



【公認イメージキャラクター：医師びよんず】

vol.25



ご自由に
お持ちください
.....
Take Free

広報誌SUN（サン）は、地域の皆様に愛され 信頼され 満足される 質の高い情報の提供～ を目指します。

[なるほど健康塾～SUN版～] 骨粗鬆症のおはなし

整形外科 藤盛 理子

令和6年4月からより当院の骨粗鬆症外来を担当させて頂くことになりました藤盛といいます。

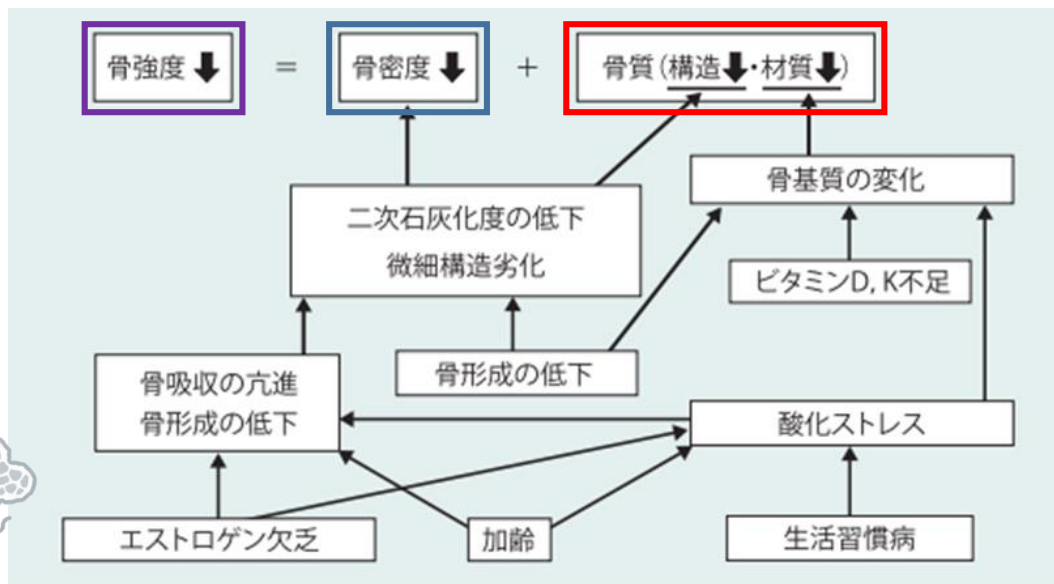
今回は初回ということで、非常に基本的な内容になりますが、骨粗鬆症の定義や診断の流れについて説明させて頂きます。

令和6年4月から
骨粗鬆症外来が
始まりました！
【毎週火曜日
予約・紹介制】



1 骨粗鬆症の定義

骨密度の低下と骨質の低下により骨強度が低下する疾患。



(日本骨粗鬆症学会 骨粗鬆症の予防と治療ガイドライン2015年版より)

骨密度

骨密度 (bone mineral density) とは、一定量の骨の中に含まれるミネラル分 (大部分はカルシウムとリン) の単位面積あたりの量を示す値のこと。

骨質

骨内部の環境(微細構造、骨代謝回転、骨組織の石灰化度)により規定される。図に示される様々な要因により微小骨折や微細構造の劣化が起こり、骨質が悪化する。

骨吸収(古い骨が破骨細胞に吸収される)と骨形成(骨芽細胞が新しい骨を作る)により骨が新しく置き換わることをリモデリングと言います。

骨吸収と骨形成のバランスが正常である場合、骨密度や骨質は維持されます。バランスが崩れる原因はいくつかありますが、多いものとしては閉経により女性ホルモンであるエストロゲン分泌が低下することにより破骨細胞の骨吸収が亢進し、骨量が減少していく閉経後骨粗鬆症が挙げられます。

2 診断

骨粗鬆症は脆弱性骨折の有無および骨密度(腰椎、大腿骨頸部)(%YAM:若年成人平均値※)に基づいて診断されます。

※ = 20～44歳の健常人の平均値を100%としたときの値

次ページへつづく



脆弱性骨折は、

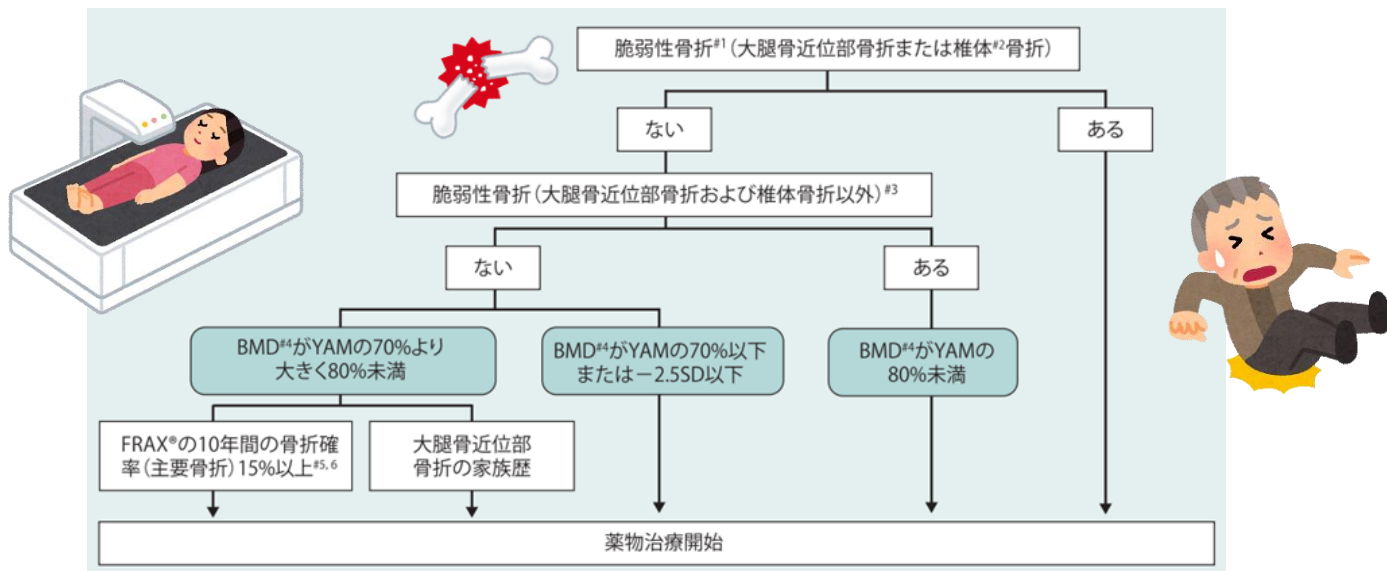
①脊椎椎体または大腿骨近位部

②肋骨、骨盤、上腕骨近位部、橈骨遠位端、下腿骨

の低エネルギー外傷（高所からの転落などではなく、立った高さからの転倒での受傷）による骨折を指します。

基本的に①の骨折を受傷した段階でただちに骨粗鬆症の診断および薬物治療開始の適応となり、②の骨折の場合はYAM 80%未満の場合に適応となります。

骨折がない場合でもYAM70%未満（もしくはTスコア<-2.5SD）の場合に薬物治療適応となり、生活習慣病などリスクが高いと判断した場合はYAM70~80%でも薬物治療を進める場合もあります。



(日本骨粗鬆症学会 骨粗鬆症の予防と治療ガイドライン2015年版より)

さらに、骨粗鬆症のなかでも以下のものは**重症骨粗鬆症**と診断されます。

- ①いずれかの椎体もしくは大腿骨頸部の骨密度がTスコア-3.3SD未満 (YAM約60%以下)
- ②2椎体以上の椎体骨折
- ③SQ 分類Grade3の椎体骨折

グレード3:高度の骨折



40%以上低下
40%以上減少

(日本骨粗鬆症学会 骨粗鬆症の予防と治療ガイドライン2015年版より)

重症骨粗鬆症の場合、次の骨折のリスクが非常に高い状態として早急な治療が必要になります。

次回以降は**診断に基づいた薬剤選択**について説明させていただきます。

ご自分の骨密度が気になる方は、当院の内科でもご相談できます。
(受付：月～金 11：00まで)
※予約制ではありません

市立病院の給食を紹介します！

6月の行事食メニューを紹介します！

紫陽花膳

- | | |
|-----------------|--------|
| ゆかりとそら豆のごはん | 胡麻豆腐 |
| 鶏のトマトジンジャーソースかけ | 紫陽花ゼリー |
| 炊き合わせ | メロン |
| 青菜の青じそ風味和え | 牛乳 |



診療看護師【英語ではNurse Practitioner（ナースプラクティショナー）、NP】は、高度な専門知識と技術を持ち、診療行為や治療を行うことができる看護師のことをいいます。

診療看護師になるために大学院で教育を受け、高度な技能を身に付けています。患者さんの健康状態を評価し、診断を行い、治療計画を立てることが可能であり、医師による事前の指示があれば薬の処方や検査の指示も行うことができます。医者のように診断と治療をするだけでなく、看護師のように丁寧な状態観察と、患者さん・ご家族と充分にコミュニケーションをとり、指導する役割も担うことができます。また、日本の医師偏在化対策として、医師の業務量軽減やへき地の医療機関での役割も期待されています。



当院のNPプロジェクトでは在宅診療において活躍できる診療看護師育成を目指し、2022年4月から東北医科薬科大学病院から診療看護師を週1回派遣してもらい、訪問診療への同行を開始し在宅診療における診療看護師の役割を考えてきました。

これまでオンライン診療も利用しながら診療看護師の単独訪問により、頻回に評価が必要な重度の皮膚炎の治療および皮膚ケアの指導、褥瘡のデブリードマン※、がん終末期の患者さんの終末期ケアの実践を行ってきました。これまで医師のスケジュールによって限定されてしまっていた患者さんやご家族、介護施設の方々とのコミュニケーションが充分にとれるようになり、医師の訪問診療だけでは得られないケアが実現できていると思います。



現在、当院に所属する看護師1名が大学院に入学し、診療看護師になるべく教育を受けており、今後も希望者を募り石巻生え抜きの診療看護師を育成する予定です。育成された診療看護師は当院在宅診療センターにおける中心的な役割を担うことが期待され、その後の発展として介護施設との連携強化や僻地診療所・病院での活躍も期待されます。

石巻の地域医療、在宅医療がより暖かく、しっかりとしたものになるようプロジェクトをすすめたいと考えております。今後にご期待ください。



※デブリードマン・・・壊死した組織を除去すること

**マイナンバーカードで
保険証確認を！**

当院では、マイナンバーカードでの保険証確認を行っています。
受診の際には、忘れずにカードをお持ちください。



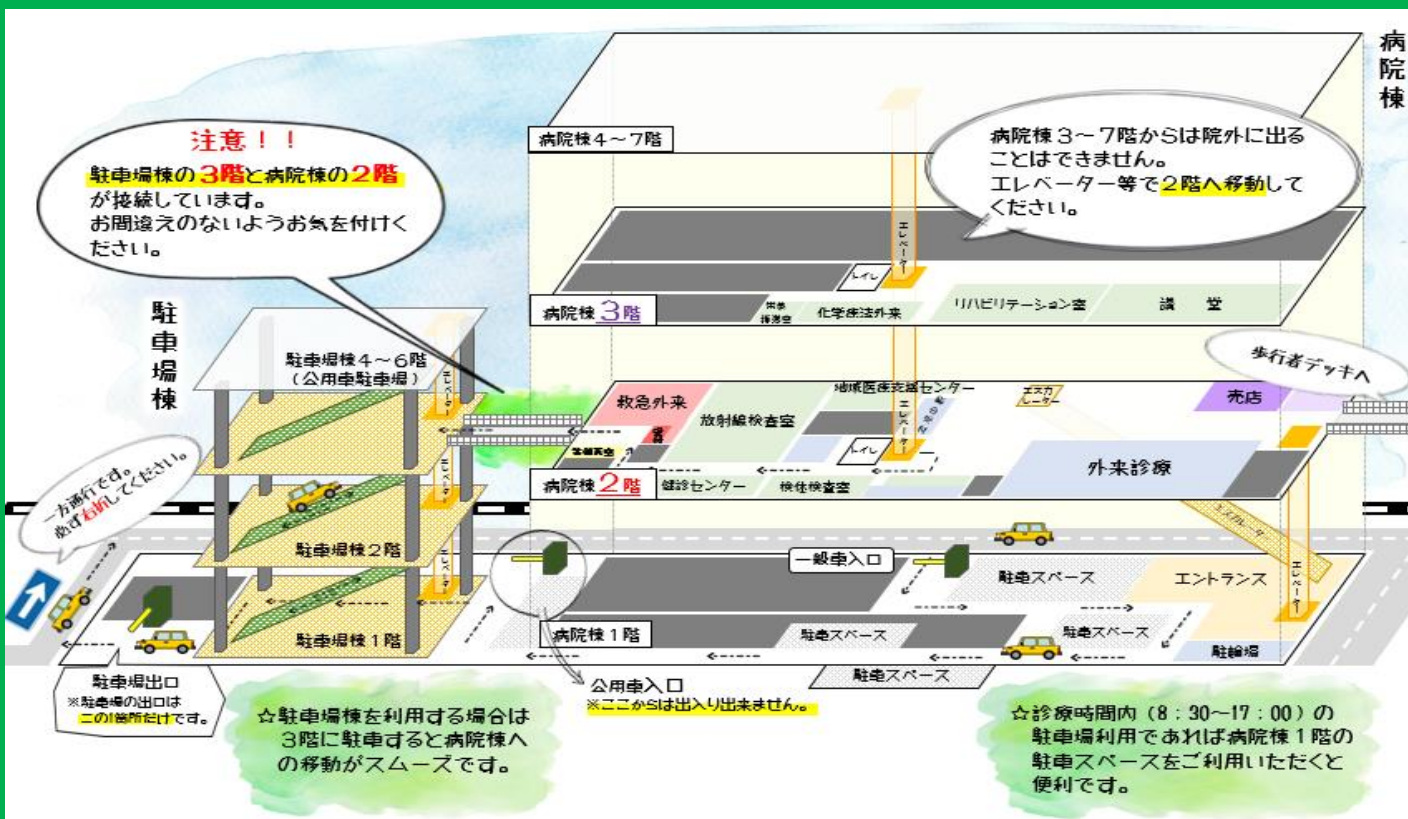
**9月4日（水）から
「人工関節手術相談外来」が始まります**

膝関節、股関節、肩関節に痛みなどの症状がある方が、人工関節治療の適応となるかどうかの相談（予約制）をすることができます。
詳しくは地域医療支援センターへお問い合わせください。

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	休診日
内科	【初診】 午前8時～11時 【再診】 午前8時～11時30分	○	○	○	○	○	土・日・祝日・年末年始
消化器内科		—	—	○	—	○	
循環器内科		○	○	○	○	○	
外科		○	—	○	○	○	
整形外科		○	○	○	○	○	
眼科	午前8時～11時 (火曜日は10時30分まで)	○	○	—	○	○	
	午後0時30分～2時30分	—	—	○	—	—	
皮膚科	午前8時～11時	—	—	—	○	—	
耳鼻咽喉科	午後0時30分～3時	○	○	—	○	○	
専門外来 (予約制)	午後	緩和ケア内科	乳腺外来	禁煙外来	緩和ケア内科	ペースメーカー 外来	
		ストーマ外来		腎臓内科※			

- ◆小児担当医が不在のため、原則15歳以上の方を診療対象とします。
 - ◆**整形外科**は、**紹介状**と事前の**予約**が必要です。
 - ◆**皮膚科**は**予約制**です。また、他の医療機関で皮膚疾患治療中の方が皮膚科を受診する際は、紹介状が必要です。
 - ◆皮膚科・耳鼻咽喉科は、入院治療や手術等が必要な場合は、他医療機関への紹介を行います。
 - ※腎臓内科は予約不要で受診できますが、他の医療機関を受診中の場合は、紹介状と事前予約が必要です。
- 【受付時間：午後1時～3時】

石巻市立病院 施設案図



石巻市立病院
 〒986-0825
 宮城県石巻市穀町15番1号
 TEL 0225-25-5555
 FAX 0225-25-5673



【石巻市立病院ホームページ・SNS QRコード】



【ホームページ】



【フェイスブック】



【X (旧ツイッター)】

