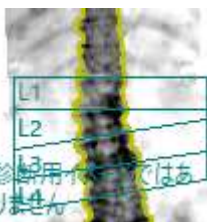


骨密度測定結果

氏名： GE 様 ID： GE00016
 生年月日： 1932/03/02 身長/体重 133.0 cm / 48.0 kg
 性別：女性 73.8歳 測定日： 2006/01/06



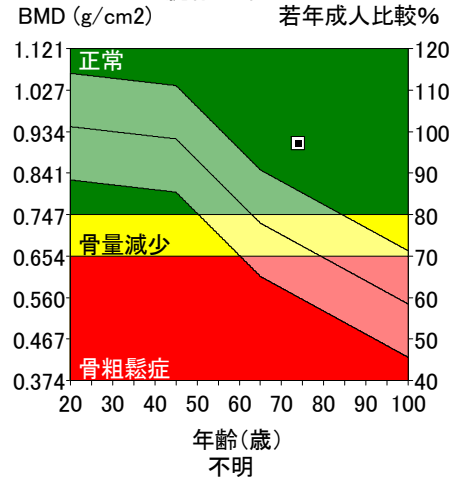
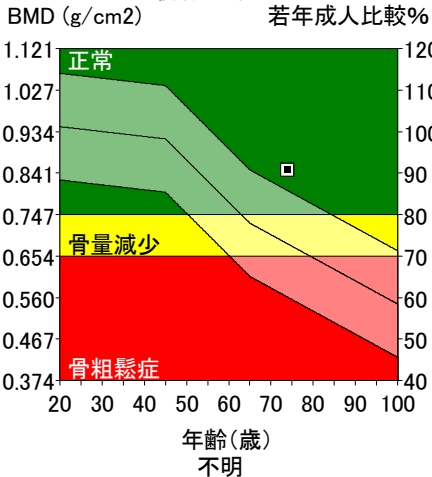
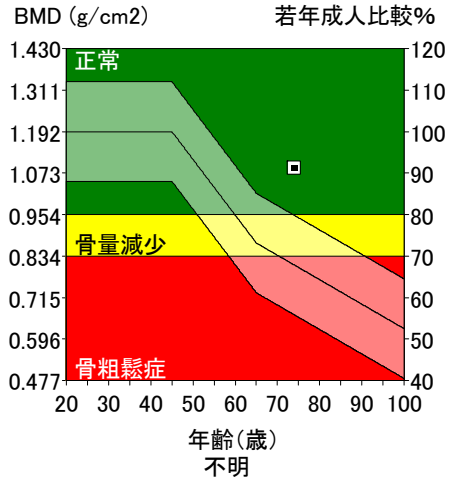
腰椎正面: L2-L4 (BMD)



右大腿骨: 全体 (BMD)



左大腿骨: 全体 (BMD)



あなたの今回の測定結果(若年成人比較)

腰椎の骨密度は **91 %** です。

右股関節の骨密度は **91 %** です。

左股関節の骨密度は **97 %** です。

= 判定基準 =

正 常 : 若年成人の80%以上
骨量減少 : 若年成人の70%~80%
骨粗しょう症 : 若年成人の70%以下

経過履歴

検査日	腰椎	右股関節 (全体)	左股関節 (全体)
2006/01/06	91 %	91 %	97 %

注※大動脈の石灰化や腰椎圧迫骨折、変形性脊椎症などの影響により骨密度数値が高くなる場合があります。
 数値が高くても骨粗鬆症の場合がありますので医師にご確認下さい。

【強い骨を作るには】

食生活に注意 ⇒ 食事にカルシウムとビタミンDを含んだ豊富な食品を摂りましょう。

目標摂取量 ⇒ 成人に必要なカルシウムの量は一日約800mgです。

適度な運動 ⇒ 適度な運動をすることで骨は強化されます。

日光浴 ⇒ 日光にあると皮膚からビタミンDが吸収されます。

1日に15分程度は日光にあたるように心がけましょう。