

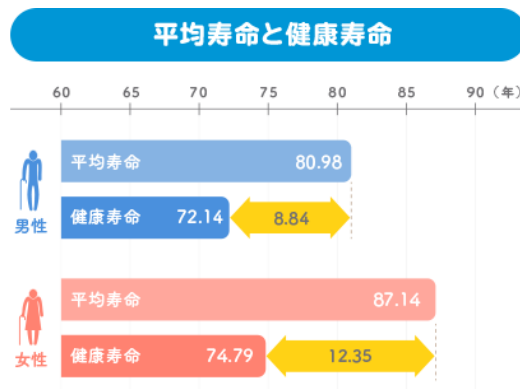
健康寿命を延ばすための骨粗鬆症治療 ～白河厚生総合病院での骨折リエゾンチームの活動報告～

白河厚生総合病院 薬剤科 骨粗鬆症マネージャー松浦 祥子

<骨粗鬆症と健康寿命>

我が国における平均寿命は男性 81 歳、女性 87 歳（厚生労働「平成 28 年簡易生命表参照」）であり、世界においても有数の長寿国となりました。一方で日常生活に制限のない期間とされる健康寿命は男性約 72 歳、女性約 75 歳と、女性は、平均寿命と健康寿命の差は 12 年にも及びます。この健康寿命を延ばすために骨粗鬆症治療が非常に重要となってきます。

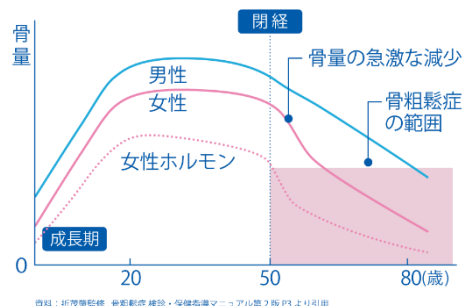
骨粗鬆症は日常的にもよく耳にする病気で、癌や心筋梗塞などと比較するとそれほど重要な病気じゃないと思われがちですが、骨粗鬆症の有病率は、1,280 万人（男性 300 万人、女性 980 万人）で、骨粗鬆症予備軍を含めると 2000 万人に達すると言われています。この親近感もあってなのか、自覚症状に乏しい骨粗鬆症は、日本では治療を受けている割合はわずか 20%という報告もあります。しかし、この骨粗鬆症を侮らないでいただきたいです。要支援・要介護になる原因の 1 位は骨粗鬆症による骨折で、移動機能の低下をきたした状態が大きな原因で何よりも健康寿命を短くする大きな原因の一つとなっているからです。



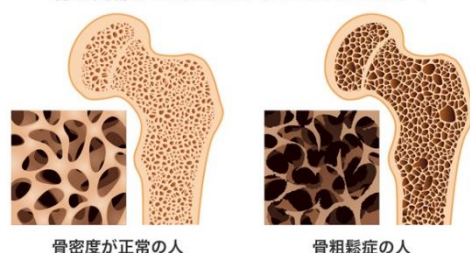
<早期骨粗鬆症治療すすめ>

骨粗鬆症の有病率の約 80%が女性です。特に 40 代後半を迎える女性は、更年期や閉経に伴い、女性ホルモンが急激に低下するため、健康寿命を阻害する様々な疾患のリスクが高まります。年齢別でみると、50 歳以上の女性の 4 人に 1 人が骨粗鬆症になっています。ところが骨がスカスカになるだけでは、特に自覚症状はあらわれず、骨密度検査等を受けて確認などしない限り、骨粗鬆症が進んでいることに気付くことは困難です。しかし、閉経後の女性が定期的に骨粗鬆症の検査を受けている割合は 1 割強にとどまり、さらに、検査を一度も受けたことがない人が約 4 割にもものぼると言われています。骨の強さの 70%は骨の量で決まります。骨粗鬆症は、この骨の量が減少して、骨の質も低下し、骨折のリスクが高まる病気です。高齢になると骨密度は若い人の 70%以下に減り、背骨や足の大腿骨が軽く転んだ程度で折れしまい、その時初めて骨粗鬆症と診断ケースが少なくありません。骨粗鬆症に気付かず、病状が進んでしまうと、気付かないうちに背骨がつぶれて背中が大きく曲がってしまったり、軽く尻もちをついた程度だと思ったら寝たきりになるほどの骨折をしてしまったりする可能性も高くなります。また、骨折が一度起きると、次の骨折（二次骨折）が起きるリスクが非常に高まります。背骨だけでなく、足の大腿骨を骨折すると、寝たきりになるリスクが高まります。そのため、検査などを積極的に受け、早期に診断され治療を受け強い骨を維持することが重要になります。また、一度骨折で骨粗鬆症と診断されたならば、できるだけ早く治療を始め、次の骨折を防ぐことはとても大切です。

年齢と閉経に伴う骨量の変化



骨密度が減少し骨粗鬆症になると、骨の内部がスカスカになってしまいます！



＜白河厚生総合病院の骨折リエゾンサービス＞

当院では、本年度より骨粗鬆症による二次骨折を防ぐため、骨折リエゾンサービスのチームを作り整形外科医を中心に活動を開始しております。リエゾンという耳慣れない言葉だと思いますが、「35 億！」や「女に生まれてよかった～」などのギャクで一世を風靡した芸人さんとは関係がなく、リエゾン (liaison) とは、一般的に「連絡係」、「連絡窓口」、「つなぎ」と訳されるフランス語で、骨折リエゾンサービスは二次骨折予防のための継続的なサービスを提供することを目的とした活動です。日本では骨粗鬆症による脆弱性骨折防止

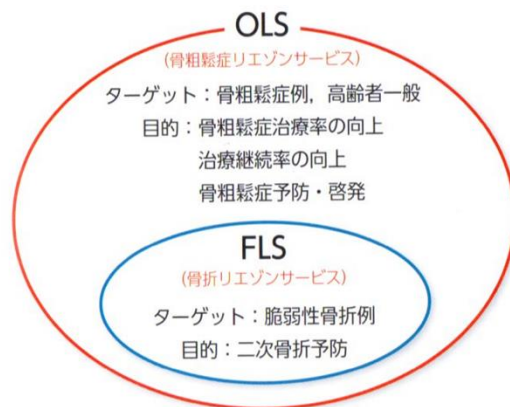
のための取り組みとして、日本骨粗鬆症学会により骨粗鬆症リエゾンサービス (OLS: Osteoporosis Liaison Service) が提唱されています。骨粗鬆症リエゾンサービスは、骨粗鬆症の治療率と継続率を向上させると、骨粗鬆症予防と啓発を目的としています。また、一度目の脆弱性骨折をした方が二度目の骨折をしないために必要なサポートをすることを骨折リエゾンサービスといい、二次骨折を予防するための活動となります。二次骨折を予防することが主な目的ですが、それを遂行するために、二次骨折を予防する必要がある患者さんを特定し、そのリスクを評価、投薬を含む治療を開始し、さらに入院中だけでなく、退院後に治療を続けていくフォローを行っていきます。その上、患者さんへ二次骨折を予防することの重要性をお伝えしたり、病院で働く医療スタッフに情報提供をしたりしていきます (このように広報を通じ骨粗鬆症や二次骨折予防の理解を深めてもらうこともこの骨折リエゾンサービスの一環になります)。また、二次骨折予防の効果については、日本のみならず海外でも数多くのエビデンスがあります。

当院での大腿骨近位部骨折の患者さんは年間約 100 名前後となっています。すでに当チームの活動が開始された本年の 6 月から 11 月末時点で 35 名の方の介入を始めています。このうち、退院後に当院外来に再受診されている患者数が 16 名、他院等でのフォローされている方が 19 名となっています。当院での骨折リエゾンサービスは以下の流れで継続的なフォローを行っています。

1. 患者さんが入院時に医師により病状の説明の他、二次骨折予防の治療とその継続について説明。
2. 手術後 1 週間後骨密度、カルシウム値、リン値を測定し骨粗鬆症の評価を行い、治療を開始。
3. 治療薬については薬剤師が説明。
4. 退院時にも患者さん本人だけでなく、ご高齢の患者さんには家族への説明。
5. 対象患者さんが決まった時点で、外来へ報告し、退院後のフォローの準備。

6. 医師事務補助者等による患者さんの再診等の確認 (3 か月、6 か月、1 年、2 年、3 年)

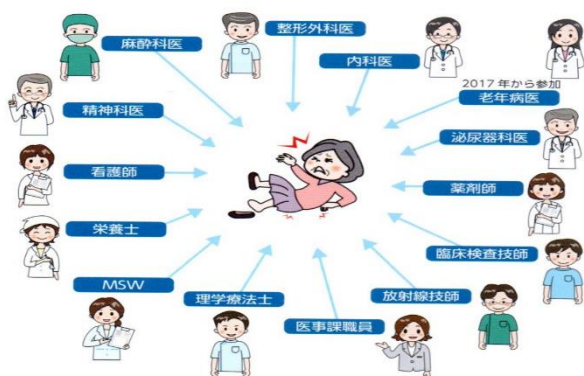
この様に、院内の多職種で連携して患者さんのフォローを行わせて頂きます。また、今後は、当院だけではなく、地域のかかりつけ医の先生方とも連携を取り、適切なフォローを当院で計画した上で、治療を継続していただくことで、この地域の脆弱性骨折をより防いでいこうと考えております。



骨折リエゾンサービス

骨粗鬆症治療開始率及び治療継続率を上げること等により、脆弱性骨折患者さんが二次骨折を回避し、QOLを維持すること。

- 対象患者さんの特定
- 二次骨折リスクの評価
- 投薬を含む治療の開始
- 患者さんのフォローアップ
- 患者さんと医療従事者への教育と情報の提供



「女に生まれてよかった～」と思える健康寿命を延ばすため、まずは骨粗鬆症侮らずに近医にご相談ください。