

骨粗しょう症について

Q 1 骨粗しょう症とはどんな病気ですか？

A 1 骨のカルシウム量（骨密度）が減り、骨がもろくなって骨折しやすくなる病気です。



Q 2 骨粗しょう症ではどんな症状があらわれますか？

A 2 自覚できるのは、背中や腰が痛いなど、老化によるものと思いがちな症状です。しかし骨折しやすくなっており、特に足の付け根の骨折は寝たきりにつながる可能性があります。

● 骨粗しょう症の症状



腰や背中が痛む



腰や背中が丸くなる



背が低くなる

● 骨折しやすい部位



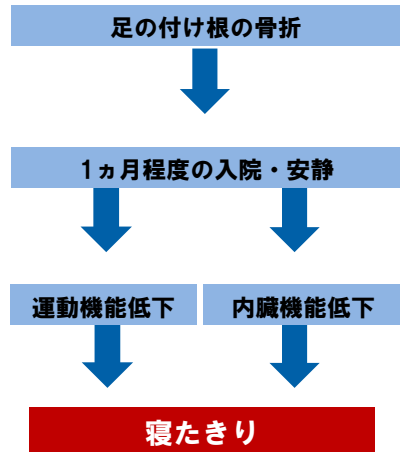
手首・腕の付け根
転んで手を打った時



背骨（椎体）
物を持ち上げた時



足の付け根（大腿骨近位部）
転んで腰を打った時



Q 3 骨粗しょう症ではどんな検査を行いますか？

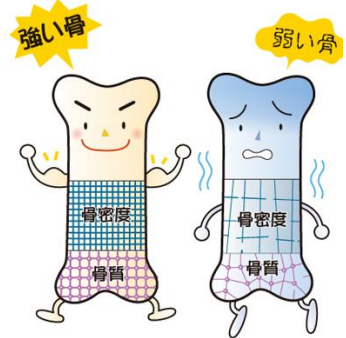
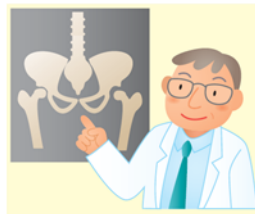
A 3 血液検査、尿検査、X線検査、機械で骨量を測る検査などがあります。

● 骨量（骨密度）測定検査

手首（pQCT法など）



● X線検査



Q 4 骨粗しょう症の予防と治療の目的は？

A 4 減少した骨のカルシウム量を増やし、骨を丈夫にして骨折を防ぐことです。

医学的には、骨量検査の結果が70%未満の方に関しては骨粗しょう症としての治療が開始されることとなります。骨は、新陳代謝が毎回繰り返されている組織です。しっかりとした治療及び予防で骨密度の低下現象を食い止めることも可能であることが、近年確認されつつあります。不安のある方は一度、骨密度検査を実施されることをお勧めします。

● 骨粗しょう症の予防と治療

基本は食事・運動・お薬です。転倒予防のための生活環境の改善も重要です。

● お薬を続けることの重要性

骨粗しょう症のお薬を続けることで大腿骨近位部などの骨折は減少します。