

健康

元気のヒント

◁84▷



遠藤 逸朗

徳島大学院
血液・内分泌代謝内科学講師

骨粗しょう症は「骨の強度が全身的に低下し、骨折しやすくなった状態」と定義されています。女性に多い疾患で加齢とともに有病率が上昇し、70歳以上の女性の約50%、男性でも20%近くが罹患していると推定されており、わが国ではすでに1200万人以上の患者が存在するといわれています。

骨粗しょう症

合は骨密度の減少が進行し、骨折リスクが高まるといふ悪循環が起こります。部位を問わず骨粗しょう症による骨折があると、その後の寿命も短くなるということが分かっています。いったん骨密度が低下してしまうと、その改善には最新の治療薬を使用しても年単位という、かなりの期間が必要となるだけでなく、骨折を完全に防ぐことも難しくなります。

女性70歳以上50%罹患

薬物治療でQOLも改善

24リヒールで中ジョッキの増加や骨折抑制の効果だ1杯程度以上)をする人▽けでなく、QOLを改善す立った姿勢から転び、椎体るといった医学的根拠がや大腿骨近位部、手首などを骨折した人▽骨密度が減るものもあります。例えば現在、骨粗しょう症の第一選択薬である「ビスホスホネート」は、腰痛と骨脆弱性が高まる薬剤のによる臥床(安静に横たわる)日数、活動制限日数、身体機能、痛み、社会生活投写を受けている人ーなど機能のいずれも改善させたです。との報告があります。20歳代と比べて身長が2センチ以上低くなった場合は、椎体骨折が疑われるので精密検査が必要です。また、壁にかかると背中を付けて立つたときに頭と壁の間に隙間ができるケースでは、胸部の椎体が骨折して運動をするーことのほか、いる可能性もあります。椎体骨折に関しては約半数で△やビタミンDを十分に取痛みを伴わず、エックス線検査で初めて判明するもの△過度の飲酒をしないーがあることにも注意する必要があることにも注意する必要があります。来るべき超高齢社会において、高齢者の方々のより良いQOLを維持し、健康寿命を延ばす上で、骨粗しょう症による骨折の防止は非常に重要です。(第2土曜日に掲載)

健

康

高齢者では、椎体(背骨)や大腿骨近位部(太ももの付け根)に骨折が生じると、生活の質(quality of life=QOL)の低下がみられます。さらに寝たきりとなった場