

# 骨、お元気ですか？

## ～骨密度の推移と検査について～

骨粗鬆症とは「骨が弱くなって折れやすくなる病気」です。

骨粗鬆症には骨密度が大きく関わっています。

つまり骨粗鬆症を診断、予防する上で骨密度を調べる事がとても重要なのです。

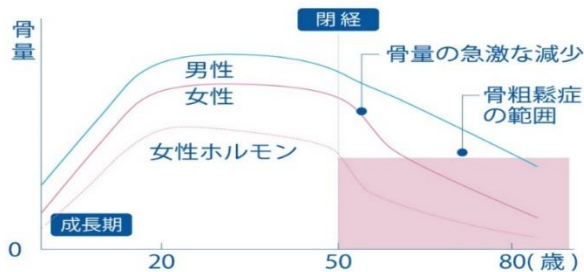
皆さんは自分の骨密度知っていますか？

### ・骨密度とは？

言葉の通り、骨の密度の事をいいます。

骨に含まれるミネラルの量(骨量)を数値化したものです。

### 年齢と閉経に伴う骨量の変化



骨量は50歳を過ぎたあたりから減少していきます。特に女性はホルモンの影響により急激に減少します。

### ・骨密度を調べるには？

当院では骨密度測定において

最も信頼できる骨密度測定 DEXA 法(デキサ)を用いています。

### ・どんな検査？

微量な X 線を用いて骨密度を測定します、被ばくは胸部レントゲンの1/6と非常に少ないです。約5分間、あおむけに寝てるだけで終わります。

DEXA法(骨密度測定検査)は健康保険が適用されます。



過去に骨折の既往がある方や、閉経後の女性の方には定期的な骨密度測定をおすすめします。



あなたの今回の測定結果(若年成人比較)

腰椎の骨密度は **64%** です。

股関節の骨密度は **62%** です。

=判定基準=

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

## 町田・安心して暮らせるまちづくりプロジェクト

高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らしていくために町田・安心して暮らせるまちづくりプロジェクト(通称町プロ)では町田市にお住いの皆様向けに研修会を行っています。

### 第17回多職種連携研修会

「使おう！わたしの受診券～町田市の成人健康診査及び各種検診について～」

2022年1月21日(金)

14:00-15:00(入場13:30)

会場：町田市民フォーラム3階ホール  
(原町田4-9-8)

※12月15日から申し込み開始

申し込み先：町田市介護人材開発センター  
(042-860-6071)

〈オンライン配信〉2022年1月22日～  
配信先 町プロポータルサイト

1/21は

予め撮影した  
講義動画の

上映会です



町プロポータルサイトのQRコード