

骨粗鬆症と関節リウマチ

私たちの骨は、皮膚と同じように常に新陳代謝を繰り返しています。古い骨が壊されることを「骨吸収」、新しい骨を作ることを「骨形成」といい、この骨吸収と骨形成がバランスよく行われることで骨の機能を維持しています。

◆骨粗鬆症って？

骨粗鬆症とは骨の強さ（骨強度）が低下し骨折のリスクが増大する疾患です。骨の強さ（骨強度）は骨密度と骨質の二つの要因からなるものです。骨形成よりも骨吸収のほうが進んで骨がすかすかになりもろくなってしまいう状態です。男性より女性に多くみられ、日本での患者数は1300万人を超え超高齢化のため増加の一途をたどっています。

◆骨粗鬆症の原因は？

骨粗鬆症は原因によって以下のように大きく2つに分けられます。

加齢、閉経での女性ホルモンの低下、喫煙、過度の飲酒、かたよった食生活、運動不足などが原因となる「原発性骨粗鬆症」と、特定の病気や服用している薬などが原因となる「続発性骨粗鬆症」です。

◆骨粗鬆症の検査は？

身長を測定し若い頃の身長と比較し縮んでいると骨折する危険性があることがわかります。DXA法とよばれるX線検査で骨密度を測定し、骨折や変形していないか撮影することもあります。また血液検査で骨代謝マーカー（骨形成マーカー、骨吸収マーカー）をみることで骨の代謝状態を調べることができます。

◆骨粗鬆症の予防や治療は？

運動療法は激しい運動をする必要はなく、負担がかからない適度な運動により骨に負荷をかけ骨が強くなる効果があり、転倒を予防することも期待できます。食事療法では、骨の原料であるカルシウム、カルシウムの吸収を助けるビタミンD、骨をつくるのに重要なビタミンKなどを多く含む食品をとること、それ以外にも野菜やたんぱく質などをバランスよくとることが大切です。

当院では骨粗鬆症に以下の表のような薬がおもに用いられます。

◆関節リウマチと骨粗鬆症の関係

関節リウマチは、関節の炎症性物質などが骨吸収の促進つまり骨の破壊を促します。治療にはステロイドなどが使われることが多く、飲み続けると骨粗鬆症の原因となります。関節の障害が進むと体が動きにくくなり骨粗鬆症を発症しやすくなります。

骨粗鬆症の予防や治療に必要なことは、まず関節リウマチの疾患活動性を少しでも良い状態にすること、また骨粗鬆症の悪化原因の一つであるステロイドを減量できるよう治療をおこなっていくことです。

骨粗鬆症の薬は表のようにいくつかありますが、骨の状態がどうか、骨折があるかどうか、腎機能の状態や心疾患の合併があるかどうか、薬の管理ができるか、毎週注射をうつのに通院できるか、自分であるいは家族で注射がうてるか、何らかのサポートが受けられるかなど患者さんの病態や状況によって適切な薬剤を選択していきます。

骨が壊れるのを防ぐ薬	活性型ビタミンD ₃ 製剤	
	エディロールカプセル 0.75 μ g	1日1回 服用
	アルファロール散	1日1回 服用
	SERM (サーム) 製剤	
	エビスタ錠 60 mg	1日1回 服用
	ビビアント錠 20 mg	1日1回 服用
	ビスホスホネート製剤	
	アクトネル錠 17.5 mg	週1回 起床時 服用
	ボナロン経口ゼリー 35 mg	週1回 起床時 服用
	リカルボン錠 50 mg	4週に1回 起床時
	ボンビバ静注 1 mgシリンジ	1ヶ月に1回 静脈注射
	ボナロン点滴静注バッグ 900	4週に1回 点滴注射
	リクラスト点滴静注液 5 mg	1年に1回 点滴注射
	抗ランクル抗体製剤	
プラリア皮下注 60 mgシリンジ	6ヶ月に1回 皮下注射	
骨をつくる薬	副甲状腺ホルモン製剤	
	フォルテオ皮下注キット 600	1日1回 皮下注射 24ヶ月まで
	テリボン皮下注用 56.5 μ g	週1回 皮下注射 24ヶ月まで
	テリボン皮下注 28.2 μ g オートインジェクター	週2回 皮下注射 24ヶ月まで
骨をつくり壊れるのも防ぐ薬	抗スクレロチン抗体製剤	
	イベニティ皮下注 105 mgシリンジ	1ヶ月に1回 皮下注射 12ヶ月まで

2021.1月現在

(文責 薬剤師 大西 薫子)