



# 藥訊

Ten-Chan Medical group

健康、真愛、天成心

出版單位：藥劑科  
聯絡電話：  
4629292-22525

期別 No.10911

## 淺談骨質疏鬆症及其治療藥物

王佑瑄藥師

### 壹、前言

什麼是「骨質疏鬆症」呢？從字面上便可大概知道是一個與骨骼相關的疾病，其特徵是骨質的密度減少、骨質間孔隙增加，因而造成骨骼脆弱、易發生骨折的一種疾病。

人體骨骼的骨質約在20歲~30歲會達到最高峰，之後會逐漸下降；女性在停經後因荷爾蒙的減少，骨質流失的速度會加快。

骨質疏鬆症通常透過骨質密度檢查（Bone Mass Density，簡稱BMD）來協助診斷。此檢查可以用來發現骨質疏鬆症，判斷未來骨折發生的風險以及評估骨質疏鬆症治療的效果。

醫師會將BMD檢查出來的結果與健康成年人的骨質密度進行比較、計算出一個比較值，稱為T值（T score）。

根據世界衛生組織（WHO）對骨質疏鬆的定義：T值小於-1.0為骨量不足、小於-2.5即診斷為骨質疏鬆症、當T值小於-2.5，且加上骨折時，即為嚴重骨質疏鬆症（如下表一）。

【表一】WHO對骨質疏鬆的定義：

分類	T 值
正常	$T \text{ 值} \geq -1$
骨質減少	$-1 > T \text{ 值} > -2.5$
骨質疏鬆症	$-2.5 \geq T \text{ 值}$
嚴重骨質疏鬆症	$-2.5 \geq T \text{ 值}$ 伴有因骨質疏鬆症而導致的骨折

骨質疏鬆症患者容易因碰撞造成骨折，其中又以脊椎骨折和髌部骨折為最多，且髌部骨折在骨折後一年內死亡率男性為22%、女性為15%。患者骨折除造成身體慢性功能障礙外，也會增加急性照護費用及後續龐大人力物力等社會資源，嚴重性實在不容忽視。

## 貳、治療

### 1. 非藥物治療

a、減少可能發生骨質疏鬆的危險因子：應戒菸、戒酒。

b、每日攝取足夠的鈣質及維生素 D：研究證實，飲食中鈣含量較低者，其發生髖部骨折的風險會增加，而攝取足夠的鈣和維生素 D3 則可減少髖部骨折和非脊椎骨折。

根據衛生福利部國人膳食營養素參考攝取量，鈣每日建議攝取量為 4~6 歲為 600 毫克、7~9 歲 800 毫克、10~12 歲 1000 毫克、13~18 歲則增加為 1200 毫克、19 歲以上則為 1000 毫克。

D3 可促進鈣質吸收，維護正常骨代謝、肌肉功能、平衡功能和防範跌倒，每日的建議攝取量則是出生~1 歲 400 IU、1 歲~50 歲 200 IU、51 歲以上 400 IU（每日攝取量上限是 1 歲以下： 1000 IU，1 歲以上： 2000 IU）

c、適當的運動：運動可增加骨質密度，增強肌力，改善平衡，減少跌倒及骨折，但過量運動反而會有害骨骼健康。如果你已被診斷出患有骨質疏鬆症，則應該避免進行可能發生下列情形的運動：突然的劇烈動作、可能會突然跌倒的運動、身體的某個部位壓力過重。

## 2. 藥物治療

目前臨床上骨質疏鬆預防骨折的治療以藥物治療為主，但必須定期服藥、或定期回到醫院施打藥物，本院醫師可能

開立的藥物包括：口服藥物(福善美)、靜脈注射(骨維壯)、點滴注射(骨力強)及皮下注射(保骼麗)等類型藥物。一般情況下，藥物使用在骨質疏鬆治療時，有健保給付規定限制，該藥限用於停經後婦女因骨質疏鬆症（DXA 檢測 BMD 之 T score  $\leq$  -2.5SD）引起脊椎或髖部骨折，或因骨質疏少症（DXA 檢測 BMD 之 -2.5SD < T score < -1.0SD）引起脊椎或髖部 2 處或 2 次(含)以上之骨折治療，且治療時，一次限用一項藥物，不得併用其他骨質疏鬆症治療藥物。

選項 考量	接受藥物治療及其他建議				僅接受其他建議
	口服藥物	靜脈注射	點滴注射	皮下注射	
要做的事	配合醫師指示 按時服藥	配合醫師指示 定期回診	配合醫師指示 定期回診	配合醫師指示 定期回診	1. 飲食控制 2. 每天規律運動
給藥方式/ 用藥次數	口服，每週服用一次	靜脈注射，每3個月施打一次	點滴注射，每年施打一次	皮下注射，每6個月施打一次	無
優點	增加骨質密度，減少骨折發生的風險	增加骨質密度，減少骨折發生的風險	增加骨質密度，減少骨折發生的風險	增加骨質密度，減少骨折發生的風險	無需任何額外的花費，亦不必承受藥物所造成的副作用
缺點	需每週按時服藥	需每3個月定期回診施打	需每半年定期回診施打	需每年定期回診施打	日當生活當中需小心任何會造成骨折的事物
副作用	可能發生顎骨壞死 (0.04% ~ 0.1%) 等的嚴重副作用	可能發生顎骨壞死等的嚴重副作用	可能發生顎骨壞死 (0.017%) 等的嚴重副作用	可能發生顎骨壞死 (0.04%) 等的嚴重副作用	無
費用	約 202 元/顆 (9,696 元/年)	約 3050/劑 (12200 元/年)	約 11,000 元/劑 (11,000 元/年)	約 8,400 元/劑 (16,800 元/年)	無

### 參、參考資料

1. 台灣成人骨質疏鬆症防治之共識及指引（2020 年增修版）

（<http://www.toa1997.org.tw/upload/news/97/68.pdf?v=2012290>

94041）