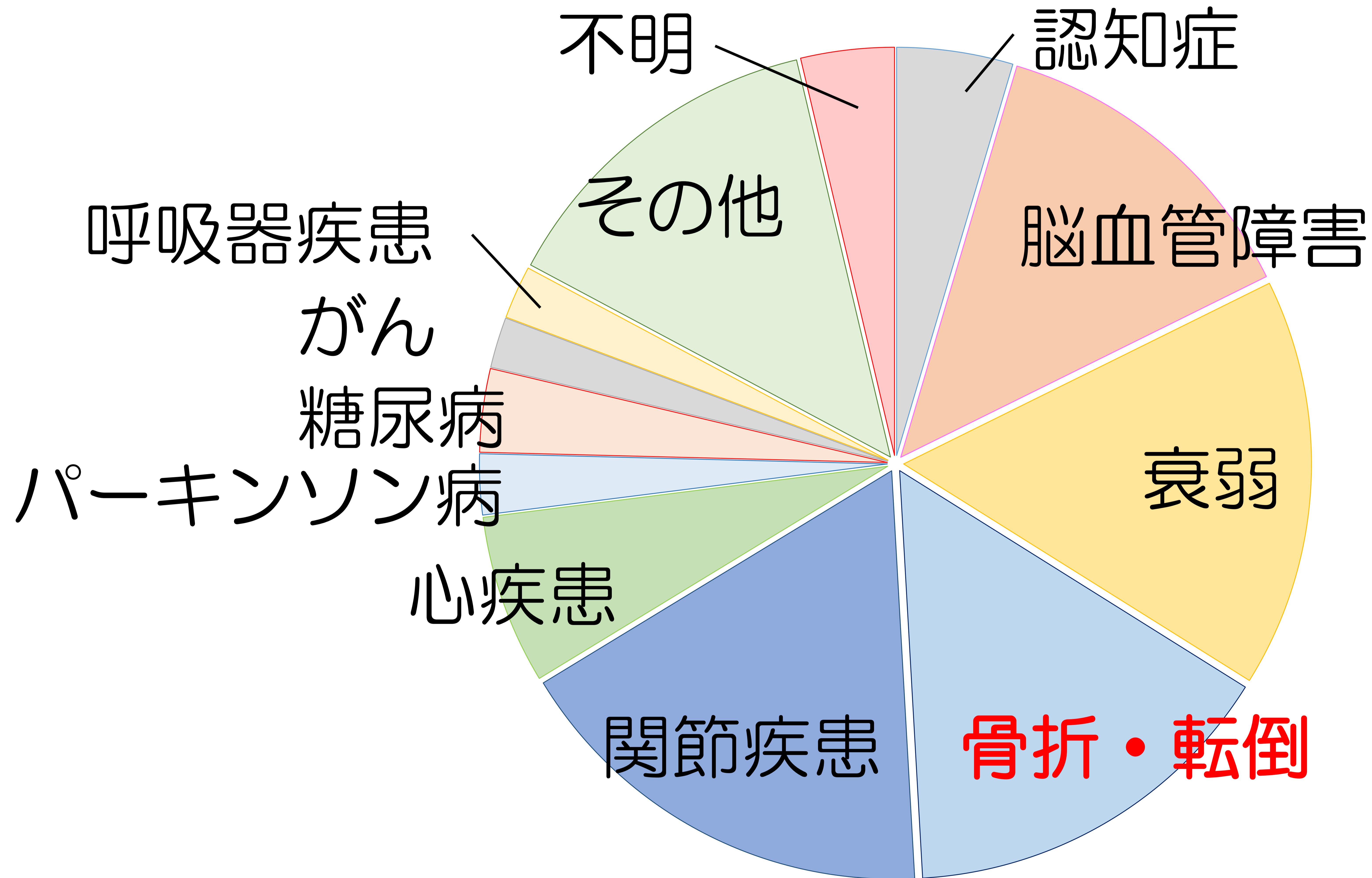


介護保険で要支援となった原因疾患

第1位 関節疾患、第2位 衰弱、**第3位 骨折・転倒**

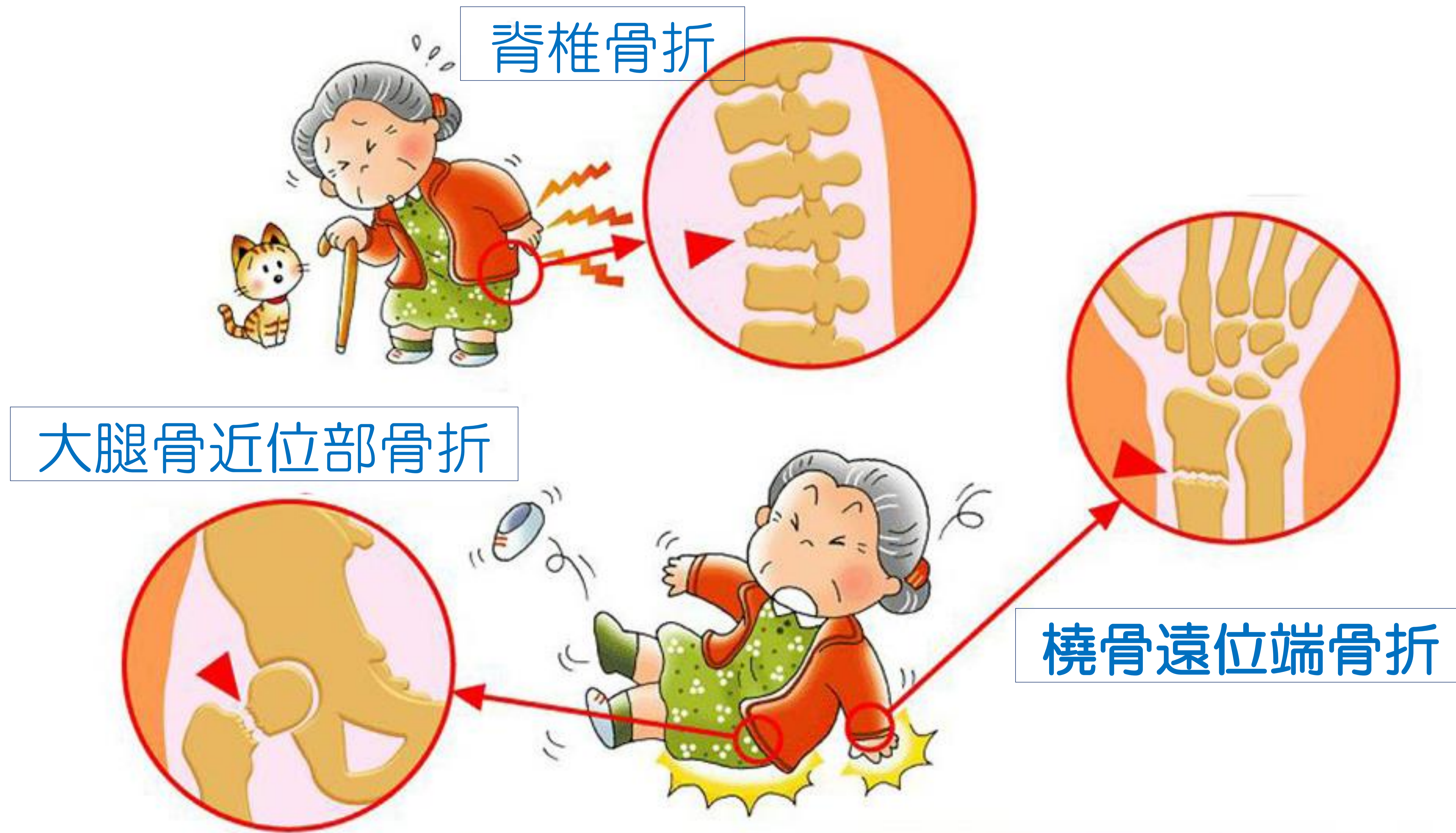


平成28年国民生活基礎調査

転倒による骨折は要支援の原因になります

ぜいじゃくせいこっせつ

転んだだけでおこる骨折を脆弱性骨折と呼び、
骨粗鬆症と密接な関係があります



代表的な脆弱性骨折

「私はまだ大丈夫」という方こそ必見です!

誰にでも可能性がある 骨粗鬆症 Q & A

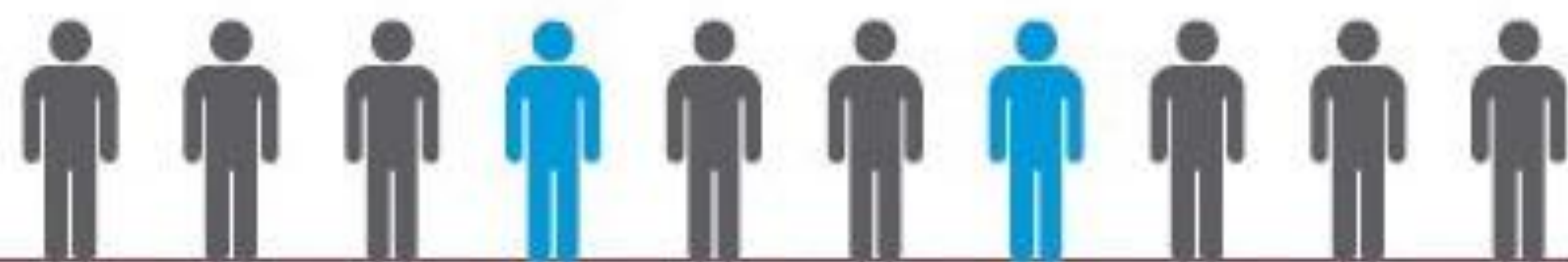
骨粗鬆症とは?

長年の生活習慣などにより骨がスカスカになって骨折しやすくなる病気のことです。最初は自覚症状がありませんが、腰や背中に痛みが生じて医師の診察を受けてから見つかります。ひどくなると骨折を起こし、寝たきりの原因となる場合もあります。

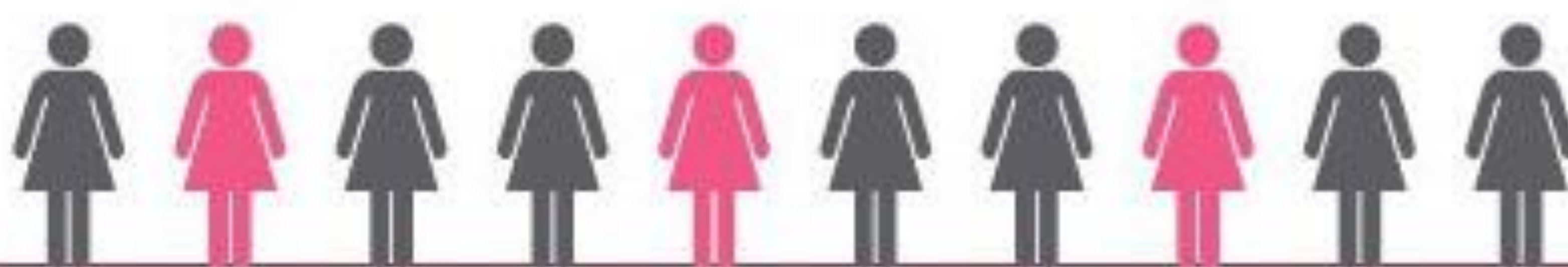
Q 男性よりも女性の方が骨折しやすいって、ホント?

A はい。
本当です。

50歳以上の男性の
5人に1人が骨折しています。



50歳以上の女性の
3人に1人が骨折しています。



ただ、どちらにものしても「高い確率」であることには間違いありません。

Q 足の付け根を骨折すると、
元通り「歩行」できますか？

A 回復できない
ケースも見られます。

大腿骨骨折した人のうち、**10人中6人**（約60%）は
1年後でも補助を必要としています。



Magaziner J, Simonsick EM, Kashner TM, et al. (1990) Predictors of functional recovery one year following hospital discharge for hip fracture: a prospective study. J Gerontol 45: M101.

Q 骨粗鬆症になると、
治らないのですか？

A いいえ。お薬による
治療法があります。

薬物治療を実施すると、
「骨折の確率」が下がります。

椎体骨折の確率
3～7割減

大腿骨骨折の確率
約4割減

Kanis JA, Burlet N, Cooper C, et al. (2008) European guidance for the diagnosis and management of osteoporosis in postmenopausal women. Osteoporos Int 19: 399.
Black DM, Delmas PD, Eastell R, et al. for the HORIZON Pivotal Fracture Trial (2007) Once-Yearly Zoledronic Acid for Treatment of Postmenopausal Osteoporosis. N Engl J Med 356: 1809.

元気な骨を守るためにも、定期的な「検査」をオススメします。



啓発資料

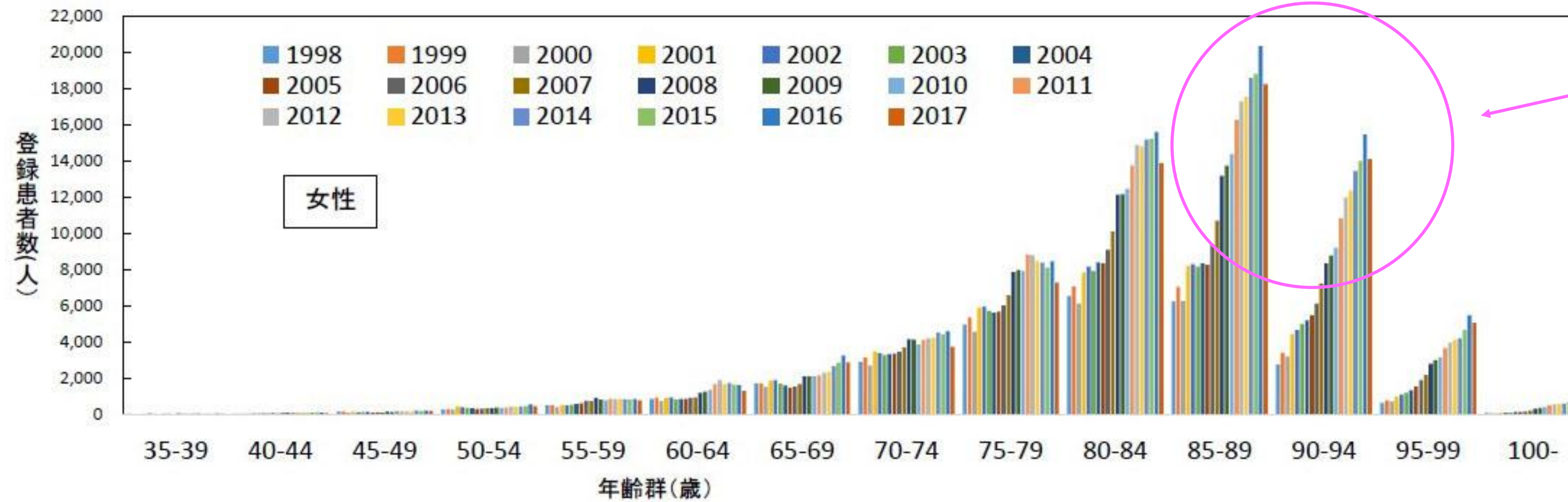
発行：公益財団法人 骨粗鬆症財団 〒103-0011 東京都中央区日本橋大伝馬町2-14 <http://www.jpof.or.jp/>

監修：折茂 肇（骨粗鬆症財団理事長）

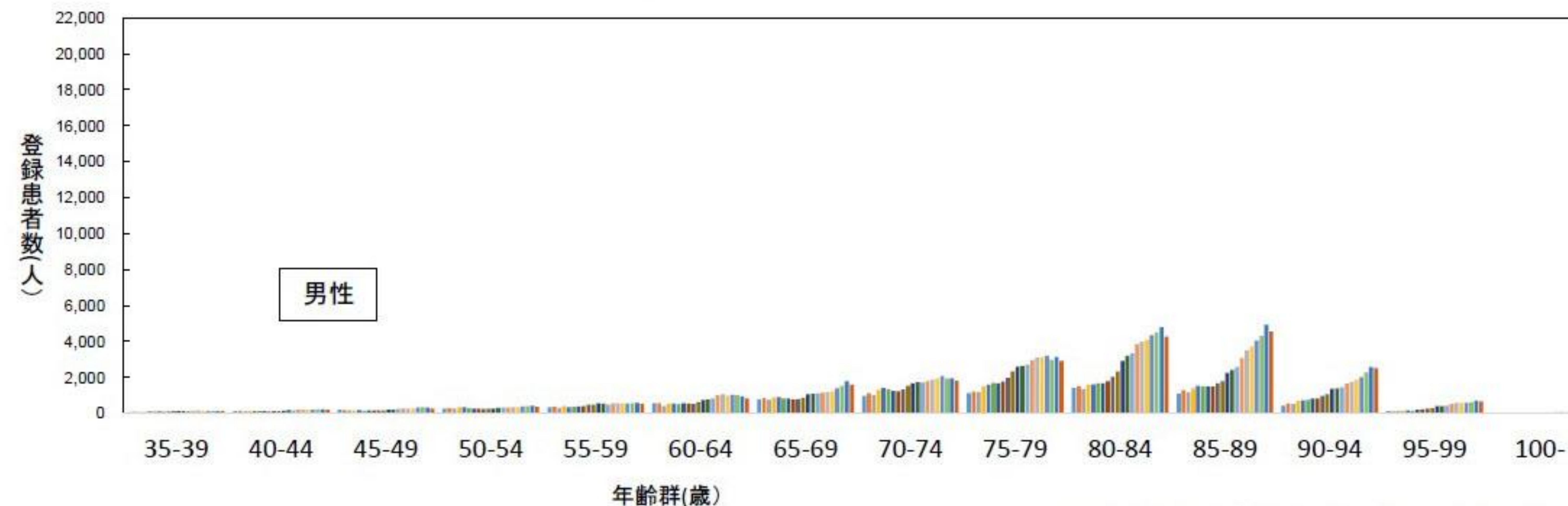
©SC 2018/0803-01/AJ
2018年8月作成

大腿骨近位部骨折は入院や手術が必要な骨折です

大腿骨近位部骨折全国調査 1998年～2017年



特に85歳以上の女性で増えています



大腿骨近位部骨折はけっこう厄介な骨折です

3分に
1件



足の付け根骨折の
頻度。

36
パーセント



足の付け根骨折の後
元通りに歩けない人。

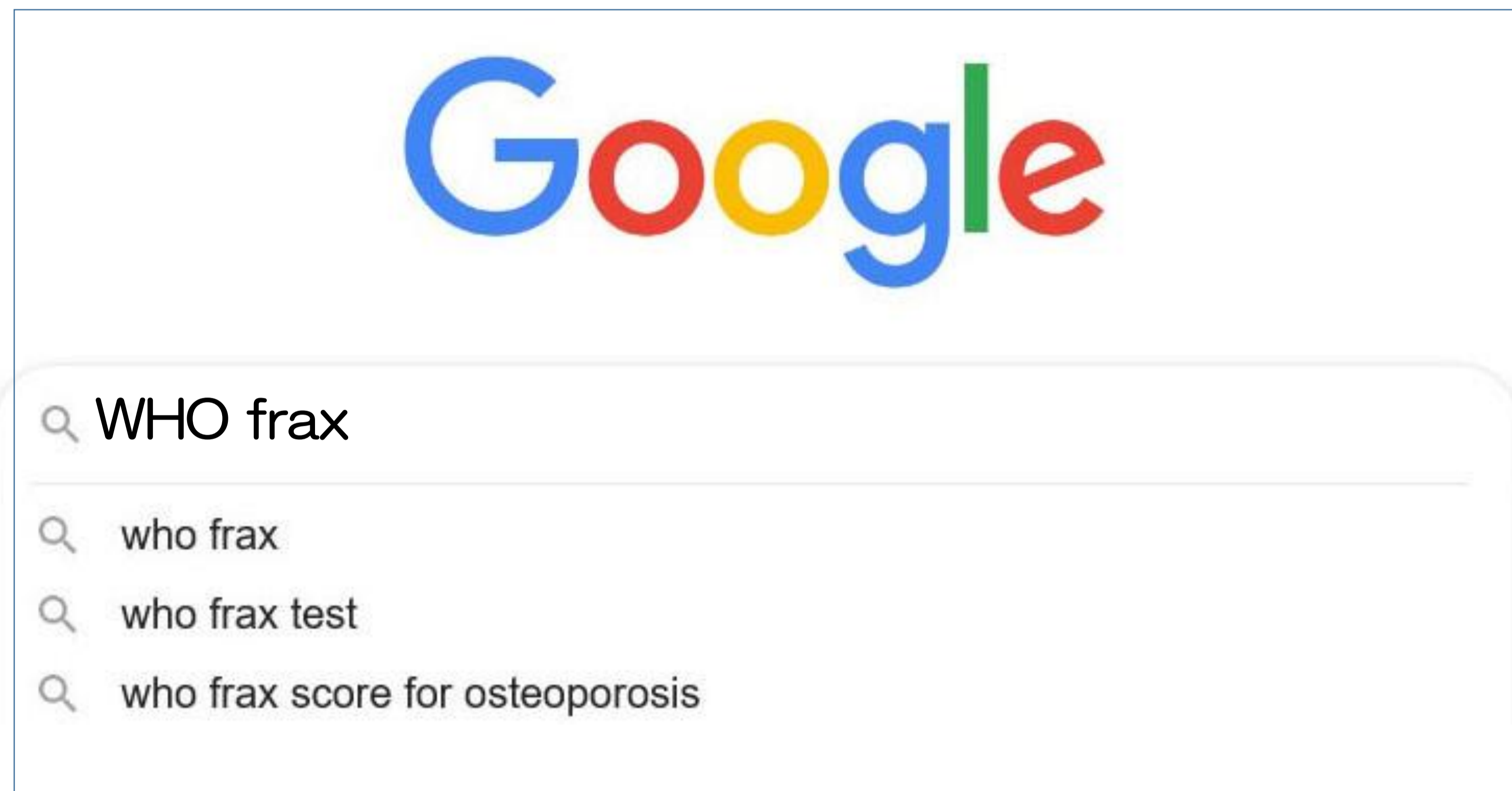
1,540
万円



骨折が原因で
介護となった場合の
5年間の費用。

今後自分が骨折する確率を調べることができます

自分のスマホやPCで
“WHO frax” と検索



FRAX-The・・・をクリック



計算ツールで
日本を選択す
ると日の丸に
なります

計算ツール

10年以内の骨折発生リスクをBMDがある場合と無い場合について計算するために、次の質問に回答してください。

国: 日本 名前/ ID: リスク要因について

アンケート:

1. 年齢 (40 ~90歳) あるいは誕生日
年齢: 誕生日: 年: 月: 日:

2. 性別 男性 女性

3. 体重 (kg)

4. 身長 (cm)

5. 骨折歴 なし はい

6. 両親の大腿骨近位部骨折歴 なし はい

7. 現在の喫煙 なし はい

8. 糖質コルチコイド なし はい

9. 関節リウマチ なし はい

10. 続発性骨粗鬆症 なし はい

11. アルコール(1日3単位以上) なし はい

12. 骨密度(BMD)
BMDを選びなさい

“計算する”
を押すと結果
が表示される



40~90歳
が対象です

骨密度は
空欄でも
大丈夫です

Weight Conversion
Pounds kg

Height Conversion
Inches cm

00965858
Individuals with fracture risk
assessed since 1st June 2011

8: 20.4
The ten year probability of fracture (%)

BMDなし

Major osteoporotic	12
Hip fracture	3.2

今後10年間に主要な骨折が起こる確率
この値が15%以上で骨密度の減少が
ある場合は治療が必要です

今後10年間に大腿骨近位部骨折が
起こる確率