

# こんにちは！ 市民病院です！

## あなたの骨は大丈夫ですか？



加東市民病院  
放射線科  
三村 司

「背中が曲がってきた、背が縮んだ、腰が痛い」という方は、骨粗鬆症による『いつのまにか骨折』かもしれません。

骨粗鬆症とは、骨の成分であるカルシウム量が減少して、骨がスカスカになることで、骨がもろくなり、折れやすくなる病気です。

骨粗鬆症に伴う骨折の中で、最も頻度の高いもののひとつに、何もしていないのに骨折する『いつのまにか骨折』と言われる胸椎・腰椎の椎体圧迫骨折があります。骨粗鬆症に伴う大腿骨近位部、上腕骨近位部、肋骨などの骨折は、転倒を契機に生じることが多

### 骨密度測定・検査方法

測定部位は腰椎と股関節です。(検査時間 約5~10分)



① 仰向けに寝ていただき、足の下に台を入れた状態でX線撮影をします。  
(撮影時間 約10秒)



② 股関節は、足を伸ばして少し内側に傾け、動かないように固定して撮影します。  
(撮影時間 約10秒)

動かずに、じっとしているだけで、すぐに検査は終了します。

◎着替えていただくこともありますので、検査時は着脱しやすい服装でお越しください。

いようです。これら骨粗鬆症に伴う骨折の中でも、胸腰椎椎体圧迫骨折と大腿骨頸部骨折は、特に寝たきりにつながります。

骨がもろくなっているかど

うかを知る指標として代表的なものに、X線を使って骨の量を測る『骨密度測定』があります。加東市民病院では、今年1月、骨密度測定ができるX線TV装置を導入しました。

問い合わせ 加東市民病院

☎ 42・5511

検査では、①若い人(20歳(44歳)の平均値を100%とした時に、自分の骨の量が何%なのか、②同年齢の平均値と比較して、自分の骨の量が何%なのか、という2点がわかります。自分の骨の量がどれくらいあるのかを知る事が大切です。

この検査方法は、測定時間が短く、被ばく線量もわずかで済み、直接的に骨の状態を評価するので精度が最も高いとされています。

一般的に、骨の量は成長期に増加し、30~40歳で最大に達し、それ以降は年齢とともに減少します。骨粗鬆症と診断された場合は、早めに専門医に相談のうえ治療を開始することが、生涯、骨折知らずで過ごすための第一歩となります。

また、検査で健常と判定された方でも、今まで通り体を動かし、カルシウムを多く摂る生活を続け、加齢に伴う骨密度の減少を抑え、健常な状態が維持できます。早めに骨密度検査を受けて自分の骨の状態を知り、骨粗鬆症の予防につなげましょう。

### ケーブルテレビ

イオ光への移行推進期間  
延長のお知らせ

標準初期工事費や手数料が無料になるなどの特典がある『イオ光移行推進期間』を1年間延長し、平成29年3月31日まで継続します。平成29年3月31日をもって、現行の加東ケーブルビジョン・テレビ送信サービスは終了しますが、イオ光のテレビサービスに移行されますと、加東市の自主制作番組や文字放送を引き続きご覧いただけます。この機会にぜひ、移行をお申し込みください。

### 問い合わせ

協働部秘書広報課  
地域情報センター

☎ 42・8330

