

『骨粗しょう症検査 10年の節目を迎えて』

今月は、放射線科からのお話です。

平成23年にJA天塩（現JAるもい天塩支所）さんからご寄贈頂きました骨密度装置による骨粗鬆症検査が10年の節目を迎えました。今では毎年600名余りの方々にご利用いただいております。骨粗鬆症の診断・治療はもとより、口コモティブシンドロームやフレイルの予防として重要な検査になっています。

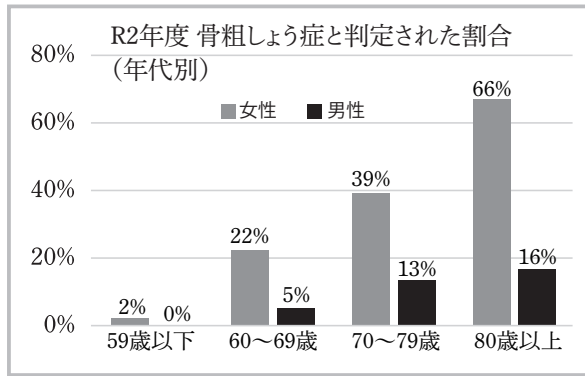
今回は、この10年間の検査結果から分かってきたことについてお話いたします。

① 検査結果の傾向から

毎年、検査結果を性別・年代別に調べています。ここ数年間、下にあるグラフのような傾向は変わっており、さらに天塩町は骨密度検査の受検率も高い（全国平均5%、2015年）ことから、この結果は天塩町を中心とする西天塩地域の傾向（実態）を反映しているものと考えています。

一般的に骨粗鬆症は、女性に患者が多く、60代女性で3人に1人、70代は2人に1人が発症すると言われています。町立病院の結果からも圧倒的に女性が多い傾向は

見られるものの、60代では5人に1人、70代では5人に2人と、全国平均より若干、骨密度を維持している女性の割合が多い、良い傾向をもつ地域と見ています。



一方で、60代女性の3人に1人は骨密度減少（骨粗鬆症の予備軍）という傾向も見られましたので、今後も定期的な検査を大切にして下さい。

男性も60才を過ぎると一定の割合で骨粗鬆症と判定されています。男性の方も、一度、測定することを勧めいたします。

② 骨密度を知ること、健康寿命を守ること

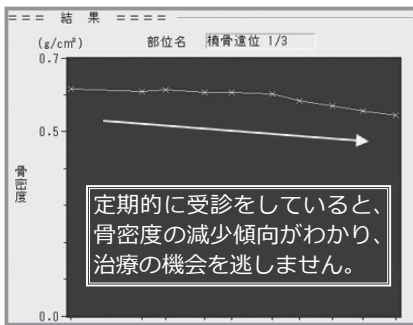
骨密度検査で、骨粗鬆症を早期に発見し治療を始める最大の目的は、骨折を防ぐことです。

骨粗鬆症は、自覚症状がなく、知らないうちに進行していく場合がほとんどです。

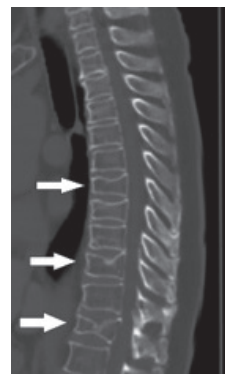
皆さんも「いつの間にか骨折」という言葉を聞いたことがあると思います。

自覚症状のない時から定期的に骨密度を調べておくことは、骨粗鬆症の予防と、健康寿命を守り延ばすことにつながります。

▼ 10年間、継続的に受診している患者さんの骨密度の変化



▲ 当院CT検査で、偶然、いつの間にか骨折が見つかった例



今なおコロナ禍の外出自粛にあり、日々の生活は運動不足になりがちで、自分の健康に不安を感じている方は多いと思います。実際、下肢の筋肉量の低下と3～5年後の骨粗鬆症の患者の増加も懸念されはじめています。

一度も骨密度を調べたことがない方、しばらく調べてない方、今年自分の骨密度を知る年にしてはどうでしょうか。

思い立ったが吉日です。

（文責：診療放射線技師 津田健志）

