

## 您有一身好骨氣嗎？當心骨質疏鬆症

[ 發表醫師 ] : 廖顯宗 醫師(過敏免疫風濕科)

[ 發布日期 ] : 2012/1/12

骨質疏鬆症，顧名思義就是因為骨頭質的改變及量的減少而造成疏鬆的現象。患者多不自知，常是因為骨質疏鬆而無法承受身體的重量或外力的衝擊，等到發生骨折後引發疼痛及行動不靈才求醫。國內的流行病學調查發現指出，台灣 50 歲以上的停經婦女，約 2/3 至 3/4 都有骨質流失的現象，且有超過 15% 已經達到疏鬆的程度。因為骨質疏鬆引發髖骨骨折的第一年死亡率，更是高達 18%。人體的骨頭由造骨細胞及蝕骨細胞互相交互作用取得平衡所維持，當蝕骨細胞對骨頭的破壞大於造骨細胞時，便會加速骨質密度的流失。一旦骨質流失量超過達到了臨界值時就稱作骨質疏鬆症，而大大的增加骨折的發生機會。

要正確診斷骨質疏鬆症，應以雙能量 X 光吸收測量儀(DXA)，檢查腰椎及兩側髖骨的骨質密度。骨質密度 T 值大於 -1 表示骨質正常，介於 -1 至 -2.5 表示骨質流失，而 T 值 < -2.5 就是骨質疏鬆症，需要積極介入治療。值得注意的是，市面上腳部超音波骨密度檢查出骨質密度異常者，在大醫院做脊椎及髖關節骨密度檢查，約 7 成結果顯示的確是骨質密度不正常，但有 3 成檢查結果反而是正常。代表腳部超音波檢查可能有假陽性，故仍需至醫院做詳細檢查。

**!!健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼，但不可取代實際的醫療行為，所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。**