

武蔵ヶ丘病院の「骨粗しょう症外来」

当院では2022年度に「骨粗しょう症チーム」を発足し、地域にお住まいの皆様の健康支援の一貫として、骨粗しょう症の診療を実践しています。

骨粗しょう症外来では骨粗しょう症の薬物治療を中心に、栄養指導、転倒予防を含めた運動療法、生活習慣指導などを行っています。気になる方はお気軽にご相談ください。



外来診療日

	月	火	水	木	金	土	日
午前		●					
午後	●						



WEBパンフレット



あなたの骨大丈夫？

もしかしたら…それって骨粗しょう症かも？

あなたの骨健康度をチェックしてみよう！

次の項目について、当てはまる部分の点数を合計してください。あなたの骨の健康度がわかります。

1 牛乳、乳製品をあまりとらない	2点
2 小魚、豆腐をあまりとらない	2点
3 たばこをよく吸う	2点
4 お酒をよく飲む方だ	1点
5 天気のいい日でも、あまり外に出ない	2点
6 体を動かすことが少ない	4点
7 最近、背が縮んだような気がする	6点
8 最近、背中が丸くなり、腰が曲がってきた気がする	6点
9 ちょっとしたことでも骨折した	10点
10 体格はどちらかと言えば細身だ	2点
11 家族に「骨粗鬆症」と診断された人がいる	2点
12 糖尿病や、消化管の手術を受けたことがある	2点
13 (女性)閉経を迎えた(男性)70歳以上である	4点

結果の見方

あなたの合計点数に当てはまる項目をご覧ください

- 2点以下 今は心配ないと考えられます。これからも骨の健康を維持しましょう。
- 3点~5点 骨が弱くなる可能性があります。気をつけましょう。
- 6点~9点 骨が弱くなっている可能性があります。注意しましょう。
- 10点以上 骨が弱くなっていると考えられます。一度医師の診察を受けてみてはいかがでしょうか。

合計

点

骨粗しょう症について詳しくはコチラ！



〒861-8003 熊本市北区楠7丁目15-1
Tel.096-339-1161(代表) Fax.096-339-4717(代表)

外来予約専用ダイヤル **096-339-1155**

●ご予約は受診希望日の前日までに、ご連絡をお願いいたします。

制作/医療法人田中会 武蔵ヶ丘病院 骨粗しょう症チーム

骨粗しょう症外来について詳しくはWebをチェック！

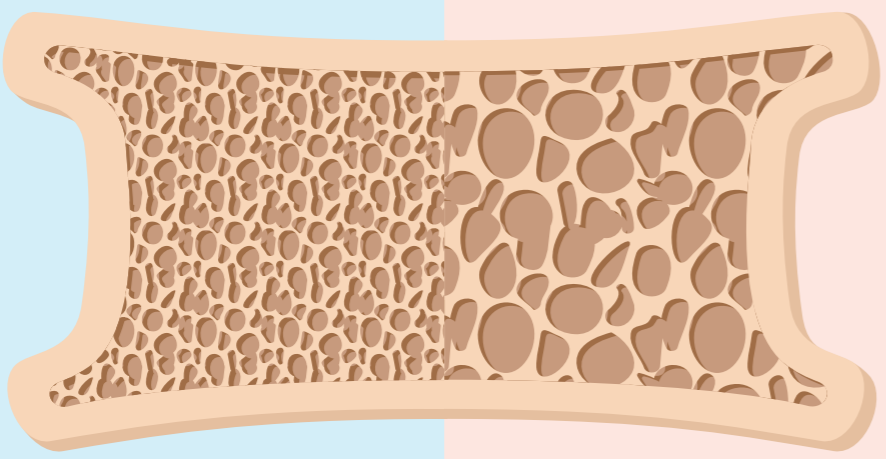


骨粗しょう症って、どんな病気？

骨粗しょう症とは、骨の強さが低下し、骨折しやすくなる病気です。骨粗しょう症が進行すると骨がスカスカでもろくなるため、尻もちやくしゃみなど、ささいなことでも骨折を起こしてしまいます。

健康な骨

骨粗しょう症の骨




骨折の痛みのために日常生活が不自由になったり寝たきりになるケースもあります。

年齢が高くなるほどなりやすく、40歳以上の日本人女性においては4～5人に1人が骨粗しょう症ともいわれています。

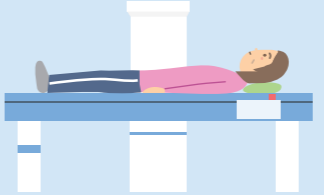
骨粗しょう症の診断の流れを教えてください

1. 問診



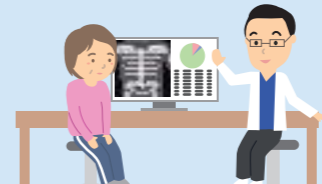
過去の病気、骨折したことがあるか等をたずねます。

2. 検査



必要に応じてレントゲン、骨密度検査、血液検査を行います。

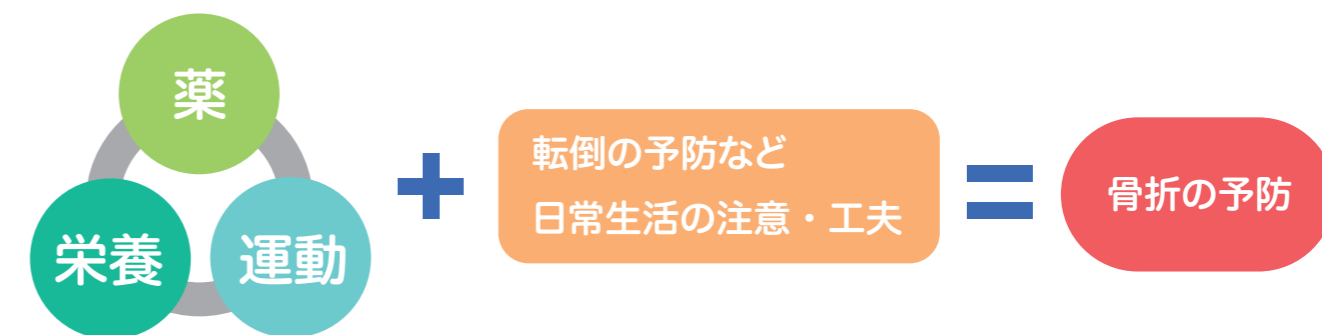
3. 診察



骨粗しょう症に関する治療を説明致します。


どんな治療・予防をするの？

骨粗しょう症の治療は、「骨折の予防」が目的であり、薬物療法を中心に、食事療法、運動療法を組み合わせで行います。また、転倒の予防など、骨折しないための日常生活での工夫も大切です。

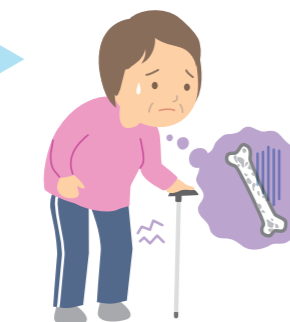


骨粗しょう症になると、どうなるの？


骨粗しょう症になると背骨が徐々につぶれ、背中が丸くなったり腰の痛みが引き起こされたりします。また転んで、足の付け根を骨折し、寝たきりになることもあります。




健康な状態



背中が曲がる(丸くなる)



転んで骨折する



歩けなくなる

姿勢の変化

骨粗しょう症により姿勢が悪くなり、転倒しやすい状態になります。

骨折の連鎖

骨粗しょう症で一度骨折すると、再び骨折するリスクが高まることが知られています。

骨粗しょう症を予防するためには、口腔ケアも大切！

骨粗しょう症になると、歯の周囲の骨ももろくなるため歯周病になりやすく重症化しやすい傾向にあり、ひどくなると「顎骨骨髄炎」や「顎骨壊死」を引き起こすと言われています。

顎骨骨髄炎・顎骨壊死を防ぐためのケアポイント



毎日の歯みがき



定期的な歯科受診



歯科医師への相談