

ロコモティブシンドロームの原因

運動器に障害がおきる病気が、
ロコモティブシンドローム(運動器症候群)です。

原因

ロコモの原因とは？

中高年に多くみられる運動器疾患で、
下記の3つが、**ロコモの三大原因**になっています。

- バランス能力の低下
- 筋力の低下
- 骨・関節疾患

〈骨・関節の主な疾患〉

へん けい せい ひざ かん せつ しょう
変形性膝関節症

症状

ひざが痛く、立ったり座ったりが
スムーズにできない。



へん けい せい せき つい しょう
変形性脊椎症

症状

腰痛や歩行時に足のしびれがある。
お尻や足の痛み、しびれなどがある。



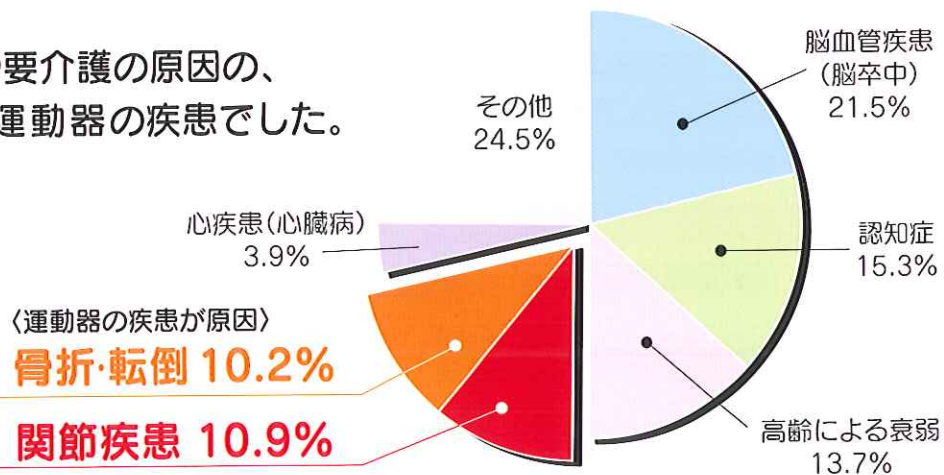
こつ そ しょう しょう
骨粗鬆症

症状

背中が曲がり、骨折しやすい。

介護を受ける5人に1人は運動器の疾患が原因

要支援や要介護の原因の、
約2割が運動器の疾患でした。



介護や支援が必要となった主な原因(佐賀県)(厚生労働省「H22国民生活基礎調査」)