

骨粗鬆症



健康づくり
応援 News
2025

2025/12/2

骨量(骨密度)は20歳前後をピークに、加齢やホルモンの変化等で減少していき、**骨がもろくなり骨折しやすい状態**になります。

骨粗鬆症による骨折を起こすと**寝たきりや認知症**につながることがあり、骨密度を低下させないように、早めの予防が大切です。



添付ファイル

- [骨粗鬆症](#)

