

ちばセンセイの健康ワンポイントアドバイス

長かった冬もようやく終わり、新しい季節になりました。入学・進級、就職と期待と心地よい不安を胸に抱いている人も少なくないと思います。早いもので当院も開院してから3年が過ぎました。地域に根ざした医療を掲げており、本来の専門分野（消化器）でない病気もできる限り診させていただいています。これからもよろしくお願いします。

さて今回からは、女性に多い病気についてお話しさせていただきたいと思います。まず最初は骨粗鬆症です。男性でも骨粗鬆症の患者さんはいらっしゃいますが、多くは女性です。閉経を迎え、ホルモンバランスが大きく変わり始める50歳ぐらいから、右肩下がりに骨はもろくなってきます。それは女性の宿命というか自然なものではあるのですが、骨がもろくなることで骨折の危険性は高くなります。

寝たきりになる原因はいろいろあります。脳梗塞が最も多いというのは今も昔も同じですが、骨粗鬆症の割合は実は少しずつ少なくなってきています。20年ぐらい前は脳梗塞に次いで多かったのですが、今では5番目ぐらいになりました。これは骨粗鬆症という病気が広く認知されるようになって、治療を受ける方が増えたためとまた効果的な薬剤が開発されたことにあります。平均寿命を延ばすことは大切ですが、その中でも健康寿命を延ばすことがより重要です。そのためには寝たきりにならないよう、骨を丈夫にすることを考えていきましょう。

病気については、次回から説明していきます。

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