

# 骨粗鬆症という病気をご存じですか？

## TOPICS



骨粗鬆症は、骨が弱くなり、ちょっと転んだだけでも骨折しやすくなる病気です。ところが、この病気は骨折するまで症状が出ないことが多く、「気づいたら骨折していた」というケースも少なくありません。骨折をしてしまうと、日常生活の質が大きく下がるだけでなく、健康寿命や余命にも影響してしまいます。そのため、骨粗鬆症は放置せず、早めに治療を始めることが大切です。

また、「骨粗鬆症は高齢の女性だけの病気」と思っていませんか？ 実際には若い女性にも増えてきており、男性の骨粗鬆症も大きな問題となっています。どなたにも起こる可能性がある病気なのです。

近年、骨粗鬆症の治療薬は大きく進歩しました。特に「骨形成促進薬」と呼ばれる新しい薬は、骨を作る力を高め、骨密度をしっかりと改善する効果が期待されています。以前は「一度治療を始めたら一生やめられない」「治療しても骨は強くならない」といった誤解もありましたが、今では治療法が大きく変わってきています。

当院では、骨粗鬆症治療に精通した「骨粗鬆症認定医」が、一人ひとりの状態に合わせた最適な治療をご提案します。骨粗鬆症は年齢や性別に関係なく起こりうる病気です。気になる方は、骨密度検査や採血、レントゲン検査を受けて、一度骨粗鬆症外来を受診してみingことをおすすめします。

骨粗鬆症外来 富永 絢子

## 知らぬ間に進行する糖尿病

### ～季節の変わり目にはご注意を～

「特に症状はないから大丈夫」と思っていませんか？

糖尿病は、血糖値(血液中のブドウ糖の量)が慢性的に高くなる病気です。初期にはほとんど自覚症状がなく、気付かないうちに進行してしまうのが特徴です。

糖尿病は、全身にさまざまな合併症(糖尿病が原因で起こる他の病気)を引き起こします。中には命に関わる重大な病気につながることもあり、糖尿病はサイレントキラーと呼ばれることもあります。健康診断で「血糖値が少し高め」と言われたまま放置してしまい、気づいた時にはすでに合併症が進行しているというケースも少なくありません。

特に季節の変わり目は血糖値が乱れやすく、秋から冬にかけては血糖値が上がりやすくなる傾向があります。これからの季節は、食欲が増す時期でもあります。秋に旬を迎える果物や、年末年始の行事(忘年会や新年会など)での食べ過ぎによって、糖尿病が悪くなってしまうこともあります。今年の夏は猛暑が続きましたが、冬になると寒さで外出が減り、運動不足になりがちです。これも血糖値が上がりやすい要因の一つです。

健康診断で「血糖値が高め」「糖尿病予備軍」と言われてそのままの方、あるいは「薬を飲んでいただけれど、特に症状がないので今は通院をやめてしまった」という方は、この季節の変わり目を機に、一度主治医に相談してみたいかがでしょうか。

腎・糖尿病科 小谷 ひとみ



とうめい厚木クリニック

〒243-0034 厚木市船子237

TEL.046-229-3377 FAX.046-229-1935

<https://www.tomei.or.jp/clinic/>

予約・お問合せ電話番号

☎ 046-229-1950