

こんにちは!

村立東海病院



大腿骨骨折にご用心!

●大腿骨骨折の特徴●

整形外科では、開院以来、骨折や人工関節(股、膝)、腰部脊柱管狭窄症などの手術を年間約250件行っています。そのうち、大腿骨骨折の症例数は50件ほどです。

大腿骨は足の付け根から膝までの骨で、股関節付近で起きる骨折(大腿骨頸部骨折や大腿骨転子部骨折)や、膝に近い部分で起きる骨折(大腿骨顆部顆上骨折など)があります。日本では特に、頸部や転子部など股関節付近で起きる骨折(大腿骨近位部骨折)が年々増加しているほか、冬から春にかけて多く起きていることも特徴です。これは、寒くなり、関節や筋肉の動きが硬くなって転倒することが主な原因のひとつと考えられています。さらに、近年では、女性の骨折者数が男性の約4倍となっており、男女とも60歳以上で徐々に発生率が増加し、70歳を過ぎると発生率はさらに高くなります。



大腿骨近位部骨折



正常

大腿骨頸部骨折
(内側骨折)

大腿骨転子部骨折
(外側骨折)

●日ごろから基本的な対策をしましょう●

大腿骨骨折は、骨粗しょう症もその大きな原因ですが、運動器不安定状態(ロコモティブシンドローム：加齢等により運動機能が低下し、要介護になるリスクが高い状態)により転倒しやすいことなども原因に潜んでいます。

いくら投薬を受けても、日ごろから下肢の運動能力を高めておかなければ骨折は防げません。実際、手術した患者さんが骨粗しょう症の治療薬を内服中であることが多々あります。内服薬や注射がよくないということではなく、これらは補助と考えましょう。まずは、日ごろから、歩く・体操するといった基本的な対策が必要です。その中に、ロコモティブシンドロームの予防・改善を目的とした“ロコモーショントレーニング”をぜひ取り入れましょう。詳細は整形外科外来までお問い合わせください。

村立東海病院 整形外科 豊田 実

人間ドックで健康管理!

国立がん研究センター対策情報センターの統計(平成23年)によると、男性の4人に1人(26%)、女性の6人に1人(16%)が、がんで死亡していることが報告されています。また、厚生労働省の統計(平成22年「人口動態統計特殊報告」)によると、茨城県民は「糖尿病由来の病気」や「脳血管疾患」などによる死亡率が全国47都道府県の中でも高い位置にあることが報告されています。

▼茨城県民の主な死亡の原因と全国での位置

【男性】▼脳血管疾患(9位) ▼心疾患(21位) ▼がん(22位) ▼糖尿病由来の病気(2位)

【女性】▼脳血管疾患(5位) ▼心疾患(24位) ▼がん(20位) ▼糖尿病由来の病気(5位)

病気を早期に発見するためには、定期的な人間ドック受診が重要です。ぜひ受診しましょう!

問い合わせ ■ 村立東海病院(☎282-2188)、保健年金課地域医療担当(☎287-0899)