

フラックス 骨折リスク(FRAX)を計算してみましょう



① FRAX®ウェブサイトへアクセス



FRAX 計算



左記二次元コードや検索フォームから、FRAXウェブサイトへアクセスしてください。

※英語のページが出てくる場合は、下記のように画面の英語表示を日本語表示に変更してください



② 下記の設問内容を参考に、ウェブサイトのFRAX®チェック項目に入力

以下の11項目の質問に答え、その結果を入力、または回答が「はい」「ある」の場合にチェックしてください。

1.年齢	歳
2.性別	女性・男性
3.体重	kg
4.身長	cm
5.これまでに骨粗しょう症が原因と言われた骨折を起こしたことがありますか	はい・いいえ
6.両親のどちらかに太ももの付け根の骨折歴がありますか	はい・いいえ
7.現在喫煙の習慣はありますか	はい・いいえ
8.現在ステロイドを服用していますか。あるいは、3か月以上、5mg/日以上プレドニゾロン(等量の他のステロイド)の薬を服用していたことがありますか。	はい・いいえ
9.関節リウマチと診断されたことがありますか	はい・いいえ
10.続発性骨粗しょう症と診断されたことがありますか	はい・いいえ
11.毎日3単位以上(1単位=8~10g)のアルコールを飲みますか 例: ビール(5度):コップ(285ml)3杯以上 日本酒(15度):1.5合(270ml)以上 ウイスキー(40度):シングル3杯(90ml)以上	はい・いいえ

③ 算出された10年以内の骨折リスクを確認しましょう

年齢: 40	BMI: 22.9	BMDなし
10年間の骨折確率		
主な骨粗鬆症	0.8%	
股関節骨折	0.1%	

結果が15%以上の場合は、骨量を測定しましょう。
医療機関にご相談ください。