

五个中年妇女就有一个骨质疏松

患者易骨折,致残率和死亡率都很高

本报记者 陈晓丽

被称做“寂静的杀手”

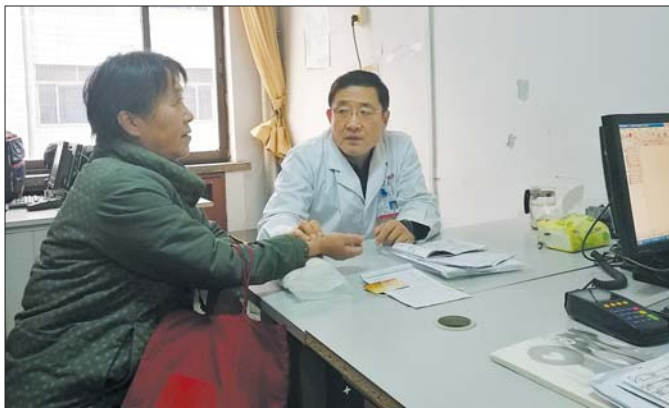
13日下午,山东省中医院骨质疏松症主任医师高毅的诊室外,不少市民正在等待就诊。诊室里,高毅一边为患者把脉,一边耐心地询问病情。

“从临床上看,骨质疏松患者多有腰背痛、乏力、畏寒、抽筋等表现。不过,这些症状都不是骨质疏松所特有的,因此既不能凭这些症状诊断骨质疏松,也不能因没有症状而否定患有骨质疏松。”高毅告诉记者,正因为很多患者骨质疏松已经非常严重而没有任何症状,骨质疏松又被称为“寂静的杀手”、“悄悄流行的疾病”。

“骨质疏松是近二三十年才逐渐引起社会及医学界重视的疾病,因此,对其发病机制、诊断手段、有效药物等的研究,相对于心脑血管病、糖尿病、癌症等疾病还较为滞后。临床上还存在诸多认识空白,社会公众更是存在诸多认识误区。”高毅说道。

其中,骨质疏松最严重的后果是骨折。高毅解释道:骨质疏松引起的骨折又称脆性骨折,即轻微外伤或无外伤,在低于身高的位置坠落、跌倒而发生的骨折。有关研究显示,女性一生发生骨质疏松性骨折的概率为40%,男性为13%,而且发生一次脆性骨折后,再次骨

折的危险极大提高。随着人口老龄化,骨质疏松已成为全球范围内越来越严重的公共健康问题。2009年,世界卫生组织将其列为严重危害人类健康的十大疾病中的第二位。在我国,2003年至2006年大规模流行病学调查显示,50岁以上人群骨质疏松患病率女性为20.7%,男性为14.4%,60岁以上人群患病率明显增高。



山东省中医院骨科专家高毅教授坐诊中,为患者把脉。

折的危险极大提高。

据高毅介绍,骨质疏松性骨折的致残率和死亡率都很高,如发生髋部骨折后一年内死于各种合并症者达20%,而存活者中约50%致残,生活不能自理,生活质量下降,不但患者自身痛苦,还给社会、家庭造成严重的经济和精神负担。“骨质疏松治疗的终极目标是预防骨折,而达此目标的唯一有效途径是规范的诊断、治疗和预防。”高毅说道。

骨密度是诊断骨质疏松的金标准

高毅表示,骨质疏松症可

分为原发性和继发性两大类。所谓原发性主要是指由于年龄衰老等因素引起的骨组织退行性病变或骨代谢异常病变,包括绝经后骨质疏松、老年性骨质疏松和青少年特发性骨质疏松。

所谓继发性,是指由于其他疾病或药物引起骨质疏松。“在临床上引起骨密度降低的疾病比较多,如血液病,某些恶性肿瘤,糖尿病、甲亢、类风湿、强直性脊柱炎、消化系统疾病以及长期服用某些药物如激素、制酸剂等。”高毅指出,这类病人都有可能因“骨质疏松”就诊,所以临床上鉴别诊断尤为重要,治疗继发性骨质疏松

症必须首先治疗其原发病。

“目前临床上几种情况应特别引起重视,经常有误诊的情况发生”,高毅强调说,一是恶性肿瘤、白血病等引起的骨质疏松,一旦误诊后果严重;二是老年人的骨软化症,近几年由于素食、日照少等因素致维生素D不足或缺乏,该病并不少见;三是甲状旁腺功能亢进症,多发于绝经后女性。

“尽管骨密度不能完全反映骨强度,但是在目前缺乏对骨质量、骨强度有效检查手段的情况下,骨密度仍然作为诊断骨质疏松的‘金标准’。”高毅介绍道,骨密度检查T值“大于-1”正常;“-1至-2.5”低骨量,小于“-2.5”骨质疏松。不过,高毅提醒道,临床诊断目前主要是依靠医院中的骨密度仪检查得到的数据,而多数健康体检中使用的定量超声仪的检查数据仅供临床参考。

此外,为了明确鉴别诊断,除了要对患者做骨密度检查外,还应做其他检查如X线、血生化等,或请其他专科医师会诊。

治疗骨质疏松不等于补钙

有的患者认为骨质疏松就是一个人体自然衰老的过程,不用治,也治不好。对此,高毅指出:“现代临床实践已充分证明,骨质疏松能治。通过规范的治疗,特别是中西医结合治疗,多数患者骨密度、骨质量都有

不同程度的提高。”

据高毅介绍,骨质疏松属于中医“骨痿”的范畴。中医认为,该病发病主要与肾、脾、肝三脏及痰、瘀等有关。“现代临床实践证明通过中医理论指导下的辨证施治,能起到多靶点干预的效果,不但能提高骨密度,而且能改善骨质量,提高骨强度,有效预防骨折,还能明显减轻症状,提高生活质量。”

一提到骨质疏松人们往往马上想到补钙,有的人甚至把补钙和骨质疏松治疗划等号,其实不然。“骨质疏松症规范的治疗包括基础治疗和药物治疗。”高毅解释道,其中,基础治疗包括饮食调整、运动、晒太阳和合理补钙等,“也就是说,补钙只是基础治疗的内容之一。”

而对于药物治疗,高毅介绍道,目前治疗骨质疏松的西药主要分为两大类,一种是抗骨吸收药,如双膦酸盐、降钙素、雌激素、选择性雌激素受体调节剂等,另一种则是促骨吸收药,如重组人甲状旁腺激素、氟制剂等。“需要说明的是,目前上述药物的联合用药,特别是同类药物的联合使用既没有成熟的实验研究,也没有大样本临床观察资料,因此临床一般不提倡联合使用。”高毅说道。

高毅表示:“具体到每个人需要采取哪种治疗办法,需要根据每位患者的疾病程度、有无危险因素等,由专业临床医师判断确定。”

抗癌分享会迎来今年最后一场

两位抗癌英雄解读“康复密码”



主办:齐鲁晚报 山东省抗癌协会
 协办:康夫堂肿瘤大药房

本报记者 孔雨童
 实习生 王倩

她的《生命日记》成为癌友枕边书



今年69岁的王萍,毕业于北京语言学院,在部队服役18年,后从事外贸、英语教学等工作。2010年初,王萍被确诊患上卵巢癌,接受手术、化疗,出院后第一天就上网开设博客,以极大的毅力写下了一个癌症患者的心路历程,以及对于治疗、诊断、康复的独特思考和实践。她的博客点击量达到几十万,全国各地

作为今年最后一次分享会,12月17日(本周六9:30),曾写下30万字《生命日记》的抗癌明星王萍,以及被北京知名专家称为“抗癌奇迹”的徐清畅来到现场跟大家分享。分享会下半场,还将有知名肿瘤专家为广大癌友举行讲座并回答患者提问。

齐鲁晚报抗癌分享会将在山大二院小礼堂举行。报名电话:0531-85196052, 85196381(早9点—晚6点);QQ群:413081038(齐鲁抗癌家园)

的癌友在这里与她进行交流,获得正向能量。这其中就包括曾经写下《此生未完成》,曾引起话题性讨论的乳腺癌患者、复旦大学教师于娟。

王萍在博客上写下的长达30万字的文章此后在2011年出版,名为《生命日记》,这本书如今也成了众多癌友收藏的枕边书。

如今,王萍已经康复7年。是什么样的治疗,什么样的心态和康复生活,让她从一个癌症中期的患者成功康复?12月17日的抗癌分享会,齐鲁晚报将跟您分享这位抗癌明星的抗癌故事。

他是医生眼中的“抗癌奇迹”

徐清畅(本名郭西宝)在莱芜是众多癌友眼中的“抗癌英雄”。今年55岁的他,在2003年查出肝癌,2005年肝癌再次复发,但经过规范治疗,他不仅癌症康复,还神奇地乙肝转阴并出现了抗体。在他就诊的北医三院和北京的几所大医院里,医生们都觉



得,徐清畅创造了一个奇迹。

“他把心理调节得很好。”徐清畅的妻子说,当时医生曾预言徐清畅至多活一两年。在北京第一次手术的前一晚,他还去逛了天安门广场;2005年第二次手术后的那个月,徐清畅缠着绷带就一口气爬上了泰山。

十几年的抗癌经历,让徐清畅和北京的很多肿瘤专家成为了朋友。在莱芜,很多人会找他取经,有时候,为了帮助病友上京求医,他会垫钱甚至救助对方。

这位“抗癌英雄”有着怎样的救治经历和怎样的抗癌“秘方”?12月17日,徐清畅将在抗癌分享会现场和癌友们分享。

协和学院四千学生无偿献血

活动持续四天,献血量预计超百万毫升



同学们纷纷排队献血。

本报济南12月14日讯(记者 焦守广 通讯员 韩京华) 13日,济南的街头寒风刺骨,在这冰冷背后,也涌动着一股股暖流。当天,以“弘扬无私奉献精神 培育勇于担当人才”为主题的无偿献血活动在山东协和学院举行。同学们纷纷挽起衣袖,踊跃献血。

活动启动仪式上,省卫计委医政医管处副处长战涛首先宣读了《关于表彰全省高校无偿献血工作先进集体和先进个人的决定》,省红十字会事业发展部部长王永君同志宣读了《关于表彰山东协和学院无偿献血工作优秀组织者及爱心大学生的通报》。在2016年度无偿献血工作中表现突出的爱心集

体、优秀组织者、爱心大学生、优秀志愿者也分别上台领取了奖项,随后省血液中心党委书记王磊光同志在仪式上做了重要讲话。

省卫计委医政医管处副处长战涛向协和学院商永平书记颁发了2015年度全省无偿献血先进高校奖牌。省血液中心纪委书记张铭向协和学院李宏征书记颁发了2015年度全省高校无偿献血志愿服务先进集体奖牌。

仪式结束后,共有近4000名同学报名献血,活动现场也是人头攒动,同学们踊跃撸袖献血,四辆献血车前都排起了长长的队伍。本次献血活动共持续四天,截至发稿,共有749名同学参加献血,献血量达到227640毫升。