

ご自由にお持ち下さい



骨粗鬆症による骨折リスクを防ぐために

## 骨の健康診断を受けましょう！

中央みなとクリニックには腰椎・大腿骨近位部用の骨密度測定装置DXA(富士フィルムメディカル製)があります。  
腰椎・大腿骨近位部のDXAによる骨密度検査は「骨粗鬆症の予防と治療ガイドライン2025年版」で最も推奨されている検査法です。



### 骨粗鬆症とは

骨は、毎日、古い部分を分解・破壊し(骨吸収)、新しい骨をつくって(骨形成)生まれ変わっています。この骨の新陳代謝がうまくいくなると、骨がスカスカになり、骨粗鬆症になります。

骨粗鬆症になると脊椎の圧迫骨折や大腿骨頸部骨折などの骨折リスクが高くなります。

また骨折によって寝たきりになってしまう恐れがあります。骨粗鬆症は痛みなどの自覚症状がなく、発症して進行するケースがほとんどです。

予防の意味も含めて、自覚症状のない時期から検査を受けることをおすすめします。検査は寝台で仰向けのまま10~15分程度です。

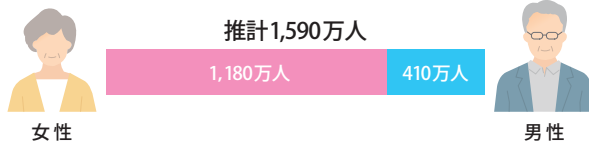
### 検査の対象となる人

骨粗鬆症の予防と治療ガイドラインにおいてDXAの対象となる方は以下の通りです。

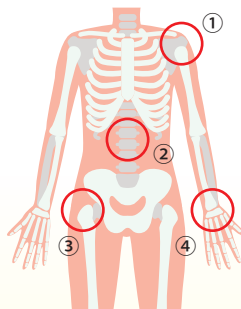
- ① 脆弱性骨折を有する症例
- ② 65歳以上の女性と70歳以上の男性
- ③ 危険因子を有する65歳未満の閉経後および周閉経期の女性と50歳以上70歳未満の男性

骨密度検査はたとえ身体に不調を感じていなくても定期的に受けることが大切です。  
これからの人生を健やかに過ごすために、骨の健康を守りましょう。

### 骨粗鬆症の患者数



### 骨粗鬆症の有病率(女性)



### 骨折を起こしやすい部位

- ① 腕の付け根(上腕骨頸部)
- ② 背骨(腰椎)
- ③ 太ももの付け根(大腿骨近位部)
- ④ 手首(橈骨遠位端)

参考:公益財団法人 骨粗鬆症財団「数字でみる骨粗しょう症」

健診オプションで追加可能です。健診受付にお声がけください。

## 整形外科 診療のご案内

整形外科外来は平日診療しております。受付時間は以下の通りです。

月曜日	午後	13:30～17:30
火曜日	午前・午後	8:30～12:30 / 13:30～17:30
水曜日	午前	8:30～12:30
木曜日	午前	8:30～12:30
金曜日	午前・午後	8:30～12:30 / 13:30～17:30

休診の場合もあります。ホームページでご確認ください。

### 対象となる疾患

- 骨粗しょう症
- 腰部脊柱管狭窄症
- 変形性股関節症
- 打撲(だぼく) など
- 椎間板ヘルニア
- 変形性膝関節症
- 捻挫(ねんざ)

### こんな症状があったらご受診ください

- 首・肩・腰・関節などに痛みがある
- 手足がしびれることがある
- 打撲・捻挫
- 起床後に手・指がこわばる など
- 首・肩こりがひどい

赤文字は女性医師

担当医表		月	火	水	木	金	土
内科 (一般内科) (消化器科)	AM	清水[一般] ~3月 柳下[循環器] 担当医 4月~	理事長[消化器] 高岡[消化器]	理事長[消化器] 高岡[消化器] 篠原[総合内科] ~3月	高岡[消化器] 柳下[循環器] 富田[消化器]	理事長[消化器] 中谷[神経]	理事長[消化器] 高岡[消化器]
	PM	宮本(和)[循環器] 中谷[神経] 担当医 4月~	高岡[消化器] 鍋田[消化器] ~3月	理事長[消化器] 高岡[消化器] 加藤[血液] ~3月 担当医 4月~	高岡[消化器] 富田[消化器]	理事長[消化器] 中谷[神経] 藤原[血液] ~3月 担当医 4月~	担当医 ※1
糖尿病内科	AM					糸数	
呼吸器科	AM			中濱			中濱 第1,3週
循環器科 【予約制】	AM	蜂矢				高木	
	PM		坪 第1,2,4週				
皮膚科	AM			松村			海老原 第1週
	PM				松村 14:30~	松村	
心療内科 【予約制】	PM	鈴木					
泌尿器科 【予約制】	AM						
	PM	都築			齊藤(史)		齊藤(史) 第1,3,5週 田代 第2,4週
整形外科	AM		内山	山下 ~3月 担当医 4月~	大石	和田 ~3月 担当医 4月~	
	PM	宮本(卓) ~3月 山下 4月~					
眼科	AM	矢野		矢野			
	PM		【予約制】 寺内 ~3月	矢野 4月~			
乳腺科 【予約制】	AM						佐伯
	PM						中平 第2,4週 ~16:00
婦人科 【予約制】	AM	藤井	藤井	藤井	中島	藤井 第1,2,3, 5週	藤井
	PM						
内視鏡	AM	高岡	酒井[上部] ~3月 川越 4月~	砂村[上部]	横山[上部]	田丸[上部] ~3月 長濱 4月~	河村[上部]
	PM		井出[下部]				高岡

※1 内科・土曜日午後の担当医 毎月第1・4・5週(次富医師) 毎月第2週(篠原医師) 毎月第3週(担当医)

### 4・5月の休診

齋藤理事長…4月8日(水)、4月15日(水)、4月21日(火)、5月13日(水)、5月19日(火)、5月27日(水) 高岡医師…4月7日(火)終日、4月14日(火)終日、5月12日(火)終日、5月26日(火)終日  
中濱医師…4月18日(土)午前 都築医師…4月27日(月)午後 大石医師…5月21日(木)午前 中島医師…4月2日(木)、4月9日(木)、4月30日(木) 藤井医師…4月11日(土)

## 医療法人社団中央みなと会 中央みなとクリニック

東京都中央区明石町 8-1 聖路加タワー 2F [https://www.minatokai.jp/chuo\\_minato/](https://www.minatokai.jp/chuo_minato/)

外来のご予約・お問い合わせ TEL.03-5565-9955 各種健康診断のご予約・お問い合わせ TEL.03-3547-1395

