨密度測定があります。骨密度測定は、骨の量を測定する方法です。骨の量は、成長期にピークを達し、その後徐々に減少していきます。骨粗鬆症は、骨の量が正常な状態の70%以下になると診断されます。

### ■骨粗鬆症の検査は?

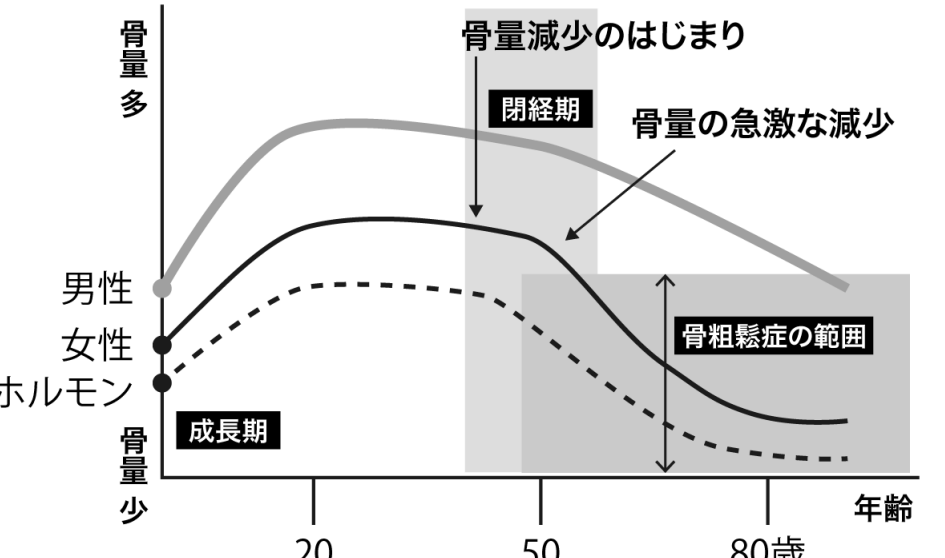
骨粗鬆症の検査には、骨密度測定があります。骨密度測定は、骨の量を測定する方法です。骨の量は、成長期にピークを達し、その後徐々に減少していきます。骨粗鬆症は、骨の量が正常な状態の70%以下になると診断されます。

### ■骨粗鬆症の検査は?

骨粗鬆症の検査には、骨密度測定があります。骨密度測定は、骨の量を測定する方法です。骨の量は、成長期にピークを達し、その後徐々に減少していきます。骨粗鬆症は、骨の量が正常な状態の70%以下になると診断されます。

### ■骨粗鬆症の検査は?

骨粗鬆症の検査には、骨密度測定があります。骨密度測定は、骨の量を測定する方法です。骨の量は、成長期にピークを達し、その後徐々に減少していきます。骨粗鬆症は、骨の量が正常な状態の70%以下になると診断されます。



骨の材料(カルシウム)を補充する薬(ビスフォスフォネート系薬)は、骨粗鬆症の治療に有効です。骨粗鬆症の治療は、骨の量を減らさないことが大切です。骨の量は、成長期にピークを達し、その後徐々に減少していきます。骨粗鬆症は、骨の量が正常な状態の70%以下になると診断されます。

### ■骨粗鬆症の薬の副作用は?

骨粗鬆症の治療薬には、副作用があります。骨粗鬆症の治療薬は、骨の量を減らさないことが大切です。骨の量は、成長期にピークを達し、その後徐々に減少していきます。骨粗鬆症は、骨の量が正常な状態の70%以下になると診断されます。

### ■骨粗鬆症の検査は?

骨粗鬆症の検査には、骨密度測定があります。骨密度測定は、骨の量を測定する方法です。骨の量は、成長期にピークを達し、その後徐々に減少していきます。骨粗鬆症は、骨の量が正常な状態の70%以下になると診断されます。

### ■骨粗鬆症の検査は?

骨粗鬆症の検査には、骨密度測定があります。骨密度測定は、骨の量を測定する方法です。骨の量は、成長期にピークを達し、その後徐々に減少していきます。骨粗鬆症は、骨の量が正常な状態の70%以下になると診断されます。

### ■骨粗鬆症の検査は?

骨粗鬆症の検査には、骨密度測定があります。骨密度測定は、骨の量を測定する方法です。骨の量は、成長期にピークを達し、その後徐々に減少していきます。骨粗鬆症は、骨の量が正常な状態の70%以下になると診断されます。

### ■骨粗鬆症の検査は?

骨粗鬆症の検査には、骨密度測定があります。骨密度測定は、骨の量を測定する方法です。骨の量は、成長期にピークを達し、その後徐々に減少していきます。骨粗鬆症は、骨の量が正常な状態の70%以下になると診断されます。

### ■骨粗鬆症の検査は?

骨粗鬆症の検査には、骨密度測定があります。骨密度測定は、骨の量を測定する方法です。骨の量は、成長期にピークを達し、その後徐々に減少していきます。骨粗鬆症は、骨の量が正常な状態の70%以下になると診断されます。

### ■骨粗鬆症の検査は?

骨粗鬆症の検査には、骨密度測定があります。骨密度測定は、骨の量を測定する方法です。骨の量は、成長期にピークを達し、その後徐々に減少していきます。骨粗鬆症は、骨の量が正常な状態の70%以下になると診断されます。

### ■骨粗鬆症の検査は?

骨粗鬆症の検査には、骨密度測定があります。骨密度測定は、骨の量を測定する方法です。骨の量は、成長期にピークを達し、その後徐々に減少していきます。骨粗鬆症は、骨の量が正常な状態の70%以下になると診断されます。

### ■骨粗鬆症の検査は?

骨粗鬆症の検査には、骨密度測定があります。骨密度測定は、骨の量を測定する方法です。骨の量は、成長期にピークを達し、その後徐々に減少していきます。骨粗鬆症は、骨の量が正常な状態の70%以下になると診断されます。

**小田原市休日夜間急患診療所**  
 休日や夜間に急に発症した方の診療を目的とした一次救急の医療機関です。軽症の患者様を対象としていますので、症状によっては、重症患者様を受け持つ「二次救急病院」へ受診していただくことになります。応急処置を目的としていますので、受診後はかかりつけ医を受診するなど適切な医療を受けてください。

〒256-0816 神奈川県小田原市海匂2-32-16  
 ☎0465-47-0823 駐車場(第1~4)あり  
<https://www.odawara.kanagawa.med.or.jp/nighttime/>

**小田原医師会より住民の方々へ**

小田原市箱根町湯河原町の方対象

小田原医師会地域医療連携室では、医師による電話相談を行っています。無料です。事前にお電話ください。

9月							10月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7	6	7	8	9	10	11	12
13:30~14:30 耳鼻科	13:30~14:30 整形外科		13:30~14:30 内科	13:30~14:30 小児科			13:30~14:30 内科	13:30~14:30 整形外科	13:30~14:30 内科	13:30~14:30 内科	13:15~14:15 小児科	13:00~14:00 小児科	
8	9	10	11	12	13	14	13	14	15	16	17	18	19
13:30~14:30 腎不全循環器科	13:30~14:30 内科	13:30~14:30 内科	13:30~14:30 内科	14:30~15:30 小児科	13:00~14:00 皮膚科		13:30~14:30 腎不全循環器科	13:30~14:30 内科	13:30~14:30 小児科	13:30~14:30 小児科	12:00~13:00 内科	13:15~14:15 皮膚科	14:30~15:30 産婦人科
15	16	17	18	19	20	21	20	21	22	23	24	25	26
							13:30~14:30 内科	13:30~14:30 内科	13:30~14:30 小児科	13:30~14:30 小児科	13:30~14:30 小児科	13:30~14:30 皮膚科	
22	23	24	25	26	27	28	27	28	29	30	31		
		13:30~14:30 内科			13:15~14:15 皮膚科	14:30~15:30 産婦人科			13:30~14:30 内科	13:30~14:30 内科			

〈上記の問合せ先〉  
**小田原医師会地域医療連携室**  
 ☎0465-47-0833  
 月曜~土曜(日曜、祝・休日、12/29~1/3休み)  
 午前9時~正午/午後1時~午後5時

医療機関検索は小田原医師会のサイトから利用できます

<https://www.odawara.kanagawa.med.or.jp/>

診療科と受付時間 ※12月29日~1月3日の6日間は休日の診療をします。

診療科	平日(夜間) 午後7時~同10時	日曜・祝日(昼間) 午前8時半~同11時半 午後1時~同3時半	土曜・日曜・祝日(夜間) 午後6時~同10時
内科	○	○	○
小児科	○	○	○
耳鼻咽喉科		○	
眼科		当番日のみ	
歯科		日曜・祝日(昼間) 午前9時~同11時半 午後1時~同3時半	