

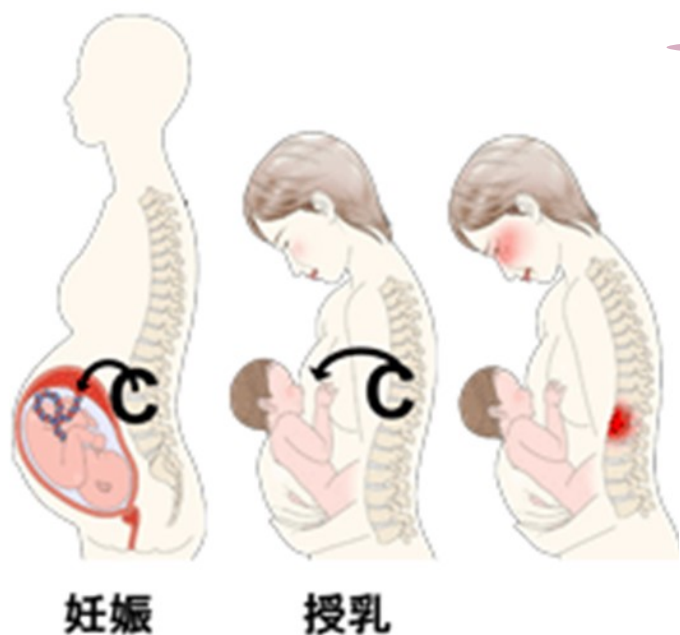
ママ・プレママにもお薦め！

(骨粗鬆症)

(ロコモティブシンドローム)

コッソン & ロコモ外来 開始のご案内

2019年8月より診療スタート!!



痛い思いをする前に...

若年女性が骨密度を気にする機会はほとんどありません。

そして、骨密度が低くても、ある日突然骨折するまで

自覚症状は無いことがほとんどです。

もともと骨密度が低い女性が、妊娠・授乳を経ると、

背骨の圧迫骨折を起こしてしまうことがあります。

圧迫骨折してしまうと、痛みのため日常生活ですら

ままならないことがあります。

骨の健康を確認して、今後のライフイベントに備えませんか？

なお、『骨密度測定』は妊婦さんにはお薦めしていませんが、

心配なことがあればぜひお越し下さい。

もっと知って欲しいビタミンDの事

「紫外線は天敵！

自分も赤ちゃんもしっかり紫外線予防しなくちゃ」

こう考えているママ、プレママは多いのではないのでしょうか？

紫外線は体内でのビタミンDの合成には必須です。

食生活の改善に伴って、日本では子供のビタミンD欠乏症、

そしてそれに随伴する“くる病”は、最近までどんどん減少していました。

くる病は骨の変形を来してしまう病気です。

低身長など見た目の変化も出てきてしまいます。

ところが2012年頃から、くる病のお子さんが増えてきてしまいました。

これは、そもそもママ・プレママのビタミンD不足(紫外線ケア、食生活)

やお子さんの食事内容、過度の紫外線ケアなどにも問題があると

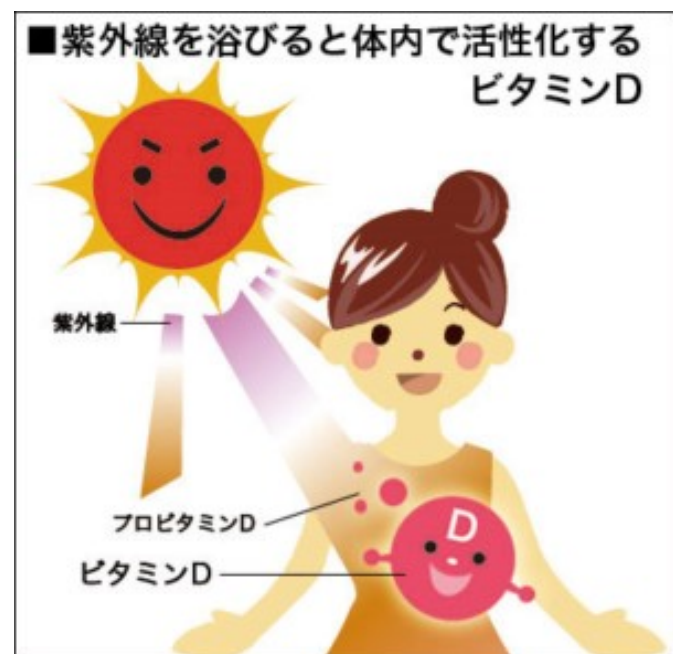
言われています。

よかれと思ってしていることが、ママ・プレママにも、お子さんにも

悪影響を及ぼさないように。

知っているだけで予防できるビタミンD不足、そしてビタミンDの

意外な効能についても一緒に勉強しませんか？



毎月第4月曜 午後2時から

診察室：内科外来

予約不要

(診療状況により今後予約制になる可能性あり)



医療法人積仁会

島田総合病院