

骨密度検査の結果のみかた

川崎市骨粗鬆症検診・わかたけ（骨密度検査セット）・オプション骨密度検査

骨密度の結果と検診の
ポイントをわかりやすく
解説します！

【Point1 結果用紙に書かれた様々な数値】

YAM 値(若年成人平均値 young adult mean)に注目しましょう。

『20～44歳の若年成人の平均骨密度を100%として、今回測定結果が何(%)であるか』

ご自身の骨密度が理想的な状態からどの程度、下がっているのかがイメージできます。

【Point2 骨粗鬆症予防と診断では基準が異なります】

検診の目的は、『骨折で寝たきりになる人を減らすため！』



診療では『骨粗鬆症を病気として判断するための基準』で診断を行います。

骨粗鬆症の診断基準

YAM 値 80% 『正常』 / 70～80%未満 『骨量減少』 / 70%未満 『骨粗鬆症』

検診では『無症状の骨粗鬆症予備軍を見つけ、早めの対策につなげるための基準』で判定を行います。
 このため、川崎市検診では判定区分で診断上、YAM 値が「異常なし」でも、
 総合判定では「要指導」となることがありますことをご理解ください。（骨粗鬆症ガイドラインに準拠）



【Point3 私のYAM 値は大丈夫？】

『YAM 値と検診判定』

骨粗鬆症危険因子

- ① 脆弱性骨折歴あり ② 女性
 ③ ステロイド治療 ④ 喫煙・過度の飲酒
 ⑤ 関節リウマチ・糖尿病・慢性腎不全
 ・COPD(肺気腫)など

「異常なし」

YAM 値90%以上

危険因子(-)

『生活習慣』『運動習慣』で、
骨量維持に努めましょう。

「要指導」

・YAM 値90%以上

危険因子(+)

・YAM 値80%～90%



この段階でも寝たきりにつながる
骨折を起こすこともあります。
転倒しない対策と、骨密度維持に向け
本格的な取り組みを開始しましょう。

詳しくは裏面と同封したリーフレ
ットをよくお読みください。

「要精密検査」

YAM 値80%未満の方



臨床的にも
「骨粗鬆症」「骨量低下」と
診断される段階です。
専門医の受診をお勧めいたします。

詳細は裏面の「骨粗鬆症外来」
のご案内をご参照ください。

【Point4 次回の検診は？】 閉経後、女性は確実に骨量が低下してゆきます。男性も持病や嗜好によって要注意。

「異常なし」の方は

次回5年後も市検診、任意検診を

「要指導」の方は

1～2年に1度の任意検診を

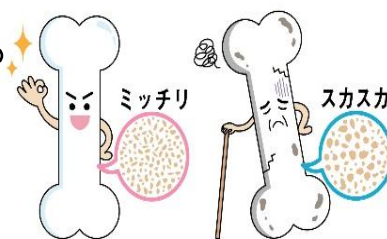
- ※ 70歳以上・大腿骨や腰椎骨折の家族歴・40代で早めに閉経を迎えた・その他にも上記「危険因子」が当てはまる方は慎重な検診、早めの受診をお勧めいたします。
 ※ 骨粗鬆症の検診間隔について、現在、学会やガイドラインでは明確な指針が決まっていません。あくまで当施設の推奨です。

女性の寝たきり原因第1位は骨折！

骨密度検査で「要指導」「要精査」であった方へ



今からでも間に合います！
いつまでも自分の足で歩けるために。
同封したリーフレットを
今後の予防にお役立てください。



「骨折による寝たきりにならないために」

- その1 骨粗鬆症にならない、進ませない …… 骨がすかすかにならない対策『食生活』と『運動習慣』です。
その2 骨折しない …… 『運動機能・筋力を低下させない』・『転ばない生活環境』の工夫です。
その3 骨密度をこまめにチェック …… 治療のタイミングを逃さないため、積極的に骨粗鬆症検診を受けましょう。

女性にとって骨粗鬆症検診の目的は、

- 40～50歳時は「閉経前の自分の最大骨量を知っておくため」
50～60歳時は「骨粗鬆症の対策時期を見逃さないため」
70歳以上は「骨粗鬆症のチェックと自分の骨折リスクを知っておくため」



「要精密検査」であった方へ

「骨粗鬆症外来」のご案内

閉経期女性の骨量低下は『婦人科』での治療、
骨粗鬆症、骨量低下の専門的治療は『整形外科』への受診が重要です。

総生会では、骨粗鬆症の予防、治療に力を入れております。

検診で「要精密検査」となった方、また、「要指導」でも骨折の家族歴がある、持病でリスクが高いなどでご心配な方もご相談いただけます。まずは専門医を受診してみましょう。

骨代謝マーカーによる精密検査、骨折リスクなどを評価し、専門性の高い骨粗鬆症診療や予防に努め、将来の骨折リスクを出来る限り下げるための対策をご提案します。

麻生リハビリ総合病院「骨粗鬆症外来」 予約制

月曜日 午前 その他（詳細はお電話でご確認ください）

担当医 整形外科 菅 直樹 医師 他

精密検査・診療のご予約は

麻生リハビリ総合病院

（代表）044-981-6878

（予約時間）13:00～17:00 月曜日～土曜日
（日曜・祝日を除く）

※ 専門医受診後、年齢や状況により婦人科へご紹介する場合があります