

中経

論壇

支援NPOクラブ
経営参与

山本 章博



10月20日は「世界骨粗鬆症デー」である。日本では「骨粗鬆症による骨折をなくす」ことを目標に、1998年からスタートし、現在では97カ国が参加し、啓発活動を行っている。骨粗鬆症とは、一般的には「骨強度の低下を特徴とし、骨折の危険性が増大する骨格疾患」と定義されているが、骨粗鬆症によって引き起こされる骨折は、痛みや長期的な障害の原因になり、寝たきりや生命を脅かすおそれがある。国際骨粗鬆症財団(AOF)は世界の50歳

以上の女性3人に1人、男性5人に1人が、骨折を経験していると報告している。日本でも骨粗鬆症の潜在患者数は1000万人を超え、しかも、毎年増加の傾向にあるという。

私は昔、骨粗鬆症の治療薬の研究開発に関係したことがあるが、当時は、骨粗鬆症とは単なる骨の老化現象で疾患ではないからと、医療関係者も治療や予防に積極的ではなかった。しかし、近年、骨粗鬆症を取り巻く環境は大きく変化している。患者数は閉経後の女性が多いのは相変わらずであるが、無理なダイエットによって、必要な栄養素が

骨粗鬆症の検診を

骨折を予防して健康な生活を

骨量は低下しないのに骨が弱くなる新型の骨粗鬆症が増えているとのことである。

それでは、骨粗鬆症を予防するにはどうしたらよいのか。まず、一次予防として、骨量が増加する成長期に十分な栄養摂取や運動、太陽光を適度に浴びるなどして、骨量を増やすことが重要である。二次予防は、生活習慣（飲酒や喫煙など）を改め、食事内容の見直しをするなど、け防止により骨代謝の異常をきたす人など、骨粗鬆症予備軍と告げられる若者が増えている。また、糖尿病などの生活習慣病の影響を受け、骨量は減少に転ずると言われているが、減少に転ずる年齢を遅くすることや減少を緩やかにすることは本人の努力によつて可能である。

骨粗鬆症になってしまった場合は、薬物療法などを実施することになるが、この段階で大切なことは転倒の防止で、寝付かない対策である。そして、治療は早ければ早いほど効果があがることである。ところが、残念ながら、骨粗鬆症検診を取り入れている自治体は、全体の6割程度にとどまつており、内容的にも5年ごとしか受診できないことや70歳で検診が打ち止めになるなど十分とは言えない。クオリティライフのためにも、医療費削減のためにも、骨粗鬆症検診はもつと重視されるべきだろ