



発行：国家公務員共済組合連合会 三宿病院 〒153-0051 東京都目黒区上目黒5-33-12 TEL 03-3711-5771(代)

## ■ ■ あなたは大丈夫？ 骨粗鬆症！ ■ ■

整形外科部長 高橋 総一郎

患者数は約 1380 万人！

70 歳代では女性の 40%以上！治療中はわずか 20%！

今や推定患者数約 1,380 万人、女性の 60 歳台で約 30%、70 歳台では 40%以上、80 歳を超えると実に 50%以上が骨粗鬆症とされています。もちろん男性でも骨粗鬆症になる可能性はあります。骨粗鬆症では、転倒などの些細なことで骨折を起こしやすくなり、これを脆弱性骨折と言います。

大腿骨頸部（股の付け根）骨折では、寝たきりにならないためには手術が必要となりますが、手術を行っても介護が必要になることがあります。大腿骨頸部骨折は 70 歳代後半で急激に増加しますが、背骨の骨折はそれより早い 60 歳代前半より増加します。

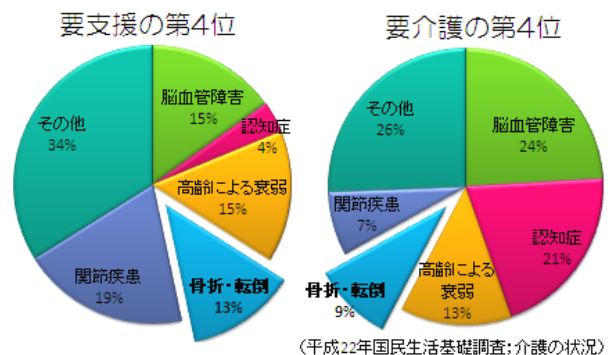
そして、残念なことに骨粗鬆症があっても治療を受けている数は約 20%に過ぎず、骨折を起こして初めて発見される場合が多いのが実情です。

早期に骨粗鬆症を発見し治療が始められるよう、是非、骨密度検査をお受けください。特に次のような事で思い当たる方は、積極的に検査を受けましょう。

- ご両親に脆弱性骨折の治療歴がある。
- 以前、骨密度検査で年相応と言われた。
- 1 年以上骨密度検査を受けていない。
- 最近骨折した。
- 生活習慣病で治療を受けている。

など次の骨折を起こすリスクが高くなります。詳細は、骨粗鬆症外来にご相談ください。

骨粗鬆症に伴う骨折などは、介護が必要になる大きな原因になります。



### お知らせ

#### ● ノルディックウォーク教室

平成 28 年 2 月 13 日(土) 14:00～ (第 2 土曜日)

#### ● ロコモ体操教室

講師 帝京平成大学 ヒューマンケア学部 教授 渡會 公治

日時 平成 28 年 2 月 10 日(水) 17:30 ~ 18:30 (第 2 水曜日)

場所 クリスタルスポーツクラブ世田谷 (三宿病院すぐそば) ※施設利用料 540 円

※クリスタルスポーツクラブ世田谷は 2 月で閉館となります。今後の詳細については決まり次第

お知らせいたします。

