



## 歯科と全身疾患 ～骨粗しょう症～

No.53

### 骨粗しょう症とは

骨粗しょう症とは、骨ができる速度よりも、吸収される速度が早いことにより、骨に小さな穴が多くあいてしまう病気をいいます。背中が曲がるなどの変形、骨性の痛み、さらに骨折の原因ともなります。骨折は一般に強い力が骨に加わった場合に起こりますが、骨粗しょう症の場合は、普通の日常生活の活動の中で骨折を引き起こすことがあるのです。骨折による痛みや障害はもちろん、大腿骨や股関節の骨折はその多くが「寝たきり」につながります。日本では高齢女性を中心に年々増加しており、自覚症状のない未受診者を含めると1200万人(約10人に1人)とも言われています。ではなぜ高齢の女性に多いのでしょうか？

骨は正常時は常に骨芽細胞(骨を作る細胞)と破骨細胞(骨を壊す細胞)によって形成・吸収がバランスよく行われ、古い骨を壊し新しい骨を作り、一定の量を保っています。しかし、高齢の女性の場合、閉経後に性ホルモンの一種であるエストロゲンの産出量が急速に低下し、このエストロゲンが骨芽細胞の活動を高めているため、閉経により骨粗しょう症へと進みやすいのです。さらに女性は男性よりもともと骨量が少ないため、形成・吸収のバランスが崩れた時に、症状が表面化しやすいのです。

### 骨粗しょう症の原因と予防

骨粗しょう症の要因としてあげられるのが、**運動不足**や**カルシウムを不足させる動物性たんぱく過多の食事**、**ビタミンDの不足した食事**、さらに**カフェインの摂り過ぎ**、**過剰なアルコール摂取**、**喫煙**などです。



単純に骨粗しょう症を予防するには、これらの要因を除去すること、具体的には発症前の運動と食事の内容が大切です。



### 骨粗しょう症と歯科治療

それでは骨粗しょう症はお口の中にどういった影響を及ぼすのでしょうか？歯は歯槽骨という骨によって支えられています。骨粗しょう症になると、この歯槽骨がスカスカになります。すると**歯が抜けやすくなったり、歯周病の進行も早くなります**。また骨粗しょう症の治療薬として、ビスフォスフォネート系の薬剤(静脈注射・経口)が盛んに使われていますが、この薬の副作用として、**抜歯やインプラントの歯科手術後に、顎骨骨髓炎(顎の骨が腐る病気)を引き起こす場合がある**ことが判ってきました。そのため、この薬を服用している人は何年も歯を抜く事ができなくなってしまう可能性があるのです。骨粗しょう症の方は、よりいっそうの予防が大切で定期的な歯科健診と口腔ケア、カルシウムの多い食事、規則正しい運動、日光浴(骨を丈夫にするビタミンDが作られます)が必要となります。かかりつけ歯科医に相談し、きちんとケアすれば歯科治療も可能です。



社団法人

## 柏歯科医師会

Http://www.kamukamu.or.jp

Email:kda@cc.rim.or.jp

