

怎樣診斷骨質疏鬆症 Diagnosing Osteoporosis

什麼是骨質疏鬆症？

骨質疏鬆症是一種骨骼變得脆弱和易碎的疾病，這些骨骼比正常的骨骼更易折斷。即使輕微的碰撞或跌倒也可以導致嚴重的骨折。在澳洲 60 歲以上的人士中，有半數的女士和三分之一的男士將會由於骨質疏鬆症而骨折。

怎樣診斷是否罹患骨質疏鬆症？

醫生會問您的病史，並且問您曾否發生過骨折。一般而言，骨質疏鬆症所導致的骨折是在輕微的碰撞或跌倒後發生，例如跌倒、在樓梯絆倒或甚至咳嗽所致。

醫生會問您有關任何您可能有的風險因素，並且會替您量身高 - 若是矮了 3 公分，可能意味您的脊柱曾經骨折（發生這些骨折時，有時是無痛的，因此您可能沒有察覺到）。醫生也許並且要您去照 X-光，以便檢查您的脊柱有沒有任何骨折。骨質疏鬆症所導致的骨折往往被稱為‘擠壓’骨折（‘crush’ fractures）或‘楔狀’骨折（‘wedge’ fractures）。

量度骨的韌力：骨礦物密度掃描

其中一種診斷骨質疏鬆症的最重要檢驗是骨礦物密度掃描（Bone Mineral Density Scan，簡稱 BMD）。這種檢查量度骨的密度。BMD 可以驗出您是否有骨質疏鬆症和如果有的話，有多嚴重。如果您還沒有罹患骨質疏鬆症，這種檢查有助於預測您罹患這種疾病的風險有多大。量度骨密度的最佳方法是 DXA 掃描（DXA scan）[這是雙能量 X-光吸光測定法（dual energy x-ray absorptiometry）的簡稱]。這是一種快捷（大約只需 15 分鐘）、無痛、安全的檢查，用小量的輻射（比牙科所用的 X-光還少）量度脊柱和臀部的骨密度。

如果您正在接受骨質疏鬆症的治療，醫生可以在您開始接受治療時和接受了治療一、兩年後量度您的骨密度，以便判斷該治療是否有效。如果可能的話，用同一部骨密度的測量儀做重複的檢查，至為重要。

誰應該接受 BMD？

任何：

- 曾經有罹患骨質疏鬆症的大量風險因素的人士
- 有顯示罹患骨質疏鬆症症狀的人士，例如個子矮了，脊柱出現‘老婦駝背症’（‘dowager’s hump’）、因輕微意外而導致骨折。
- 正在開始接受骨質疏鬆症的治療的人士

如果您屬於下列類別的人士，接受 DXA 掃描可以得到 Medicare 的回扣：

- 被診斷罹患了骨質疏鬆症
- 由於骨質疏鬆症而曾經出現過一次或多過一次骨折
- 正在使用皮質類固醇的藥物 (corticosteroids)
- 是在 45 歲之下, 並且由於雌激素分泌量少而已經沒有來經 6 個月以上
- 有慢性腎病和肝病
- 有類風濕性關節炎

我的檢查結果意味什麼？

所有 BMD 的檢查都是量度骨骼的某個部位的骨質。通常被檢查的部位是腰椎(從背部的中間部位以至背部的較下端)和股骨頸 (這是臀部關節附近的大腿骨)。

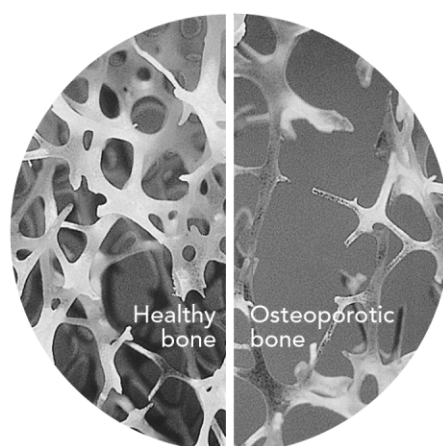
您的檢查結果會給您一個 T-值和一個 Z-值。T-值是把你與一個既年輕而又健康的成年婦人相比，您的骨密度的測量結果。如果您的 T-值是 0，表示您的骨與一般的年輕人的骨密度相同。如果 T-值是-1 或以上的，表示您的骨骼正常。如果 T-值是-1 至-2.5 的，表示雖然您沒有骨質疏鬆症，但您確實是骨密度低(osteopenia)，而且您應該問問醫生怎樣預防流失更多的骨質。-2.5 或少於-2.5 的 T-值表示骨質疏鬆症，那麼，您應該與醫生談談您該接受什麼治療。

Z-值是把你與您的骨密度與其他與您同一個年齡組和同性別的人的骨密度相比。

可能用其他的檢驗，例如驗血，來找出導致骨質疏鬆症或類似骨質疏鬆症症狀的疾病的其他內科起因。

DXA 掃描是預測您將來會否發生骨折的機率的最佳方法，並且可以幫助您決定您可能需要考慮接受哪些治療。這些檢驗結果會被送去您的醫生那裏。您和醫生將需要討論您是否需要接受任何治療和哪些治療。

腳跟超音波掃描(heel ultrasound test) (往往是在藥房進行的)並沒有被推薦為診斷骨質疏鬆症的最佳方法。



"健康的骨"

"骨質疏鬆的骨"