

骨密度検査を受けましょう

骨密度検査とは・・・

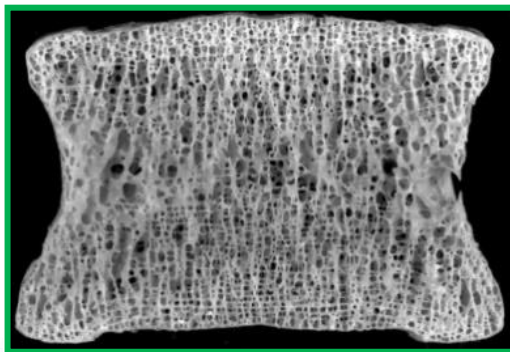
骨の中にカルシウムなどのミネラルがどの程度あるかを測定します。当院では「骨粗鬆症の予防と治療ガイドライン」で強く推奨され、信頼性が高いといわれている、腰椎と大腿骨の DXA 法(デキサ法)を使った骨密度測定を行っています。結果は若い人の平均値を 100%としたときに自分の骨の量が何%であるか数値化されるのでそれをもとに診断されます。この割合が 70%以上 80%未満の場合は要注意、70%以下の場合は「骨粗鬆症」と診断されます。骨密度が減少すると、骨が弱くなり骨折しやすくなります。密度の少ない状態を骨粗しょう症といいます。

骨粗しょう症とは・・・

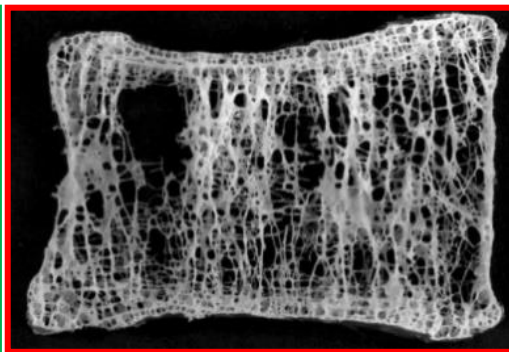
骨が弱くなり、骨折の危険が高まる骨格の病気です。骨粗しょう症の有病者数は 2021 年現在、50 歳以上の女性 3 人に 1 人、男性 5 人に 1 人といわれています。また、骨密度が減っていても、ほとんど自覚症状はありません。ただ骨粗しょう症がもとで骨折して初めて、痛みを感じたり、背中が曲がったり、寝たきりになったり、日常生活に支障を来し易くなります。早めの確認が必要です。背中が曲がる、腰が痛む、背が縮んできた等は骨粗しょう症のサインかもしれません。まずは骨密度を測ることをお勧めいたします。



健常患者の骨梁構造



骨粗しょう症患者の骨梁構造



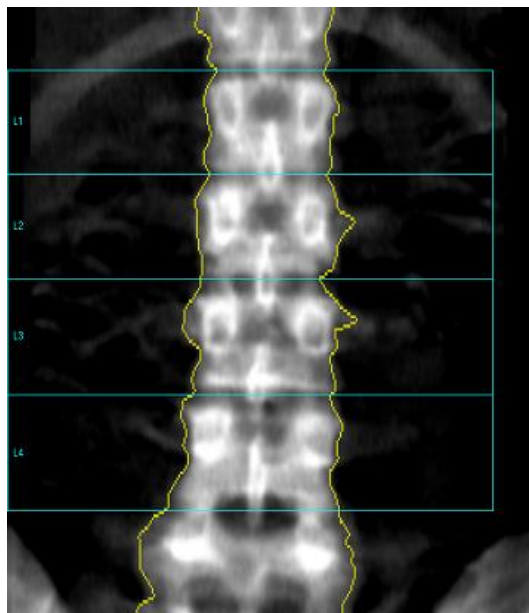
骨密度検査の流れについて

前準備

- ・妊娠中、もしくは妊娠の可能性のある方は検査できません。また、バリウム検査や、その他の造影検査の後は、骨密度検査を行えません。
- ・検査時の衣服は、腰椎(おへそ周辺)や大腿骨(足の付け根周辺)に金属等(ホック、ボタン等)が付いていない衣服を着用してください。また、湿布や使い捨てカイロ等は外してください。
- ・測定領域(腰椎、大腿骨)に人工関節を挿入されている場合は、あらかじめスタッフにご相談ください。

検査中

- ・測定位置に合わせて、スタッフがポジショニングを行います。
- ・検査中は動かないでください。
- ・痛みはありません。リラックスして検査を受けてください。
- ・腰椎や大腿骨の骨密度を測定します。
- ・測定時間は約 4 分です。



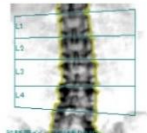
腰椎の DXA 法測定



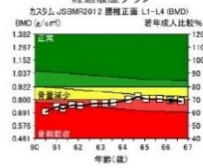
大腿骨の DXA 法測定

骨密度測定結果

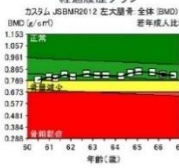
氏名: GE サンプル 様 ID: 123456
 生年月日: 1945/02/03 身長/体重: 155.0 cm / 46.0 kg
 性別: 女性 測定日: 2011/04/26



経膈歴図グラフ



経膈歴図グラフ



腰椎正面骨密度は **0.799 g/cm³** です。

若い人と比較した値は**69%**です。

同年代と比較した値は**96%**です。

大腿骨骨密度は **0.818 g/cm³** です。

若い人と比較した値は**85%**です。

同年代と比較した値は**105%**です。

＝原発性骨粗鬆症の判定基準＝
 (脆弱性骨折無し)

正常: 若年成人の 80%以上

骨量減少: 若年成人の 70%～80%

骨粗しょう症: 若年成人の 70%以下

※ 若年成人比較値が低い値で判定されます(ガイドラインより)。
 詳しくは医師の指示に従ってください。

強い骨
を作るには

食生活に注意 ⇒ 食事にカルシウムの豊富な食品を摂りましょう。
 日頃摂取量 ⇒ 成人に必要なカルシウムの量は1日約800mgです。
 適度な運動 ⇒ 適度な運動をしないと骨は弱くなります。
 日光浴 ⇒ 日光に当たると私たちの体内でビタミンDが合成されます。
 ビタミンDは小腸でカルシウム吸収を促進する働きがあります。



次回の検査は 年 月頃です

検査結果レポートの一例