

女性必見!!

骨密度測定会!!

「あなたの骨、何歳ですか？」
気になる方、この機会に骨密度を測ってみませんか？

3月20日（金）当日限り

午前9：00から午後12：00まで

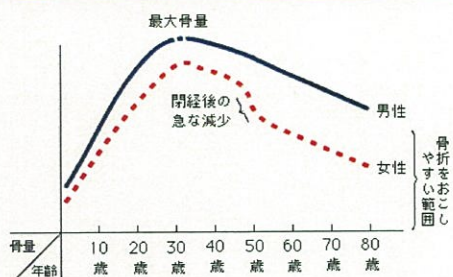
無料体験会

通常、500円のところ

骨粗しょう症の原因

女性の骨密度は18歳くらいでピークに達します。そのうち40歳代半ばまではほぼ一定ですが、50歳前後から急速に低下していきます。骨をつくるのに必要なカルシウムは、腸から吸収されて骨に取り込まれますが、年を取ると腸からのカルシウム吸収が悪くなってしまいうのも骨密度低下の原因の1つです。

加齢による骨量の変化



2つめは、病気や薬の影響で二次的に起こるタイプ。原因となる病気としては、「内分泌疾患」、「関節リウマチ」「動脈硬化」「慢性腎臓病」「慢性閉塞性肺疾患」「糖尿病」などの生活習慣病で頻度が高いとされています。

やせすぎは、骨粗しょう症の危険因子となる場合も？無理なダイエットは、骨まで痩せる？
3つめは、脂肪が少なすぎる人や、急に脂肪が減った人は、骨粗しょう症や骨粗しょう症が原因となっておこる脆弱性骨折のリスクが高くなるのです。



骨粗しょう症による骨折 チェックシート

このチェックシートは簡単に自己診断を行うものですが、その結果を保障するものではありません。

- 背中が曲がってきた
- 歩きにくい
- 背中や腰に痛みがある
- 身長が以前より2 cm以上縮んだ
- 洗濯物を高いところに干せなくなった
- 転びやすい
- 高い棚に手が届かなくなった
- 急激に痩せた