

目次

I. 大腿骨近位部骨折用

	頁
1. 連絡・データ提出先	1
2. 入力	2
(1) 入力方法	2
(2) 必須入力項目	2
(3) 注意事項	3
3. 提出用データファイルの作成	5
(1) 推奨法	5
(2) 代替法	7
4. 整形外科学会調査用紙形式のデータファイル	9

II. 他 3 部位の骨折用

大腿骨近位部骨折用と異なる点	10
(1) 入力対象	10
(2) 提出用データファイルの項目名	11
(3) 提出用データファイル名の規則	11

I. 大腿骨近位部骨折用

1. 連絡・データ提出先

下記、各地域事務局でご記入下さい。

(1) お問い合わせ先

担当者名：

電話番号：

ファックス番号：

メールアドレス：

(2) 入力データの提出先

(提出用データの作成方法はマニュアルをご参照下さい。)

メールでのご提出の場合

郵送でのご提出の場合

2. 入力

(1) 入力方法

黄色のセルは「プルダウン入力」

水色のセル（生年）は「プルダウン」または「西暦 4 桁手入力」または「西暦下 2 桁手入力」

白色のセルは手入力

入力したデータを消すのは「Delete」または「半角スペース」または「プルダウンで空白を選択」

(2) 必須入力項目

①「住所」

この入力システムは、日本整形外科学会の「大腿骨近位部（頸部）骨折に関する調査」にも対応できるよう作成されています。平成 21 年中に受傷して貴院を受診された大腿骨近位部骨折患者のデータを入力しておくと、日整会の調査にも利用できます。

ただし今回の調査では患者の住所（対象地区）と年齢（50 歳以上）に限定し、整形外科学会ではこのような限定がありませんので、個人情報保護の観点から、調査対象となる患者以外のデータは事務局に提出されないようにする必要があります。

そこで、データ入力時には最初に**必ず**「住所」をプルダウン入力して下さい。

対象地区に居住する 50 歳以上 → 「該当地域内」

それ以外の全ての患者 → 「対象外」

	A	B	C	D	E	F	G	H
	No	住所(必須)	氏名	カルテ番号	年齢	生年(西暦 入力でも可)	生月	性
1								
2	1							
3	2							
4	3							
5	4							

Microsoft Excel - 大腿骨頸部091127.xls

ファイル(F) 編集(E) 表示(V) 挿入(I) 書式(O) ツール(T) データ(D) ウィンドウ(W) ヘルプ(H) Adobe PDF(B)

MS Pゴシック 10

B2

住所(必須)

該当地域内

対象外

基本情報 入力 提出用 提出用項目一覧 日整会

図形の調整(R) オートシェイプ(U)

コマンド NUM

「対象外」が選択された症例のデータは事務局には提出されないようになります。

「住所」が未入力の場合には「対象外」であってもデータが事務局に届いてしまうことになります。

未入力の場合には、後日まとめて各医療機関にお問い合わせさせていただきますので、ご了承下さい。

② 「年齢」または「生年・月」

少なくともいずれかが入力されていないと分析ができません。

できましたら両方ともご入力いただきたくお願いします。

いずれも未入力の場合には後日まとめてお問い合わせさせていただきますのでご了承下さい。

Microsoft Excel - 大腔骨頸部091127.xls

ファイル(F) 編集(E) 表示(V) 挿入(I) 書式(O) ツール(T) データ(D) ウィンドウ(W) ヘルプ(H) Adobe PDF(B)

MS Pゴシック 10

E1 年齢

	A	B	C	D	E	F	G	H
	No	住所(必須)	氏名	カルテ番号	年齢	生年(西暦 入力でも可)	生月	性
1								
2	1							
3	2							
4	3							
5	4							

基本情報 \ 入力 \ 提出用 \ 提出用項目一覧 \ 日整会

図形の調整(R) オートシェイプ(U)

コマンド NUM

(3) 注意事項

① 「初診年」「骨折年」「手術年」「入院年」「退院年」

いずれも 2010 が事前入力されています。

2010 年に骨折した患者（本調査対象者）、2010 に初診入院した患者（学会調査）いずれにも対応できるよう、骨折年は「2009」、その他は「2011」も選択できるようになっています。

Microsoft Excel - 大腿骨頸部091208.xls

ファイル(F) 編集(E) 表示(V) 挿入(I) 書式(O) ツール(T) データ(D) ウィンドウ(W) ヘルプ(H) Adobe PDF(P)

質問を入力してください

MS Pゴシック 10

A1		No																	
1	A	B	C	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R					
	No	住所(必須)	氏名	性	初診日			前医ある場合のみ選択		骨折日									
2					年	月	日	前医で手術を受けていない	前医で手術後、紹介される	年	月	日	骨折日不明	左右					
3	1				2010					2010									
4	2				2010					2010									
5	3				2010					2010									
6	4				2010					2010									

基本情報 入力/提出用/提出用項目一覧/日整会用/

図形の調整(R) オートシェイプ(U)

コマンド NUM

Microsoft Excel - 大腿骨頸部091208.xls

ファイル(F) 編集(E) 表示(V) 挿入(I) 書式(O) ツール(T) データ(D) ウィンドウ(W) ヘルプ(H) Adobe PDF(P)

質問を入力してください

MS Pゴシック 10

A1		No																	
1	A	B	C	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD	AE	AF						
	No	住所(必須)	氏名	貴院での手術				入院日		退院日									
2				手術年	手術月	手術日	貴院での手術内容	手術なしの場合	年	月	日	年	月						
3	1			2010					2010			2010							
4	2			2010					2010			2010							
5	3			2010					2010			2010							
6	4			2010					2010			2010							

基本情報 入力/提出用/提出用項目一覧/日整会用/

図形の調整(R) オートシェイプ(U)

コマンド NUM

②骨折既往歴：なし・不明

Microsoft Excel - 大腿骨頸部091208.xls

ファイル(F) 編集(E) 表示(V) 挿入(I) 書式(O) ツール(T) データ(D) ウィンドウ(W) ヘルプ(H) Adobe PDF(P)

質問を入力してください

MS Pゴシック 10

A1		No													
1	A	B	C	AH	AI	AJ	AK	AL	AM						
	No	住所(必須)	氏名	骨折の既往		骨折の既往		骨折の既往							
2				骨折の既往	骨折の既往	骨折の既往	骨折の既往	骨折の既往	骨折の既往						
3	1														
4	2														
5	3														
6	4														
7	5														
8	6														

基本情報 入力/提出用/提出用項目一覧/日整会用/

図形の調整(R) オートシェイプ(U)

コマンド NUM

どの部位の骨折についても既往歴がない場合に「なし」

骨折既往歴に関する情報がカルテに記載されていない場合に「不明」をご入力下さい。

3. 提出用データファイルの作成

提出用データシートの作成は必ず作業データを保存した後に行ってください。
データは追加登録分ではなく毎回「全データ」を送っていただくをお願いします。

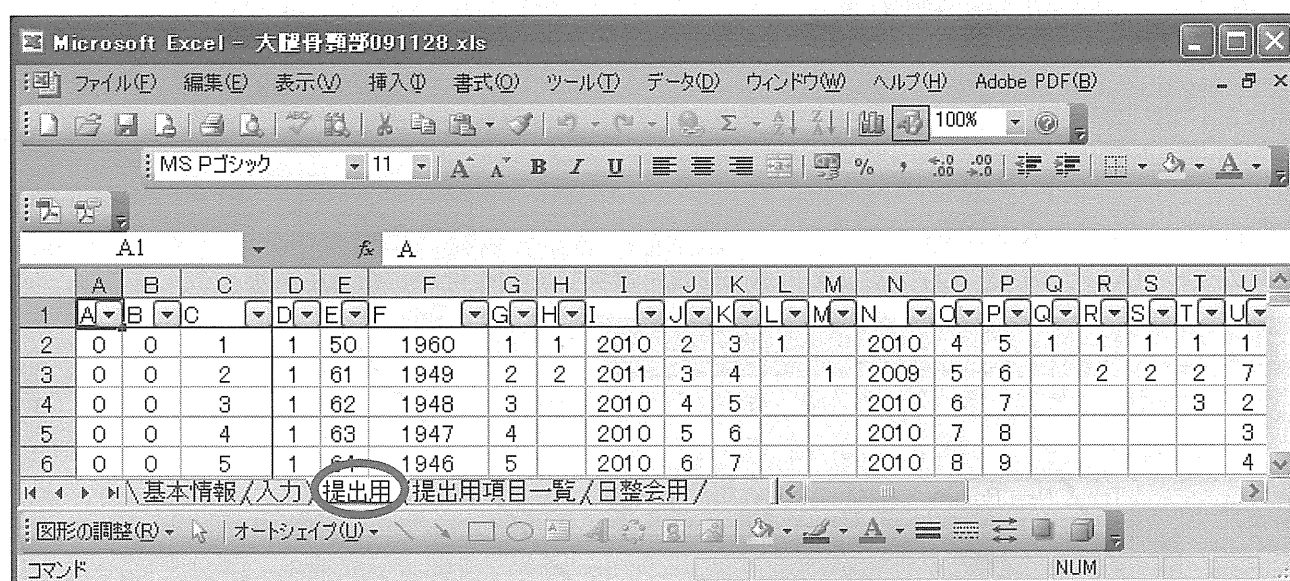
(1) 推奨法：提出用シートからコピーして作成

個人情報保護の観点から、なるべくこの方法をとっていただくようお願いして下さい。

(Windows 版 Excel 2003 を前提に説明しています。Excel 2007 もほぼ同様に可能だと思います。)

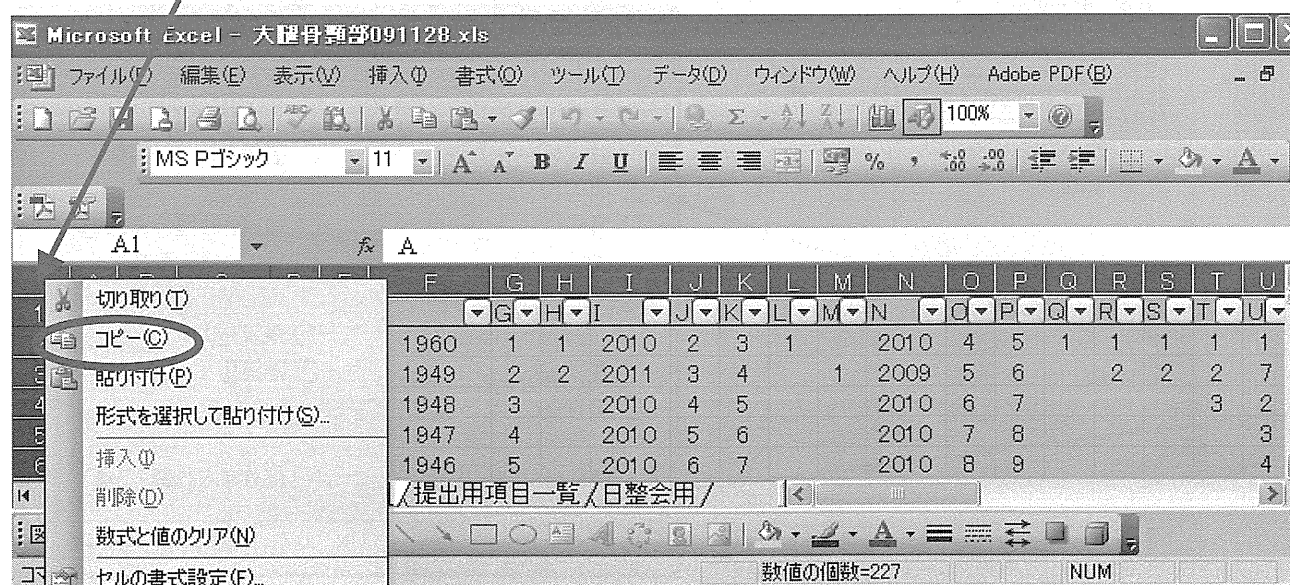
(Mac 版は右クリックがないので、マニュアル等でご確認下さい)

提出用シートを表示

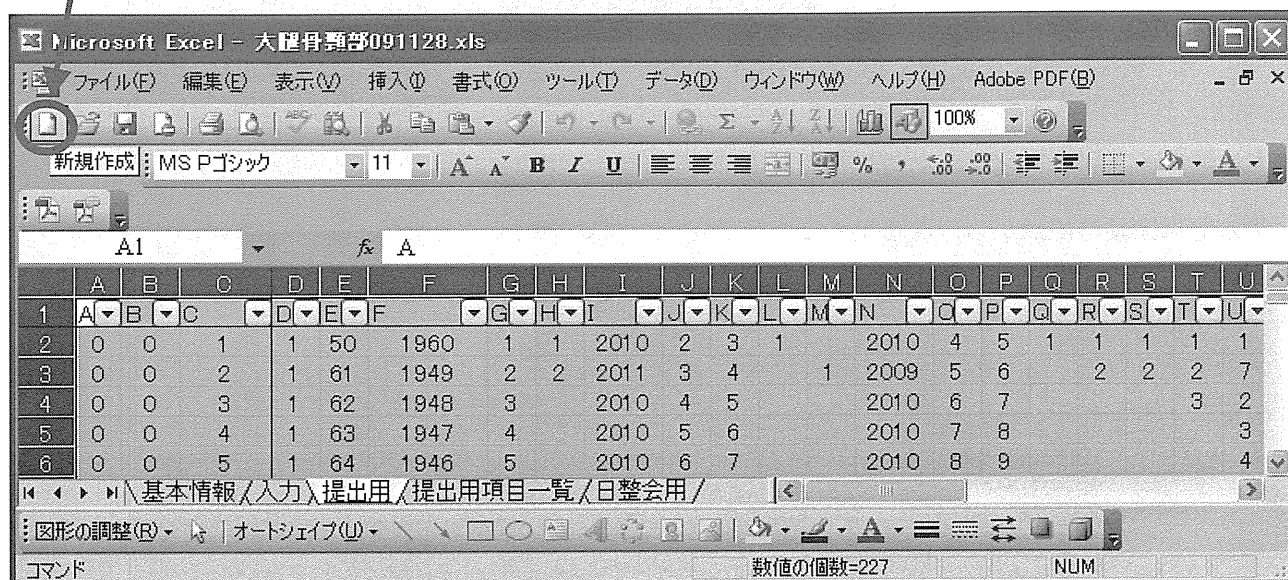


データシートの左上コーナー（A と 1 に挟まれた角）を「右クリック」する

全てのデータが選択され、メニューが表示される → コピーを「左クリック」

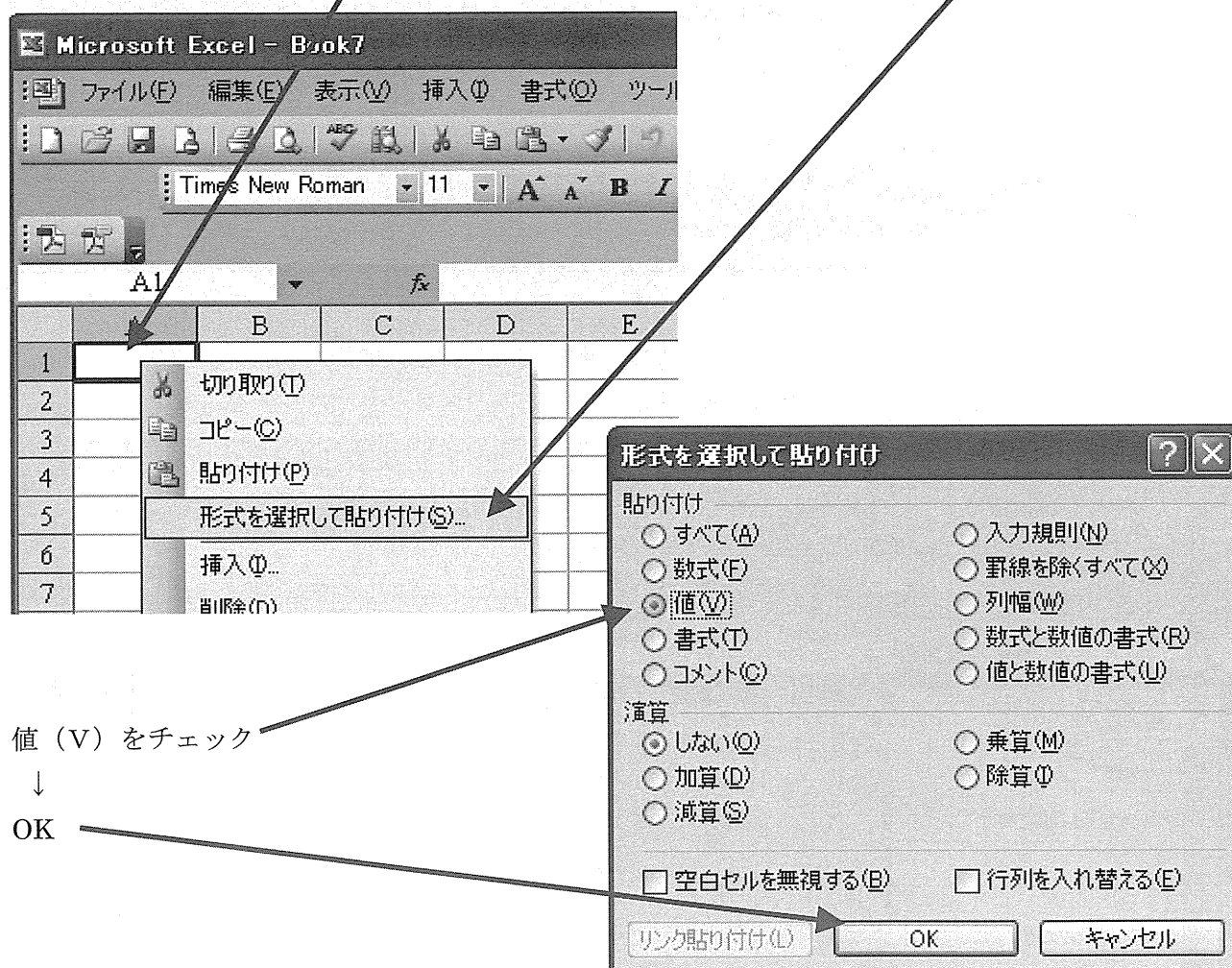


ファイルの新規作成メニューをクリック



空白のファイルが作成される。

左角のセル (A1セル) を「右クリック」→「形式を選択して貼り付け」を「左クリック」



	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
1	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
2		0	0	1	1	50	1960	1	1	2010	2	3
3		0	0	2	1	61	1949	2	2	2011	3	4
4		0	0	3	1	62	1948	3		2010	4	5
5		0	0	4	1	63	1947	4		2010	5	6

(A～AP 列の項目名は、入力ファイルの「提出用項目一覧」シートに記載されています)。

このエクセルファイルに名前を付けて保存し、地域事務局に**メールまたは郵送**でお送り下さい。

ファイル名の付け方

F+医療機関名+作成日付（西暦 8 桁）

例 F 新大 20100410

(F は Femoral=大腿骨近位部骨折用ファイルを意味する)

(2) 代替法

「入力」シートの「氏名」と「カルテ番号」を消去して上記と同様のファイル名で保存し、地域事務局宛に**郵送**でお送り下さい。

この方法だと、病院名、生年月、骨折日などから、個人を特定できる可能性があり、また、登録対象外の患者データも事務局宛に送られてきますので、個人情報保護の観点から**郵送**でお送りいただきたく存じます。

方法は次ページの通りです。

氏名とカルテ番号のデータ部分を選択

Microsoft Excel - 大塚骨殖部091208入力例.xls

質問を入力してください

MS Pゴシック 10

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M
1	No	住所(必須)	氏名	カルテ番号	年齢	生年(西暦 入力でも可)	生月	性	初診日			前医ある場合のみ選択	
2									年	月	日	前医で手術を 受けていない	前医で手術 後、紹介状
3	1	該当地域内	北海道一郎	111	50	1960(S35)	1	男	2010	2	3	前医手術なし	
4	2		新潟二郎	222	61	1949(S24)	2	女	2011	3	4		前医で手術
5	3	該当地域内	横浜三郎	333	62	1948(S23)	3		2010	4	5		
6	4		鳥取花子	444	63	1947(S22)	4		2010	5	6		
7	5	対象外	沖縄松子	555	64	1946(S21)	5		2010	6	7		
8	6	該当地域内	庄内竹子	666			6		2010	7	8		
9	7	該当地域内	整形梅子	777	66	1944(S19)	7		2010	8	9		
10	8								2010				
11	9								2010				
12	10								2010				
13	11								2010				
14	12								2010				
15	13								2010				
16	14								2010				

基本情報\入力\提出用\提出用項目一覧\日整会用/

図形の調整(図) オートシェイプ(図)

コマンド 最大値=777 NUM

キーボードの「Delete」

Microsoft Excel - 大塚骨殖部091208入力例.xls

質問を入力してください

MS Pゴシック 10

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M
1	No	住所(必須)	氏名	カルテ番号	年齢	生年(西暦 入力でも可)	生月	性	初診日			前医ある場合のみ選択	
2									年	月	日	前医で手術を 受けていない	前医で手術 後、紹介状
3	1	該当地域内			50	1960(S35)	1	男	2010	2	3	前医手術なし	
4	2				61	1949(S24)	2	女	2011	3	4		前医で手術
5	3	該当地域内			62	1948(S23)	3		2010	4	5		
6	4				63	1947(S22)	4		2010	5	6		
7	5	対象外			64	1946(S21)	5		2010	6	7		
8	6	該当地域内					6		2010	7	8		
9	7	該当地域内			66	1944(S19)	7		2010	8	9		
10	8								2010				
11	9								2010				
12	10								2010				
13	11								2010				
14	12								2010				
15	13								2010				
16	14								2010				

基本情報\入力\提出用\提出用項目一覧\日整会用/

図形の調整(図) オートシェイプ(図)

コマンド NUM

名前を付けて保存 → 地域事務局へ郵送

4. 整形外科学会調査用紙形式のデータファイル

「日整会」シートに学会調査用紙に対応したデータが作成されます。

Microsoft Excel - 大塚整形外科091128入力用.xls

ファイル(F) 編集(E) 表示(V) 挿入(I) 書式(O) ツール(T) データ(D) ウィンドウ(W) ヘルプ(H) Adobe PDF(P)

MS Pゴシック 10 A B I U

関数記号 100%

関数: =IF(OR(入力1Y4="",入力1Y4=""),IF(\$D4="o","",入力1Y4))

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V
	名前	ID	No	転院例	性別	年齢	骨折年	骨折月	骨折日	初診月	初診日	手術月	手術日	左右	骨折型	受傷の場所	受傷原因	治療法	入院月	入院日	退院月	退院日
1	北海道一郎	111	1		男	50	22	4	5	2	3			右	頸部	屋内	1	保	9	10	11	12
2	新湯二郎	222	2	○	女	61																
3	横濱三郎	333	3			62	22	6	7	4	5	9	10			不明	2		11	12	13	14
4	鳥取花子	444	4			63	22	7	8	5	6	10	11				3		12	13	14	15
5	沖崎松子	555	5			64	22	8	9	6	7	11	12				4	観(置換)	13	14	15	16
6	辻内竹子	666	6			65	22	9	10	7	8	12	13				5		14	15	16	17
7	髭形梅子	777	7			66	22	10	11	8	9	13	14				6		15	16	17	18
8	厚労太郎	888	8			67	22	11	12	9	10	14	15					観(接合)	16	17	18	19

基本情報/入力/提出用/提出用項目一覧 日整会用

NUM

(テスト入力のため、上記の例にはあり得ない日付が入っていますがご了承下さい。)

本マニュアルの5ページ目、3 (1) と同様の方法でデータファイルを作成し、名前と ID の列を削除することで提出用紙に対応するシートが作成出来ます。

Ⅱ. 他3部位の骨折用

大腿骨近位部骨折用と異なる点

(1) 入力対象

大腿骨近位部骨折と異なり、学会調査への対応を考える必要がありません。

平成22年1月1日～12月31日に骨折した受診者
骨折日が不明な場合は 同期間に初診した受診者

かつ

登録の該当地域内に住所があり、50歳以上の患者のみ、入力して下さい。

よって入力項目には「住所」「骨折年」がありません。

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	
	No	氏名	カルテ番号	年齢	生年(西暦入力でも可)	生月	性	紹介され、受診	他院へ紹介・転院	骨折日	脊椎椎体圧迫骨折(新規。胸椎-腰椎骨折)	上腕骨近位部骨折	上腕骨左右	横
1														
2	1													
3	2													
4	3													
5	4													
6	5													
7	6													
8	7													
9	8													

	A	B	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	
	No	氏名	横骨遠位骨折	横骨左右	場所	骨粗鬆症の治療(骨折前)	既往: 大腿骨近位部骨折	既往: 脊椎椎体骨折	既往: その他の骨折	その他の骨折の部位	既往: なし・不明	横
1												
2	1											
3	2											
4	3											
5	4											
6	5											
7	6											
8	7											
9	8											

(2) 提出用データファイルの項目名

(入力ファイルの「提出項目一覧」シート参照)

A	基本情報:地域	L	上腕骨近位部骨折
B	基本情報:病院番号	M	上腕骨左右
C	No	N	橈骨遠位骨折
D	年齢	O	橈骨左右
E	生年(西暦入力でも可)	P	場所
F	生月	Q	骨粗鬆症の治療
G	性	R	既往:大腿骨近位部骨折
H	紹介され	S	既往:脊椎椎体骨折
I	他院へ紹介	T	既往:その他の骨折
J	骨折日	U	その他の骨折の部位
K	脊椎椎体圧迫骨折(新規。胸椎一腰椎骨折)	V	既往:なし・不明
		W	備考

(3) 提出用データファイル名の規則

ファイル名の付け方

O+医療機関名+作成日付 (西暦 8 桁)

例 O 新大 20100410

(O は Others=他 3 部位の骨折用ファイルを意味する)

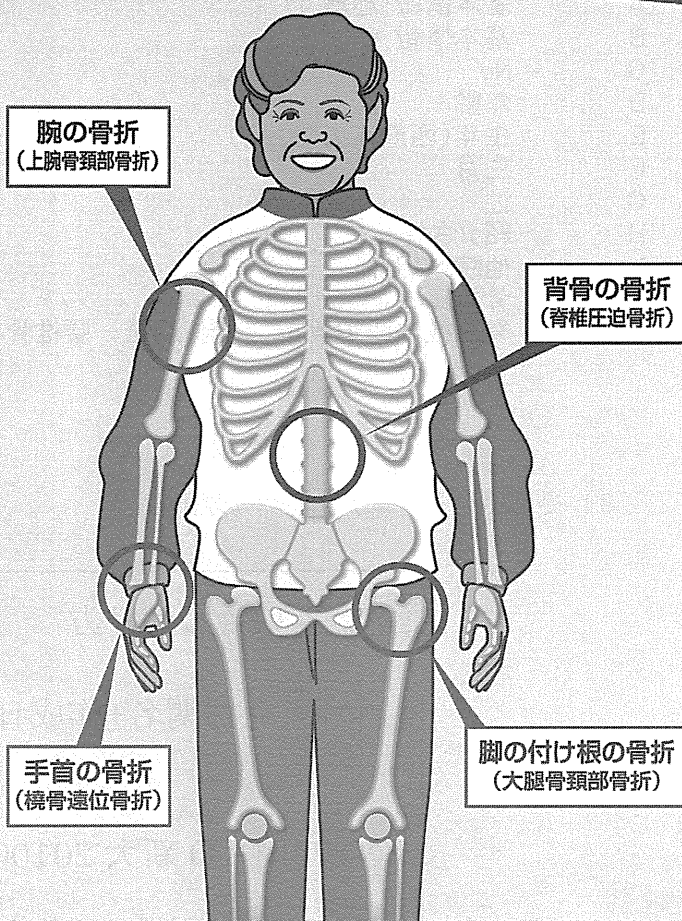
骨粗しょう症を予防しましょう。

研究協力をお願い

骨粗しょう症って？

- 骨粗しょう症は、加齢などにより、骨の量が減り、骨がもろくなる病気です。自覚症状が乏しく、徐々に進行するため、気づかないうちにかなり悪化していることがあります。
- 寝たきりの原因ともなります。
- 未然に防ぐためにも、定期的に検査の受診をおすすめします。

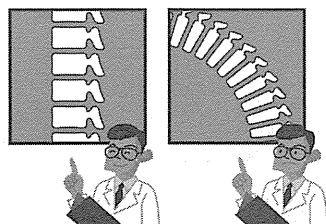
定期的な骨粗しょう症の
検査をしましょう。



骨粗しょう症の診断方法

X線検査

骨折や骨の萎縮など、
骨の状態がわかります。



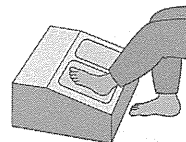
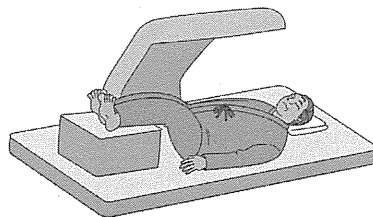
骨量を測定する検査

● デキサ(DXA)法

● エムディ(MD)法

● キューシーティー(QCT)法

● 超音波法など



血液・尿検査

・症状が似ている病気と区別
するために行います。

・骨の状態を
調べるために
行います。

● カルシウム
● リン
● アルカリ
フォスファターゼ

骨形成
マーカー

● BAP(血液)

骨吸収
マーカー

● NTX(尿、血液)

● DPD(尿)

● CTX(尿)

骨折調査のご協力をお願いします。

骨粗しょう症の予防、治療のさらなる充実のために骨折された患者さんの調査を実施しています。

※調査にご協力いただきました患者様の個人情報は、当研究のためだけに使用させていただきます。

厚生労働科学研究費補助金 長寿科学総合研究事業 札幌医科大学・横浜市立大学・鳥取大学・琉球大学・新潟大学 共同研究
「医療機関受診者を対象として高齢者骨折の実態調査に関する研究」

担当：新潟大学医学部 整形外科教室 新潟市中央区旭町通1番町757 Tel.025-227-2272 Fax.025-227-0782

骨粗しょう症による

骨折

骨粗しょう症による骨折は日常生活が不自由になったり、
寝たきりになることもあります。
患者さんご本人にもご家族にも大きな負担がかかります。
患者さんにご家族の方用にわかりやすくまとめたものです。



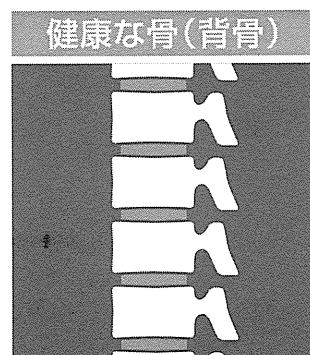
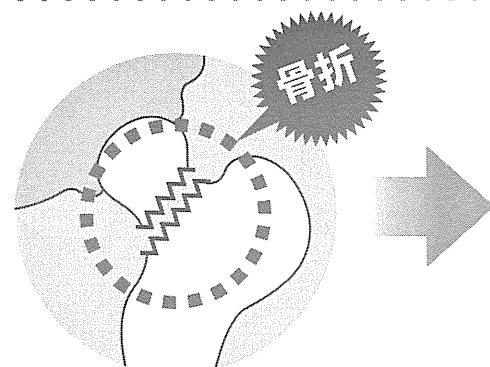
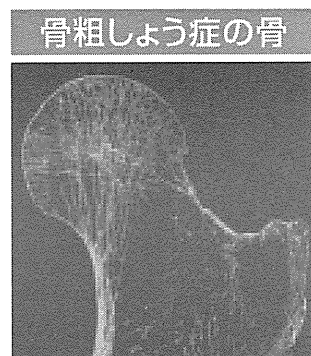
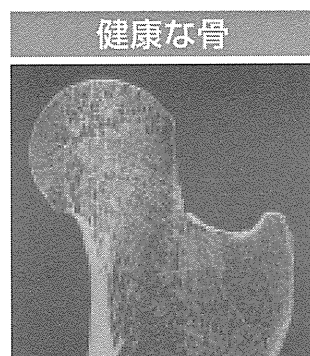
1 骨粗しょう症って? >

2 骨粗しょう症のチェック
骨折は増えている!
危険因子? >

3 予防と治療 >

1 骨粗しょう症って？

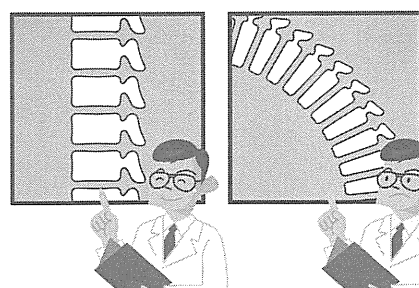
骨粗しょう症は、徐々に骨の量が減り、骨がスカスカの状態になり、骨がもろくなる病気です。骨がもろくなることで、骨折しやすくなります。



骨粗しょう症の診断法

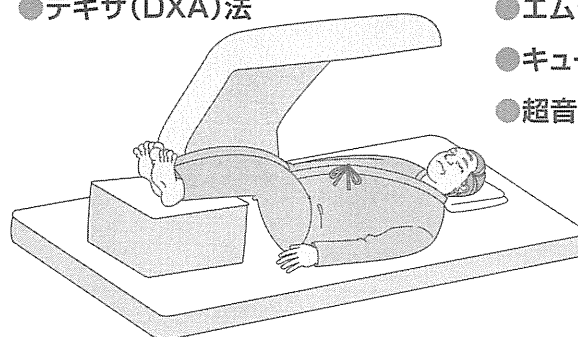
X線検査

骨折や骨の萎縮など、骨の状態がわかります。



骨量(骨密度)検査

●デキサ(DXA)法



●エムディ(MD)法

●キューシーティー(QCT)法

●超音波法など



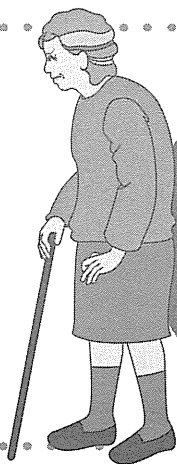
骨粗しょう症による骨折により
日常の生活動作(ADL)が不自由になり、
生活の質(QOL)が低下します。

骨粗しょう症による
骨折

25%は
寝たきりの
原因になる



背中が
丸くなり、
身長が縮む



骨量は年齢と共に
減少していきます
定期的に「骨密度」を
チェックしましょう!

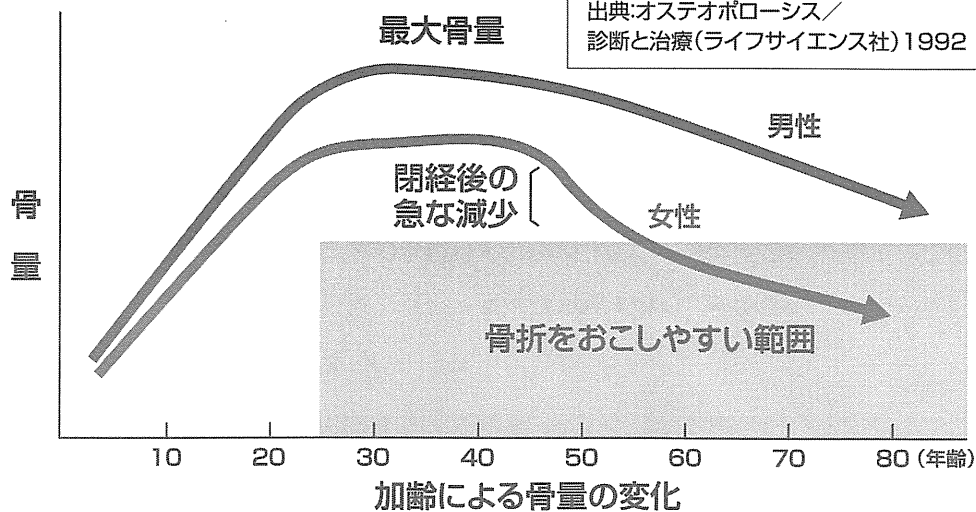


骨密度をチェックしてみましょう!

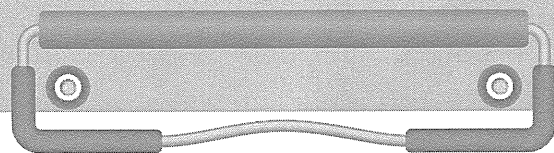
血液・尿検査

・症状が似ている病
気と区別するた
めに行います。

・骨の状態を調べる
ために行います。



2 骨粗しょう症の チェック



骨粗しょう症の危険度チェック

当てはまるものをチェックしてみましょう!!

- ☐ 低骨密度と診断された方
- ☐ 年齢が高い(70歳以上)
- ☐ 女性である(□特に45歳以前に閉経された方)
- ☐ 過去に骨折したことがある
- ☐ お酒をよく飲む(毎日日本酒で3合以上)
- ☐ タバコを吸っている
- ☐ 両親が股関節部(大腿骨近位部、太もものつけ根)の骨折をしたことがある
- ☐ ステロイドを3ヵ月以上服用していた(服用予定)
- ☐ 偏食をする(肉・魚を食べない、カルシウム摂取不足)
- ☐ 過度のダイエット
- ☐ 病気(関節リウマチ、糖尿病、肝臓疾患、胃腸疾患)
- ☐ 日光にあたることがほとんどない
- ☐ 転びやすい(マヒのある方、長歩きできない方、筋力が弱い方、バランスの悪い方、認知機能が低下している方)
- ☐ ビタミンDが少ない(血液中25OHDが低い)
- ☐ ビタミンKが少ない

※FRAX、骨粗しょう症治療と予防のガイドラインより

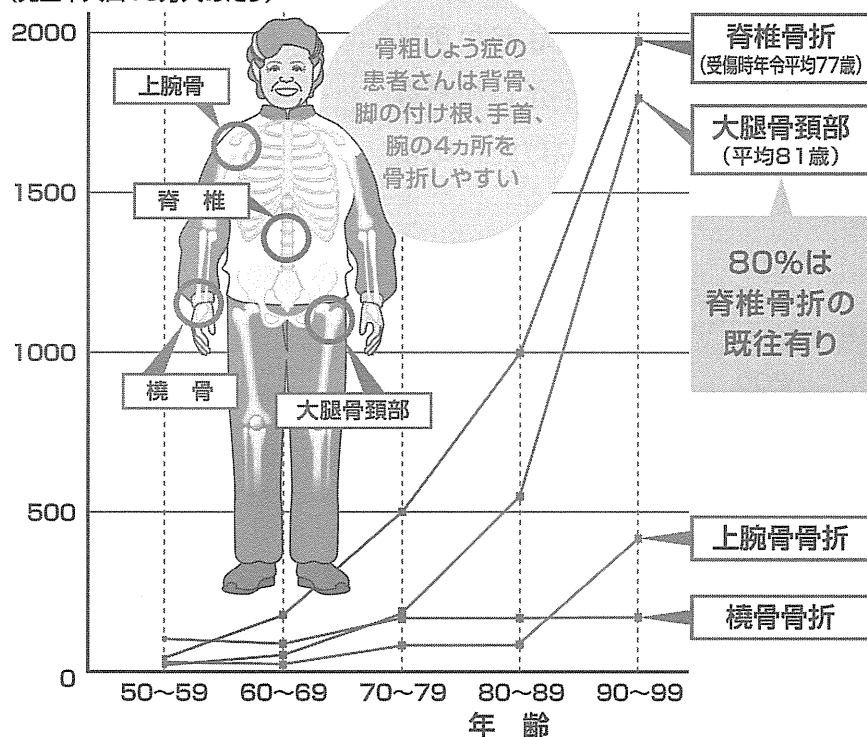
骨粗しょう症は徐々に進行、
自覚症状の乏しい病気です。
危険因子をチェックしてみましょう。

骨粗しょう症による
骨折

データで見る骨折

■新潟県佐渡市における骨折調査(2004)

(発生率人口10万人あたり)



■新潟県(総人口250万)における大腿骨頸部骨折経年推移

(JBMM 川嶋1987、堂前1989、伊賀1998、森田2002、遠藤栄2004)

		1985	1987	1989	1994	1999	2004
骨 折 数		677	773	996	1468	1697	2421
男 女 比		1：2.7	1：2.4	1：2.8	1：2.9	1：3.2	1：3.6
平均年齢(歳)	男 性	67.5	70.4	71.4	74.4	75.5	77.8
	女 性	76.2	76.9	77.7	80.9	80.5	83.3
発 生 率 ※100,000人あたり (人口／年)		27.3	31.2	40.1	59.1	68.2	98.8
高齢化率(%)		12.9	13.7	14.2	17.3	20.7	23.2

年々増加しています

とくに80歳以上の
方の骨折が
増加しています

人口1000人に
1人骨折しています

3 予防と治療

1 食事療法

栄養バランスのとれた食事が基本です。

主食(ご飯・パン・麺類など)、主菜(肉・魚・卵などを使った主なおかず)、副菜(野菜の煮物など)、牛乳・乳製品、果物など、特に、不足しがちな栄養素であるカルシウムを多く含む食品(表1)を意識しながら、毎食1品でも摂取することが重要です。

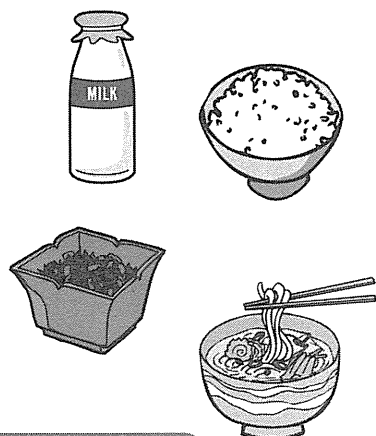


表1 カルシウムを多く含む食品 (五訂増補日本食品標準成分表より)

食品名	1回に食べる量(g)	その目安量	そのカルシウム量(mg)
普通牛乳	200	牛乳瓶1本	220
加工乳(低脂肪)	200	牛乳瓶1本	260
ヨーグルト(全脂無糖)	100	1個	120
スキムミルク(脱脂粉乳)	16	大さじ2	176
アイスクリーム(普通脂肪)	100	1個	140
チーズ(プロセスチーズ)	25	1切れ	158
ししゃも(丸干し)	100	4尾	330
丸干し(マイワシ)	30	中2尾	132
煮干し	10	5尾	220
シラス干し	5	大さじ1強	11
干しえび	10	1/5袋	710
アミの佃煮	10	大さじ1 1/2	49
小松菜	50	1/5束	85
春菊	50	4~5本	60
大根の葉	50	1/2株	130
かぶの葉(ゆで)	50	2株	95
野沢菜(塩漬け)	30	小皿1盛り	39
木綿豆腐	150	1/2丁	180
生揚げ	60	1/2枚	144
油揚げ	25	1枚	75
おから	65	1/2カップ	65
凍り豆腐	20	1個	132
納豆	50	1/2パック	45
こんぶ(まこんぶ、素干し)	5	5cm角	36
ひじき(乾燥)	5	1/10カップ	70
わかめ(乾燥、カットわかめ)	3	1/5カップ	25
切り干し大根	10	1/5カップ	54
ごま(いり)	5	小さじ1	60

骨粗しょう症の発病には、加齢や閉経以外にも、
食事や運動の習慣などが深く関わっています。
骨粗しょう症の予防には食事療法や
運動療法が欠かせません。「転倒」と「骨折」を防ぎましょう。

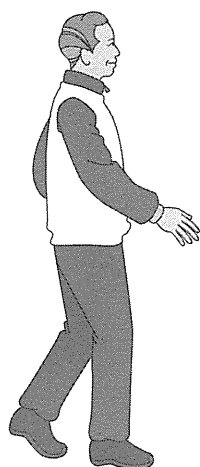
骨粗しょう症による
骨折

2 運動療法

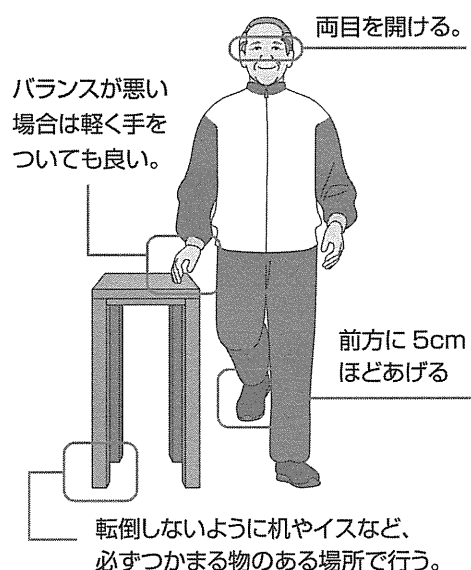
無理せず、自分のペースに合わせて行って下さい。転んだりしないように十分注意して下さい。

歩く

積極的に歩くことが効果的です。運動量を増やし「体重をかける」ことが大切です。



ダイナミックフラミンゴ療法 開眼片足立ち (ロコトレ1)



みぎ足で
片足立ちを
1分間



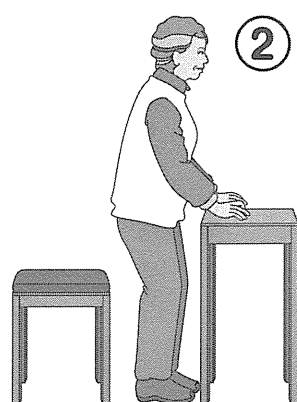
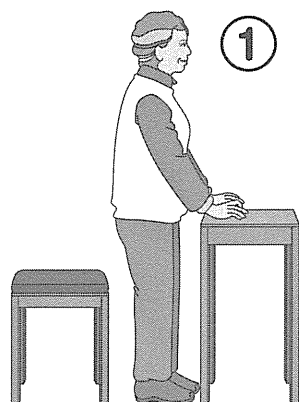
ひだり足で
片足立ちを
1分間



左右**1分間**ずつ、
1日3回行いましょう。

スクワット (ロコトレ2)

深呼吸をするペースで5~6回繰り返します。これを1日3回行いましょう。
痛みを感じた場合は、お尻を下ろし過ぎないようにしましょう。



膝がつま先より前にでないようにします。膝の曲がる向きは、足の第2趾の方向にします。



足は踵から30度くらい外に開きます。体重が足の裏の真ん中にかかるようにします。

(ロコモーショントレーニング(ロコトレ)より、日本整形外科学会)