骨密度検査（DXA 法）の説明

福岡大学筑紫病院

骨密度検査（DEXA 法/DXA 法；デキサ法、dual energy X-ray absorptiometry）とは

◆ 2 種類の微量 **X 線を使って骨の密度を測定**します。**骨粗鬆症**（こつそしょうしょう）で骨折が起こりやすい、腰椎（背骨）や大腿骨近位部（腿のつけ根）を計測します。

◆ 他の検査（超音波，MD 法など）と比べて精度が高く、日本骨粗鬆症学会ガイドラインで標準の測定法として定められています。

◆ 痛みはなく、検査は通常は数分間で終わります。

次の方は、検査ができないことがあります。

◆ 妊娠している方

◆ 体の内外に取り外しができないインプラントや手術用器具がある方

◆ 最近（1 週間以内)、造影 CT や造影 MRI、バリウム検査、核医学検査を受けた方

検査結果は、若い人の平均値と比べて何%かで示されます。

◆ 80%未満では、より詳しい検査や治療が必要になる可能性があります。

骨粗鬆症（こつそしょうしょう）とは

◆ **骨の量が減少して弱くなり、骨折しやすくなる**病気です。背骨（脊椎)、脚のつけ根（大腿骨近位)、手首（橈骨遠位)、腕のつけ根（上腕骨近位）などに骨折が見られます。

◆ 背中や腰が変形したり寝たきりになることもあります。また**ロコモ**や**フレイル**の原因の一つになると言われています。

- ✓ ロコモ；運動器の障害のため立ったり歩いたりするための身体能力（移動機能）が低下した状態を「ロコモティブシンドローム（ロコモ，運動器症候群)」と言います。
- ✓ フレイル；高齢者でよくみられる老年症候群のことで、早期に発見し、適切に介入することで生活機能の維持・向上を図ることができると考えられています。75 歳以上の後期高齢者における要介護の原因の 1 位はこのフレイルと言われています。

◆ 骨量は年齢とともに減少する傾向があり、骨粗鬆症は**高齢の女性**に多く見られます。

◆ 過度のアルコール摂取や喫煙歴がある方は、骨折を起こしやすいと言われています。また服用している薬や特定の病期が原因となる骨粗鬆症もあります。原因となる薬剤の代表はステロイド薬です。原因となる病気としては副甲状腺機能亢進症などの内分泌疾患、関節リウマチなどがあります。また糖尿病などの生活習慣病で頻度が高いと言われています。

◆ 予防するためには，**骨量の減少を早期に発見**する必要があります。

◆ 診断に役に立つ代表的な検査として，**骨密度検査**があります。

◆ 骨密度検査では、骨の中にカルシウムなどのミネラルがどのくらいあるかを測定します。DXA 法や超音波法、MD 法などがありますが、当院で行っている DXA 法は精度が高く，ガイドラインでも推奨されている検査法です。この検査により骨粗鬆症を早期に診断し治療を開始することで、ロコモやフレイルの進行を遅らせることができると言われています。

参考；

https://iihone.jp/index.html （骨粗鬆症に関する情報発信サイト） https://www.jpof.or.jp/ （公益財団法人 骨粗鬆症財団）

http://www.josteo.com/ja/guideline/doc/15_1.pdf （日本骨粗鬆症学会 ガイドライン）

https://www.joa.or.jp/public/locomo/ （日本整形外科学会 HP)

https://www.jpn-geriat-soc.or.jp/search/?q=%E3%83%95%E3%83%AC%E3%82%A4%E3%83%AB （日本老齢医学会)