

健康ぷらざ

No.318

企画:日本医師会

骨がスカスカになると 動脈がコチコチに!?

骨では常に、古い骨が壊され、新しい骨に入れ替わる新陳代謝が行われています。

しかし、年齢とともに新しく作られる骨よりも

壊される骨のほうが多くなることで、骨は細くなり、

いわゆる骨粗鬆症（じゆうしゆせい）になります。

血液中のカルシウムは、一定の濃度に保つために、

不足すると骨から動員され、余ると骨に蓄えられます。

ところが、骨粗鬆症になると、必要以上にカルシウムが

血液中に溶け出してしまいます。

すると、血管の筋肉細胞が骨を作る細胞の性格を持つようになり、

血管壁が硬くなります。これが動脈硬化なのです。

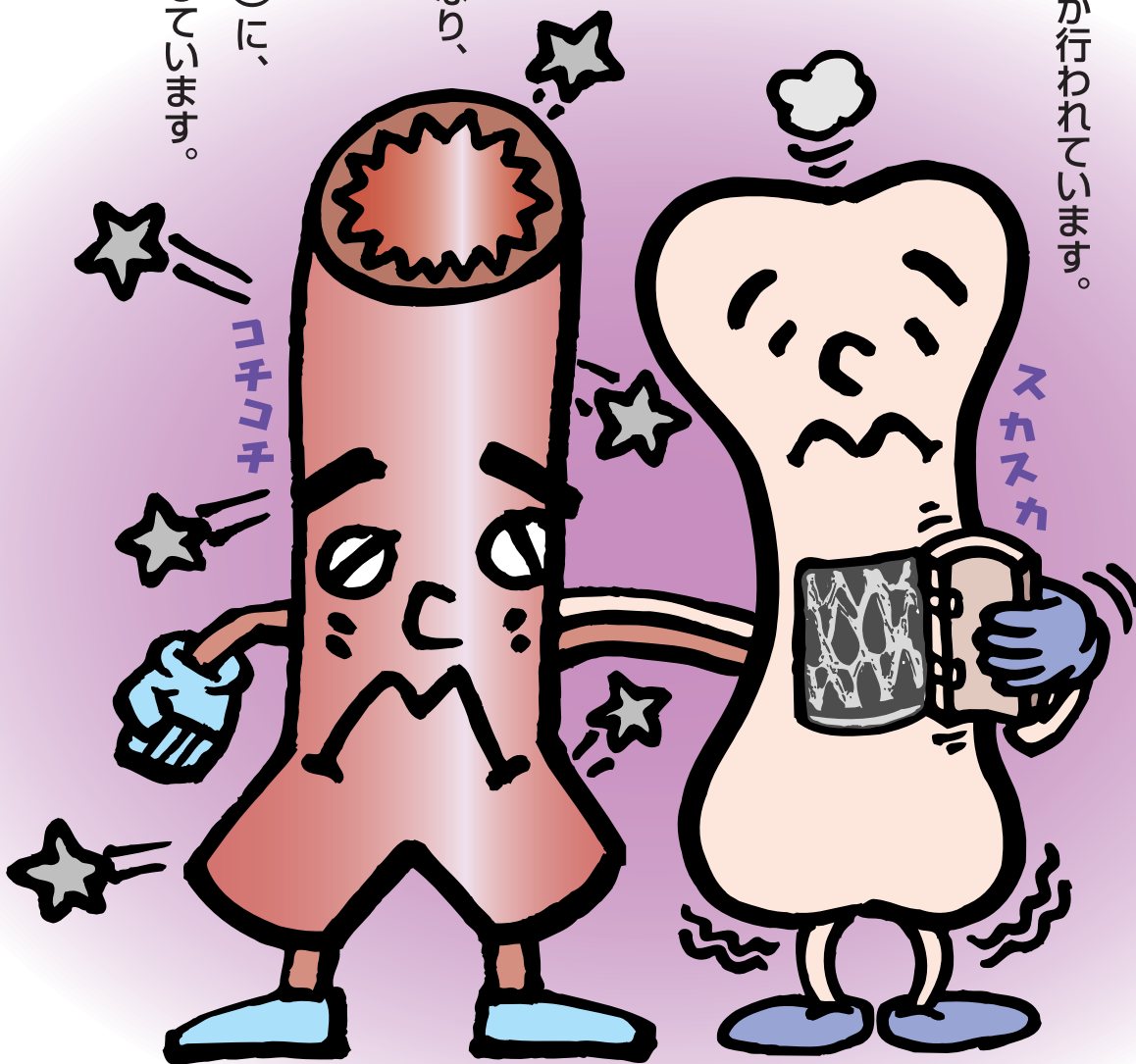
骨がスカスカ（骨粗鬆症）になると動脈がコチコチ（動脈硬化）に、

またその逆もあり、実は骨と血管はカルシウムを通して連動しています。

寝たきりや要介護になる疾患の1位と2位は、

動脈硬化による脳卒中と、骨粗鬆症による骨折ですから、

血管と骨をしなやかに保つことは大変重要です。



◆待合室等に掲示し、患者さんにお見せください。

指導：国際医療福祉大学教授、山王メディカルセンター・女性医療センター長 太田 博明