

## 什麼是最好的骨質疏鬆症治療藥物？

(本文刊登於聯合報醫藥版 2007 年 10 月 26 日)

吳至行 成大醫院家庭醫學部

看著穿著厚重背架的古太太由女兒攙扶、緩步走出診間，心中不由得感歎：「古太太這是第二次骨折了，兩年前先是大腿髌骨骨折，這次則是腰椎，唉！古太太的骨質疏鬆問題再不好好控制，再來只怕會每下愈況。像古太太這樣自己獨居、不方便出門、兒女只能偶爾來探望的長輩在門診已是司空見慣。雖然有預約回診，但碰到她兒女沒空帶她來醫院的話，就只得延後回診而屢屢中斷藥物治療。」古太太這次骨折後，背痛的問題讓她大部份的時間都是躺在床上休息，所以使用抑鈣激素注射與鼻噴劑，古太太的確也恢復的還不錯，仍繼續治療中，只是要常常提醒她不要忘記用藥。

「究竟哪一種藥最好？最有效？」這是門診中深受骨質疏鬆症所苦的長輩常問的問題。其實骨質疏鬆症的治療方法有很多，也不一定非得用藥不可，因為每個人的症狀嚴重程度不一、加上每個人的體質也有所差異，所以不見得對某甲有效的藥，就一定對某乙有同樣的效果；倒是應該依據每位個案的不同狀況來選擇比較適合的治療或用藥。不論骨密度是否已經到達骨質疏鬆症的程度或是骨折的危險，基本的鈣質、維他命 D 補充及調整飲食和生活作息都很重要。倘若骨密度已到達骨質疏鬆症的診斷標準或是判定有骨折的風險，在考量是否合併有其他的疾病下，與醫師討論選擇適用的藥物治療，在國內目前如雙磷酸鹽類、抑鈣激素，荷爾蒙製劑或副甲狀腺素製劑都可以是不錯的選擇；當然更要小心的是「預防跌倒」。

不過，不管是選擇什麼樣的治療方式，最重要的還是要持之以恆，因為骨質疏鬆症是一種持續進行的病症，必須要長期治療的配合，才能避免其繼續的惡化。只是就像古太太一樣常忘記定期服藥，行動不便而未能定期會診甚至已經服用許多藥物而害怕增加藥物，所以再好的骨鬆藥物也是無濟於事。為此醫學界也從每天用藥發展至目前美國最近剛上市的一種新藥，一年只需打一針，或許是一個可以改善上述問題的變通辦法。不論如何，要能成功對抗骨質疏鬆症，與其他的慢性病症並無二致，就是要記得與醫師與衛教師合作，配合醫療團隊的處方、建議，才能遏止病症的侵襲，達到預防因骨質疏鬆症引起骨折的目的。

**TOPTEAM 骨質疏鬆症防治小組關心您**