



リウマチセンターだより



＜第4回リウマチ教室を開催しました＞

5月16日(土)当大学病院3階大会議室においてリウマチ教室を開催したのでご報告いたします。

リウマチセンターでは年一回患者さんやご家族にリウマチについて理解を深めていただくために患者教室を行っています。今回は約120名の参加があり、非常に充実した会となりました。

内容は『関節リウマチの最新治療』について前澤玲華先生(リウマチセンター)、『リウマチと骨折』について「リウマチ性疾患と骨粗鬆症」と題して大和田高義先生(呼吸器・アレルギー内科)、「転倒予防」と題して小磯勇太先生(リハビリテーション科)にご講演いただきました。

現在のリウマチの治療は患者さんと医療従事者が話し合って治療を決め、QOLの向上を目指していくことが重要とされています。今回の講演はそれに見合ったものになったのではないかと思います。リウマチセンターでは今後も患者さんの声に傾聴しながら日常の診療だけでなくこういった会を通して様々な情報を発信していこうと考えております。

リウマチセンター 整形外科 阿久津みわ



～リウマチ Q and A～

Q : 骨粗鬆症と言われました。予防と治療について教えてください。

A : 骨粗鬆症の予防には、日常生活での習慣と食事、運動が重要です。カルシウムやビタミン D/K を含む食品を積極的に摂取してください。喫煙や飲酒を控え、カフェイン(コーヒーなど)や塩分の摂り過ぎに注意して下さい。また、日々の運動や日光浴も予防となりますので、適度な量と時間で行いましょう。骨粗鬆症と診断された方は、治療が必要です。最近は飲み薬や、皮下注射など、様々なお薬があります。決められた日や時刻に内服し、手順通りに注射してください。なお、治療を受ける場合は、担当の先生にご相談下さい。