

# 子どもと女性の健康相談室

①



福島医大ふくしま子ども・女性医療支援センター長

水沼 英樹氏

福島医大は「福島県に住む女性が安心して子どもを産み、育み、そして健康な一生を過ごせるための医療支援を行う」ことをコンセプトに産婦人科医、小児科医のエキスパートが県内医療機関の医療支援や人材養成を行う「ふくしま子ども・女性医療支援センター」を設立した。センターの医師たちが中心となって、子どもと女性に身近な健康問題を取り上げ執筆する。

深い関係があります。閉経を迎えた女性では卵巣機能が低下し、エストロゲン分泌が低くなるため、急激な骨量低下が起こってきます。しかも、閉経後の十年の間に平均

が重要になってきます。また、喫煙、飲酒習慣、親の骨折歴のある女性、ステロイド薬使用などの既往のある女性、あるいは糖尿病や慢性の腎不全に罹患（りかん）している患者さんでは正常者に比べて骨折リスクが高まりますので、より早めの対応が必要です。女性の一生の中で最も

# 女性ホルモンが関係

骨量が減少しその強度が低下して骨折しやすくなった状態を骨粗しょう症と呼んでいます。高齢女性に多い疾患で、わが国では千三百万人ものお患

者さんがいると推計されています。骨粗しょう症の

折の頻度が減少してきました

が少なく、今なお増加傾向にあります。

骨粗しょう症が女性に多く見られる理由は、女性の骨量が卵巣から分泌されるエストロゲンと呼ばれる女性ホルモンによ

り維持されていることと閉経開始時期からの予防

## 骨粗しょう症と卵巣機能

近年、さまざまな治療薬の登場により欧米諸国では大腿（だいたい）骨

の骨密度を最大骨密度と呼んでいますが、骨粗しょう症の予防には、この最大骨密度をどれだけ高くしておくかも重要

です。それには、じゅうぶんな栄養、特にカルシウムを採ることと適度の運動を行うことが必要

なものです。最新の若い女性のダイエット志向の影響もあってか、女子高生のカルシウム摂取量は推奨量に比べて二百ミリ

ふくしま子ども・女性医療支援センター

<http://www.fmu.ac.jp/home/fmccw/>

次回5月16日掲載