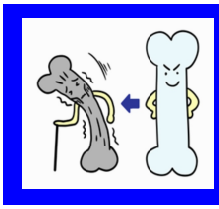
うしクリ通信

2022-Dec
No.116

発行：(医)うしく整形外科クリニック　住所：横浜市青葉区美しが丘1-13-1 電話：045-904-6937



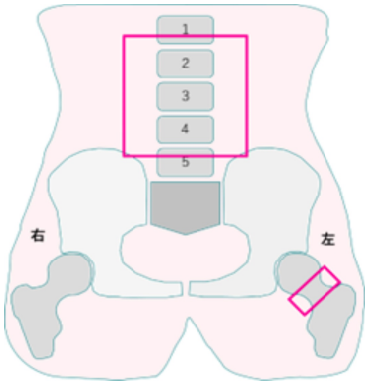
知っておきたい骨密度検査

はじめに

当院では骨密度検査としてDEXA(デキサ)法による測定を行っております。
DEXAとは(ダブルエネルギーエックス線吸収測定)の略で、この方法による測定は現在信頼性がもっとも高い測定法といわれ、2種類のエネルギーのX線を使って、骨とそれ以外の組織を分離して測ることが出来ます。
X線を使いますが、胸部写真の5分の1程度の被ばくです。

検査について

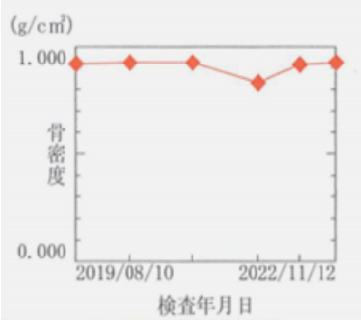
＊検査時間は正味3分、準備も含め５分もあれば終わります。
＊検査終了後5分ほどで結果が出ます。
＊測定部位は、5個ある腰椎の2番目から4番目と股関節の下方の左大腿骨頸部の2個所です。



＊基本的に着替える必要はありませんが、上記の絵の赤枠部分(おへその周辺)が測定部位になりますので、そこにボタンやファスナーなどが入る場合には開けてもらいます。その他、コルセットやホッカイロ、ボディースーツ、へそピアスなどは厳禁です。

結果について

＊骨密度検査結果レポートをお渡しします。
＊検査回数が増えて行きますと右グラフのように古い検査日付を左として右に順にグラフを繋げていきます。

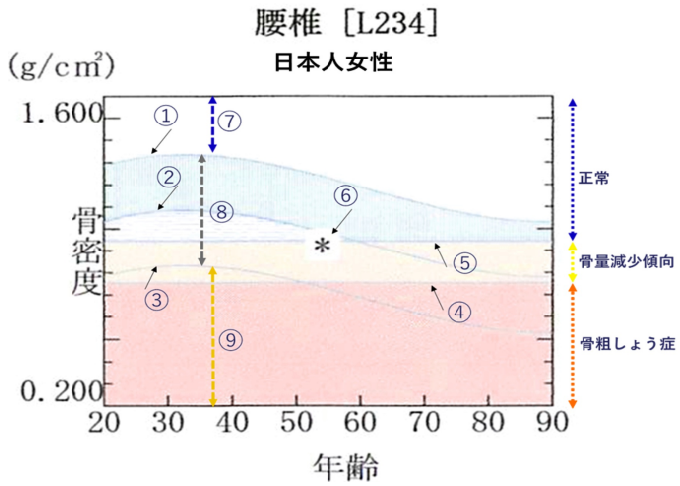


＊検査日によっては小幅に下がったり上がったりしますが、セッティングや解析の誤算の影響によるところが大きいので以降の検査結果を見る必要があります。３検査連続下がった場合には減少傾向、上がった場合には上昇傾向と判断します。急激な変動は日を改めて再検査する場合があります。

当院からのお薦め(25歳過ぎたら一度検査を)

＊　骨密度が一番高くなる25歳～35歳くらいに一度検査をしましょう。将来の自分だけの骨密度管理が出来ます。
＊　もし骨密度が低くても今なら改善が容易です。

グラフの見かた



標準偏差(ＳＤ)の意味

＊1SDとは平均値を中心に６５％の人が入っている値
＊2SDとは平均値を中心に９５％の人が入っている値
＊SDの前にマイナスが付いていれば平均より低いこと。

病気であるかどうかはＴスコアで判断

Ｔスコアとは人の骨密度のピーク時期の平均を基準とした診断評価
（注意　Ｔ：◇▽ＳＤと表す。Ｔが付かないＳＤとは異なる）

＊　正常	T:	-1SD　以上
＊　低骨量状態（骨減少）	T:	-2.5SD～-1.0SD
＊　骨粗鬆症	T:	-2.5SD以下
＊　重症骨粗しょう症	T:	-2.5SD以下でかつ骨折がある

グラフの線の解説

＊①：　年代別ﾌﾟﾗｽ2SDの線
＊②：　年代別平均値ライン
＊③：　年代別ﾏｲﾅｽ2SDの線
＊④：　骨粗しょう症診断ライン：Ｔスコア＝ﾏｲﾅｽ2.5SD
＊⑤：　正常と異常の境界ライン：Ｔスコア＝ﾏｲﾅｽ1.0ＳＤ
＊⑥：　自分の検査値
＊⑦：　年代別の中で５％（+2SD以上）に入る骨密度が高い群
＊⑧：　年代別で９５％（-2SD～+2SD）の人が入る群
＊⑨：　年代別の中で５％（-2SD以下）に入る骨密度が低い群

例）このグラフの人の骨密度評価

あなたの骨密度は0.921（ｇ/㎠）で同年代女性の平均と比較しても少し低く94％です。予測ではあなたの骨密度のピークを100％とした場合、現在は87％に低下しています。＊印は⑤の正常と異常のライン少し下にあり、Ｔスコアは-1.1SDで判定は骨量減少状態です。