

高齢者の骨密度増加要因を探る

富山県農村医学研究会 澁谷 直美, 大浦 栄次

はじめに

骨粗鬆症検診は現在、40・50歳の女性に対しては積極的に行われているが、高齢者に対しては制限される場合がある。高齢になってからは骨密度の増加が期待できないということが定説になっており、高齢者の骨粗鬆症検診は意味がないといわれることも多い。

しかし、厚生連高岡総合健診センターのデータから高齢者でも骨密度が増加している人がいることがわかった。そこで、高齢者でも骨密度が増加する要因の解明をめざし、JA高岡・JA氷見市・JAいなば等の協力を得て、今年度より同一高齢者の骨密度測定を5年間継続して実施することにした。今回、1年目を終え、その経過を報告する。

方 法

平成14年4月から11月まで高岡市角地区老人会会合、氷見市床鍋地区及び川尻地区老人会会合、小矢部市および福岡町で行われた転倒予防教室等に参加した高齢者に協力を得て、家族構成・食事・運動・日常生活での生きがい・既往歴の問診と

もに骨密度測定を行った。

- ① 対象者 高岡市角地区老人会対象の骨密度検査受診者
JA氷見市主催床鍋・川尻ミニディホーム「いこいの家」参加者
JAいなば主催転倒予防教室「よりあいひろま」参加者
- ② 骨量測定 超音波を用い骨量測定（US法、アキレス）踵骨にて測定

結 果

表1・2のとおり、9カ所の会場で受診者は、男性62～93歳の53名、女性61～93歳の189名である。そのうち男性の45.3%、女性の69.8%が骨粗鬆症の範囲にあった。

年齢別骨密度の散布図を図1に示した。前回の発表と同じく男性はばらつきが多く、女性はばらつきが少なかった。

問診内容で骨密度に差があるかを検討したところ、男性では「スポーツ・運動をする」「骨折経験がある」が1%有意水準で有意差があり、「会

表1 調査対象者数

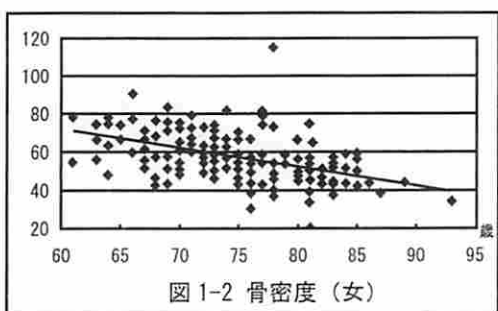
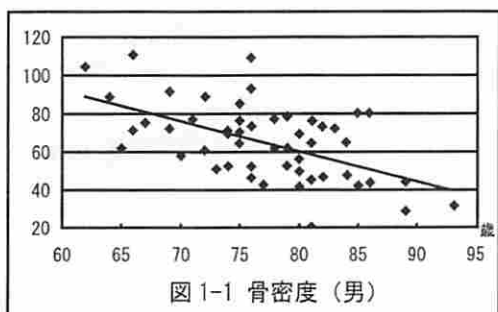
			男	女	計
高岡市	H14. 5. 13～14	能町	14	34	48
氷見市	H14. 9. 26	川尻	10	21	31
	H14. 12. 5	床鍋	14	19	33
小矢部市	H14. 8. 27	荒間	5	19	24
	H14. 10. 4	松沢	2	18	20
	H14. 10. 8	水島		22	22
	H14. 11. 11	若林	3	8	11
	H14. 11. 14	宮島	1	21	22
福岡町	H14. 11. 18	大滝	4	27	31
計			53	189	242

表2-1 Stiffnessによる骨密度年代別人数

		60~64級	65~69級	70~74級	75~79級	80~84級	85~89級	90~94級	総計
男	正常 (75以上)	2	3	2	6	1	2		16
	減少 (65~74)		3	4	2	4			13
	骨粗鬆症 (64以下)		1	4	7	7	4	1	24
	計	2	2	10	15	12	6	1	53
女	正常 (74以上)	2	8	3	3				16
	減少 (63~73)	3	14	16	6	2			41
	骨粗鬆症 (62以下)	4	18	44	33	28	4	1	132
	計	9	40	63	42	30	4	1	189

表2-2 Stiffnessによる骨密度年代別割合

		60~64級	65~69級	70~74級	75~79級	80~84級	85~89級	90~94級	総計
男	正常 (75以上)	100.0	42.9	20.0	40.0	8.3	33.3	0.0	30.2
	減少 (65~74)		42.9	40.0	13.3	33.3	0.0	0.0	24.5
	骨粗鬆症 (64以下)		14.3	40.0	46.7	58.3	66.7	100.0	45.3
	計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
女	正常 (74以上)	22.2	20.0	4.8	7.1	0.0	0.0	0.0	8.5
	減少 (63~73)	33.3	35.0	25.4	14.3	6.7	0.0	0.0	21.7
	骨粗鬆症 (62以下)	44.4	45.0	69.8	78.6	93.3	100.0	100.0	69.8
	計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0



合に出る機会が週1回以上」「意欲を持ってやっていることがある」では5%有意水準で有意差があった。女性では「外出が苦に感じる」が1%、有意水準で有意差があった。

今後は、継続して骨密度を測定するとともに、問診内容に前回測定後からの生活環境の変化や本人が努力した生活内容を加え、増加群と減少群との差を検討していきたいと考えている。

表3 骨密度の検定結果

	男	女
家族構成		
主に食事の準備をする人		
食 事	朝食	
	昼食	
	夕食	
	食事のバランスを考えている	
	野菜	
	緑黄色野菜	
	魚肉	
	大豆製品	
	小魚	
	海藻類	
牛乳・乳製品		
意識的に多く摂取する食物がある		
運 動	日頃から体を動かす	
	意識的に外出している	
	定期的運動	※※
	外出が苦に感じる	※※
	畑に従事している	
生 活	会合に出る機会	※
	意欲をもってやっていることがある	※
	生きがい	
	身近な命の営みに感動する	
	健康のために努力していることがある	
骨折経験	※※	

骨密度値の平均値の差の検定 P<0.01 ※※ P<0.05 ※