

骨粗鬆症と動脈硬化の深～い関係！

骨粗鬆症と動脈硬化の原因は同じ！ってどーして？

日本人の45歳以上の3人に一人、特に60歳～80歳の女性の60%前後は骨粗鬆症になり、その結果、65歳以上の女性の25%に骨折が発生しているといわれています。男女差があり、女性は男性の5～6倍発症しています。

女性ホルモンのエストロゲンには詳細は不明ですが、骨からカルシウムの流出を防ぐ働きがあります。閉経後にエストロゲンの低下が骨粗鬆症の引き金になっています。

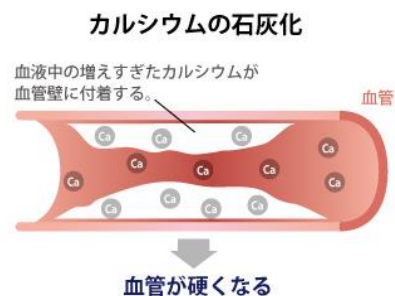
- ・さらに、加齢によって小腸から血液中にカルシウムを移動させるビタミンD(腎臓で活性化されたD3)と血液中のカルシウムを骨まで移動させるカルシトニン(甲状腺ホルモン)の分泌量が減少します。
- ・そこで、血液中のカルシウム(通常体内カルシウムの約1%)が不足し、骨のカルシウムを血液中に移動させる副甲状腺ホルモンが大量に分泌され、カルシウムが血液中に過剰に溶け出します。
- ・一方、カルシトニンの分泌量も低下していますので、この血液中の余剰カルシウムは骨に戻れず骨粗鬆症に一步進んでしまいます。
- ・増えた血液中のカルシウムが血管壁に付着し、血管が狭くなって血圧が上がり、

さらに血管も硬く破れやすくなり動脈硬化に発展します。

・なお、血液中の微量カルシウムは以下の働きをしています。

- (1) 筋肉の収縮
- (2) 血液の凝固
- (3) 神経細胞間の情報伝達
- (4) 酵素の補因子
- (5) 血圧のコントロール

以上を要約しますと、



加齢→ ビタミンD不足→ 血液中のカルシウム不足→ 骨からのカルシウムの溶出(骨粗鬆症)→ 血液中の過剰カルシウム→ 血管にカルシウム付着→ 血管が硬くもろくなる→ 動脈硬化