

エルカトニン筋注「トローワ」の 治療を受けられる方へ

効果

この注射剤は骨粗鬆症における
痛みをとり除くための薬です。

痛みの過剰な伝達を抑えることで、
骨粗鬆症における腰や背中
の痛み、骨折による痛みなど
をとる効果があり、また骨量
(骨の中のカルシウム等の量)
が減るのを抑えます。



副作用

顔が赤くほてったり、吐き気が
することがあります。

これらの症状や他に気になる症
状がある場合は、医師または薬
剤師に相談してください。



ご注意いただきたいこと

骨粗鬆症における痛みをとり除くために、継続して治療を
行うことが必要になる場合もあります。

痛くなくなったからと言って、ご自身の判断で治療を止め
たりせず、医師の指示に従ってください。



食生活のポイント



骨粗鬆症の治療をすすめる上で、薬による治療の他に、栄養バランスのとれた食生活をおくることも非常に大切です。

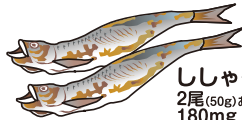
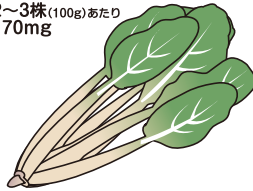
骨を作る栄養素の一つにカルシウムがあり、1日800mg摂取することが目標となります。その他に、ビタミンDやビタミンKなども骨を作るのに大切な役割を担っているので、カルシウムと併せてバランスよく摂取しましょう。

カルシウムを多く含む食品

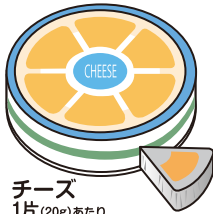


牛乳
コップ1杯(200g)あたり
220mg

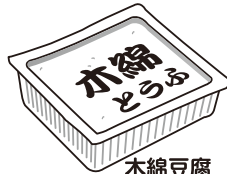
小松菜
2~3株(100g)あたり
170mg



ししやも
2尾(50g)あたり
180mg

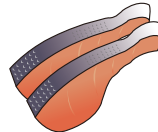


チーズ
1片(20g)あたり
126mg



木綿豆腐
1/4丁(75g)あたり
65mg

ビタミンDを多く含む食品



サケ



しいたけ



ウナギ

ビタミンKを多く含む食品



モロヘイヤ



ほうれん草



納豆

納豆

* 文部科学省「日本食品標準成分表2015年版(七訂)」より作成

この薬以外に飲んでいる薬がある場合、食事面で注意が必要となることがありますので、医師または薬剤師に相談してください。

施設名