骨粗鬆症④ ステロイド骨粗鬆症について

ステロイド薬は強力に炎症をおさえる作用や免疫力を弱める作用があり、関節リウマチ・膠原病・気管支喘息・アレルギー疾患・血液疾患・内分泌疾患などの治療に広く使用され高い有効性が報告されています。現在わが国では約 100 万人の方がステロイド薬を長期に服用しているといわれています。その高い有効性の一方で、**最近注目されているのが副作用の骨粗鬆症です。**

骨は絶えず作られたり吸収されたりしながら、その形や強さを保っています。骨を作る細胞と骨を吸収する細胞があるのですが、ステロイド薬は骨を作る細胞の働きを弱め、骨を吸収する細胞の働きを強めて骨を弱くします。また、腸や腎臓でカルシウムの吸収を低下させます。ステロイド薬は骨の量と質の両方を低下させるといわれています。使用する薬の量が多いほど骨折の危険性は高くなりますが、特に背骨の骨折において危険性が高くなります。また、**使用している量が少なくても 3 ヶ月以上の長期間にわたって使用する場合は、注意する必要があります。**

ステロイド薬による骨粗鬆症の診断も骨密度を測定することで行いますが、通常の骨粗鬆症に比べてより高い骨密度があっても骨折を起こす可能性があるといわれており注意が必要です（ちなみに通常の骨粗鬆症では若いときの 70%以下、ステロイド骨粗鬆症では 80%以下になると骨折の危険があるといわれています）。

治療としては通常の骨粗鬆症同様まずは食事、運動、転倒予防などの一般的な生活上の注意が必要です。また骨密度の程度と使用しているステロイド薬の量によって薬物治療が必要となります。通常の骨粗鬆症で使用している薬（ビスフォスフォネート製剤、活性型ビタミンＤ３、ビタミンＫ２など）が有効です。

ステロイド骨粗鬆症による骨折は多発性骨折がひとつの特徴といわれ、背骨や股関節の骨折は日常生活の動作と生活の質を低下させるため早い時期からの予防が大切です。

骨密度の測定を希望される方や、骨粗鬆症に関して質問のある方は整形外科医師に気軽にご相談ください。

（文責　古川）