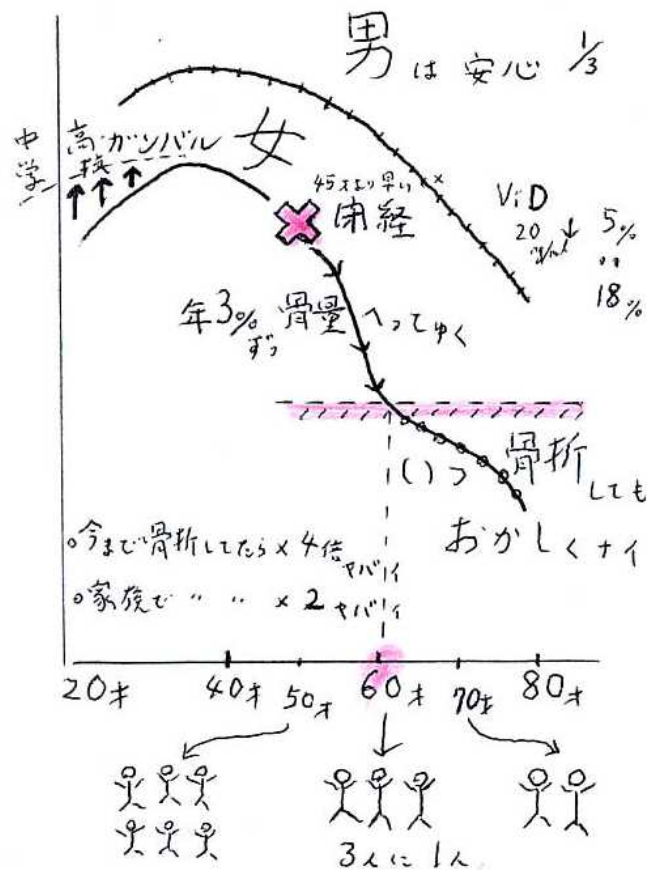


こつ そ しょう しょう
骨 粗 長松 症



X線 DXA (80% ↓ 骨減少
判定 (70 ↓ コノ病氣

骨代謝
回転マーカー
(作る --- BAP) 回転早い
(とかす --- NTX / DPD) 析れ易い

車長 3.1 (75% ← 1/5 → 1/3) 1割骨折 3cm以上



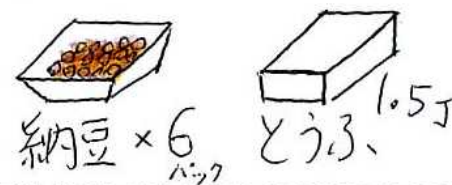
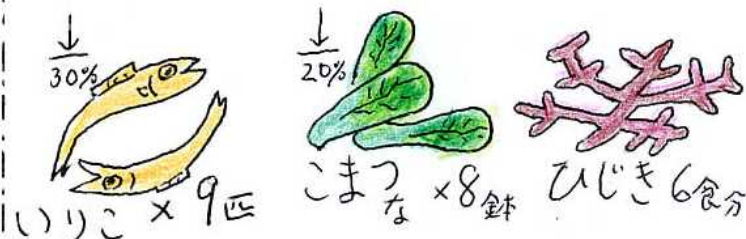
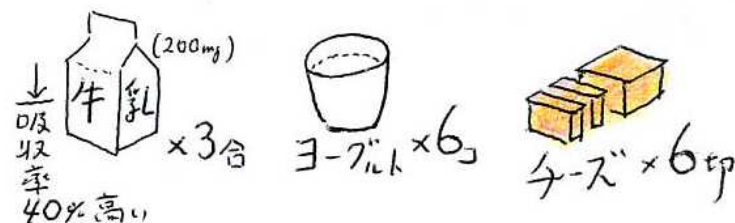
手術しか

40%は家に帰りたい

20% は、死ぬ

運動不足で $\times 2$ 倍になる (尻もち_グ)

カルシウム 600mg/日 必要



薬
ビスファスネート
週1回で24
骨折5割↓

中高・女、50%不足。
ビタミンD
カルシウム 800mg/日
日光
不足の
北海道 骨折×2倍

運動 骨、3倍強 50%骨折予防