

健康ひとロメモ

高齢者の骨折

金上病院 齊藤 弘樹



超高齢化社会が進む中で、骨や筋肉の健康維持がとても重要になっていきます。高齢者の骨折には、大腿骨近位部骨折（太ももの付け根の骨）や脊椎圧迫骨折（背骨）、橈骨遠位端骨折（手首の骨）が多く、転倒や尻もちが原因となります。特に大腿骨近位部骨折は、歩行などの日常生活動作（ADL）を著しく低下させ、寝たきりになってしまうこともあります。

骨折の予防のためには、骨粗しょう症の早期発見と適切な薬物療法が重要です。しかしながら、骨折して初めて自分が骨粗しょう症だったことがわかることもあるのが現状です。高齢になったら、ぜひかかりつけ医にご相談していただきたいと思います。

骨折の手術は急性期病院で、リハビリテーションは回復期リハビリテーション病棟や地域包括ケア病棟で行います。高齢者では、認知症や加齢により心身がおとろえた状態（フレイル）がみられ、入院中に誤嚥性肺炎や尿路感染症、食欲低下による脱水症の合併などもしばしばみられます。退院するためには、そのような高齢者特有のさまざまな課題の解決も必要で、リハビリスタッフはもちろん、主治医、看護師、薬剤師、管理栄養士、介護士、相談員、ケアマネージャー、サービス事業者などの多職種連携がかかせません。

風しん追加的対策の実施について

風しん抗体検査の受検と予防接種を促進する観点から、実施時期を令和7年3月末まで延長しています。

クーポン券の使用で、予防接種も無料で接種することができます。クーポン券は令和4年4月に郵送していますが、再発行も可能ですので、希望する人は健康長寿課までお問い合わせください。

これから生まれてくる赤ちゃんを社会全体で守るため、この機会に抗体検査を受けましょう。

■対象者 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

■料金 無料

■実施医療機関 市内および県内の指定医療機関

※角田市と丸森町以外の医療機関でも、本事業に参加している全国の医療機関で抗体検査と予防接種を受けることができます。直接医療機関へお問い合わせください。



体成分相談のお知らせ

開催日	5月31日(水)
開催時間 (測定・相談)	午前9時～11時30分
場 所	総合体育館
内 容	<p>◆体成分分析器での測定(18歳以上) 体重、部位別の筋肉・体脂肪率の測定</p> <p>◆個別相談(運動・食事・歯科) 管理栄養士、運動指導士が健康づくりを一緒に考えます。お口の相談には歯科衛生士が応じます。</p> <p>◆セミナー ～夏の健診に向けてからだ作り!～</p> <p>①9時30分～10時30分 「体重を減らす運動のコツ!」</p> <p>②10時45分～11時15分 「今日からはじめよう高血糖対策!」</p> <p>※室内用の運動靴をお持ちください。 ※予約不要、参加費無料</p>

【問い合わせ】健康長寿課 ☎62-1192