



香曾我部義則先生の今月のカルテ 74

慢性痛とペインクリニック

■プロフィール こうそがべ・よしのり 昭和54年に岡山大学医学部卒業後、同大学麻酔科・蘇生科講師、岡山労災病院麻酔科第一部長に。平成16年から現職。日本麻酔学会指導医。日本ペインクリニック学会認定医。現在日本麻酔学会、日本ペインクリニック学会、日本慢性疼痛学会、国際疼痛学会などに所属

梶木病院麻酔科・ペインクリニック科の香曾我部義則先生が、痛みの治療について説明してくれるコラム。前号に続き、骨粗しょう症についてです。今回は、高齢の女性に多い「原発性骨粗しょう症」の予防と治療について話をしてくれます。

禁煙、適度な運動、体重維持で骨粗しょう症予防を  
明確な効果が証明されているのは、薬物療法

骨粗しょう症とは全身の骨の強度が低下し、骨折のリスクの高い過度の骨の強度が低下し、骨の飲酒、現在の喫煙、両折を起こしやすいう状態親の大腿骨近位部骨折の、特に閉経後の女性に多い疾患です。

生活習慣病の一つである骨粗しょう症は、予防が大切です。若年者ではなるべく多い最大骨量を維持すること、閉経後の女性は、骨量の減少をできるだけ抑えることが重要です。高齢者は、骨粗しょう症による骨折予防が最大の目標です。どの年代においても喫煙はよくありません。また運動を行わなければリスクが上昇し、低い体格指数(やせ型)や極度の減量も危険因子です。

骨粗しょう症は、明らか原因疾患が見つからない「原発性骨粗しょう症」と、内分泌疾患、関節リウマチ、慢性腎臓病、ステロイドなどの薬剤性や悪性腫瘍などが原因で発症する「続発性骨粗しょう症」があり、鑑別診断が必要です。

治療には食事療法、運動療法、薬物療法などが挙げられますが、骨折予防に明確な効果が証明されているのは薬物療法だけです。治療薬は骨吸収抑制剤と骨形成促進剤の2種があり、骨形成促進剤は副作用の発生頻度が高く、現時点では骨吸収抑制剤が主体です。毎日服用するタイプ、1週間に1度内服するタイプ、60歳以上の女性に適したものなど、何種類もあり、胃腸障害を始め副作用もあるので主治医とよく相談するとよいでしょう。

今回は、原発性骨粗しょう症の予防と治療について説明します。

痛みを和らげる方法に、トリカブトポイント注射があり、日常動作の改善のため行われます。また骨折が治癒した後にも椎体の不安定が原因で続く椎間関節痛が残る場合は、関節の痛みを長期に遮断する高周波熱凝固を行うことで痛みを軽減できます。骨折完治後、痛みが続く場合はペインクリニックに相談してください。

前号で診断は、椎体(ついでに)のレントゲン写真と骨密度測定によって行うと話しましたが、患者さんの背景、病歴を知ることが重要です。特に

中高年ではカルシウムやビタミンDの補充が必要で、ビタミンK、ビタミンB6・B12・C、葉酸は、高齢者にはしばしば

3)consult@

詳しくは、梶木病院(北区西花尻)086(29