

「行得走得」易忽視 長者骨質疏鬆呈升勢

【香港商報訊】記者馮仁樂報道：本港隱蔽骨質疏鬆情況嚴重。據香港疼痛學會一項社區長者骨質密度檢測發現，當中五分之一長者為隱蔽骨質疏鬆患者，部分更已達嚴重程度。該學會引述研究發現，若母親出現髖骨骨折，女兒骨折的風險將會大增，呼籲長者、子女或照顧者應為長者進行「一分鐘骨質疏鬆風險評估」，及早發現並治療骨質疏鬆。

活動能力佳埋下危機

隨人口老化，本港骨折及骨質疏鬆的發病率有上升趨勢。為了解社區長者的骨質疏鬆症情況，香港疼痛學會於2017至2018年期間，在中西區為200名平均67歲的長者進行骨質密度檢測，發現有50%屬骨質偏低，24%出現骨質疏鬆，部分長者骨質密度更低至近-4，屬嚴重骨質疏鬆；同一時間，這些長者普遍沒有關節問題，退化性

關節炎分數平均得分為10分（96分為滿分，分數愈低代表徵狀愈輕微），反映這些活躍於社區的長者活動能力良好，無阻他們出外「耍樂」的興致。

香港疼痛學會主席兼麻醉科專科醫生李靜芬表示，不少長者在退休後仍然「行得走得」，甚至會到世界各地旅行，不知道骨質疏鬆問題早已埋下危機，萬一跌倒就會容易導致骨折。她說，骨質疏鬆患者被輕微碰撞或跌倒便可能出現「脆性骨折」，全球現時每3秒便有一人出現此情況。

李靜芬指出，若母親曾脆性骨折，子女應多加注意自己的骨質密度，因有研究顯示，母親若患脆性骨折，會增加子女患病的風險。李靜芬呼籲市民應盡早為長者進行由國際骨質疏鬆基金會推出的「一分鐘骨質疏鬆症風險評估」，在回答簡單問題時，只要有任何一題回答「是」，即存在骨質疏鬆的風險，應接受骨質密度檢查。



香港疼痛學會主席兼麻醉科專科醫生李靜芬（右）提醒骨折家族史增子女風險，應盡早評估，及早發現骨質疏鬆症。