

## 第2回埼玉いきいき講演会

「骨粗しょう症の真実—骨が弱くなりやすい人とは？」

診断と治療は？有効な運動は？」

❖ 日 時 平成 20 年 9 月 11 日（木） 午後 1 時～4 時

❖ 場 所 大宮ソニックシティ 小ホール

❖ プログラム

① 講演 1 「骨粗しょう症の疫学～骨が弱くなりやすい人とは？」

東京大学医学部附属病院 22 世紀医療センター

臨床運動器医学講座 特任教授 村木 重之先生

② 講演 2 「骨粗しょう症の診断と治療

～ここまで進んでいる 骨粗しょう症診療～」

NPO 法人 高齢者運動器疾患研究所 代表理事

医療法人社団愛友会 伊奈病院 整形外科部長 石橋 英明先生

③ 講演 3 「骨粗しょう症に対する運動療法

～骨を強くするために／転倒を予防するために」

埼玉医科大学保健医療学部

准教授

藤田 博暁先生

④ 質問コーナー

参加された方々にご記入いただいた質問票の質問にお答えしました。

## 講演内容

骨粗しょう症は加齢とともに骨が弱くなり骨折しやすくなる病気です。しかしみんなの骨が同じように弱くなるわけではありません。自分の骨の状態を把握し、必要に応じて予防や治療をしていくことで、将来の骨折を予防して健康寿命を伸ばすことができます。特に女性の場合、閉経後早期から骨は減り始めますので、早い時期から気をつけておくことが重要です。骨粗しょう症の研究と診断、治療の進歩は目覚ましく、今回の講演ではそのエッセンスをまとめてお話ししました。