

骨质疏松症悄然吞噬晚年健康

泰医附院内分泌科专家:多数患者在骨折后才明确诊断

随着人口的日益老龄化,老年性疾病,特别骨质疏松症的发病率也在同步增长。本期空中诊室,我们邀请到泰山医学院附属医院内分泌科主任,主任医师、教授唐先格,他为我们讲解了骨质疏松症的早期预防、诊断及治疗的相关知识。

“2000年我国60岁以上的老年人占全国总人口的11%,预测到2050年

我国60岁以上的老年人将占全国总人口的20%。”唐先格主任说,目前我国有骨质疏松症病人约9000万人。到2050年将激增至2亿多人,占人口的13.2%。

骨质疏松症是一种以骨量减少和骨微结构破坏为特征,导致骨强度下降、脆性增加并易于骨折的代谢性骨病。

作为内分泌科所属范畴的代谢性疾病,已成为发病率位居糖尿病、甲状腺疾病之后的第三大疾病。

《2013年中国骨质疏松骨折防治蓝皮书》中指出:中国50岁以上妇女脊椎骨折患病率为15%,60岁以上人群骨质疏松症患病率也明显增高,女性尤为突出。同时还包括明显药物如糖皮质激素等继发的骨质疏松症。

唐先格主任介绍,骨质疏松症不仅影响患者的生理、心理健康,大大降低生活质量,也给社会带来了严重经济负担。由于骨质疏松症发病隐匿,被称为“寂静的杀手”,多在骨折损伤发生后才诊断明确,因此三级预防尤为重要。若不早期发现早期干预治疗,致死率和致残率会明显上升。

(路伟)

唐先格,泰山医学院附属医院内分泌科主任,主任医师、教授。山东省医学会糖尿病专业委员会委员、山东省中西医结合骨质疏松与骨矿盐疾病专业委员会委员,山东省中西医结合亚健康专业委员会委员,山东省临床流行病学分会委员。

1988年毕业于泰山医学院医疗系。曾在北京大学人民医院内分泌研究所进修学习一年,对内分泌及代谢疾病的诊断、治疗具有丰富的临床经验。擅长糖尿病、甲状腺疾病、垂体疾病、肾上腺疾病、内分泌性高血压等疾病的诊治。尤其在糖尿病的分型诊断以及个体化治疗方案的制定方面有独到的见解。卓有成效地开展了糖尿病视网膜病变、糖尿病肾病、糖尿病坏疽及糖尿病神经病变等慢性并发症的防治工作,应用药物及物理方法治疗糖尿病坏疽达国内先进水平。近年参编论著四部,发表文章近10篇。

专家门诊:星期二 电话:0538-6237423(病房) 6237422(门诊)

坐诊专家

预防骨质疏松症 打响骨头保卫战

骨质疏松症严重影响患者,有的患者在骨折后只能卧床休养。泰山医学院附属医院内分泌科主任,主任医师、教授唐先格做客本期空中诊室,他表示,通过合理的预防,市民可以远离骨质疏松的困扰。

本报记者 路伟

骨质疏松症“偏爱”女性 严重会导致骨折

和男性相比,女性的患骨质疏松症的风险更高,尤其是绝经后女性激素分泌锐减,加速骨质的流失,随着年龄增加,骨质疏松症的患病率亦相继上升。

唐先格主任介绍,骨质疏松症最常见的症状就是疼痛,以腰背痛多见,占疼痛患者中的70%-80%。疼痛沿脊柱向两侧扩散,仰卧或坐位时疼痛减轻,直立时后伸或久立、久坐时疼痛加剧,日间疼痛轻,夜间和清晨醒来时加重,弯腰、肌肉运动、咳嗽、大用力时加重。

患者还会出现身高缩短、驼背的

情况,这种表现多在疼痛后出现。脊椎椎体前部几乎多为松质骨组成,而且此部位是身体的支柱,负重量大,尤其第11、12胸椎及第3腰椎,负重量更大,容易压缩变形,使脊椎前倾,背曲加剧,形成驼背,随着年龄增长,骨质疏松加重,驼背曲度加大,致使膝关节挛拘显著。

此外,退行性骨质疏松症最常见和最严重的并发症就是骨折,它不仅增加病人的痛苦,加重经济负担,并严重限制患者活动,甚至缩短寿命。

防治骨质疏松症 不仅要会补还要能动

不少市民认为,只要补充足量的钙和维生素D就能防治骨质疏松症,唐先格主任表示,防治骨质疏松症不但要提高骨密度还要增强骨强度,从而降低骨折风险。

除了要进食富含钙质的食物外,唐先格主任还建议市民多晒太阳,吸取充足的维生素D,适量进食富含维生素C的食物,有助于骨骼健康。

另外还要坚持适量运动,每周保持最少三次运动,每次做20-30分钟。唐先格主任补充道,每天还要接受适量的阳光,有助于防治骨质疏松症。



泰山医学院附属医院内分泌科主任,主任医师、教授唐先格。

先进设备诊断骨质疏松 准确度和精密度高

泰山医学院附属医院计划引进先进设备,双能X线吸收法骨密度是目前测量骨矿密度和骨矿含量的最常用方法,是诊断骨质疏松的金标准,该影像学检查具有自动化程度高,放射线辐射量低,扫描时间短,准确度和精密度高等优点。

“绝经前后妇女、中老年人;有慢

性病史或服用抗癫痫药、抗凝药、糖皮质激素史者等容易引起骨质疏松的患者,以及有营养不良、发育障碍史或不明原因腰腿痛者都是这一技术的适应症。”唐先格主任说,甲状腺亢进或接受甲状腺激素治疗的患者;提前绝经或停经的患者;器官移植后的患者;骨质疏松家族史或骨折病史者;肝脏疾病患者;钙磷代谢性疾病,甲状旁腺疾病、维生素D缺乏、生长发育异常等也能使用这一技术检查。

科室简介

泰山医学院附属医院 内分泌科

内分泌科是山东省卫生厅重点学科的重点专业、硕士研究生培养点,泰安市糖尿病防治协会所在地,山东省护理服务示范病房。

科室能够开展糖尿病及各种并发症,以及高脂血症、痛风、高粘血症、甲亢、甲减、甲状腺炎、甲状腺肿瘤、垂体瘤、尿崩症、肥胖症、骨质疏松症、矮小症、内分泌性高血压及其他下丘脑、垂体、肾上腺、甲状旁腺、更年期综合征、不孕不育、闭经、遗传性疾病等内分泌疾病。

该科在山东省内分泌专业知名专家、泰安市内分泌专业创始人之一东野光教授的带领,医、教、研全面发展,先后走出了赵家军教授、管庆波教授、于明香教授、于雪梅教授等全国知

名专家,积淀了丰厚的科室文化,形成了独具特色的优良传统。

该科实验室设备先进,率先在泰安引进世界上最先进的美国产动态血糖监测系统及胰岛素泵,配备了γ-计数仪、低温冰箱、CO2孵箱、空气净化设备、酶标仪等。可以常规检测各种激素、自身免疫性甲状腺疾病抗体、成人自身免疫性糖尿病标志抗体、尿微量蛋白、糖化血红蛋白、胰岛素功能、胰岛细胞抗体,为内分泌代谢性疾病的诊断和治疗提供了有力的保证。

该科注重医疗、科研、教学同步发展,东野光教授在国内首次选用肾囊内作为胰岛移植的部位,开创了一条治疗糖尿病的新途径,明显提高了治疗效

果。近年来,曾获国家卫生部科研一等奖1项、三等奖1项,全国星火创造发明奖1项,泰山医学院科技进步奖9项。在全国专业杂志发表论文60余篇。参与国家自然科学基金课题1项,省卫生厅课题5项,山东省自然科学基金项目1项。现在承担山东省科技局中医药发展项目课题1项,山东省教育厅科研课题1项。

治疗特色:

正规化的糖尿病教育:为使患者得到正规、系统、全面的治疗,基本掌握糖尿病防治知识,科室利用糖尿病教育学校定期举办健康教育讲座,指导患者及家属进行饮食控制、运动治疗以及科学合理的用药,实现良好的治疗效果。

利用动态血糖监测系统与胰岛素泵模拟人体胰腺的分泌规律,向人体持

续输注胰岛素,同时在餐前输注大剂量胰岛素有效的控制空腹及平衡餐后的高血糖,最大限度地模仿人体胰腺分泌,成为糖尿病患者的全天候“守护神”。

利用甲状腺细针和粗针穿刺技术诊断治疗甲状腺结节和囊肿,诊断符合率达到85%以上。此技术准确性高,危险性小,并发症少,病人花费也少。

应用股动脉内药物注射及血管介入方法治疗糖尿病神经、下肢血管病变。并对这类患者开展了股动脉穿刺注射和血管内介入治疗的方法,达到抗凝、改善局部循环和促进闭塞血管再通的目的。

电话:0538-6237423(病房) 6237422(门诊)