

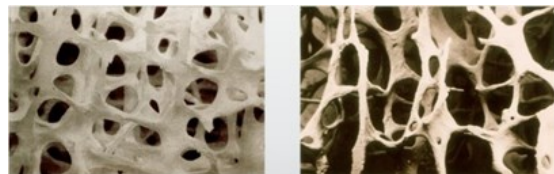
骨粗しょう症について

毎年10月20日は世界骨粗しょう症デーです。

日本の骨粗しょう症患者数は、1280万人(2015年)とされています。

正常な骨の断面

骨粗しょう症の骨の断面



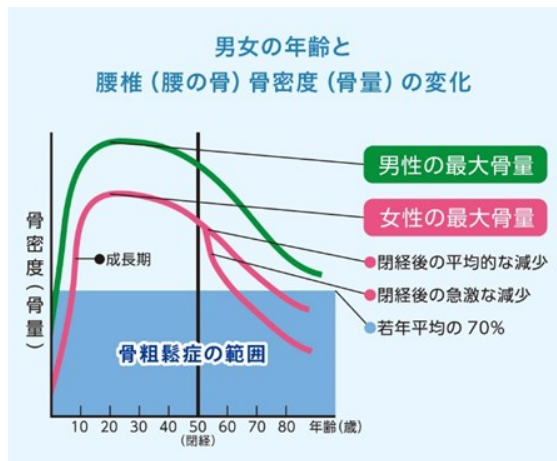
国立さくら病院

骨粗しょう症とは…

骨粗しょう症とは、骨量(骨密度)の減少と骨の質が低下することによって骨がもろくなり、骨折しやすくなる病気を言います。骨折を起こすと、再度骨折を生じるリスクが高くなり「骨折の連鎖」を引き起こし、寝たきりや認知症につながる可能性があります。

高齢の女性に骨粗しょう症が多いのはなぜ?

年齢が高くなると骨粗しょう症が増えてきます。特に女性の場合は、閉経後女性ホルモンが急激に低下するため、骨量が急激に減って骨粗しょう症を発症しやすくなります。



健康サイトbyアリナミン製薬

骨粗しょう症の簡単な自己評価

- 身長低下 … 生涯最大身長との差が4cm以上
- FOSTA … $\{ \text{体重(kg)} - \text{年齢} \} \times 0.2$ が-4より大きい
- FRAX (WHO骨折リスク評価ツール)

40歳以上を対象に、骨粗しょう症による骨折が向こう10年のうちに発生する確率を計算するツール

※骨密度検査(DEXA)は、若年成人(YAM)の骨密度平均値を100%として、実際の骨密度が何%なのか測定しています。若年成人(YAM)の80%以上であれば正常、70~80%であれば骨量減少、70%未満で骨粗しょう症と判定されます。

骨粗しょう症の薬

骨吸収抑制薬

ビスホスホネート製剤(リセドロン酸、ミノドロン酸、アレンドロン酸、ボンビバ錠など)

起床時にコップ1杯の水で服用、服用後30分は飲食を避け、また横にならないよう気をつけましょう。

選択的エストロゲン受容体調節薬(ラロキシフェン錠、バセドキシフェン錠など)

閉経後の骨粗鬆症に使用されます。

プラリア皮下注

低カルシウム血症を予防するために、ビタミンDやカルシウム製剤を併用。

骨形成促進薬

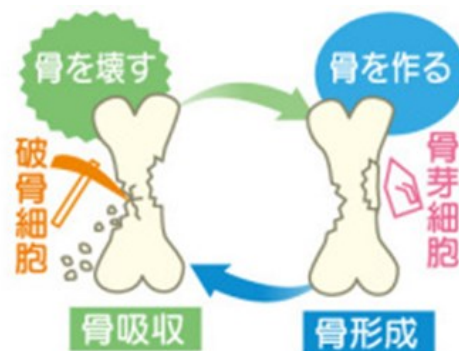
テリパラチド(テリパラチド皮下注、フォルテオ皮下注など)

24か月までと決められています。

骨代謝調整薬

ビタミンD製剤(エルデカルシトール、アルファカルシドールなど)

腸管でカルシウムの吸収を促進し、体内のカルシウムを増やします。



「骨粗鬆症について」市立貝塚病院

お薬のことや健康のことでご困っていたことがありましたらご相談ください。