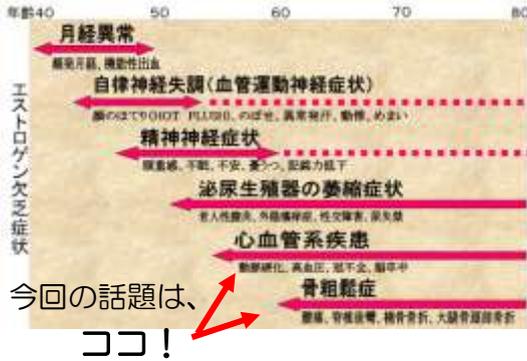




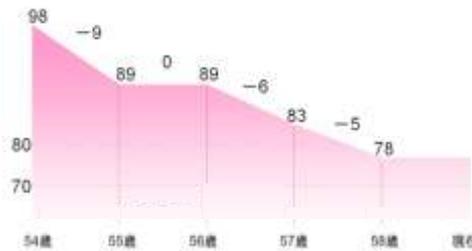
更年期と骨・血管

2013年5月15日(水) 開催

◎更年期以降に見られる症状



◎更年期の骨量の変化



骨密度
80%以上…正常
70~80%…骨量減少
70%未満…骨粗鬆症

閉経後の女性ホルモン減少と一緒に骨量も減っていきます!

大腿骨頸部骨折(寝たきりになりやすい骨折)

⇒ 女性は男性の約4倍!

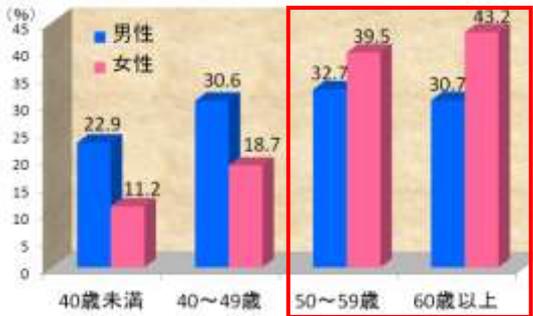
骨粗鬆症は早めの治療スタートが大切です。

※ 春日クリニックでは正式な骨密度検査ができます。



◎更年期と動脈硬化

高コレステロール血症の現状



・50歳以上になると女性が多い!

→ ホルモンの減少による影響

・頸動脈エコー

→ 検査での早期発見を!



◎コレステロールと骨密度の関係

イタリアでの調査

閉経後女性 1303名において、悪玉コレステロールが高い群は低い群に比べ骨密度が低いという報告がありました。

◎更年期のトータルケア

更年期障害はこの症状を単独で捉えるのではなく、心身を総合的に見ていきます。

自分の生涯も視野に入れたトータルケアが重要です。



院長からのメッセージ

更年期世代の女性は、自分の具合が悪くても、親の介護や家族の事で忙しく、そのことが気になり自分の事は後回しになりがちです。女性は男性よりも寿命も長いので、介護が必要となる期間が少しでも短くなるように、更年期世代をいかに過ごすかが重要になってきます。

骨も血管の病気も表面では分かりにくいものです。「最近背が縮んだな...」「親が大腿骨近位部骨折したことがある」方は検査をお勧めします。検査の結果次第で、食事の指導や、お薬での治療が必要です。いつまでもいきいきと過ごせるトータルケアのお手伝いができればと思っております。



第63回 おりひめの会のお知らせ

テーマ「更年期とうつ病」

2013/7/6(土) 14時~ はるかぜホール

申し込みは おりひめの会事務局 まで