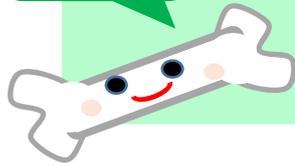




目指せ！
健康長寿



骨粗鬆症・サルコペニア外来 開設のお知らせ



内分泌・代謝内科: 内分泌・甲状腺・高血圧センターでは、2017年1月より、「骨粗鬆症・サルコペニア外来」(毎週木曜日)を開設する運びとなりました。「骨と筋肉を強くし、健康長寿を目指す」をコンセプトに、内分泌・代謝内科医の視点から骨粗鬆症の診療にあたり、骨折・サルコペニアの予防を目指します。お気軽にご相談ください。

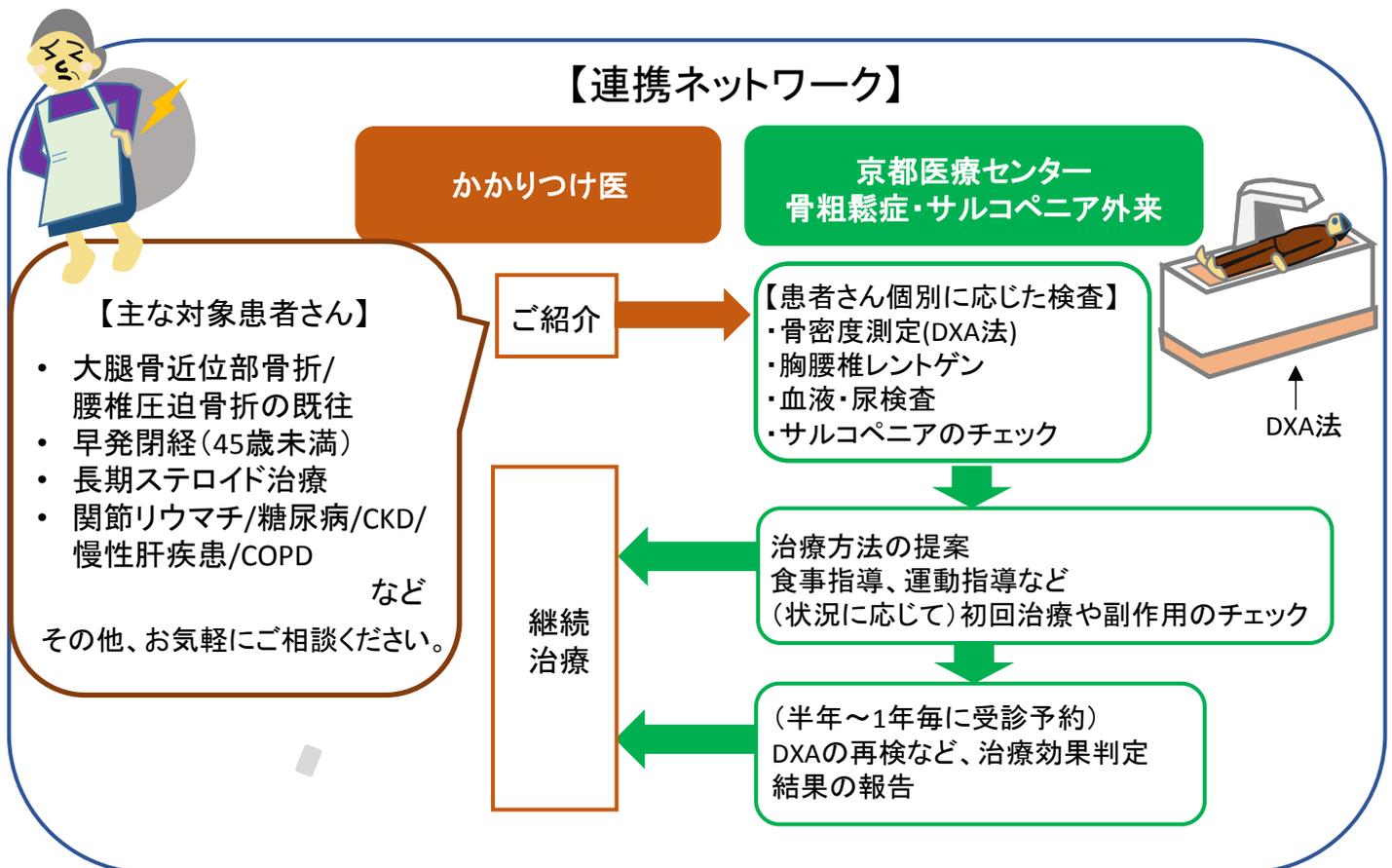
《日時》毎週木曜日 午前・午後

《場所》内分泌・代謝内科: 内分泌・甲状腺・高血圧センター

《外来担当医》〈第1・3・5週〉横本 真希, 〈第2・4週〉日下部 徹

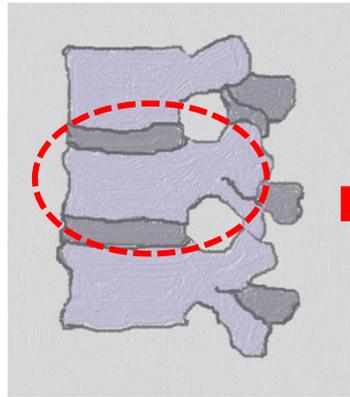
骨粗鬆症・サルコペニア外来ではかかりつけ医とも連携しています。

【連携ネットワーク】

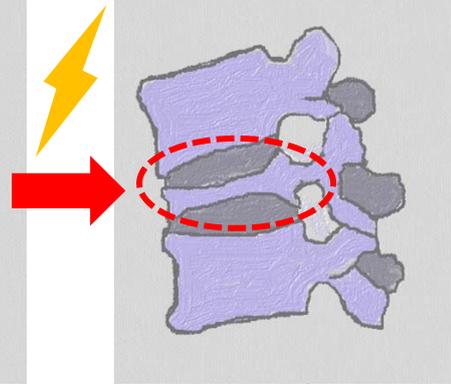


骨粗しょう症

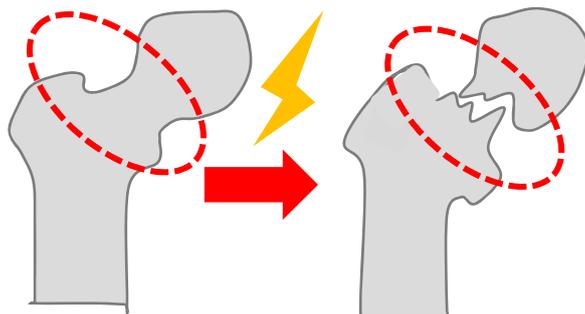
骨の「密度」や骨の「質」が低下して、骨折しやすくなります



正常の骨



せきついあっぱく
脊椎圧迫骨折



正常の骨

だいたいこつ
大腿骨近位部骨折



こんな人は
注意！

骨粗しょう症の危険因子

- ① 年齢; 男性 70歳以上、女性 65歳以上
- ② やせている
- ③ 両親が大腿骨を骨折したことがある
- ④ タバコを吸う、もしくは毎日1合以上飲酒する
- ⑤ (女性の方) 45歳未満で閉経した
- ⑥ 若い頃、過度なダイエットをしたことがある
- ⑦ 若い頃より身長が縮んだ
- ⑧ ちょっとしたことでも骨折したことがある
- ⑨ ステロイドの服用歴がある
- ⑩ 糖尿病、慢性腎臓病、慢性肝疾患、関節リウマチ、慢性閉そく性肺疾患(COPD)で治療中である

ご存知ですか？ **サルコペニア**

加齢によって**筋肉量**が減り、握力や歩く速度が低下するなど、身体機能に影響がでる状態

65歳以上の約**20%**がサルコペニアといわれています

サルコペニアが引き起こす問題

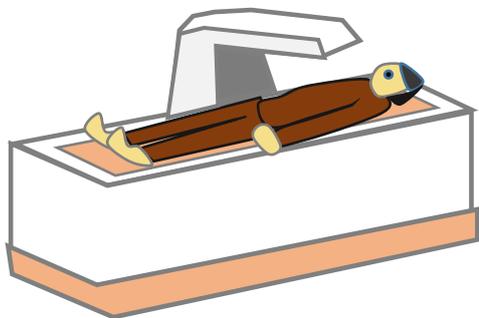
- ・**転倒や骨折**
- ・日常生活に支障
- ・生活習慣病や認知症などのさまざまな病気のリスク

健康長寿を
目指したいわ

サルコペニアと骨粗しょう症
は密接な関係があるのね



骨粗しょう症・診断までの流れ



↑骨密度検査
(DXA法)

①骨密度検査

・・・腰椎と大腿骨の骨密度を測定します。
全身骨密度を測定すると、筋肉量を算出することもできます。

きょうようつい

②胸腰椎レントゲン検査

・・・骨粗しょう症では、痛みがなくても背骨が折れていることがあるため、レントゲンで評価します。

③血液・尿検査

・・・「骨代謝マーカー」によって、骨の代謝状態を知ることができます。



骨粗しょう症は自覚なく進むことがほとんどです。
骨や筋肉の状態をチェックしてみませんか？

京都医療センター 内分泌・代謝内科：内分泌・甲状腺・高血圧センター
骨粗鬆症・サルコペニア外来にご相談ください