

二つ そ しょ う 骨粗しょう症とは

骨密度の低下によって骨がもろくなり、骨折しやすくなる病態です。

骨粗しょう症による骨折から、介護が必要になってしまう人も少なくありません。

骨粗しょう症になる原因は

- ・加齢
 - ・女性ホルモンであるエストロゲンの不足
 - ・ビタミンDやカルシウムの摂取不足
- などがあります。

骨粗しょう症により骨折しやすい部位



背骨



手首



腕の付け根



脚の付け根

背骨が体の重みで押しつぶれてしまうことを「圧迫骨折」(あっぱくこせつ)といい、背中や腰が曲がるなどの原因となります。



圧迫骨折が生じても、単なる腰痛として見過ごしていたり、痛みを感じない場合もあります。1カ所骨折すると、その周囲の骨にも負担がかかり、連鎖的な骨折につながりやすいため、早期発見・早期治療が重要です。

骨粗しょう症は痛みなどの自覚症状がないことが多い、定期的に骨密度検査を受けるなど、日ごろから細やかなチェックが必要です。

脚の付け根は、骨折すると歩行が困難になり要介護状態になるリスクが高くなる骨折部位です。

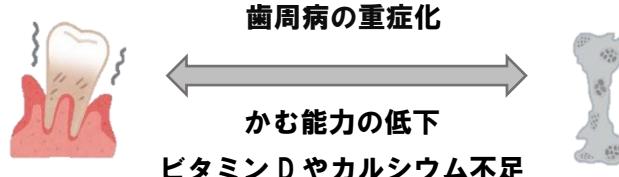
二つ そ しょ う
歯周病と関連する全身の病気

二つ そ しょ う 歯周病と骨粗しょう症の関係

高齢期シリーズ vol.12

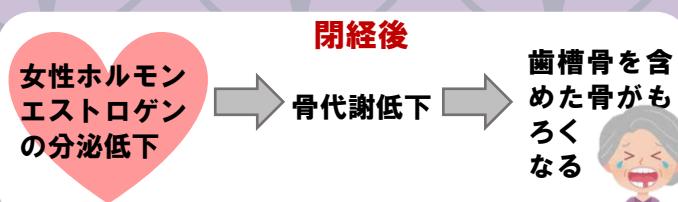
歯周病と骨粗しょう症の関連性

骨粗しょう症にかかっている人は、歯周病にかかりやすく、重症化しやすい傾向にあります。また歯周病によって歯を失うと、かむ能力が低下して、食物の消化吸収力の低下を招きます。その結果、ビタミンDやカルシウム不足、低栄養となり、骨粗しょう症を悪化させることができます。



女性は特に注意！

骨粗しょう症の中でも「閉経後骨粗しょう症」は、骨代謝にかかわる女性ホルモンのエストロゲンが分泌低下することにより発症します。エストロゲンの分泌が少なくなると、全身の骨や歯を支える歯槽骨（しそうこつ）がもろくなります。また、歯周ポケット内では、炎症を引き起こす物質が作られ、歯周炎の進行が加速されると考えられています。



歯周病は自分でも気づかないうちに進行していく病気です。毎日の口腔ケアと定期的なメンテナンス（歯科医院での定期健診）をしっかりしましょう。