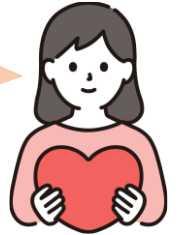


知ってほしい 女性の健康課題

～十日町市が実施した検診後の精密検査受診結果でみえたこと～

骨密度検診

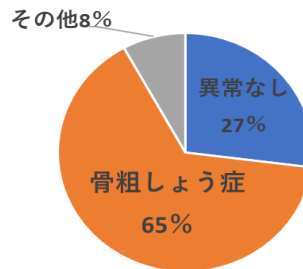
50歳代から「要指導」「要精検」と判定される方が増えています。



R5、R6年度の骨密度検診受診者総数1212人のうち、233人の方が「要精密検査」と判定されています。

精密検査を受けた人の6割以上の方が「骨粗しょう症」と診断されています。

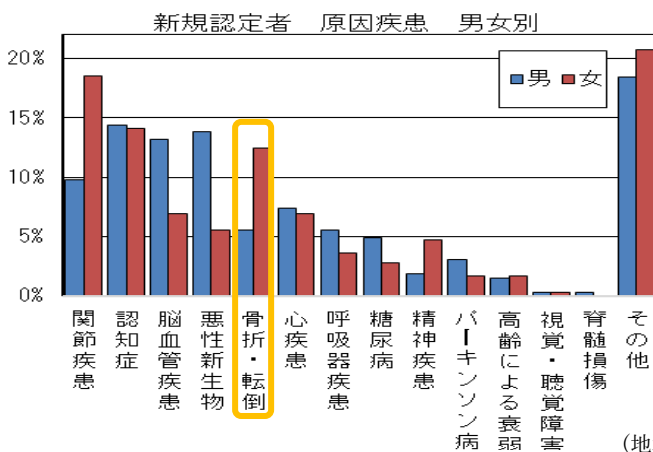
骨密度精密検査結果
(R5～R6 延べ155人)



(主要な施策の成果より)

- ◆骨量は20～30代をピークに減少していきます。
- ◆閉経を迎え女性ホルモンの分泌が減ると、急激に骨量が減少し、骨粗しょう症のリスクが高まります。
- ◆骨粗しょう症が進行すると、「立ち上がりや重い物を持つときに背中や腰が痛む」「身長が縮む」「背中や腰が曲がる」等の症状がでます。

十日町市の介護保険認定者の状況 (R6)



(地域ケア推進課調べ)

介護が必要になる原因について、女性では「関節疾患」「認知症」に次いで、「骨折・転倒」の割合が高いです。⇒転倒しても骨折しないために骨の強度を保つことが大切です。骨を強くするためには、「適度な運動」「日光浴」「バランスのとれた栄養」が必要です。

検診の受け方と注意事項

〈検診方法〉

検診車の中で椅子に座り、利き手ではない腕の前腕部を30秒程測定器に入れて、レントゲン撮影を行います。

〈受診する際の注意事項〉

- ◆測定する腕に時計やアクセサリーを付けている場合は、検査前に外してください。