

骨質疏鬆症-骨質疏鬆症問與答 Q&A

1. 什麼是「骨質疏鬆症」

因不可避免的老化及內分泌失調等，人的骨骼質量會逐年減低，尤其到達更年期後，更會加速流失，使骨骼變得既單薄又脆弱，而容易有脊椎變形及四肢骨折的現象發生

2. 「骨質疏鬆症」有何症狀

可以毫無預警的無任何症狀，直到骨折發生；或有症狀如駝背，身高變矮，慢性背痛，甚至骨骼變形彎曲及骨折等

3. 「骨質疏鬆症」會致命嗎

如若有嚴重骨質疏鬆導致股骨頸骨折，一年內會有百分二十的死亡率和乳癌的遠期轉移相當，而且一半的病人變成終生依賴，失去自主能力，老年生活品質極度下降惡化

4. 什麼人會得到「骨質疏鬆症」

五十歲以上婦女會有一半，男性會有五分之一；而隨著老化人口增加，將來會造成沈重社會醫療成本的支出，且未來五十年的股骨頸骨折會有一半發生在亞洲的黃種人身上

5. 什麼是「骨質疏鬆症」的危險因素

抽煙、酗酒、缺乏運動、營養不良，從小不喜攝取奶製品，高鹽過油飲食，年老者，多產婦，骨型瘦小，月經不正常者及家族遺傳史等

6. 什麼疾病會導致「骨質疏鬆症」

過早停經，副甲狀腺機能亢進，類固醇使用不當，甲狀腺或腦下

垂體功能失調，糖尿病的極度控制不良，嚴重肝腎心臟疾病，胃切除等

7. 「骨質疏鬆症」要如何診斷

無法光靠普通 X 光能檢驗出其嚴重度，目前在醫學上有雙光子吸收儀 (DPA)或雙能量 X 光吸收儀 (DEXA)，或用超音波(QUS)來作評估，快速準確

8. 「骨質疏鬆症」要如何治療

在經專科的評估後，若骨質密度低下者及有多項危險因素者，可考慮積極藥物治療，在攝取足量鈣和維生素 D 基礎下考量骨折風險以選擇不同作用機轉藥物，如抗破骨或抗流失類藥物，促進骨或促骨細胞生成類物，以及混合型三類

9. 「骨質疏鬆症」要在何處診療

建議可在醫學中心有各專科醫師聯合門診看或由基層衛生所或家庭醫師評估或轉診來接受完整治療

10. 「骨質疏鬆症」可完全恢復嗎?要治療多久

因其是終生慢性的退化性疾病，應有耐性接受醫師指導，長期治療，定時追蹤，去除不良生活作息，雖未能完全避免其進行，但平均只要增加原有骨質量百分之十，即可減少將來骨折一半的發生率