

骨粗鬆(こつそしょう)症 &

骨密度測定装置(DEXA法)



～ 今年3月に骨密度測定装置を更新しました。～

『骨粗鬆(こつそしょう)症』という病気、一度は耳にされたことがあるのではないのでしょうか。前号の『前立腺がん』は男性の病気でしたが、『骨粗鬆症』は女性の方が圧倒的に多い病気として知られています。今号では『骨粗鬆症』について、当院の整形外科の医師にお話しを伺い、また今年の3月に装置が更新されましたので、そのご紹介をさせていただきます。

Q. 骨粗鬆症とは、どんな病気ですか？

A. 『骨粗鬆症』というのは「骨が弱くなって折れやすい状態」ということで、それ自体には痛みはないのですが、現実的には股関節部・背骨・手首・肩などの骨折で、入院や手術になる人が多いのです。

実は、骨は“入れ替わっていつでも新しい状態を維持”していますが、女性では閉経後に女性ホルモンが減少すると、“古い骨を削る量が増えすぎて”骨粗鬆症になってしまいます。残念ながら、カルシウムをたくさん食べても治療効果はなく、誤解されている方が多いようです。



Q. どのような検査をしたら、診断できますか？

A. <<骨密度測定>>

“骨の量そのもの”を測定する検査です。現在の骨の強さを確認することができます。正常の70%以下の骨密度だと『骨粗鬆症』と診断され、治療が必要です。

<<骨吸収マーカー測定(採血)>>

“骨の入れ替わり”をチェックする検査です。適切な治療法を考える基準や治療効果判定に役立ちます。

『骨粗鬆症』にも色々なタイプがありますので、人によって薬や注射など治療法が違います。

ここで、骨密度測定装置(DEXA法)のお知らせです！

● 今年3月に骨密度測定装置を更新しました。

装置の老朽化に伴い、平成25年3月11日(月)に更新しました。今まで入っていた装置と同じメーカーで、ホロジック社製 QDR-Discovery A型という新しい装置になります。そのままデータが移行されますので、これまで当院で検査された患者さんも、今ま

でと全く変わらずに経過を観察することができます。



更新前の装置



紫色を基調とした新しい装置です。
(ホロジック社製 QDR-Discovery A型)

● DEXA 法とは

DEXA 法とは、Dual Energy X-ray Absorptiometry の略で、2種の異なるエックス線を照射し、骨と軟部組織の吸収率の差で骨密度を測定する方法という意味です。被ばく量は極めて少なく、迅速かつ精度の高い測定ができ、骨密度測定の標準とされています。

● 当院は腰椎と大腿骨頸部（足の付け根の部分）を測定します。

骨折を起こしやすい部位を直接測ることで、高い精度の骨密度が分かります。また腰椎と大腿骨頸部を測定すれば、他の部位の骨折リスクの評価もすることができます。当院では腰椎と大腿骨頸部の2ヶ所を骨密度測定し、評価をしています。検査時間は10分程度で、患者さんは検査着に着替えていただき、じっと寝ているだけの検査です。

● 検査結果を患者さんにお渡ししています。

患者さんに検査の結果をお渡ししています。（検査結果の見方については、最後のページで簡単にご説明します。）

Q. 治療法や日ごろから気をつけなければいけない点を教えてください。

A. 適度な運動をすることは効果がありますね。ただ『骨粗鬆症』では“運動療法”や“食事療法”はあくまで補助的な効果なので、薬を飲むなどの適切な治療が必要です。骨折の予防のためには、「転ばないように、段差をなくしたり、手すりを作るなどの工夫」は必要ですね。また中腰で重いものを持ち上げたり、草むしりなども背骨への負担が大きいのので要注意です。

『骨粗鬆症』の心配をするよりも、まずは自分の状態を調べ、必要に応じて正しい治療を受け、“骨折のない楽しい毎日”を送れるようにしましょう。



当院では、骨密度測定(DEXA 法)を行っております。

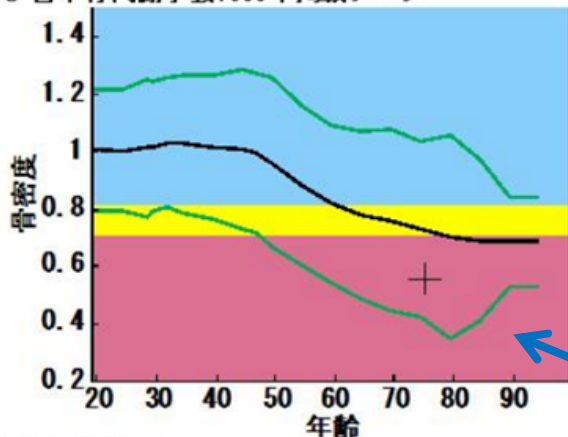
ご心配な方は整形外科医師または主治医にご相談ください。

検査結果はこのような形で、患者さんへお渡ししています。

骨密度測定結果

| | | | | |
|-------|----------|------|----------|---------|
| 受診者番号 | | | | 柏市立柏病院 |
| 名前 | | | | 柏市布施1-3 |
| 年齢・性別 | 75歳・女性 | 生年月日 | | TEL: |
| 測定検査日 | | 測定部位 | 腰椎 L.234 | |
| 身長 | 149.0 cm | 体重 | 47.0 kg | |

◎◎ 日本骨代謝学会1996年掲載データ



- +** あなたの骨密度です
- 青色の所** 以上は心配ない区域です
- 黄色の所** 少しは気をつけた方がいい区域です
- 赤色の所** 骨密度が少なく注意が必要な区域です
- 二重線** この間は各年齢の平均骨密度範囲です

この赤い部分(若い人と比べて70%以下)に入っていると、骨粗鬆症が疑われます。

◎今回測定結果

腰椎 L.234を測定しました

あなたの骨密度は
0.552 g/cm²です

若い人と比較した値は
55 %です

同年代と比較した値は
76 %です

骨面積 : 48.080 cm² 骨塩量 : 26.528 g

骨密度:
骨に含まれるミネラル(カルシウム他)の量です

若い人と比較した値:
骨密度がもっとも多い、29.1歳の骨密度を100%としたときの比較です。この値が低くなると骨粗鬆症が疑われます。**80%以上** は心配ありません。

70~79% は骨密度がやや低下しています。食事・運動などの生活に気をつけましょう
70%未満 は一度、精密検査を受ける必要があります。

同年代と比較した値:
骨密度は年齢とともに少なくなっていくますがあなたの同年代のかたの骨密度を100%としたときの比較です。

若い人と比べて70%以下になると、骨粗鬆症が疑われます。

| | |
|-------|---|
| 骨密度判定 | 要精検 |
| コメント | 今回の検査で、あなたの骨密度は、同年代の人に比べて低いといえます。また、若い人と比較した値はかなり低下しています。骨粗鬆症の疑いもありますので、担当医の指示を仰いでください。 バランスのよい食事や適度な運動を心がけましょう。 |

骨密度測定検査では、若い人と比較して骨密度が70%以下であると『骨粗鬆症』を疑います。(同年代の方と比較して良い値であっても、『骨粗鬆症』と診断される場合があります。)