

## 「骨と関節の日(10/8)」に寄せて 2024



琉球大学大学院医学研究科 整形外科学講座 教授 西田 康太郎

10月8日は十と八を組み合わせると「ホ」に見えることから「骨と関節の日」とされており、沖縄県整形外科医会（友愛医療センター、永山盛隆 会長）ならびに琉球大学整形外科は例年10月に骨と関節に関する啓発活動を集中的に行っています。この機会に、県医師会の皆様も運動器に少し関心を持っていただけたら幸いに存じます。

まず沖縄の実情を少し述べたいと思います。1985年までは世界最高の長寿県であった沖縄は、現在は見る影もなく、男性の平均寿命は下から数えた方がはるかに早い状況になっていることは皆様もご存知かと思えます。さらに2019年に、骨粗鬆症に伴う大腿骨近位部骨折の国内分布を示す論文が報告され、沖縄が最悪であることが明らかになりました。また、足腰が弱くなるために自由な移動が困難になる状態をロコモティブシンドローム（通称ロコモ）と呼びますが、その認知度に関しても全国で最低レベルであることが報告されました。私どもの県内調査結果でも、男性では50代、女性では40代で4割の方が既にロコモ状態であることが判明しており、沖縄県民の移動機能障害は危機的な状態であることを再認識いたしました。

沖縄はともかく、我が国は現在でも世界最長の長寿国であり、超高齢社会を迎えています。一方で健康寿命と平均寿命の乖離が問題視され、健康寿命の延伸が、大きな課題となっていることに異論はないでしょう。介護が必要となる最も大きな要因は運動器の問題とされており、その中でも骨折が一番の原因です。ロコモになって転倒しやすくなる。そして骨粗鬆症が

あれば簡単に骨折してしまい、介護が必要な状態になるという、悪い流れを止めなければなりません。健康寿命や介護の問題だけではありません。骨粗鬆症に伴う脆弱性骨折として、大腿骨近位部骨折や多発椎体骨折を生じると、生命予後が大きく悪化することがすでにデータとして明示されています。ロコモや骨粗鬆症といった運動器の問題は、健康寿命と平均寿命の両方に関わる重大な問題であるとの認識が必要です。

そんな中、厚生労働省が提唱する「健康日本21（第三次）」において、運動器に関する項目が明記されました。

「第一 国民の健康の増進の推進に関する基本的事項」の中で、はじめてロコモティブシンドロームや「やせ」などの予防の重要性が言及されました。

「第二 国民の健康増進の目標に関する事項」では、ロコモティブシンドロームや骨粗鬆症検診についての目標を設定するとあり、別表第二ではそれぞれの受診率の具体的指標（目標値）まで示されています。

ところが、県が提唱する第8次沖縄県医療計画では、運動器に関する事項が全く欠落しています。計画案の状態ですら事前調査があり、私も上記の点を強く主張いたしましたが無視された形です。厚労省の方針はおろか、沖縄県の現状を把握し、健康長寿県からの凋落を改善する気があるのか本当に心配しています。一昨年度には、永山会長と共に県の健康長寿課に赴き、ロコモや骨粗鬆に関する沖縄県の窮状を訴えにいったのに、です。

現状の悪しき流れを変えることができなければ、沖縄県の未来はありません。一方、沖縄の素晴らしい点の一つに、整形外科医の組織率が大変高いことが挙げられます。9割以上の整形外科医が沖縄県整形外科医会に属しており、皆が同じ方向を向いて協力し合える土壌が私の着任以前から形成されています。先述の通り、特に10月には沖縄県整形外科医会と琉球大学整形外科が中心となって、一人でも多くの県民に「骨と関節」に関する危機意識を共有いただく活動を精力的に行っています。皆で知恵を出し

合い、活動は多方面にわたります。市民公開講座、新聞広告、TVコマーシャル、各病院でのデジタルサイネージ広告などなど、これらの活動は連携病院あるいは整形外科医個人の寄付金によって賄われています。例年活動を続けてはおりますが、やはり私ども整形外科医のみの力では限界も感じています。健康長寿沖縄を本気で取り戻すため、是非とも沖縄県医師会の皆様のお力も拝借し、大きな流れを作り、行政に働きかけたいと思っています。皆様、どうぞ宜しくお願いいたします。



## 原稿募集

### プライマリ・ケアコーナー (2,500字程度)

当コーナーでは病診連携、診診連携等に資するため、発熱、下痢、嘔吐の症状等、ミニレクチャー的な内容で他科の先生方にも分かり易い原稿をご執筆いただいております。

奮ってご投稿下さい。

### 随筆コーナー (2,500字程度)

随時、募集いたします。日常診療のエピソード、青春の思い出、一枚の写真、趣味などのほか、紀行文、特技、書評など、お気軽に御寄稿下さい。

なお、スポーツ同好会や趣味の会(集い)などの自己紹介や、活動状況報告など、歓迎いたします。

### 原稿送付先

〒901-1105 南風原町字新川218-9 沖縄県医師会広報委員会宛

E-mail: kaiho@okinawa.med.or.jp

※原稿データは、出来ましたらメール送信又は電子媒体での送付をお願い申し上げます。