

老人の骨折について

都留市立病院整形外科 仁田 政宣

寒さも厳しくなり、腰痛等の他に骨折して受診される方も多くなってきたように思います。今回は骨折について、その中でも特に老人に多い骨折について少し述べたいと思います。冬場は寒さで地面が凍って滑りやすくなったり、着ている服も多くなり、動きも鈍くなるがちで、体の動きも何となく固くなるなど、転びやすい条件がそろっています。以前にも述べたように年をとるにつれて、特に閉経後の女性は骨が弱くなり、より小さな力で折れやすくなります。また一度骨折すると治るのにも時間がかかり、その間に痴呆が出現したり、進行したり、床ずれ、肺炎、尿路感染症等の合併症が起りやすくなります。また、痛みの為に動くことができずに、例えば食事ができなくなるとか、トイレに一人で行けなくなる等、本人や家族にとって大きな負担となる場合があります。お年寄りの骨折の治療の基本は早く痛みをとり、動いたり歩いたりしてもらって先に述べたような合併症を予防する事にあります。お年寄りに起りやすい骨折というのはいくつかあり、特に転んだ時に起りやすいようですが、代表的なものをいくつか述

べたいと思います。

①コレス骨折：手首より一〜三センチくらい体に近い所で前腕の橈骨と呼ばれる骨が折れるもので、手について転んだ時によく起りま

す。最も多い骨折の一つで、手をついた後手首が痛い、腫れている、形がおかしい等の理由で受診され

る骨の肩に近い所が折れるもので、手を伸ばして転んだ時や、転んで肩を打った時によく起ります。転んだりした後、肩が痛くて動かせない等の理由で受診されます。骨片のずれの大きいものや脱臼を合併した例では手術が必要となりますが、基本的には入院や手術は必要ありません。数週間の固定が必要となりますが、骨折が治っても肩や肘の動きが悪くなるので、リハビリテーションが必要となる場合があります。最低でも両手で顔を洗ったり、髪を洗ったりできないと日常生活上不便です。

④胸椎・腰椎圧迫骨折：背中や腰の骨がつぶれてしまうこの骨折は尻もちをついたり、落ちたりした時によく起ります。高齢者ほど起りやすく、また多かれ少なかれ高齢者では自然にも起っており、神経を圧迫したりしていなければ、別に入院や手術の必要はありませんが、問題は痛みの為に患者さんが動きたがらなくなってしまうことです。痛みがおさまるまで少し時間はかかりますが、痛み止めや湿布、時にはコルセットを使うようにして、少々痛くてもがんばって歩いたり車イスに乗ったりしてもらおうようにしています。放っておいても個人差はありますが、一〜三ヶ月位で痛みは自然とおさまってきます。



③大腿骨頸部骨折：大腿骨とは太ももの所にある人間で最も長い骨で、お年寄りに多いのは股関節に近い所で骨折する、頸部骨折とか転子部骨折と呼ばれるものです。転んだりとかがベッドより落ちたりした後に動けなくなると救急車で来院というのが多く、大変重要な骨折です。なぜならこの骨が折れた場合、痛みの為動くことや歩くことができずに放っておけば先に述べたような合併症の為、場合によっては生命にかかわるからです。年令にもよりますが、ほとんどの場合手術が必要となります。折れた場所により金属の棒やねじで固定する方法、人工骨頭と呼ばれる人工物を使用する方法等を選択します。手術の後にはなるべく早く起き上がったたり、車イスに乗ったり、歩く練習をしたりして合併症の出現を防ぎます。

まとめ：高齢化社会が進み、ますます老人の病気が増えています。骨折のような、寝たきりになりやすい老人の病気は適切に対応しないと、痴呆その他の合併症の危険が高くなります。また家族の方が良く面会に来られるような患者さんは痴呆の出現や進行が遅くなるようです。また、自宅に帰ればさらにその心配は少なくなるようです。家族の方の協力なしでは私達のできる事も限界があると思います。とかく高齢になるとささいな事だと思っても思わぬ事になってくる場合がありますから、何か心配になったら迷わず病院で一度相談してみられてはいかがでしょうか。

富士女性センターからのお知らせ

長寿社会の共生学講座
あなたの人生 どう生きますか

3回シリーズ

第1回 1月10日

実技「心と体の健康学」

講師 スポーツプログラマー 弦間淑郎さん

第2回 2月7日

講義「家族とくらし」

講師 都留文科大助教授

第3回 2月14日

シンポジウム

「女・男 ともに生きる社会をめざして」

コーディネーター

都留文科大助教授 畑潤さん

時間 一回目の講義は午後1時30分〜3時 二・三回目は午後1時30分〜3時30分

「センターについて語る」

日時 2月1日

午後1時30分〜3時30分

講師 日本児童文学編集長

場 所 富士女性センター大研修室

対 象 女・男 70名

※申し込みは、電話またはFAX

かほかで。託児を希望される方は申し込み時に相談ください。

問合せ先 富士女性センター

電話 (45) 16666

FAX (45) 16663

〒418-8501 都留市立病院

〒418-8501 都留市立病院

〒418-8501 都留市立病院

〒418-8501 都留市立病院

〒418-8501 都留市立病院

〒418-8501 都留市立病院

〒418-8501 都留市立病院

〒418-8501 都留市立病院