



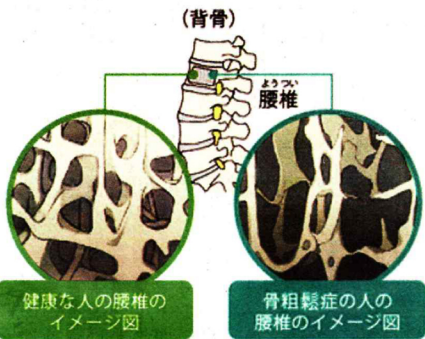
【プロフィール】広島県生まれ。1976年広島大学医学部卒業後、聖路加国際病院内科勤務。99年東京医科大学循環器内科主任教授。2020年5月から現職。総合内科専門医、日本循環器学会専門医、前日本循環器病予防学会理事。

人生100年時代の健康管理

桐生大学桐生全副学部長 山科 章

前回、「骨粗しょう症」は、背中の曲がりにより、初期症状に気付く付くこと、身長を測るは骨の強さを調べる必要

⑤4 骨密度を調べましょう



旭化成ファーマホームページ「骨粗しょう症ってどんな病気？」から引用

要があります。

骨の強さを決めるのは「骨の量(骨密度)」と「骨の質(骨質)」です。骨の量が減り、骨の質が劣化すると、骨はもろくなります。

第50回で語りましたが、骨は外側の皮質骨と中心部の海綿骨からなっています。海綿骨はスポンジのような構造をしており、たくさん

の骨のほり(骨梁)が縦横に連結して、強度を保っています。しかし、この部分の骨が減って細くなり、質が劣化して切れると、図のように崩れて、スカスカの状態になります。

骨は部位によって構造も性質も海綿骨で、皮質骨と海綿骨の比率も部位によって異なります。椎体とも呼ばれる背骨は海綿骨が多く、長骨骨と呼べる手足の骨は皮質骨が多いのが特徴です。加齢や閉経によって骨量が最初に減るのは海綿骨で、海綿骨の割合が大きいため、椎体が早く折れることで、圧縮骨折によって背中が

曲がり、背の身長が低くなることが多いです。骨の強さは、骨密度が7割、骨質が3割といわれています。「骨質」を簡単に調べる方法はまだありませんが、「骨密度」は比較的簡単に測ることができ、骨密度の検査を行います。骨密度が低下する前でも、骨粗しょう症を発見することができ、適切な治療を受けることができます。

骨の強さを測る部位や方法をいくつかあり、目的によって使い分けられます。骨粗しょう症をスクリーニング(ふるい分け)するために必要があります。

正確に診断するには海綿骨が多く、骨折しやすい背骨(腰椎)や足の骨(大腿骨)の付け根の部分で、放射線を使った特殊な方法(DXA)が必要です。

※今回は骨密度検査をもっと詳しく紹介します。

保健・福祉

◆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。