

骨粗鬆症リエゾンサービス

骨粗鬆症とはどんな病気？

骨粗鬆症とは骨の量が減り、質も劣化して、骨の強度が低下し骨折しやすくなる病気です。



骨粗鬆症になっても痛みは発生せず、身長が縮む、背中が丸く

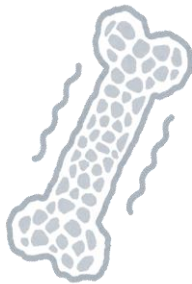
なるといった症状が徐々に起こるため病気と気づかないことも少なくありません。

骨粗鬆症になると「軽く転んだ」「尻もちをついた」「重いものを持ち上げた」等の

日常起こりうる事で背骨や太もものつけ根、手首などの骨折を生じやすくなります。

また骨折の治療に時間がかかるので、その間に全身状態が低下し、寝たきりになるおそれもあります。

骨粗鬆症の原因



骨の中では、骨吸収（古い骨が壊されること）と骨形成（新しい骨がつくられること）が繰り返されており、骨吸収が骨形成を上回ると骨量が減少していき、骨粗鬆症になります。

男性にも見られますが女性に多く、特に閉経後のホルモンバランスの崩れによって起こります。他には老化や遺伝、喫煙や過度の

飲酒、運動不足や過度の飲酒などが原因になります。

続発性骨粗鬆症では、甲状腺機能亢進症、副甲状腺機能亢進症、関節リウマチや糖尿病などの病気、ステロイド剤の長期服用なども原因になります。

骨粗鬆症の予防

骨粗鬆症予防は、運動と栄養が基本です。

・カルシウム、ビタミンD、ビタミンK、タンパク質を摂取するよう心掛ける。



- ・散歩や片足立ち運動・日光浴をする。
- ・禁煙し、過度の飲酒を避ける。
- ・極端なダイエット、偏食を避ける。

骨粗鬆症の治療

骨粗鬆症の主な治療は薬による治療です。骨粗鬆症になった骨を以前のように戻す薬はありませんが、骨の吸収を抑える薬、骨の形成を助ける薬、骨吸収と骨形成の骨代謝を調節する薬による治療を行います。



病態に即した製剤を使用すること、また薬を継続して使用することが重要となります。

骨粗鬆症リエゾンサービスとは

リエゾンとは、フランス語で連携や連絡という意味です。医師や看護師だけでなく、理学療法士、薬剤師、管理栄養士、放射線技師、社会福祉士など多くの専門職がチームになって治療のサポートを行うことをリエゾンサービスといいます。

目的は、最初の骨折への対応及び骨折リスク評価と、新たな骨折の防止、また最初の脆弱性骨折の予防です。サービスの提供対象は大腿骨近位部骨折例、その他の脆弱性骨折例、骨折リスクの高い方や転倒リスクの高い方、高齢者一般です。

すでに英国、豪州、カナダではこのようなサービスが実施され、他職種連携による骨折抑制を推進するコーディネーターの活動によって、骨折発生率が低下し、トータルでは医療費も少なく済むことが報告されています。

当院での取り組み

2019年7月より骨粗鬆症リエゾンサービスを立ち上げました。

整形外科医、看護師、理学療法士、薬剤師、管理栄養士、放射線技師、社会福祉士で構成されており、2020年4月から8名の骨粗鬆症マネージャーが在籍しています。

まだ始まったばかりの取り組みではありますが、少しでも骨粗鬆症による骨折を減らす

ことができるよう皆様のサポートを行ってまいります。



※**骨粗鬆症マネージャーとは**

骨粗鬆症診療支援コーディネーターの役割を担い、骨粗鬆症に関する知識を有するメ
ディカルスタッフで資格認定試験に合格した者を骨粗鬆症マネージャーと呼びます。

お気軽にご相談ください。