

男性ホルモン・女性ホルモン補充療法中、または予定している方へ 骨密度調査への協力のご依頼

- ✓ 性ホルモン(男性ホルモン、女性ホルモン)は骨を強くし維持する作用があり、不足した状態が続くと骨がもろくなります。
- ✓ 北海道は緯度が高く、冬は日照時間が少ないため、骨を強くするビタミン D(日光を浴びると皮膚で合成されます)が不足しがちです。
- ✓ 性ホルモン治療を受けている方や性ホルモンが低下している方は、骨密度が低下している可能性があります。北海道における調査は十分ではありません。そこで、これらの方々を対象に、骨密度調査を開始しました。
- ✓ 骨密度検査の費用は無料です。
- ✓ 骨密度検査は、宮の森レディースクリニックで実施します。(西 28 丁目駅そば) X線(DXA法)で腰椎と大腿骨を測定します。測定にかかる時間は5分程度です。被曝は胸部レントゲン撮影の約1/6です。検査結果の説明は、検査終了後すぐに行います。
- ✓ 検査実施に必要な項目(年齢、身長、体重、性別)、関連が深いこと(運動、食事、サプリや常用薬、ホルモン治療、持病など)に関する質問票の記載にご協力いただきます。

調査に協力いただける方は、「宮の森レディースクリニック」のホームページからWeb予約、もしくは、診療時間内にお電話でご予約ください。

- ・ 検査は食事などの制限はありません。
- ・ バリウム検査や造影CT検査などの後は検査に影響が出るため、避けてください。



検査当日の流れ

① 事前に質問票に記入(院内でも記入できます)

- 1 質問票を持って予約日時に来院
- 2 調査の説明と同意(この綴りの2枚目と同じ書式です)
- 3 骨密度測定(約5分)、結果の説明で終了です。

男性ホルモン治療、女性ホルモン治療を受けている方、受ける予定の方への
骨密度調査の説明と同意書

調査の説明

- 男性ホルモンや女性ホルモンは、身体のさまざまな部分へ作用しますが、ホルモンが足りない状態が持

続すると骨がもろくなり骨粗鬆症になりやすくなることが知られています。この調査は、性ホルモンの治療を受けている方の骨密度を測定し、実際に骨粗鬆症のリスクがある状態かどうかを調査します。

- 骨密度は、運動や食事、やせなどの体形の影響も受けるため、ホルモン治療以外の骨密度に影響を与える因子に関して質問票を用いて調査します。
- 骨密度測定は、X線で腰椎と左(または右)大腿骨の骨密度をDXA法で行います。この検査は装置に仰向けになって測定し5分程度で終了します。1回の検査の被曝は、胸部レントゲン撮影の1/6程度です。
- 骨密度検査には、年齢、身長、体重、性別の入力が必要です。(必須)
- 検査結果を今後の診療に役立てるために、可能であれば実名の記載もお願いします。(必須ではありません)
- 調査結果は学会や論文で公表する予定ですが、個人を特定できる情報は公開されません。
- この調査での検査費用はかかりません。
- 検査の結果で治療が必要な状況である場合、治療を希望する病院・医院へ結果を持参して直接ご相談下さい。紹介状作成を希望される場合は、保険診療となりますので、健康保険証の提示が必要となります。

研究責任者:時計台記念病院・時計台記念クリニック
札幌医大 産婦人科 遠藤 俊明
検査実施者:宮の森レディースクリニック 池田 詩子
調査に関するお問い合わせ先:info@miyamomori-lc.com

説明した日時 令和 年 月 日 説明した場所 宮の森レディースクリニック

説明医師

調査への同意

私は、調査の説明を受け、調査に協力することに同意します。

令和 年 月 日

同意者氏名(または仮名)

質問票

名前(仮名可)

☆は 骨密度検査に必須の項目です

☆生まれた時の生物学性別 男・女 現在の性別 男・女

☆生年月日 西暦 年 月 日

☆身長 cm

☆体重 kg

(検査に必要な X 線線量や検査値にも影響するため、できるだけ正確に願います)

FLAX®骨折リスク評価ツールに使用する項目

骨折したことはありますか ない ある

両親で大腿骨近位部骨折をした人がいますか いない いる

現在喫煙しますか いいえ はい

3か月以上プレドニゾロン 5 mg以上のステロイド治療歴は . . . ない ある

関節リウマチと診断されていますか いいえ はい

骨粗鬆症と強い関係がある以下の病気はありますか? . . . いいえ はい

(I 型糖尿病、成人での骨形成不全症、長期に未治療であった甲状腺機能更新症、性機能低下症、早発閉経(45 歳未満)、慢性的な栄養失調、吸収不良、慢性肝疾患)
アルコールを 1 日 3 単位以上のみますか? いいえ はい
(アルコール 1 単位(8~10g)の目安、ビール 285ml、蒸留酒30ml、ワイン120ml)

運動について

- 1 現在運動する習慣がありますか? はい いいえ
- 2 過去のスポーツ歴についてあれば記載してください
種目・期間 (例:水泳 2 年間、サッカー 3 年間 など)
- | | |
|----------|----------|
| 小学 | なし・あり() |
| 中学 | なし・あり() |
| 高校 | なし・あり() |
| 大学・社会人以降 | なし・あり() |

普段の生活強度について当てはまるものに☑をつけてください÷

- I 低い: 散歩や買物など、1 時間程度の歩行のほか大部分は座った姿勢が多い÷
- II やや低い: 歩行時間がやや長く、2 時間程度の場合。立っての作業もやや多い÷
- III 適度: II に加え 1 日 1 時間程度はウォーキングやサイクリングなどしている場合÷
- IV 高い: 1 日 1 時間程度は激しいトレーニングや肉体労働を行なっている場合÷

食事について

- 1 カルシウムの摂取に心がけている
とてもそう思う・ややそう思う・ふつう・あまりそう思わない・まったくそう思わない
- 2 ビタミン D を多く含む食材を取るようになっている
とてもそう思う・ややそう思う・ふつう・あまりそう思わない・まったくそう思わない
- 3 ビタミン K を多く含む食材を取るようになっている
とてもそう思う・ややそう思う・ふつう・あまりそう思わない・まったくそう思わない

常用しているサプリメントがあれば記入してください

()

性ホルモンに関する質問です

受けたことがある、受けている治療に☑を入れ、わかる範囲で期間を記入してください÷

- | | | | |
|---|-----|---|----|
| <input type="checkbox"/> GnRH-a 治療(二次性徴を抑制) | 期間: | 年 | ヶ月 |
| <input type="checkbox"/> 女性ホルモン補充療 | 期間: | 年 | ヶ月 |
| <input type="checkbox"/> 男性ホルモン補充療法 | 期間: | 年 | ヶ月 |

性腺摘出術 () 歳時) に受けた ・ これから受ける予定

この調査を知る前に、性ホルモンが骨の健康に重要であることを認識していましたか？

- 認識していて、食生活や生活習慣に気を付けていた
 認識していたが、特になにもしていなかった
 認識していなかった

性ホルモンによる治療を受けている方へ質問です

何歳までホルモン補充療法を受けたいと考えていますか？

- 45 歳 50 歳 55 歳 60 歳 65 歳 65 歳以上
 わからない

骨密度の検査を受けることで、今後の食生活や運動習慣を見直すきっかけになると思いますか？

- 思う 検査の結果次第 思わない

ホルモン治療を行う上で、心配なことなどがあれば記載してください

()

ご協力ありがとうございました。