

まつくり院長通信

当院改修工事のため騒音など、ご迷惑をおかけしています。

まつくりは、みな様の健康のために進化し続けます！

今週の花・言・葉

🌻 ひまわり (黄色)

あこがれ

🌸 ギガンジューム (紫花)

不屈のこころ

🌿 ハラン (葉)

強いこころ



松田院長からあなたへ 耳より情報！！

肥満と変形性膝関節症についての最新情報！！

変形性関節症は高齢者の ADL（日常生活動作）と QOL（生活の質）を低下させ、健康寿命を短縮させている重大な疾患の一つです。

◆体重との関係には男女差がある！

体重と変形性膝関節症との関係は以前より言われていますが、実は男女差があります！女性では若い時の体重や体重の増加も影響すると言われていますが、男性は関係ないと報告されています。

◆人種差はない！

アジアでも西洋人でもやはり体重が多いと変形性膝関節症になりやすいと報告されています。やはり世界共通で体重は膝に良くないのです。

◆肥満以外にもリスクがある！

高血圧・脂質異常（高コレステロール血症など）・耐糖能異常（糖尿病）などの合併症が増えると、変形性膝関節症になりやすいと言われています。要注意です！！

★院長よりコメント！

歳をとればとるほど代謝も悪くなり、体重が落ちにくくなります。若いうちに標準体重を目標に少しずつ戻していきましょう！ 無理は禁物です。少しずつゆっくりと♪♪