



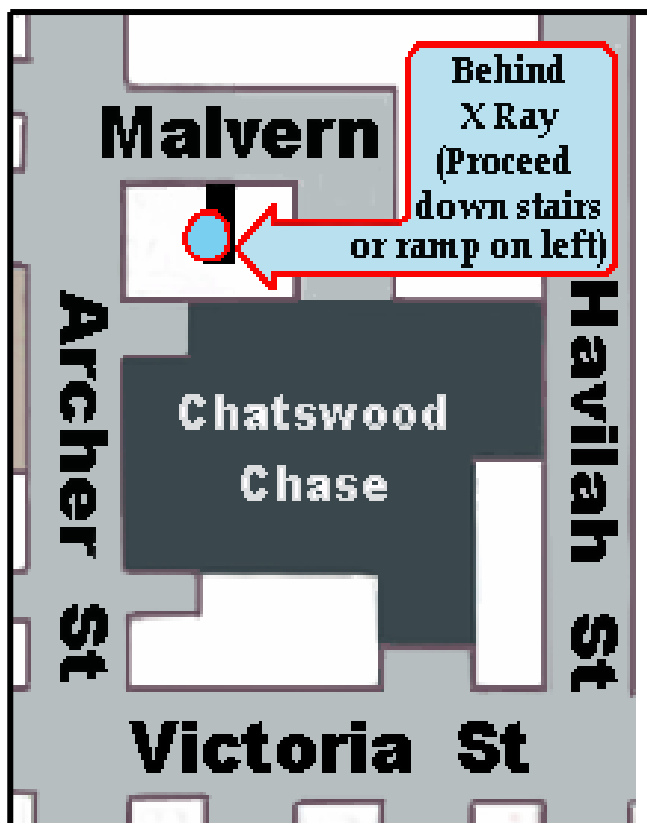
#### 所在地：

チャッツウッド、マルバーン・アベニュー  
16-18、マルバーン・コート、ス  
イート7-8

チャッツウッド密度測定センター

予約電話：9411 1837

(チャッツウッド・チエース駐車場から  
徒歩1分)

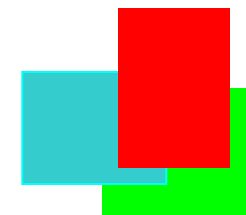


## 沿革

ニコラス・ポコック教授とジュ  
ディス・フルード博士は、共に17  
年余の密度測定経験を携え、19  
83年NSW州に初のDXAセンター  
を開設しました。

密度測定分野の研究及び臨床に豊  
富な経験を持つポコック教授は、  
密度測定認定委員会の会員で、現  
在ダーリングハーストの聖ビンセ  
ント病院核医学骨密度測定部の上  
級専門医を務めています。ジュ  
ディス・フルード博士は、現在同  
部部長を務めており、積極的に骨  
粗鬆症研究を進めています。

チャッツウッド密度測定センター  
では、DXA骨密度及び脊椎側面評  
価を行なっております。更に、  
筋力強化、転倒防止の為の運動プ  
ログラムも定期的に行なわれてい  
ます。



## 骨粗鬆症

## 予防と診断

あなたの疑問に  
答えます

## 骨粗鬆症とは？

骨粗鬆症とは、骨がもろく折れやすくなる‘骨の菲薄化’のことです。一般的に、腰、脊椎、手首に影響が出やすくなっています。よくある症状で、女性の3人に2人、男性は3人に1人が、高齢になるにつれて影響を受けています。

## 骨粗鬆症の原因は？

多くの要因が考えられます。更年期後の女性、特に早期に更年期を向かえた場合に危険性が高くなっています。特定の病状や治療も骨粗鬆症の危険性を高めず。他には、家族歴や生活様式も要因となります。

## どんなライフスタイルが大切ですか？

定期的な運動、適量のカルシウムを摂取する食生活、喫煙やアルコール、カフェインの過剰摂取を避けることで、骨粗鬆症の危険性は低くなります。転倒の危険性を少なくすることも骨粗鬆症による骨折を避ける上で重要です。



## 健康的な生活様式で十分でしょうか？

いいえ！ 骨粗鬆症は、最も健康的なライフスタイルでも起こります。

## 骨粗鬆症と、どうしてわかりますか？

骨が壊れる（骨折）するまで症状が出ない為、わからないことが多いのです。そして症状の程度を確認する為の検査を行なっている次第です。

## 骨折する前に骨粗鬆症診断ができますか？ そうすることで役に立ちますか？

はい。今日では骨強度を増加するのに効果的な処置療法が幾つもあり、早期療法で骨折予防の確率も向上します。転倒防止の運動プログラムも骨折予防に効果的です。

## 骨粗鬆症はどうすれば発見できますか？

最も一般的な検査は、骨強度の測定法、DXAスキャン(2エネルギーX線)で、骨密度を測定します。DXAスキャナーは、超低線量のX線を利用し、骨粗鬆症診断の黄金基準と見なされています。低DXA値は、将来の骨折危険度を予測する上でも役立ちます。DXAスキャンは、治療をモニターする際にも有効です。

中高年の方が些細な外傷によって骨折した場合にも、仮に骨粗鬆症と診断することができます。この種の骨折をされた方は、更に骨折する危険性が高いのです。



## DXAスキャナーで骨折が検出できますか？

最新世代のDXA骨スキャナーで、特殊な脊椎側面像を見ながら(脊椎側面評価)、予期せぬ脊椎破損を検出することも多々あります。

## どうすればよいのですか？

50歳を過ぎていらっしゃる方、特に女性で骨粗鬆症の家族歴をお持ちの場合には、骨密度評価は有益でしょう。骨折の危険性をより正確に推測する上でも、60歳を過ぎていらっしゃる方は尚更、脊椎側面評価を行なわれるのが理想的です。