



骨粗鬆症検診に行ってみませんか？

(骨粗鬆症外来：毎週木曜日午後)

早坂 豪 (脊椎脊髄外科)



●骨粗鬆症とは？

みなさんは、骨粗鬆症とはどのようなご病気かご存知でしょうか？骨粗鬆症とは、骨の量が減ることによって骨がもろくなり、骨折を起こしやすくなる状態です。閉経後の女性に多い病気ですが、ステロイドの内服や糖尿病の患者さまなどにも起こります。現在、日本における骨粗鬆症の患者数は約1,300万人と推定されており、生活習慣病である高血圧症が約3,970万、高脂血症約1,410万、糖尿病約820万と並び患者数は多いです。一方で、生活習慣病と並んで患者数は多いにも関わらず、実際に治療を受けている患者数は少ないと言われています。その最大の原因は、骨粗鬆症であっても、ほとんどの人は自覚症状が少なく、医療機関を受診するのが遅れるためと考えられています。実際、外来においても、骨折を生じて、初めて骨粗鬆症に気づく患者さまも少なくありません。

●骨粗鬆症の診断はどのように行うの？

骨粗鬆症の診断は、問診、レントゲン写真、血液・尿検査などを行うことで可能です。当院の特徴としては、X線を使ったDXA法(デキサ法)という検査が可能です。この検査は、痛みがなく、簡単に行え、所要時間は5~10分程度です。



当院におけるDXA計測装置

●骨粗鬆症の治療法を教えてください！

治療法は、食事指導、運動指導、薬物治療が主です。食事は、カルシウム、ビタミンD、ビタミンKの摂取が重要です。運動は、骨を丈夫にするだけでなく転倒予防効果もあると言われています。具体的には、有酸素運動、ウォーキング、背筋強化訓練が推奨されています。薬物治療は、最も効果がある治療法です。現在、薬は飲み薬から注射剤まで、さまざまな種類があります。近年は、特に新しい薬がどんどん登場してきています。しかし、薬がお体に合わない方もいらっしゃるので、患者さまひとりひとりに適した薬を選択して治療を行います。

●骨粗鬆症治療には、定期的な通院が必要なの？

骨粗鬆症治療の問題点として、治療継続率の低さにあります。骨折が治ってしまうと、骨粗鬆症の治療を中断してしまう方がいます。骨粗鬆症治療は、原則的に継続した治療が必要です。また、外来での待ち時間が長いいため受診を躊躇する方もいます。このような問題を解決するために、当院では、かかりつけの先生と連携を行う取り組みを始めました。例えば、普段の投薬は、かかりつけ医で行っていただき、半年に一回程度当院で検査を行い、骨粗鬆症の評価をします。今後、このような取り組みを積極的に行っていく予定です。骨粗鬆症のことで心配されている方は、まず、骨粗鬆症検診を受けてみませんか。皆さまの受診をお待ちしております。

