



骨粗鬆症とは何ですか？ どうして骨粗鬆症の治療が必要なのでしょう？

骨粗鬆症とは？

骨粗鬆症とは、骨の量（骨密度）が減って骨が弱くなり、骨折しやすくなる病気です。骨粗鬆症になっても、痛みはないのが普通です。しかし、転ぶ等のちょっとしたはずみで骨折しやすくなります。骨折が生じやすい部位は背骨、手首の骨、太ももの付け根の骨等です。

診断の方法

診断はX線検査でも可能です。骨の量（骨密度）を測定するためには、DEXA法、超音波法、MD法等の検査があります。現在、骨粗鬆症の患者さんは約1200万人と言われており、残念ながら治療を受けているのは300万人程度で、予防も治療もまだまだ追いついていないのが実情です。

予防と治療方法

予防と治療については以下のようになっています。骨粗鬆症による脆弱性骨折予防としては、カルシウム、ビタミンD、ビタミンK、適量のタンパク質等の栄養摂取、禁煙、アルコールは控えめにするなどが挙げられます。フレイル、サルコペニアといった全身の筋力低下の予防も重要です。

そして、骨粗鬆症の治療については、現在様々な治療が可能となっています。内服薬や注射薬があり、骨を壊れにくくする薬だけでなく、新しく骨を作る薬もあり、これらを組み合わせ治療を行います。骨折の連鎖と云って、骨粗鬆症による骨折はまずは転んで手をついた、肩をぶつけたといった、橈骨（とうこつ）遠位端骨折や上腕骨近位端骨折から始まる

ことが多いです。自然に背中が曲がってきて、脊椎圧迫骨折に気がつかず、いつの間にか骨折を起こしていることも多いです。その時が治療を開始するいいチャンスです。きちんと検査を受けて治療を開始しましょう。

骨卒中とは？

骨卒中という言葉を知っていますか？卒中とは急に倒れて場合によっては死に至る状態を意味します。

骨折が引き金となり、治療中に誤嚥（ごえん）性肺炎等の合併症を引き起こしたり、骨折は治ってもその他の機能が改善せず歩行不能になったり認知症が進行したりと、健康寿命が損なわれ死亡リスクが増大します。65歳以上の高齢者が足の付け根を骨折すると5年後の生存率が63%というデータがあり、

骨粗鬆症の予防をしよう

整形外科の外来では骨粗鬆症の検査と治療の継続ができますが、介護が必要となって外来に來られない方や施設入所した方の治療継続は困難です。若い頃からの予防を心がけましょう。



骨粗鬆症は、骨の量が減って骨が弱くなり、骨折しやすくなる病気です。死亡率の高い高齢者の大腿骨頸部骨折の最大の原因であるため、検査と治療はもろろんのこと、若い頃からの予防を心がけましょう。

【アドバイザー】

西田 茂喜・にしだしげき・平成5年産業医科大学医学部を卒業。平成31年4月よりくらで病院に勤務。整形外科部長。