

札幌西・手稲健康友の会ニュース ていねやま

発行所：札幌西・手稲健康友の会
札幌市西区西町北19丁目勤医協西区病院内
直通666-2877(FAX兼用)
発行責任者 坂野 悠紀子
友の会員数 1160人(4月現在)



新入職員紹介 よろしくお願いします。

新入職員オリエン テーションで 友の会を紹介

シリーズ身近な健康 骨についての話

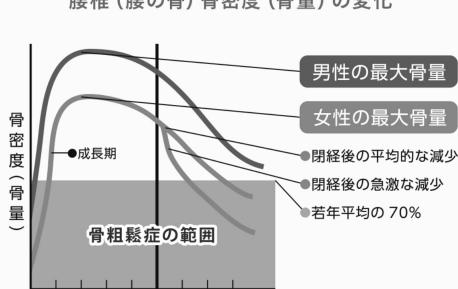
第3回 骨粗しょう症と骨密度測定

放射線技師 石井 和真

連載の最後は骨密度測定についてお話しします。突然ですが皆さんは自分の体温をどこで測りますか？脇の下、口の中、耳の中、では？、「どこ」の体温が正確ですか？」と聞かれたら、私なら悩みながらも全部正確ですと答えます。

この時大切なのは、いつも同じ部位を測つて、この部位の平熱を知っていることです。この時大切なのは、いつも同じ部位を測つて、この部位の平熱を知っていることです。そうすると普段よりも少し熱っぽいとか分かりますよね。骨密度測定も前腕、踵、腰椎、股関節と測定部位があります。

男女の年齢と腰椎(腰の骨)骨密度(骨量)の変化



連載の最後は骨密度測定についてお話しします。突然ですが皆さんは自分の体温をどこで測りますか？脇の下、口の中、耳の中、では？、「どこ」の体温が正確ですか？」と聞かれたら、私なら悩みながらも全部正確ですと答えます。

この時大切なのは、いつも同じ部位を測つて、この部位の平熱を知っていることです。この時大切なのは、いつも同じ部位を測つて、この部位の平熱を知っていることです。そうすると普段よりも少し熱っぽいとか分かりますよね。骨密度測定も前腕、踵、腰椎、股関節と測定部位があります。

男女の年齢と腰椎(腰の骨)骨密度(骨量)の変化

骨粗鬆症の範囲

●成長期

●閉経後の平均的な減少

●閉経後の急激な減少

●若年平均の70%

●男性の最大骨量

●女性の最大骨量

●若年成人値と言つて、20歳から44歳の骨密度の日本人男女平均値です。この値を100%として70%以下になつたら骨粗鬆症の疑いとなります。このYAMいうのは測定をしておくと、その値を100%とするごとで、日本人平均値でなく、自分

私たちに戦争に反対します



2月24日、ロシアがウクライナに侵攻し、無差別攻撃による子供を含む多くの市民の命を奪っています。国連憲章を無視した蛮行は絶対に許せません。友の会と勤医協西区病院は、命と健康を奪う戦争に反対の意思を示すと3月15日より連日スタンディング行動を開始しました。西区病院玄関前に昼夜のみの15分間、友の会役員、西区病院、勤務員がウクライナに平和を表す青と黄色の傘や風船を掲げ、戦争の終結を願つてアピールを続けています。

