



平成 29 年 10 月 25 日放送

骨密度測定検査について

茨城西南医療センター病院 放射線部 診療放射線技師 山上 雄大

司会者：今回は骨密度測定検査についてですが、検査について具体的に教えてください。

山 上：まず骨密度について説明させていただきます。骨の強さを「骨強度」と呼びます。骨強度は「骨密度」と「骨質」によって成り立ちます。これらを鉄筋コンクリートの建物に例えると、建物の丈夫さはすなわち骨の強さである「骨強度」であり、建物の鉄筋やセメントの充填率を「骨密度」、セメントそのものの良し悪を「骨質」と考えていただきます。

骨密度測定検査とは、その「骨密度」を測ることで、自分の骨の中の鉄筋コンクリートがどれだけしっかり詰まっているのか、それとも手抜き工事みたいにスカスカになってしまっているのかを判定します。骨密度を測定する方法として超音波法やMD法、DEXA【デキサ】法の三種類が代表的な検査方法となりますが、特に最近では専用の機械を使用することで詳細な検査ができるDEXA法が主流となっており、当院でもこれを用いています。DEXA法では、背骨や太もものつけ根の骨密度をX線で測定します。検査時間は数分で寝ていただくだけの簡単な検査です。

司会者：「骨粗鬆症」についても教えてください。

山 上：「骨粗鬆症」とは、先ほどの建物を例にすると、骨を支えている鉄筋コンクリートの本数が少なくなり、セメントも劣化が進んだ状態を指します。すると、今まではちょっとした衝撃では壊れなかった壁や柱も、軽い衝撃ですぐに壊れてしまう。すなわち転んで手をついたり、尻餅をついたなどの軽い衝撃ですぐに骨折を起こしてしまうこととなります。

さらに進行すると、自分の体の重さを支えることもできなくなることで、転んだ記憶などもないもの関わらず、背骨が潰れてくることがあります。最近テレビでも話題になっている「いつのまにか骨折」がこれにあたりますが、文字通り「いつのまにか」背中から腰が丸くなり、腰痛などもひどくなります。

骨粗鬆症の原因には加齢による骨密度の低下、運動不足や食生活などの生活習慣などがあります。特に女性の場合は閉経後に丈夫な骨を作り、それを保つための重要な働きをしている女性ホルモンの分泌が急激に低下するため、それに伴い骨量が急激に減少し、骨粗鬆症になりやすくなると言われていています。そのため、閉経がすぎた女性は骨粗鬆症になるリスクが高くなり、男性の3倍以上とも言われています。

司会者：骨粗鬆症には初期症状などはあるのですか？また骨粗鬆症になるとどのような危険がありますか？

山 上：骨粗鬆症の初期には、痛みなどの自覚症状が現れにくく、病気が進むにつれて、次第に背中や腰の痛み、背骨が曲がる、身長が縮むといった症状が現れ始めます。さらに骨密度の低下が進むと手首、背骨、太もものつけ根が骨折を起こしやすくなり、転んでしまうことや身体をぶつけることなどの軽い衝撃でも骨折を起こしてしまう事があります。そうならないためにも、定期的な検査を受ける事で自身の体の異常を早期に発見することが重要であると考えられます。

司会者：どのようにすれば検査を受けられますか。また、検査を受ける際に気をつけることはありますか？

山 上：近くの自治体、もしくは病院の検診で受ける事が出来ます。最近、多くの自治体では特に女性を対象にした骨粗鬆症検診を実施していますが、男性の方でも気軽に検査を受けることができます。当院でも人間ドックにてオプション検査として申し込むこともできます。検査を受ける際には金属の装飾品や湿布、カイロ、洋服のプリントやラメ素材が検査する部位にあると正確な検査結果を得られない場合があるため、検査前にはずしていただく場合があります。また、バリウム製剤を使用した検査や核医学検査、造影検査等を行っている場合にも、検査時に造影剤が残っている場合があります。造影剤等の排泄する期間には個人差があるため、明確な検査に影響が出る期間はありませんが、同日や近い日付での検査は避けていただきたいと思います。また、DEXA法の場合ではX線を使用します。そのため、妊娠中、妊娠の可能性のある方は検査の前に、必ず申し出てください。妊娠の方にはX線を使用しない超音波を使用した検査もあります。

司会者：骨密度検査は X 線を使用するようですが、どの程度の被曝をするのでしょうか？また、他の X 線を使用する検査を同日に受けて体に影響はでないのでしょうか？

山 上：骨密度測定検査はX線を使った装置を用いていますが、この検査で使われるX線の被曝量は、胸のレントゲン写真を1枚撮影するよりも非常に少ない値です。過剰に心配する必要はありませんので、安心して検査を受けていただきたいと思います。また、骨密度測定検査に限らず、X線を使用する検査は、体について大切な情報を与えてくれます。それらの検査を行うことでなんらかの異常が見つかれば、適切な治療方針を立てることができます。わずかな被曝を避ける為に、病気の診断が遅れて生命を失うことはあってはならないことです。安全

性も保たれておりますので、安心して検査をお受けください。また、検査についてご質問や心配な点がございましたら、主治医や放射線技師にお気軽にお尋ねください。

司会者：最後に骨粗鬆症について貴院では何か活動を行っていますか？

山 上：最近では骨粗鬆症への関心が高まっているため、骨粗鬆症を専門とした学会や病院等での患者様の説明会を行っている医療機関も増えてきています。当院においても昨年末から整形外科の医師の主導で「西南骨太プロジェクト」の名で、骨粗鬆症の治療・予防の推進に取り組んでおります。医師だけではなく、看護師・リハビリ・薬剤師・放射線技師など多職種職員が、骨粗鬆症学会認定の専門スタッフである「骨粗鬆症マネージャー」の育成教育を受けつつ、患者様の治療に貢献し、不安を少しでも軽減しようと取り組んでいます。また、自分の骨密度を知りたい、骨粗鬆症対策を考えたい方は、健診センターにて申し込むことや主治医に相談することにより、骨密度測定検査を受ける事が出来ます。詳しくは、健診センターまたは、主治医までお問い合わせください。