

慢性痛
急性痛

香曾我部義則先生の今月のカルテ

vol.113

ペインクリニックの現場から

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と藤井洋泉先生が、痛みの治療や緩和についての情報を届けてくれる「ペインクリニックの現場から」。前号に続き「骨粗鬆（しょう）症」をテーマに、予防と治療について香曾我部先生に伺います。



■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

古くなった骨は、日々 やすくなる骨粗鬆症を起 破壊され新しく形成され ています。加齢に伴い、 比較的初期の段階では 運動療法や食事療法をま 実践し経過観察を行いま 上にも重要で、骨密度の維 持・上昇が期待。衝動・ 抵抗荷重運動に筋肉増強 やバランス運動、ストレ ッチなどを組み合わせ、 転倒減少を図るとより有 効的。非運動性は骨折の 危険因子でもある

や皮膚でのビタミンDの 減少、日光暴露の減少が あり、特に注意が必要 運動指導 栄養摂取以 上に重要で、骨密度の維 持・上昇が期待。衝動・ 抵抗荷重運動に筋肉増強 やバランス運動、ストレ ッチなどを組み合わせ、 転倒減少を図るとより有 効的。非運動性は骨折の 危険因子でもある

食事指導 骨粗鬆症の 治療にはカルシウムが1 日700～800mg必 要。カルシウムは腸管か ら吸収され、ビタミンD の影響を受けるため、ビ タミンDの摂取が必須。 高齢者は脂質の吸収不足

骨粗鬆症の 治療にはカルシウムが1 日700～800mg必 要。カルシウムは腸管か ら吸収され、ビタミンD の影響を受けるため、ビ タミンDの摂取が必須。 高齢者は脂質の吸収不足 遅らせる薬（イプリフラ 骨粗鬆症の予防と治療は、食事指導、運動指導、投薬が基本 精密検査を受け、専門医やかかりつけ内科医に相談を

骨粗鬆症の予防と治療は、食事指導、運動指導、投薬が基本 精密検査を受け、専門医やかかりつけ内科医に相談を

ボーン、ビスホスネート製 剤、エストロゲン製剤、 選択的エストロゲン受容 体モジュレーター（SE R.M.）の3つが使われる。 閉経後骨粗鬆症では、ビ スホスネートとSERM が第一選択薬。70歳以上 は骨折リスクが高まりビ スホスネートをよく使用。 単剤で効果が得られない 場合やカルシウム吸収 能力が低下している場合 は、活性型ビタミンD製 剤やカルシウムを併用 現在、骨粗鬆症は主に 整形外科、外科、内科、 婦人科で診察・治療が行 われています。骨粗鬆症 患者数は高齢化・超高齢 化社会に伴い非常に増加 しています。しかし骨粗 鬆症専門病院、専門医は 非常に少なく、治療の遅 れが危険（きけん）されてい

次回は骨粗鬆症に伴う 痛み（特に椎体骨折）につ いてです。 〓 お答えは、梶木病院（北 区西花尻）の香曾我部先 生です。 ☎086（29 3）3333