

## ちばセンセイの健康ワンポイントアドバイス

日中はまだ暖かいです。朝晩は冷えてきました。日の入りも早くなってきました。歩行者の交通事故は、自分に落ち度がなくても被害者になることがあります。運転手が気がつくだろうと期待するのではなく、気がつかないかも知れないという気持ちでいた方が安全です。

4月に、女性は50歳ぐらいから右肩下がりに骨がもろくなってくると書いていますが、覚えているでしょうか。これは閉経の時期に相当します。閉経したから骨がもろくなるというのではなく、閉経に至る状態が骨ももろくするという事です。

女性ホルモンが少なくなるので骨がもろくなるのですが、治療として女性ホルモンそのものを補えば良いかという、そう単純ではありません。女性ホルモンの補充(投与)は有効であるのは確認されているのですが、副作用としての乳癌、心血管系障害、脳梗塞も報告されているので、処方する医者としても難しい薬だと思います。

その難しさを軽減したのが、選択的エストロゲン受容体モジュレーター(SERM)です。女性ホルモンそのものではなく、女性ホルモンを受け取るもの(受容体)に結合して、女性ホルモンのように振る舞う(効果が出るということです)ものです。副作用がないとは残念ながら言えませんが(副作用のない薬はありません)、乳癌や子宮内膜癌などエストロゲン(女性ホルモン)依存性悪性腫瘍のある患者さんでも禁忌にはなっていません。そのような癌がないと断定されてから骨粗鬆症の治療を受ける方は多くありませんので、そういった意味では、安心して使える薬です。

大楽毛 2-2-27 Tel64-6650 ちば内科クリニック院長 千葉 淳