



三宅整形外科医院 情報誌

Gait

【ゲイト】

10・11

月号(vol.57)

October/November

2023



vol.57 テーマ

「骨粗鬆症について」

- ・骨粗鬆症の骨密度測定から治療までの流れをご紹介
- ・旬の野菜の豆知識「レンコン」



骨粗鬆症の

当院での骨粗鬆症の治療を骨密度測定からご紹介

検査から治療まで

01 骨密度について

骨粗鬆症(こつそしょうしょう)とは、骨のカルシウム分(骨量)が少なくなり、骨の強度が低下してしまう病気です。その結果骨がもろくなり、腰が曲がったり背中や腰の痛みを訴えるようになり、またちょっとしたことで骨折しやすくなります。
骨粗鬆症は高齢者に多く、男性に比べて女性に多い傾向があります。



02 骨粗鬆症を調べる(骨密度測定器)

この測定器は、腰と大腿骨で測定します。
なぜならば、手や足を測定するのは正確ではありません。
骨粗鬆症は自覚症状がないことが多いので、骨密度測定が重要です。



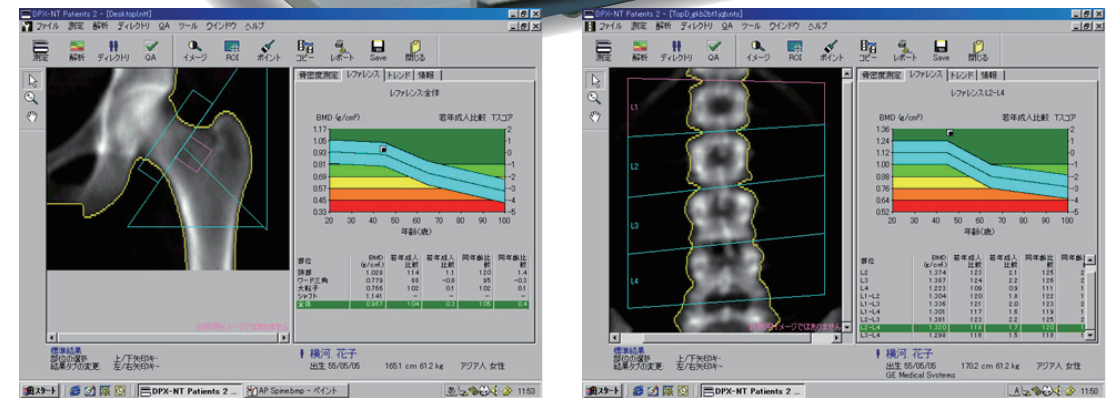
03 骨粗鬆症の治療

骨密度を測って対処が必要な場合には、さっそく治療を開始します。



症状よっての治療法

- ①閉経後骨粗鬆症に対して 内服薬剤=SERM製剤(毎日服用)
- ②測定して、軽い数字である場合 内服薬剤=ビタミンD3製剤(毎日服用)
- ③少し骨粗鬆症が進んでいる場合 内服薬剤=ビスフォスフォネート製剤(月1回、週1回、毎日服用のいずれか)
- ④骨粗鬆症が進んでしまったケース ②と③の薬を両方出します。
- ⑤更に骨粗鬆症が進んでいるケース 注射製剤処方します。ご自分で打つ注射や、当院で週に1回とか月に1回打つ注射があります。そのケースが終わったあとは、当院で6ヶ月に1回の注射をして骨密度の状態をキープします。



レンコン

旬の野菜の豆知識



レンコンの旬はいつ？

地元でも有名なレンコン。ほぼ通年出荷されていますが、旬は収穫が始まる9月～10月の秋から、正月のおせち料理で最も需要が多い冬。秋口に出荷される新レンコンは柔らかくあっさりとしていて、晩秋から冬のは粘りが出て甘味も増して美味しいです。

野菜のまめちしき

レンコンのアクにはポリフェノール類が含まれています。だから切り口が茶色く変色するんです。でもこのポリフェノールには、消炎止血作用があるそうです。レンコンには食物繊維も豊富で美容にもいいとされています。



有限会社ふれあい薬局

病院の処方箋はもちろん、OTC医薬品や在宅訪問のこと、お気軽にご相談ください！

私たちは地域の「かかりつけ薬局」として処方せん調剤、セルフメディケーション、在宅介護や健康食品の相談にも幅広く対応いたします。

在宅調剤もご相談ください！

○ 薬剤師の訪問薬剤指導 ○ 病院・診療所との連携 ○ 多職種との連携

北安東店

【営業時間】……[月～金] 9:00～18:00
[土] 9:00～17:00
TEL: 054-207-7322 (24時間) [休業日]……水曜・日曜・祝日/年末年始
FAX: 054-207-7323

唐瀬店

【営業時間】……[月～金] 8:30～19:00
[土] 8:30～17:00
TEL: 054-249-0866 (24時間) [休業日]……日曜・祝日/年末年始
FAX: 054-249-0867

本通店

TEL: 054-205-1951 (24時間)
FAX: 054-205-1956

西脇店

TEL: 054-282-5636 (24時間)
FAX: 054-282-5696

ものづくりの力を あなたの力へ

不自由を、自由に快適に動ける毎日に変えていきたい、それが私たちの仕事です。



(一社) 日本薬協登録・中部150号 義経・俊員・インソール・福祉用具 製造販売
ピーオーワークスアシスト株式会社

〒481-0041 愛知県北名古屋市九押菰口117番地 URL: <https://poworks-assist.com>
営業時間【月～金】 9:00～17:30 TEL: 0568-68-6365/Fax: 0568-68-6366

ヤクルト史上最高菌数・最高密度

人も地球も健康に
Yakult

Yakult 1000

乳酸菌 シロタ株 1000 億個

「Yakult1000」の継続飲用により

- 1 ストレスをやわらげます
- 2 睡眠の質を高めます
- 3 乳酸菌シロタ株が腸内環境を改善します



中央静岡ヤクルト販売株式会社

〒420-0913 静岡市葵区瀬名川 3-3-43

お気軽にお問合せください

0120-86-8960

受付時間 / 8:30 ~ 16:45 (日祝・年末年始を除く)

海苔の原葉を
栄養そのまま焼き上げ 練火焼

創業明治十年

海苔のかたやま
www.yamakata.jp

静岡市葵区流通センター5番2号
TEL (054) 263-2424(代)

