

みんなの健康ラジオ

『大腿骨近位部骨折』
(2023年2月23日放送)
横浜市整形外科医会
元町・中華街整形外科
牧野 祐司

大腿骨近位部骨折の予防①

骨粗鬆症に対する薬物加療

以下の薬剤は大腿骨近位部骨折のリスク軽減効果を認める

経口薬剤

ビスホスホネート薬：アレンドロン酸 リセドロン酸

注射薬剤

ビスホスホネート薬：ゾレドロン酸

テリパラチド

抗RANKL抗体：デノスマブ

ヒト化抗スクレロスチンモノクローナル抗体：ロモソズマブ

大腿骨近位部骨折の予防②

転倒予防

大腿骨近位部骨折の受傷原因の約7割が転倒
転倒の予防は骨折の予防に重要

日本の在宅高齢者の転倒頻度は約10-20%程度とされ、
75歳以上となると75歳未満と比較してさらに転倒
しやすくなる

大腿骨近位部骨折の予防③

運動療法

運動療法による大腿骨近位部骨折の予防効果は証明されていません。

在宅高齢者において骨折の原因となる転倒率や転倒数をともに減少させ有用であると考えられています

大腿骨近位部骨折の予防④

住環境改善

転倒数と転倒者数ともに予防効果があります。

住宅内で転倒しやすい場所

庭・リビング・玄関

対策

段差や障害物の除去・明るさの確保・手すりの設置など

まとめ

- 大腿骨近位部骨折は高齢者において介護の原因となる骨折であり、今後もその骨折者数は増加する予定
- 自宅内転倒などの軽微な外傷で骨折するケースが多く、運動や住環境の整備による転倒予防や骨粗鬆症の場合は薬物加療が骨折リスクの軽減に役立ちます。
- 大腿骨近位部骨折の治療後は次の骨折予防のために骨粗鬆症の治療を行うことをお勧めします。