

え！私の骨大丈夫？

3分に
1件



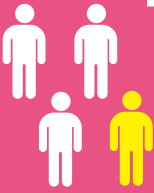
足の付け根骨折の
頻度¹⁾。

36
パーセント



足の付け根骨折の後
元通りに歩けない人²⁾。

4人に
1人



運動器の障害で
介護が必要となった
女性³⁾。

1,540
万円



骨折が原因で
介護となった場合の
5年間の費用⁴⁾。

1) Osteoporosis Japan Plus 編集部 Osteoporosis Japan Plus.1:28 ; 2016 2) 久保祐介他、整形外科と災害外科、61: 21, 2012 3) 平成22年 国民生活基礎調査 4) 林泰史、日老医誌 44 : 591, 2007

骨を守るための
3つのポイント



十分な栄養



適度な運動



そして検査

骨に関する数字について、もう少し詳しい情報です。

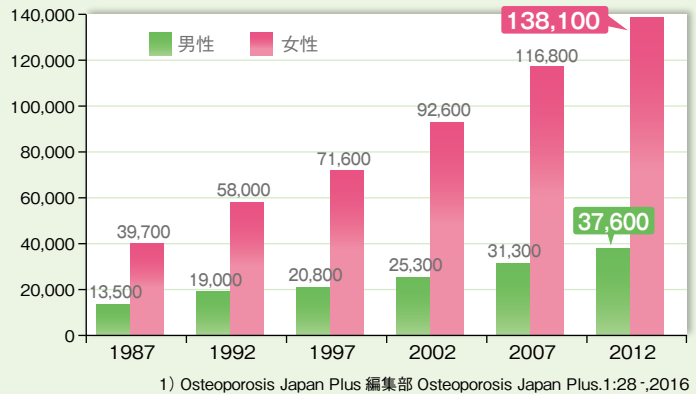
知れば知るほど、骨粗鬆症があなたにとって身近で、たいへんな病気であることがお分かりいただけると思います。あなたも、骨粗鬆症による骨折の予防対策を始めてみませんか。

3分に**1**件 足の付け根骨折の頻度¹⁾。

足の付け根（大腿骨近位部）の骨折は、日本で年間175,700件*1も発生しています。これは3分に1件の頻度ということになります。

*1 男性37,600件、女性138,100件と女性に圧倒的に多いこともポイントです。

方法：日本における2012年の年間大腿骨近位部骨折発生患者数を男女別に推計した。



36パーセント 足の付け根骨折の後元通りに歩けない人²⁾。

足の付け根（大腿骨近位部）の骨折を起こした場合、退院の段階でも3人に1人は元通り屋外歩行ができるところまで回復していません。

方法：大腿骨近位部骨折を起こした115例（受傷時年齢57～100歳（平均82.5歳））の中で、受傷前に障害がなかった19例について退院時の屋外歩行能力を検討した。

受傷前の日常生活自立度と退院時している 退院先と退院時している動作の相関動作との相関（病院への再転院例は除く）

受傷前ADL自立度	障害なし	退院時している動作							計	退院先	退院時している動作							計	
		屋外歩行	階段昇降	一本杖歩行	歩行器歩行	平行棒内歩行	車椅子移乗	端坐位			ギャンベッド	自宅	屋外歩行	階段昇降	一本杖歩行	歩行器歩行	平行棒内歩行		車椅子移乗
障害なし	12	3	4	0	0	0	0	0	19	自宅	27	13	11	12	4	1	0	0	68
独力で外出	16	10	9	10	2	3	0	0	50	自宅→施設	2	1	3	2	3	1	1	13	
介助で外出	0	4	2	6	3	2	0	1	18	施設→施設	1	2	1	2	0	4	0	11	
車椅子	0	0	0	3	2	3	1	1	10	計	28	17	13	17	6	8	1	92	
計	28	17	15	19	7	8	1	2	97										

2) 久保祐他・整形外科と災害外科.61:21,2012

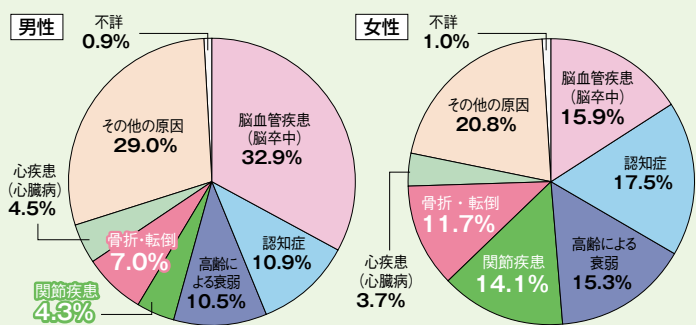
4人に**1**人 運動器の障害で介護が必要となった女性³⁾。

介護が必要になった女性の4人に1人が、骨折を含む運動器の障害*2が原因でした。

*2 骨折・転倒および関節疾患を含んでいます。

方法：無作為に抽出された世帯のうち、介護について調査された女性67,153人を対象に、介護が必要となった主な原因を調査した。

性別にみた介護が必要となった主な原因の構成割合



注：「その他の原因」には「不明」を含む。

3) 平成22年 国民生活基礎調査

1,540万円 骨折が原因で介護となった場合の5年間の費用⁴⁾。

骨折で介護が必要となった場合の5年間の自己負担額の試算です。

方法：要介護3の状態となり、1日の介護費用約8,440円を用いて5年間暮らすと仮定し、介護費用を試算した。

4) 林泰史,日老医誌 44:591,2007