

# 骨密度を調べてみませんか？

※人間ドック・一般健診の オプション として  
お申込みできます



彦根市立病院

Hikone Municipal Hospital

・あなたは当てはまりませんか？

- ☒ 食生活が偏っている
- ☒ たばこやお酒をよく嗜む
- ☒ 運動不足である
- ☒ 日光にあまりあたらない



一つでも**当てはまる人**は、将来**骨粗鬆症**になりやすい人です。

コツコツと

健康寿命

伸ばそうよ



## 骨密度検査（※腰椎＋股関節）

※腰椎や股関節の手術歴がある方はお申し付けください。

・4,950円(10%税込)、検査時間 約15分

◎健診にて受診の場合

健診用の検査着のままで検査を受けていただけます。

## ○骨密度検査ってどんな検査？

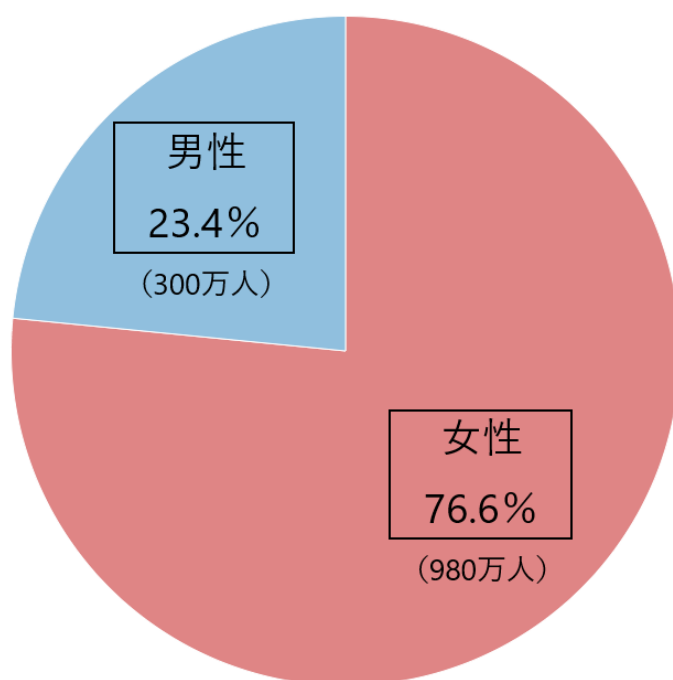
骨密度検査は、骨粗鬆症の代表的な検査です。骨強度に大きくかわる成分の量を測る検査で、特に背骨や大腿骨などの質と強度を調べます。骨粗鬆症の初期段階には**ほとんど自覚症状がない**ため、定期的に骨密度検査を受けていただくことが、骨粗鬆症の早期発見につながります。また、自身の骨の健康状態を知り、食事や運動など生活改善をすることで、骨粗鬆症の予防にもなります。さらに早期発見することで、高齢者に多く見られる**大腿骨骨折・圧迫骨折**などで**寝たきりになってしまうリスクを回避**できます。

## ○骨粗鬆症になるリスクが高い人とは？

- ☑閉経後、または治療により生理を止めている女性
- ☑若いときに生理不順があった女性
- ☑運動不足、若いときに過度の運動をしていた
- ☑タバコを吸う、多量にお酒を飲む
- ☑甲状腺機能亢進症と診断されたことがある

女性は男性に比べて骨粗鬆症になるリスクが高いとされています。最新の骨粗鬆症のガイドラインによると、骨粗鬆症の患者数は約 1280 万人(男性 300 万人、女性 980 万人)とされており、患者数だけでみても男女差は 3 倍以上あると言えます。上述したとおり、骨粗鬆症には自覚症状がないため、一度骨密度測定を受けて頂くことで、骨粗鬆症がどの程度進行しているかを判別することができます。もちろん年齢を重ねるにつれ男性もかかる病気であるため、一度骨密度測定を受けることをお勧めします。

40 歳以上の骨粗鬆症患者の男女比



骨密度測定は、正常値をもとに経過観察をしていくことが重要です。左図を見てもらうとわかるとおり、年齢が高くなればなるほど骨粗鬆症を患う可能性が高くなり、さらに女性は閉経後、ホルモンバランスが変わって骨密度が低下します。一度罹患してしまうと、自身の正常値というものが判断できません。そのため骨量の変化が少ない **20～40 代のうちに一度測定** をしておき、予め自分自身の正常値を知っておくことが大切です。その結果が 50 代以降の測定時、比較するのに役立ちます。

また、骨密度の値は年々変化していきます。経時的な変化をみるためにも、**同じ施設で検査を受ける**ようにしてください。

