

診療予定 カレンダー

受付時間	日	月	火	水	木	金	土
午前9:00～午前12:00 (初診～11:30)	●	●	●	△	●	●	△
午後2:30～午後6:30 (初診～6:00)	●	●	●	△	●	●	△

2010年9月

日	月	火	水	木	金	土
			1 休診	2 全日	3 全日	4 休診
5 全日	6 全日	7 全日	8 休診	9 全日	10 全日	11 休診
12 全日	13 全日	14 全日	15 休診	16 全日	17 全日	18 休診
19 全日	20 休診	21 休診	22 休診	23 休診	24 全日	25 休診
26 全日	27 全日	28 全日	29 休診	30 全日		

20日(月)・23日(木)は祝日のため休診、21日(火)は臨時休診です。
20日(月)～23日(木)まで4連休となりますのでご了承ください。

2010年10月

日	月	火	水	木	金	土
					1 全日	2 休診
3 全日	4 全日	5 全日	6 休診	7 全日	8 全日	9 休診
10 全日	11 休診	12 全日	13 休診	14 全日	15 全日	16 休診
17 全日	18 全日	19 全日	20 休診	21 全日	22 全日	23 休診
24 全日	25 全日	26 全日	27 休診	28 全日	29 全日	30 休診
31 全日						

11日(月)は祝日のため休診いたします。

当院サイト掲載の情報もご利用ください。 <http://www.azusawaseikei.com>

あずさわ通信 第22号

2010年9月1日発行

発行元: あずさわ おもてなしの医療

〒174-0051 東京都板橋区小豆沢2丁目36-13
マツエクリニックビル5F・6F

小豆沢整形外科

☎03-5916-4970 03-5916-4977

あずさわ通信

第22号
2010年9月1日発行
あずさわ おもてなしの医療
小豆沢整形外科

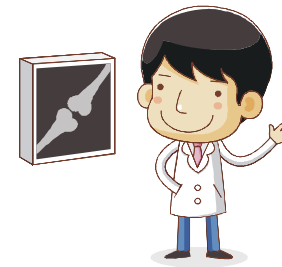
健康情報

骨粗鬆症の新薬開発

日本国内に1100万人以上とも言われる骨粗鬆症は、骨が次第に弱くなり、ちょっとした衝撃で腰や足、腕などを骨折してしまう怖い病気です。

骨折予防のため、骨粗鬆症が発見されたらできるだけ早い期間で骨を強くする治療を求められています。

最近では「ビスフォスフォネート製剤」という種類に属する薬が広く利用されていますが(薬品名:アクトネル、ボナロン、リカルボンなど)、患者さんによって効果ははっきりしなかったり、消化器系の副作用が出る場合もあり、更に良い薬を開発しようと世界中の大学や製薬メーカーが研究しています。



効く新薬を発見しました。

骨粗鬆症は、骨を作る細胞に比べて、骨を壊す細胞(破骨細胞)の働きが強くなっている状態です。石井教授は、生きたままの骨の中を見ることができると顕微鏡を開発し、破骨細胞の動作を観察しました。

その結果、漢方薬の「冬虫夏草」から発見された免疫抑制物質 **FTY720** という物質を与えると、破骨細胞が骨の中から出て血液中に流れていくことを突き止めたのです。

従来の骨粗鬆症治療薬は、破骨細胞が骨を溶かす作用を抑制しますが、破骨細胞は骨の中にとどまってきたままでした。それに対して、**FTY720** は破骨細胞を骨の外に追い出してしまおうので、今まで以上に効果的と推測されます。

その後の試験で安全性が高いこともわかり、近いうちに広く使われる薬として一般の病院でも処方されるようになることでしょう。

日本発の素晴らしい骨粗鬆症治療薬が生まれようとしています。

2009年2月、大阪大学免疫学フロンティア研究センターの石井優准教授は、今まで使われている骨粗鬆症の薬とは全く異なる仕組みで

院長記事

牛乳(乳製品)と健康 — その1 —

これを読むと、一部の方々には信じられないか、あるいは非常に不快な思いをなさるかもしれませんが、あなたの健康を守るために重要なことなので、敢えてお伝えすることにしました。



一般的に乳製品は健康に良いと思われ、健康に関心の高い人々の間で特によく飲まれているようです。「牛乳にはカルシウムやタンパク質が豊富に含まれ栄養価が高い」、「ヨーグルトの乳酸菌は腸をキレイにしてくれる」と広く認識されています。

しかし、医学的・科学的立場から言えば「乳製品は体に良い」という考えは誤りなのです!!

あなたが健康を大切に考えるのであれば、乳製品を極力、摂るべきではありません。

理由を説明します。

まず骨に対して。「牛乳にはカルシウムが含まれ、成長期にも必要だし、骨粗鬆症の予防にも必要では?」という疑問が出そうです。確かに牛

乳にカルシウムは多いですが、体に入ったあとの反応が良くありません。牛乳を飲み、急激にカルシウムが吸収されると血中濃度が上がります。しかし、血中濃度は一定の値を維持しようとするので、余分なカルシウムは尿などから排泄されます。上がりすぎると体は驚いて自分の骨を溶かしてまでさらにカルシウムを排泄しようとしています。また、カルシウムを排泄する際には余剰カルシウムだけではなく、マグネシウムや亜鉛などの他の重要なミネラル成分や大切なビタミン類も共に排泄されてしまいます。

ですから、「牛乳や乳製品は骨粗鬆症を防ぐ」のではなく、**乳製品は骨粗鬆症を引き起こします。**

実際、アメリカ、デンマーク、スウェーデンといった乳製品を大量摂取する国では骨粗鬆症が非常に多いという事実があります。ハーバード大学で78,000人を12年間に渡って調査した研究報告(2001年)でも、「牛乳を飲めば飲むほど骨粗鬆症が増える」という結論が出されています。

すると、「では、一体カルシウムはどうやって摂ればいいのか?」とい

う声が聞こえてきそうです。心配要りません。乳製品を全てやめるだけでも骨粗鬆症の危険が減りません。海藻類や新鮮な果



物(柑橘類)にカルシウムは十分含まれていますし、体は牛乳に対するような過剰反応をせず、効率よくカルシウムを利用します。ちなみに海藻類では特にヒジキに多くのカルシウムが含まれています。

今回は骨以外に対する乳製品の危険性をお伝えします。

お知らせ

7月から最新型レーザー治療器とLED治療器を導入しています!

レーザー治療器
(スーパーライザー)

今までの機械に比べ出力が3倍となり、効果も大幅アップ!
腱鞘炎や関節痛など、局所の痛みを早く取り除きます。

赤外線LED治療器
(プロトライト)

特殊なLEDが、症状に応じた周波数の赤外線パルスを放射。
筋肉痛・神経痛・ストレス症状など、様々な症状に有効です。



どちらも最新機器のため、それぞれ1回300円の自費治療となります。
『保険診療費(消炎鎮痛処置)』+『追加料金300円』となりますので、ご了承ください。