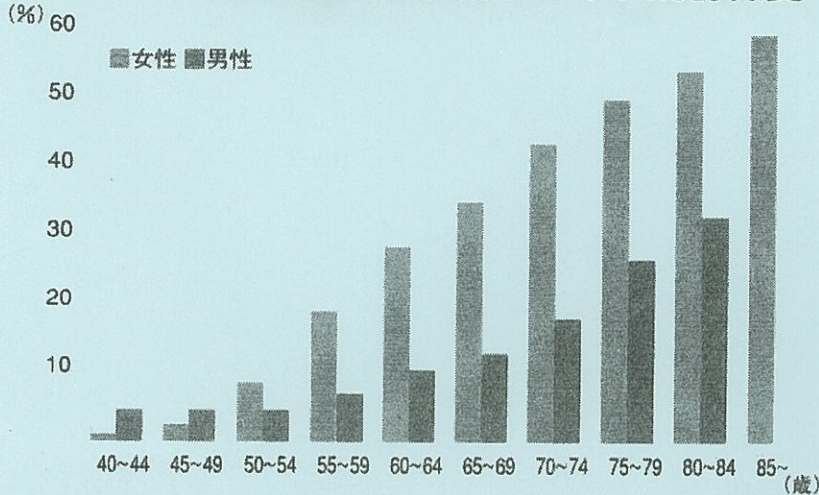


骨の病気についてご存知ですか!?

50代から急激に増加する骨粗鬆症

骨量が30%減ると骨粗鬆症です

骨密度による骨粗鬆症の年代別頻度



50代女性の 9人に1人
60代女性の 3人に1人
70代女性の 2人に1人
50代以上の女性の 3人に1人

女性のほうが男性より発生の頻度が高く、70歳以上では50%以上の女性が骨粗鬆症であるといわれています。

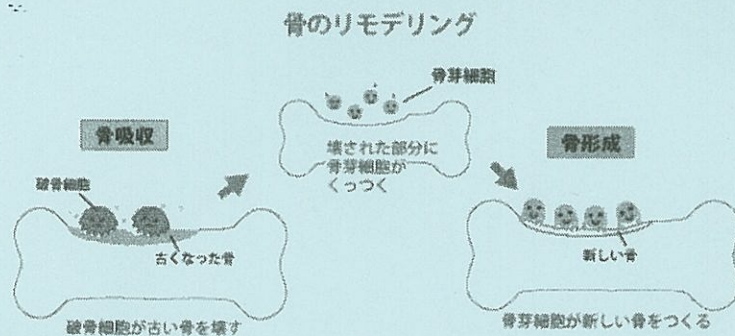
骨粗鬆症はそれ自体で症状が現れることは少ないですが、転倒などの際に骨折を起こしやすくするため、部位によっては歩行が困難になるなど、高齢化社会における重大な問題となっています。

女性の場合、40歳前後で、男性は骨粗鬆症が増え始める60歳前後に一度検査をして自分の骨量をきちんと把握し、予防に努めることをおすすめします。

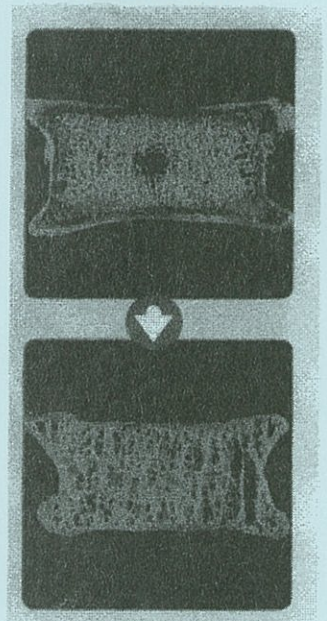
骨の新陳代謝

骨は一度できあがってしまうと、その後変わらないもののように思われがちですが、実は古くなり劣化した骨は、メンテナンスされて新しい骨へと生まれ変わっています。これが骨の新陳代謝です。または、「骨のリモデリング (骨改変)」ともいいます。

健康な骨では、骨吸収 (骨を壊す働き) と骨形成 (骨をつくる働き) のバランスが揃っています。しかし、骨粗しょう症の骨では、骨吸収がどんどん進んで骨形成を上回ってしまい、骨がスカスカして弱くなるのです。



健康な骨



骨粗鬆症の骨

骨粗鬆症を予防するには、日々の生活の中で

カルシウムの多い食事や日光浴・軽い運動を心がけましょう!!

(有)学園ファーマシー

小平市学園西町2-18-4

TEL:042-345-9000 FAX:042-342-7252

