

骨粗しょう症治療を受けられる患者さんへ

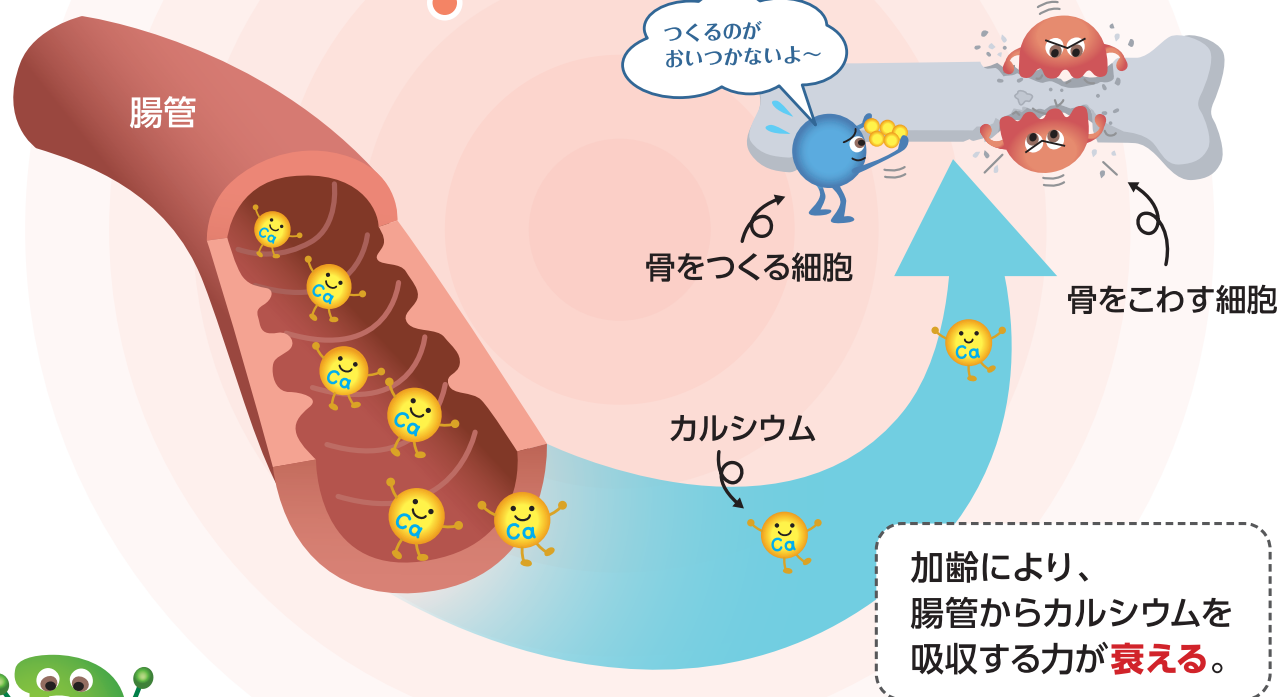
骨粗しょう症とは？（骨のカルシウム量とビタミンDとの関係）



骨粗しょう症は、骨がもろくなる病気です。

骨のカルシウム量が減少し、骨がスポンジのように粗くなり、骨折しやすくなります。

骨粗しょう症における骨の新陳代謝



ビタミンD

ビタミンDは、腸管からのカルシウム吸収を促すはたらきがあります。

この**ビタミンD**が**足りなくなると**、骨へのカルシウムの供給がうまく行われなくなってしまいます。

ビタミンDが足りているかを知るには？



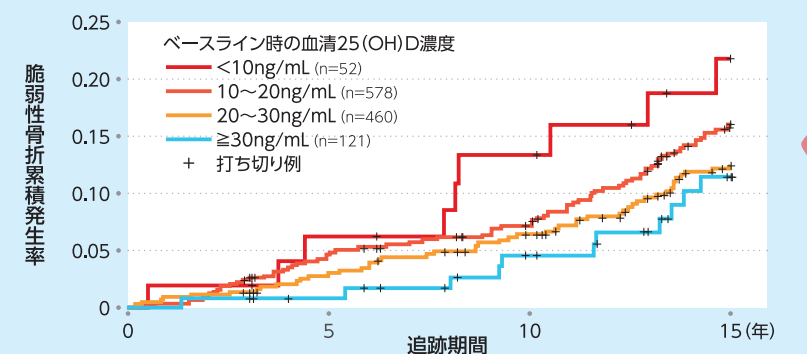
ビタミンDの充足度（**欠乏** **不足** **充足**）は、「**血清25(OH)D濃度**」で知ることができます。



血清25 (OH) D濃度の数値が低いと・・・

1
骨折しやすくなる可能性があります。

血清25(OH)D濃度別の脆弱性骨折累積発生率 (JPOS コホート研究)【評価項目】



対象：日本の7地域の15～79歳の女性4,550名を対象に行われたJPOSコホート研究の参加者のうち、50歳以上で、43歳以下では閉経していない、または骨、骨格筋に影響を与える疾患に罹患しておらず、15年以上のフォローアップが可能であった1,211名 (64±8.2歳；平均値±S.D.)
方法：ベースライン調査時における血清25 (OH) D濃度をあらかじめ規定した4群に分け (<10、10～20、20～30、30≤ng/mL)、15年間の脆弱性骨折累積発生率 (評価項目) について追跡調査を行い、血清25 (OH) D濃度別に Kaplan-Meier 曲線を作成した。

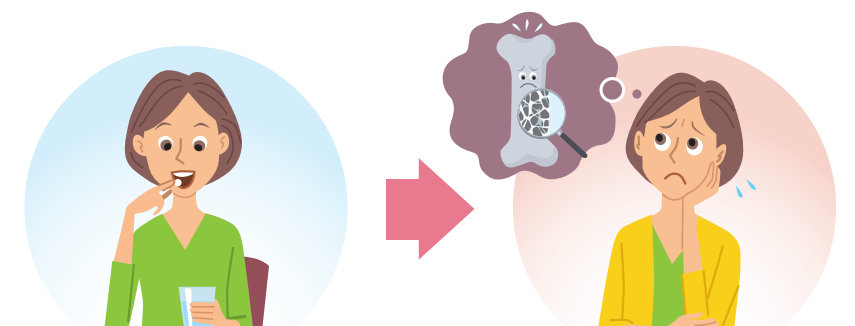
Tamaki J, et al. Osteoporos Int. 2017; 28: 1903-1913.より改変

2
骨粗しょう症のお薬*の効果が十分に発揮できなくなります。

※：骨をこわすはたらきを抑える薬 (骨吸収抑制薬)

お薬を服用しても・・・

効果が十分に発揮できない



エルデカルシトールカプセル「トーフ」による骨粗しょう症治療を受けられる患者さんへ

治療のPOINT 1

お薬

(エルデカルシトールカプセル)

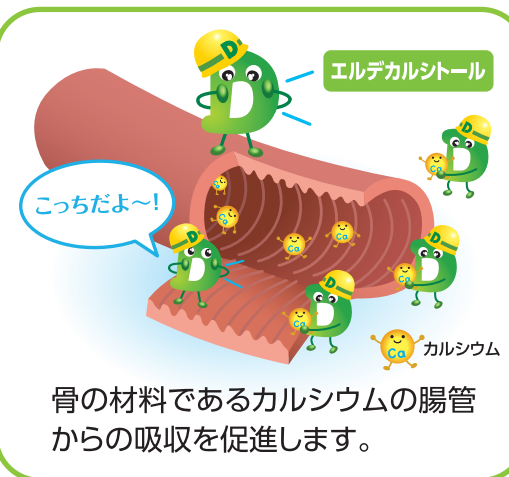
エルデカルシトールカプセル「トーフ」は、
活性型ビタミンD₃製剤の
骨粗しょう症治療薬です。



1日1回1カプセル

服用のタイミング（食事、時間）を
気にする必要はありません

「飲み続けること」が
大切です。



エルデカルシトールカプセルは、骨の材料であるカルシウムの腸管からの吸収を助けて、骨の新陳代謝を整える役目を果たします。また、骨の量を増やして、骨折を防ぎます。

治療のPOINT 2

食事

(カルシウム、ビタミンD)

食事は、
骨を丈夫にするためにカルシウムや
ビタミンDの多い食品を選びましょう。



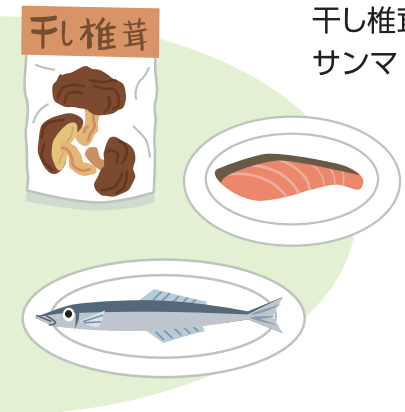
カルシウムの多い食品

牛乳、スキムミルク、チーズ
ヨーグルト、干し海老、
ワカサギ、シシャモ、
豆腐 など



ビタミンDの多い食品

干し椎茸、サケ、
サンマ など



治療のPOINT 3

日光浴・運動

日光浴と運動をおこない、
骨を丈夫にしましょう。



エルデカルシトールカプセル「トーフ」服用の際に注意すべき点

副作用の注意

下記の症状が認められた場合には、医師、薬剤師にご相談ください。



サプリメントの注意

「カルシウム」や「ビタミンD」を含むサプリメントをご利用される際には、
医師、薬剤師にご相談ください。



ビタミンDは、
日光を浴びることにより
皮膚で生成されます。

●毎日散歩をするなど、外に出て
体を動かす習慣をつけるように
しましょう。

●運動は、骨を強くし、筋力アップ
にもつながります。

