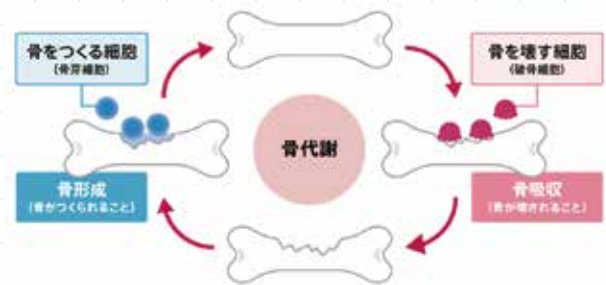


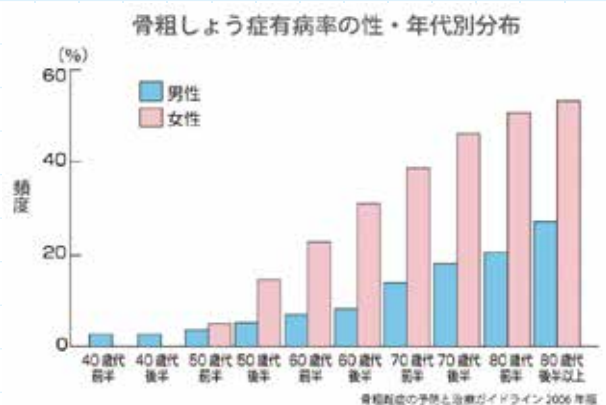
骨粗鬆症とは？

骨は皮膚のように古くなると壊れ、新しい骨に生まれ変わります。これを骨代謝と言い生涯の中で起こっています。骨粗鬆症ではこのバランスが崩れ骨が壊される方向に傾き骨の密度が低下してしまいます。骨密度の低下により骨の強度は低下し骨折しやすい骨になってしまいます。骨粗鬆症による骨折を脆弱性骨折といいます。



超高齢化社会における骨粗鬆症

超高齢化社会を迎える日本の平均要介護期間は約10年間とされています。骨粗鬆症により起こる脆弱性骨折は寝たきりなど介護が必要となる主な原因となり、健康寿命(健康でいられる期間)を脅かします。骨粗鬆症の有病率は70代半ばには女性では約半数となっており、自分は大丈夫と想着いても知らない間に骨は弱くなり、骨折のリスクにさらされています。



骨粗鬆症の治療

骨を強くするには①栄養 ②運動 ③代謝の改善が必要です。適切な食事、適度な運動習慣、これらは栄養や運動は自身の努力で改善が可能ですが、代謝の改善は薬物療法が原則です。骨粗鬆症の程度だけでなく、原因や患者さんの社会的背景を考慮して使用する薬物を決定します。また骨密度は加齢に伴って低下するため基本的には治療は生涯継続する必要があります。当院ではリエゾンサービス(多職種連携)により治療継続のお手伝いをします。



骨粗鬆症の予防・治療により
健康寿命を伸ばしましょう。