

まつくり院長通信

『ゆびヨガ』をご存知ですか？今！大人気のゆびヨガを
リハビリ室で予約実施中です！！

今週の花・言・葉

✿ 向天桑

知恵

✿ アマゾンリリー

気品

✿ スターチス

変わらぬ心



松田院長からあなたへ 耳より情報！！

◆FRAX（骨折リスク評価ツール）で骨折危険度がわかります！

FRAX（fracture risk assessment tool）はWHO（世界保健機関）が開発し、2008年2月に発表した骨折リスク評価法です。この評価法は40歳以上の方を対象にしている、これを用いると、その人の今後10年間に起こると予想される、骨折発生危険度が計算できます。

◆12の質問！

以下の12の質問に答えると、自分自身の10年以内に骨折する確率（%）が、自動的に算出されます。

- 1.年齢 2.性別 3.体重 4.身長 5.骨折歴 6.両親の大腿骨骨折歴
- 7.現在の喫煙 8.糖質コルチコイド 9.関節リウマチ 10.続発性骨粗鬆症
- 11.アルコール摂取 12.大腿骨頸部骨密度（任意）

◆まつくりで計測が可能になりました！！

インターネットでWHOのホームページにアクセスし、12の質問に答えれば**自分自身の10年以内に骨折する確率（%）が、自動的に算出**されます。しかし、インターネットを利用していない方、あるいはホームページにアクセスしてもやり方が難しくて分からない方もおられます。そこで、**まつくりでFRAXを準備しました！**

◆15%以上は要注意！

確率が**15%以上の場合には、治療を開始したほうが良い**とされています。

★院長よりメッセージ

まつくりでは更に、骨密度の値に基づいて作成された骨粗鬆症診断基準を参考にして、患者さんに治療が必要かどうか、より正確に判断しています。**FRAXで骨折リスクが高く出て心配な方は、是非一度、骨密度の測定を行って下さい。**詳しくはスタッフまで！