総合病院か

病院のホームペー -ジもご覧ください。

態を「骨粗鬆症」といいます。日 注意が必要です。 急速に骨が弱くなってしまうので ホルモンバランスが大きく変化し、 れています。特に女性では閉経後 定されており、予備軍まで含める %弱である1100万人程度と推 本の骨粗鬆症患者数は、人口の10 きます。骨がスカスカになった状 と2000万人に達するとも言わ 骨は年齢とともに弱くなってい

度測定で行われます。また補助的 回ります。骨粗鬆症の診断は、単 みることもあります 純X線検査(レントゲン)や骨密 では約30%、80歳代には60%を上 女性の場合の発生頻度は60歳代 血液や尿の検査で骨の代謝を

胃脆弱性骨折

骨粗鬆症による

E STORE

恳

症と

りしただけで背骨、股関節、手首 ともいわれています。 ともあり、「いつの間にか骨折 の覚えがないのに折れてしまうこ す。中には、はっきりとした怪我 などの骨が簡単に折れてしまいま 骨粗鬆症があると、骨が弱くな (脆弱化し)、ちょっと転んだ

整形外科

林

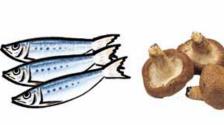
寛之

りになる主な原因の一つです。そ 療を行う必要があります。 療法、場合によっては薬による治 ます。適度な運動や日光浴、食事 健康寿命をのばすことにつながり のため、骨粗鬆症の予防・治療は 骨粗鬆症に伴う骨折は、寝たき

乳製品や小松菜、 があります ミンDを多く含む食品としては とも大切です。カルシウムやビタ ンDの多い食品を組み合わせるこ の吸収をよくするために、ビタミ 摂取が必要です。またカルシウム 日700~800層のカルシウム 具体的な食事療法としては、 魚、キノコなど 1

骨粗鬆症性椎体骨折が

起きてしまったら



骨粗鬆症に良い食品

MILK

でも、 り続いてしまうことや、 コルセット装着などの治療を行い 徐々に痛みがやわらぎます。それ ます。ほとんどの場合、数週間で まず痛みを和らげるための薬や 中には痛みが長期間にわた 潰れた骨

> や排尿障害を起こしてしまうこと 手術が必要になります。 もあります。このような場合には が神経を圧迫し、下肢の運動麻痺

当院では関わるスタッフ全員で、 て、最善と思われる治療を選択し 患者さん一人一人の病態にあわせ 手術も難渋することがありますが ます。もともとの骨が弱いために 経を助ける手術を選択したりもし る場合には、金属を併用して、神 骨セメントを注入する治療を選択 みが持続しているような場合には したり、また神経の症状がでてい たとえば、骨がくっつかずに痛

に考えていきましょう。 めによりよい「骨づくり」を一緒 けません。もっと骨を強くするた っている方々も、あきらめてはい す。すでに骨粗鬆症になってしま 鬆症に対する治療・予防が大切で 圧迫骨折を起こさないため、 の治療を行いますが、やはり脊椎 あらゆる状況にあわせて精一杯