

(シルバー人材センター会員様から質問)

保健センターが「骨塩量測定」について啓発しているのを聞いたことがある。骨になぜ塩を啓発しているのか。私はまだ測定したことがない。

(回答)

●骨塩定量測定とは？

骨塩定量測定と骨密度測定には、大きな違いはありません。骨塩とは塩分のことではなく、骨に蓄えられるミネラルのことを指します。骨塩定量測定≒骨密度測定とは、骨に含まれるミネラル量を測定するものであり、ミネラル成分が少ないことは、骨粗しょう症のリスクが高まるため、その診断基準として計測しています。塩分を多量に取ることは良いことではありません。塩分過剰摂取は対象からカルシウムを輩出させる効果があるため、カルシウム中心の骨構造を弱くしてしまう可能性があります。

●本市保健センターにおける対応

保健センターにおいては、骨粗しょう症のリスクを啓発するため、骨密度測定（予約制）を行っております。測定を行いたい場合は保健センター（951-3480）にお問い合わせください。