

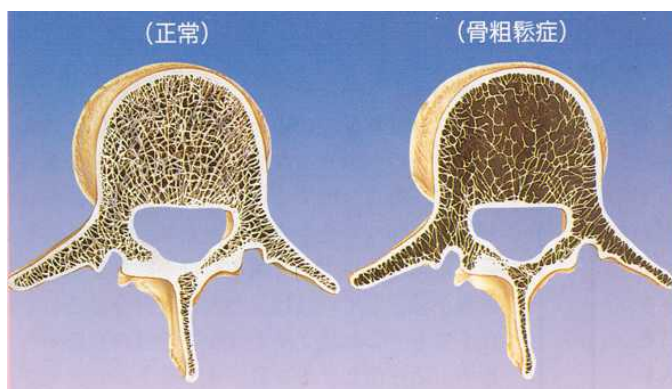
骨塩定量（骨密度）検査

骨粗鬆症 - こつそしょうしょう - とは

骨粗鬆症とは、骨の量（骨量：こつりょう）が減り、骨がもろくなって、骨折しやすくなる病気です。閉経後の女性や高齢者に多くみられます。

脊椎がつぶれたり変形したりすると背中や腰痛が起こり、股関節の骨折では歩けなくなります。また、手をついて転んだだけで手首（とう骨末端）を骨折してしまうこともあります。

骨粗鬆症の初期では、痛みなどの自覚症状はないことが多く、骨折によって初めて骨粗鬆症がわかる場合もあります。しかしある程度のレベルまでいったん下がってしまった骨量を再び元のように増やすのは不可能です。ある年齢になりましたら健康のバロメーターの1つとして骨密度を測定して、手遅れになる前に予防しましょう。



骨粗鬆症になる可能性の高い人

- ・閉経を迎えた人
- ・骨が細くきゃしゃな人
- ・遺伝的な体質の人
- ・無理なダイエットをしている人
- ・偏食が多い人
- ・タバコを吸っている人
- ・過度の飲酒をしている人

骨折の予防のために

- ・十分なカルシウムを取りましょう（成人で1日あたり600mg必要）
吸収率がもっとも高いのは乳製品で同時にビタミンDとたんぱく質も取るといいでしょう。
- ・運動によって骨塩量が増えるといわれているので適度な運動をしましょう。
- ・ビタミンDが皮膚で合成されるので適度な日光浴をしましょう。
- ・また、高血糖が原因で骨のしなやかさが失われて、骨密度が正常であるにも関わらず骨折しやすくなる、ということが最新の研究でわかってきました。
骨折の予防には、骨密度とともに血糖値にも注意する必要があります。

検査費用

測定部位により異なりますが、3割負担の場合の窓口お支払金額は次の通りです。

前腕（手首）	420円
腰椎	1,080円
腰椎 + 股関節	1,350円

測定

測定する方法はいろいろありますが、当院では骨粗鬆症による骨折の危険性の特に高い腰椎・股関節で測定する装置と手首（前腕遠位部）で測定する2種類の装置があります。

どちらもDEXA法（二重エネルギーX線吸収法）という、2種類のエネルギーレベルのX線の透過率の差を利用した精度の高い測定法を用いています。



寝台に寝ていただき腰椎・股関節の骨量を測定します。
検査時間はおよそ5～10分程度です。

椅子に腰掛け、片腕を装置に入れていただき手首（前腕遠位部）の骨量を測定します。
検査時間はおよそ3分程度です。



測定に用いるX線は極めて少ない量ですので、身体におよぼす影響はありません。

Q & A

Q 検査をするのに食事は？

食事、薬に関して制限はありません。

Q 着替えはしますか？

腰椎・股関節の場合は、ボタン、プリントなどがあると検査データに影響が出ますので、検査着に着替えていただきます。また、ブラジャー、ネックレス、カイロ、エレキバン、コルセットなども影響が出ますので、検査前には外して下さい。

Q 1週間以内に検査が重なってしまいます。

バリウム製剤を使用した検査（食道、胃腸、大腸、小腸）が1週間以内にある場合は、主治医にご相談ください。骨塩定量の検査を遅らせなくてはならない場合があります。