

### 骨粗鬆症治療薬の分類と主な薬剤

- 1. カルシウム薬
- 2. 骨形成促進薬
  - ・ 活性型ビタミンD3薬
  - ・ 副甲状腺ホルモン薬
  - ・ ビタミンK2薬



- 3. 骨吸収抑制薬
  - ・ カルシトニン薬
  - ・ ビスホスホネート薬
  - ・ 抗RANKLモノクローナル抗体薬
  - ・ 選択的エストロゲン受容体モジュレーター薬
  - ・ 女性ホルモン薬(エストロゲン)

理解しおき、散歩や背筋を鍛える運動が有効です。

椎体と大腸、大豆製品の摂取量を増やして1日800ミリグラムの増加・維持効果だけを、バランスの改善や骨折の防止に役立てます。近頃は、新しい治療薬も数多く開発されました。その欠、薬の選択も複数にわたりますが、主治医とご相談しましょう。

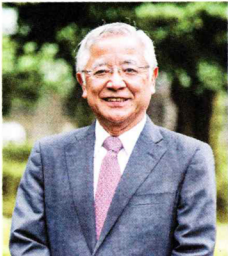
骨粗しょう症の原因には、カルシウム不足、ビタミンD不足、リンの過剰摂取、食塩の過剰摂取、運動不足、日照不足、喫煙、過度の飲酒など多々あります。食事療法の基本は、牛乳・乳製品、野菜、大豆製品の摂取量を増やして1日800ミリグラムの増加・維持効果だけを、バランスの改善や骨折の防止に役立てます。近頃は、新しい治療薬も数多く開発されました。その欠、薬の選択も複数にわたりますが、主治医とご相談しましょう。

骨粗しょう症の原因には、カルシウム不足、ビタミンD不足、リンの過剰摂取、食塩の過剰摂取、運動不足、日照不足、喫煙、過度の飲酒など多々あります。食事療法の基本は、牛乳・乳製品、野菜、大豆製品の摂取量を増やして1日800ミリグラムの増加・維持効果だけを、バランスの改善や骨折の防止に役立てます。近頃は、新しい治療薬も数多く開発されました。その欠、薬の選択も複数にわたりますが、主治医とご相談しましょう。

骨粗しょう症の原因には、カルシウム不足、ビタミンD不足、リンの過剰摂取、食塩の過剰摂取、運動不足、日照不足、喫煙、過度の飲酒など多々あります。食事療法の基本は、牛乳・乳製品、野菜、大豆製品の摂取量を増やして1日800ミリグラムの増加・維持効果だけを、バランスの改善や骨折の防止に役立てます。近頃は、新しい治療薬も数多く開発されました。その欠、薬の選択も複数にわたりますが、主治医とご相談しましょう。

## 57 骨粗しょう症の治療

人生100年時代の健康管理  
桐生大学 桐生学院大 副学長 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、日本循環器学会専門医、前日本循環器病予防学会理事長。

これまで、骨粗しょう症の病態から診断法まで紹介しました。今回は、治療について、

治療の基本は、生活習慣の改善と薬物療法です。第51回「骨粗しょう症、予防できるもの、できないもの」で予防できる原因を紹介しました。若い時からこうしたことに注目して予防を心掛けてほしいのですが、何歳になっても遅すぎることはありません。復習を兼ねて紹介しますと、

## 保健・福祉

運動が望ましいとされていますが、運動は骨密度の増加・維持効果だけを、バランスの改善や骨折の防止に役立てます。近頃は、新しい治療薬も数多く開発されました。その欠、薬の選択も複数にわたりますが、主治医とご相談しましょう。

骨粗しょう症の原因には、カルシウム不足、ビタミンD不足、リンの過剰摂取、食塩の過剰摂取、運動不足、日照不足、喫煙、過度の飲酒など多々あります。食事療法の基本は、牛乳・乳製品、野菜、大豆製品の摂取量を増やして1日800ミリグラムの増加・維持効果だけを、バランスの改善や骨折の防止に役立てます。近頃は、新しい治療薬も数多く開発されました。その欠、薬の選択も複数にわたりますが、主治医とご相談しましょう。

骨粗しょう症の原因には、カルシウム不足、ビタミンD不足、リンの過剰摂取、食塩の過剰摂取、運動不足、日照不足、喫煙、過度の飲酒など多々あります。食事療法の基本は、牛乳・乳製品、野菜、大豆製品の摂取量を増やして1日800ミリグラムの増加・維持効果だけを、バランスの改善や骨折の防止に役立てます。近頃は、新しい治療薬も数多く開発されました。その欠、薬の選択も複数にわたりますが、主治医とご相談しましょう。

骨粗しょう症の原因には、カルシウム不足、ビタミンD不足、リンの過剰摂取、食塩の過剰摂取、運動不足、日照不足、喫煙、過度の飲酒など多々あります。食事療法の基本は、牛乳・乳製品、野菜、大豆製品の摂取量を増やして1日800ミリグラムの増加・維持効果だけを、バランスの改善や骨折の防止に役立てます。近頃は、新しい治療薬も数多く開発されました。その欠、薬の選択も複数にわたりますが、主治医とご相談しましょう。

骨粗しょう症の原因には、カルシウム不足、ビタミンD不足、リンの過剰摂取、食塩の過剰摂取、運動不足、日照不足、喫煙、過度の飲酒など多々あります。食事療法の基本は、牛乳・乳製品、野菜、大豆製品の摂取量を増やして1日800ミリグラムの増加・維持効果だけを、バランスの改善や骨折の防止に役立てます。近頃は、新しい治療薬も数多く開発されました。その欠、薬の選択も複数にわたりますが、主治医とご相談しましょう。

◆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。