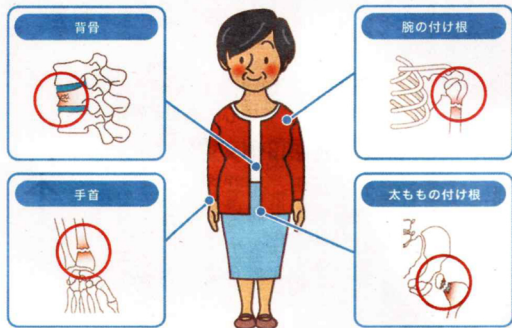


### 骨粗鬆症による骨折が起こりやすい部位



中外製薬 骨粗しょう症マネジメントツールから引用

## ⑤ 骨粗しょう症になると...

人生100年時代の健康管理  
 桐生大学桐生大学副学部長 山科 章



【プロフィール】広島県生まれ。1976年広島大学医学部卒業後、聖路加国際病院内科勤務。99年東京医科大学循環器内科主任教授。2020年5月から現職。総合内科専門医、日本循環器病予防学会理事長。

前回は骨粗しょう症の危険因子について紹介しました。ところで、骨粗しょう症にな

ると、どうなるのでしょうか。骨粗しょう症の代表的な症状は①背中や腰が痛くなる②背中や腰が丸くなる③身長が縮む④の三つです。しかし、ほとんどの場合は自覚症状なく進行し、骨折するまで骨粗しょう症であることに気付かれません。

骨粗しょう症が最も問題となるのが「脆弱性骨折」と呼ばれる骨

性骨折とそれに伴う合併症です。脆弱性骨折とは、ちょっとしたことで起こる骨折のことです。一般的には立った高さから転んで起こる場合が基準となっています。骨折しやすい部位は、背骨(脊椎)・脚の付け根(大腿骨近位部)・手首・腕の付け根(上腕骨)の4カ所です(図)。

脊椎体骨折は最も多く、日本人性では74歳で25%、80歳で43%に認められている報告もあります。背骨は体を支えているのですが、逆に体の重みがかかるため、骨折しやすいです。押

しつとされるので、圧迫骨折と呼ばれます。と7・3倍せりやすくなります。

次に多いのが、大腿骨近位部の骨折です。毎年十数人が受傷していますが、ほとんどが転倒によるもので、約半数が1年後に入浴にも生活となり、状態は悪化し、骨折前の状態に戻ることは難しくなります。

◆毎週月曜連載 桐生大学・桐生大学短期大学部副学長の山科章さんは、同大学医療保健学部の学生などに講義も開講している。

## 保健・福祉

※次回も骨粗しょう症を発見するためには、