

教えて
ドクター

骨がもろくなっていますか？ 早めに気付いて予防しよう

久喜メディカルクリニック
(久喜市下早見)
整形外科 中川博通先生



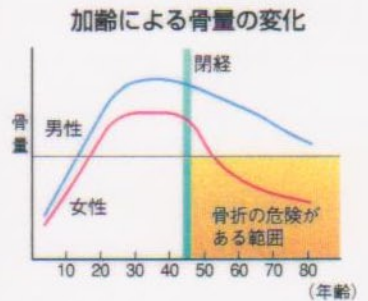
「寝たきり」や「要介護状態」に陥る要因の一つといわれているのが、骨粗しょう症による骨折で歩けなくなる。日本では、約1200万人以上の患者がいるといわれています。骨粗しょう症の原因・治療法などについて聞きました。

骨量減少で骨がスカスカに こわい大腿骨頸部骨折

骨はカルシウムやリン 減少し、骨がスカスカ状態などのミネラル成分 状態になってもらくなりま

す。エストロゲンは骨を作る細胞を活性にし、骨を壊す細胞の働きを抑えます。低下すると骨の中のカルシウムが溶けやす

50歳以上は骨量測定検査を
食事と運動、薬物療法で改善



女性は、閉経期の40～50代で急激に減少し、50代半ばくらいで骨粗しょう症の危険範囲に。60代では2人に1人、70歳以上では10人に7人が骨粗しょう症に近い状態になっている

ウムは骨の硬さを、タン 骨量は、思春期のころ

骨がもろくなると、体の重みで背骨がつぶれて変形する圧迫骨折が起こ

骨量が減少し始めて 50歳以上は骨量測定検査を
食事と運動、薬物療法で改善

2013年6月29日付 リビングさいたま に掲載されました

す。エストロゲンは骨を作る細胞を活性にし、骨を壊す細胞の働きを抑えます。低下すると骨の中

骨量が減少するスピードを落とすには、食事を