

お薬のしおり

骨粗鬆症と治療薬

No.123 (H24.5)

東京医科大学病院 薬剤部

骨は、私たちの体を支え、^{ないぞう}内臓^{ほご}を保護し、体の中にカルシウムを蓄^{たくわ}える重要な役割をしています。3つの成分（ミネラル、タンパク質、細胞成分）から成り、体の中では常に古い骨は壊され（骨吸^{こつきゅうしゅう}収）、新しい骨が作られる（骨形^{こつけいせい}成）という骨の新陳代謝^{しんちんたいしゃ}が行われています。この新陳代謝のバランスがくずれ、骨吸収がどんどん進んで骨形成が追いつかなくなると、骨の中がスカスカの状態になり、骨折しやすくなるのです。この状態を骨粗鬆症^{こつそしょうしょう}といいます。

現在、骨粗鬆症の患者さんは、全国で約1千万人以上といわれており、高齢の女性が多いのが特徴です。特に、閉経期^{へいけいき}（40～50歳台）に急増し、女性では60歳台では2人に1人が、70歳以上では10人に7人が骨粗鬆症と診断されています。がんや脳卒中^{のうそっちゅう}などのように、それ自体が生命^{おびや}を脅かすようなものではありませんが、骨折を起こすことにより、姿勢の変化をきたし、^{ないかてきしっかん}内科的疾患^{だいたいこつけいぶこっせつ}にかかりやすくなったり、大腿骨頸部骨折から寝たきりの状態になったりすることなどが問題となっています。

骨粗鬆症の治療としては、まず、骨密度^{こつみつど}を低下させないための食事療法^{じょくじりょうほう}と運動療法^{うんどうりょうほう}が重要です。食事では、カルシウム、ビタミンD3、ビタミンKを含む食品をとることを心がけ、運動では、背筋をのばす動きや、ウォーキングやジョギング、エアロビクスなど体重をかけるような動きの多い運動が効果的です。

そして、骨粗鬆症の治療として使用されている薬は、働きによって大きく3つに分類されます。以下に当院で使用されている薬を中心に紹介していきたいと思えます。（カッコ内は^{とういん}当院で取り扱っている医薬品名です。）



◇腸管^{ちようかん}からのカルシウムの吸収を高め、体内のカルシウム量を増やす薬

^{かつせいがた}活性型ビタミン D3 製剤（アルファロールカプセル、ワンアルファ錠、ロカルトロールカプセル）ビタミン D3 製剤は、食事で^{せつしゆ}摂取したカルシウムの腸管からの吸収を増す働きがあります。また、骨形成と骨吸収のバランスも調整します。

◇骨の形成を^{そくしん}促進する薬

ビタミン K2 製剤（グラケーカプセル）、^{ふくこうじょうせん}副甲状腺ホルモン製剤（フォルテオ皮下注キット）

◇骨の^{はかい}破壊（骨吸収）を抑制する薬

- ・エストロゲン製剤（プレマリン錠、エストリール錠）
- ・選択的エストロゲン^{じゆようたい}受容体モジュレーター（エビスタ錠、ビビアント錠）
- ・カルシトニン製剤（エルシトニン注）
- ・ビスホスホネート製剤（ダイドロネル錠、フォサマック錠、ボナロン錠、アクトネル錠、ベネット錠、リカルボン錠）

※ビスホスホネート製剤には、薬を服用する際に守っていただきたい注意事項があります。①朝起きてすぐに服用する。（食事の影響により薬の吸収が低下するため。）②180mL 以上の充分な量の水で服用し、服用後の 30 分は横にならない。（少ない水分で服用したり、すぐ横になってしまうと、薬が食道や胃の^{ねんまく}粘膜に^{ふちやく}付着し、その^{しげき}刺激で^{えんしやう}炎症を起こしたり、ひどい場合には^{かいやう}潰瘍になってしまう可能性があるため。）

その他、尿中のカルシウム^{はいせつりやう}排泄量を減少させる、タンパク^{どうか}同化ステロイド剤（プリモボラン錠）や、^{こつりやう}骨量の減少を^{かいぜん}改善するイプリフラボン（オステン錠）などもあります。

このように、骨粗鬆症の治療薬は様々な種類がありますが、それぞれの患者さんの骨の状態や、年齢などに合わせて適切な薬を使用することが重要です。できるだけ早い時期から、適切な食事や適度な運動など、良い生活習慣を取り入れ、骨粗鬆症と骨折の予防に役立ててください。また、骨粗鬆症の薬の飲み方や使い方、副作用などに関してご不明な点がありましたら、薬剤師までお声をかけてください。