



アクアだより 7月号



(第92号)

梅雨真っ只中ということもあり蒸し暑い日が続いています。
梅雨が明けると暑い夏がやってきます。こまめな水分補給と室温・湿度管理を行い熱中症に注意して下さい。

65歳以上では半数以上が骨粗しょう症！？

●骨粗しょう症について

骨粗しょう症は、骨の強度が低下して骨折しやすくなる病気です。
最初は、自覚症状はありませんが、ひどくなると骨折を起こし、寝たきりの原因となる場合もあります。

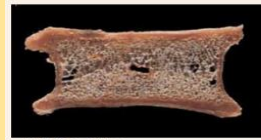
●検査について

当院では全身骨密度検査を用いて、骨の量（骨密度）を測定します。
骨密度は、若い人（20～44歳）の平均値と比べてどれくらい減っているかを計算した「YAM」で示されます。

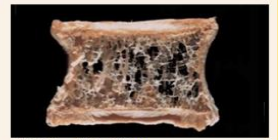
「YAM80%」は「骨密度が若い人の平均の80%」という意味です。

●骨密度の基準

- 80%以上：正常
- 70～80%：骨量減少（要注意）
- 70%未満：骨粗しょう症



正常な背骨の縦断面



骨粗しょう症の背骨の縦断面

※骨粗しょう症早期発見の為に、骨密度検査を定期的に受診しましょう。



副院長

丸山 征爾先生

●今月は副院長より
骨粗しょう症について
掲載頂きました。



お寿司バイキング



ハイ！らっしゃい

6月20日（月）、28日（火）と昼食時間にお好きな握り寿司を選んで頂きスタッフが板前さんに変身し、アクアにお寿司屋さんが出来ました。皆様、笑顔で楽しく召し上がられていました。



満腹～♪ 満腹～♪



今月のイベント

7月1日より七夕週間が始まります。

皆様、お楽しみに！



丸山整形外科
デイケア アクア
電話 073-423-7700
担当：西