

**DATA：整形外科**

- 施設認定：日本整形外科学会専門医制度研修施設
- 主な対象疾患：【脊椎・脊髄】頸椎症性脊髄症、頸部脊柱管狭窄症、腰部脊柱管狭窄症など 【股関節、膝関節】変形性股関節症、変形性膝関節症、関節リウマチなど 【肩、肘】腱板損傷、反復性肩関節脱臼、関節リウマチ 【手】ばね指、関節リウマチ、腱損傷など 【骨・軟部腫瘍】骨肉腫、軟骨肉腫、悪性線維性組織球腫など 【骨折等外傷】手術が必要な外傷



◀整形外科HP

## 骨粗鬆症外来を開設

当院の整形外科では現在、常勤8名、非常勤1名の医師に加え、3名の臨床専修医とともに診療を行っています。整形外科疾患は多岐にわたりますが、今回は当院が専門外来を設けている骨粗鬆症についてお話しします。

日本骨粗鬆症学会などが編集した『骨粗鬆症の予防と治療のガイドライン 2015年版』には「骨粗鬆症は、骨強度の低下を特徴とし、骨折のリスクが増大しやすくなる疾患と定義される」とあります。人の骨量は20歳前後でピークに達し、40歳くらいまではある程度維持されますが、以後は加齢に伴い減少していきます。とくに女性は閉経後の骨量の減少が著しいため、骨粗鬆症は高齢女性に多い疾患です。当院では週1回の骨粗鬆症外来で、1日あたり約20名を診療していますが、患者さんは70代、80代の女性を中心です。

骨粗鬆症外来では、まず問診で骨折歴や治療中の病気、ステロイド投与の有無、食生活、飲酒や喫煙歴、運動習慣、とくに女性の場合母親の骨粗鬆症の有無などを確認します。母親が骨粗鬆症と診断されている場合、遺伝や生活習慣の関係から娘も骨粗鬆症になる可能性が高いといわれています。食生活については



## 骨粗鬆症の早期発見・治療率向上に取り組み

カルシウム、ビタミンD、ビタミンKがどの程度摂取できているかを確認します。

検査としては、骨密度検査、血液検査、脊椎のX線検査を実施します。骨粗鬆症の診断基準には入っていませんが、血液検査では骨代謝マーカーを測定し、治療や薬の効果を判定する目安にしています。X線検査は、自覚症状なくわずかな外力で生じる脆弱性骨折のスクリーニングを目的として行っています。

### 自覚症状なく深刻な状態に

検査によって骨粗鬆症という診断に至った場合は薬物療法が中心になります。加えて運動と食事でも大切ですので、骨粗鬆症マネージャーの看護師が運動や食事について指導をしています。血圧や血糖値と違い、骨粗鬆症の場合は薬物療法や食事、運動の効果が顕著に現れる訳ではありませんので、根気よく治療に取り組んでもらう必要があり、治療を継続してもらえようサポートすることが重要です。

骨粗鬆症の怖いところは、自覚症状のないままにゆっくりと進行し、合併症である脆弱性骨折が起きて初めて気がつくケースが多いことです。高齢者の場合、脆弱性骨折が起きてしまうと外出できていた人の半数は家の中にも閉じこもりがちになり、家の中だけしか歩けなかった人は車いすか寝たきりになってしまうなど、QOLが劇的に落ちてしまいます。また70代、80代で脆弱性骨折が起きると、5年生存率は骨折しない人の半分程度になってしまうともいわれています。

### 入院時は骨粗鬆症リエゾンサービスを

当院では、大腿骨頸部骨折や椎体骨折で入院される患者さんに対し、さらなる骨折を予防するた

# チーム連携と地域連携で、患者さんの治療を支える

整形外科

め整形外科医とともに、歯科医師、看護師（骨粗鬆症マネージャー）、管理栄養士、薬剤師、理学療法士がチームとなって栄養指導、薬物療法、運動療法を行うリエゾンサービスを提供しています。また、歯科大学の附属病院という特性を活かし、歯科医師と歯科衛生士が口腔管理にあたっています。これにより、周術期の合併症のほか骨吸収抑制薬関連顎骨壊死（ARONJ）を予防しています。

## 治療の継続は地域連携がカギ

骨折予防の観点では近年、脆弱性骨折に加えて、上肢骨折にも注目しています。上肢骨折の中にもかなりの割合で骨粗鬆症が潜んでいるからです。上肢骨折の患者さんで50歳以上の女性には必ず問診を行い、骨密度検査を受けて頂くように案内しています。骨粗鬆症と診断されれば当院の骨粗鬆症外来またはかかりつけ医を受診するよう、当院から逆紹介もしています。骨粗鬆症ではない場合は、一般的な運動や食事、定期的な検査の重要性を説明しています。

骨粗鬆症は骨折するまで自覚症状に乏しく、生活に支障も出ないため、診断されても薬の服用や通院が続かない患者さんも多くいらっしゃいます。そのため、治療の継続には地域の先生方との連携が欠かせないと考えています。

そこで、当院での治療の情報が先生方に伝わりやすいよう、患者さんに「骨粗しょう症連携手帳」をお渡ししているほか、骨折の状態や治療薬、骨密度検査の情報などを書いた「骨のこと」という情報シール（下の写真）を2020年12月から患者さんのお薬手帳に貼っています。お薬手帳にこのシールがあり、治療を中断しているような患者さんがいらっしゃるときは、ぜひ地域の先生方のサポートで

治療を継続して頂ければと思います。そして必要に応じて当院に限らず、整形外科を受診してもらうようお願いください。

【骨のこと】氏名: 東京歯科大学市川総合病院 年 月 日

かかりつけ歯科:  重症骨粗鬆症

骨折なし  大腿骨近位部骨折 右・左

椎体骨折 腰椎・胸椎

骨密度: DXA 腰椎YAM( )% 大腿骨YAM( )%

内服: 開始 年 月 日

注射: 開始 年 月 日

【次回予定 DXA 年 月 日 注射 年 月 日】

治療の継続をお願いします。

▲「骨のこと」シール

骨粗鬆症の診断歴がない患者さんで、ステロイドを投与した、歯の数が減少した、閉経後に背が縮んだなど、少しでも気になることがありましたら当院へご紹介ください。

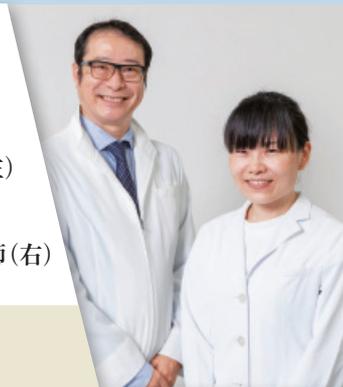
また、骨密度検査は当院の「ダイレクトサービス」をご利用頂くことが可能です。お申込み方法は当院のホームページをご覧ください（「市川総合病院 近隣 ダイレクト」で検索して下さい）。

高齢社会の進展に伴い、骨粗鬆症による脆弱性骨折のリスクを抱える患者さんも増加しています。地域の先生方と連携し、患者さんのQOLを下げることなくより幸せな生活を送ってもらえるように取り組んでいきたいと考えています。

### Dr's profile

Ukei Anazawa  
穴澤 卯圭 医師(左)

Sakiko Mizuno  
水野 早希子 医師(右)



#### 出身地

穴澤医師：福島県会津若松市  
水野医師：大阪府河内長野市  
生まれ、関東育ち

#### 趣味

穴澤医師：知らない土地でお酒を飲むこと、テニス  
水野医師：ペット飼育（柴犬、メダカ）、動物の癒し動画を見ること

#### スポーツ歴

穴澤医師：昔はサッカー、今はテニス  
水野医師：高校時代はテニスとサッカー

#### 整形外科医になったきっかけ

穴澤医師：神の見えざる手（運命に導かれて整形外科医に）  
水野医師：整形外科の疾患はQOLに大きく関わるため、患者さんの生活を良くしたいと思ったこと

#### 座右の銘

穴澤医師：なさねば成らぬ何事も  
水野医師：とりあえずやってみる（自身の経験から）

【掲載写真について】 感染症対策を行ったうえ、撮影時のみマスクを外しております。

### 医療機関の先生方へ

市川総合病院 診療情報提供書

検索

当院と地域の病院・診療所の先生方との間で、患者さんのご紹介などを円滑に行えるように、「地域医療連携室」を設置しています。ご不明な点がございましたら、下記へお尋ねください。

患者支援センター地域医療連携室 TEL 047-322-0151(内線2214) FAX 047-324-8539(直通)

開室時間 月曜日～金曜日:午前9時～午後5時 土曜日:午前9時～午後1時(第2土曜日は休診日)