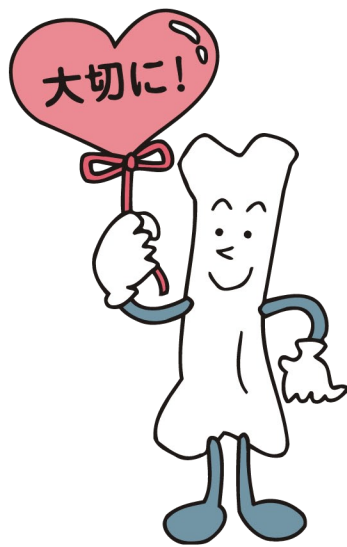


健康商談室 / 骨质疏松症④

有关骨质疏松症的治疗

它是通过努力可以控制的疾病

在治疗过程中,需要每3至6个月进行一次检查,定期性地把握骨质含量。并且,根据医生的指示,服用钙片或雌性激素(卵巢所分泌出的一种卵细胞激素,乃女性荷尔蒙之一)、活性维生素D(敬请参照前期内容)、或者是注射降血钙素(同前),以阻止钙质的流失。最为重要的,其实还是患者本身对于骨质疏松症的正确理解;其次是跟随信得过的医生,进行不懈而耐心的治疗。骨质疏松症与高血压一样,是需要拿出一生的时间来打交道的疾病。只要努力,是可以过上与常人相同的生活的。



写给可能患有骨质疏松症的读者

可能患有骨质疏松症的人,要对骨折事故的发生加以注意。很多人往往出乎意料地自己家中或是家附近摔倒骨折。因此需要想一个万全之策。特别是有骨质含量下降的老人的家庭,请您检查下面几项要目,并斟酌改善生活环境。

健康相談室 / 骨粗しょう症④

骨粗しょう症の治療

努力^{どりよく}しないでコントロール^{こんとろーる}できる病^{びょう}気^きです

治療^{ちりょう}には、3～6カ月に1回は骨^{かげつ}の検診^{かい}を受け、定期的^{ほね}に骨量^{けんしん}を調べる必要^うがあります。そして、医師^{ていきてき}の指示^{こつりよう}に従^{しら}い、カルシウム^{ひつよう}剤^{いし}やエストロゲン^{しじ}(^{した}が^{かる}し^うむ^{ざい}え^すと^ろげ^んらん^そう^ぶん^びつ)^{ぶんびつ} (卵巢^{らんぼう}から分泌^{ほる}される^{もん}卵胞^{じよせい}ホルモン^{いっしゆ}で、女性^{かっせい}ホルモン^がた^びた^みん^{でい}ー^{ぜん}ご^うさん^しょう^ふく^{よう})^{ふくよう} (前号^{ぜんごう}参照^{さんしやう})の服用^{ふくよう}やカルチトニン^{かるちとにん}(同前^{どうぜん})の注射^{ちゅうしゃ}などをおこ^なない、骨量^{こつりよう}の減少^{げんしょう}を^とくい止^めめます。

大切^{たいせつ}なのは、患者^{かんじゃ}さんが骨粗しょう症^この治療^{ちりょう}のため^{ただ}に、正しい^{ちしき}知識^{しんらい}をもつことです。そして、信頼^{しんらい}でき^る医師^{いし}のもとで根気^{こんき}よく治療^{ちりょう}していくこ^とが重要^{じゅうよう}です。骨粗しょう症^こは高血^{こう}圧^{けつあつ}と同^{どう}様^{よう}、一^{いっ}生^{しやう}つきあ^つっていかねばならない病^{びょう}気^きですが、コントロール^{こんとろーる}し^て健康^{けんこう}な人^{ひと}とかわらない生活^{せいかつ}ができます。

骨粗しょう症の危険のある方へ

骨粗しょう症^この危険^{こっせつじこ}のある人^{ひと}は骨折^{こっせつじこ}事故^{じこ}に注意^{ちゅうい}しまし^よう。意外^{いがい}と自分^{じぶん}の家^{いえ}の中^{なか}や周^{しゅう}辺^{へん}で転倒^{てんとう}するケ^けース^すが多い^{おお}ので、安^{あん}ぜん^{ぜん}さく^{さく}こう^{こう}を講^{こう}じておく必要^{ひつよう}があります。とく^{とく}に、骨量^{こつりよう}の減^へってきたおとしよりのいる家^{いえ}では、次^{つぎ}の点^{てん}をチエック^{ちえっく}し、生活^{かいぜん}改善^{はが}を計^{けい}っ^て下^{くだ}さい。

●検査要目

- ・ 是否在服用伴有发晕这一副作用的药物
- ・ 视力和听力不好，却没有配戴辅助性的眼镜或助听器
- ・ 裤脚是否容易被缠挂
- ・ 拖鞋或鞋子的底儿是否发滑
- ・ 地板上的水是否没有擦
- ・ 家里是否放有容易绊倒人的东西



- ・ 在楼梯及走廊、还有洗澡间，是否安装了扶手及铺有防滑垫
- ・ 走廊上的夜间照明是否完善

(终)



摘自[《这些一定要知道 骨质疏松症》]

●チェックポイント

- ・ ふらつきげんいんの原因となるクスリくすりを飲んでいないか
- ・ 視力しりょくや聴力ちやうりょくが悪いのに、それを補おぎなうメガネめがねや補聴器ほちやうきをつけていないのではないか
- ・ 裾すそのからまりやすい服装ふくそうをしていないか
- ・ すべりやすいスリッパすりっぱや靴くつをはいていないか
- ・ 濡れた床ぬめなどをそのままにしていないか
- ・ 家の中につまづきやすい物ものが置いてないか
- ・ 階段かいだんや廊下ろうか、お風呂おなどに手すりてりやすりやすいか
- ・ 廊下やかんなどの夜間しやうめいの照明じゆうぶんは十分か

お (終わり)



「これだけしは知っておきたい 骨粗しょう
 症かぶしきがいしゃやかいほけんしゅっぱんしゃはっこう」(株) 社会保険 出版社発行
 より抜粋ばっすい]