

骨質疏鬆衛教介入提高乳攝族群骨質密度受檢率

施麗君¹ 王裕雄² 陳玉娟³ 杜思德⁴

彰化基督教醫院鹿基分院健檢中心

目的

骨質疏鬆症患者初期並無任何自覺症狀，等到腰痠背痛、身高變矮或骨折時，往往疾病進行已有一段時間。根據98年國民健康局調查發現，體位太輕及太胖的人，都容易發生骨質疏鬆，50到64歲的體位太輕者發生骨鬆率為23.4%，65歲以上則有24.7%，但若過重及肥胖，50歲至64歲患骨鬆比例達29.6%，65歲更高達50.7%。而女性停經後骨質大量流失加上平均壽命長，罹患率為男性的6至8倍。骨鬆疾病若未及時治療，不但損及健康且耗費更多醫療資源，故本院以政府推動的免費乳癌篩檢對象為族群，進一步篩選出骨質疏鬆高危險群，給予骨質疏鬆衛教知識，提高骨質密度攝影檢測率，強化其健康認知，促進其採取正確防治措施，降低骨質疏鬆危害。

問題與分析

1. 女性年齡層45~69歲乳癌篩檢對象，常見防治骨質疏鬆的觀念錯誤，例如，誤以為吃維骨力、葡萄糖胺，能治療骨質疏鬆。
2. 衛教知識不足，對骨質疏鬆症疾病缺乏認識。
3. 對自己罹患骨鬆的風險不清楚。
4. 未能採取有效的預防及治療措施。

改善計畫

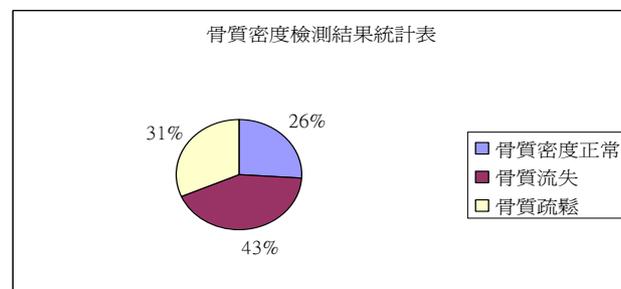
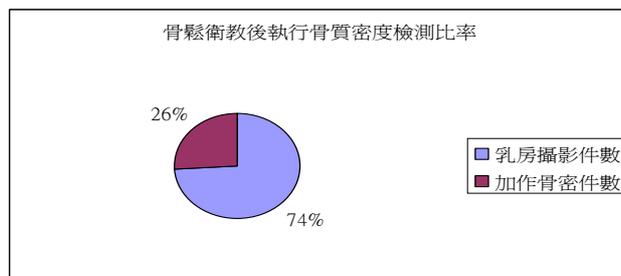
1. 運用骨鬆衛教單給予骨鬆高危險群正確預防及治療知識。
2. 運用世界衛生組織骨折風險評估工具(FRAX)篩選出高危險群，說明罹病風險。(如圖一)
3. 透過骨質密度攝影檢查結果，讓受檢者了解自身的骨質密度。
4. 促進其進一步採行正確之防治措施，增進健康。



圖一:FRAX世界衛生組織骨折風險評估工具

結果/成效

本院以政府推動免費乳癌攝影篩檢對象為族群，給予骨質疏鬆預防保健衛教知識後，經由骨折風險評估工具(FRAX)篩選出高危險群，並建議執行骨質密度攝影檢查，讓受檢者得知檢查結果，增進其疾病認知，並提高其接受骨鬆預防及治療的意願。總計1289位接受乳房攝影篩檢的女性，經介入骨鬆衛教後及FRAX骨折風險評估，共有446位女性，進一步接受骨質密度攝影檢查。骨質密度攝影檢查結果，T-score (T值) ≥ -1 ，骨質密度正常者佔26%；骨質流失者 ($-1 > T > -2.5$) 佔43%；骨質疏鬆者 ($T \leq -2.5$) 佔31%，合計骨質不足及骨質疏鬆者比率達74%。



結論與討論

研究指出婦女於45~69歲骨質異常比例高達7成，本院針對骨質疏鬆高危險群，介入骨密度檢查結果發現，骨質異常比率合計高達74%。本院採行介入衛教、風險評估、介入檢查、轉介防治的健康促進模式，顯示受檢者能以理性認知的態度，提高其預防及治療骨鬆的意願。

由於骨質疏鬆症患者，初期並無任何自覺症狀，易導致民眾延遲發現疾病，以及輕忽疾病預防及嚴重性；因此如何提早發掘骨鬆患者，促進其採行正確的防治措施，即成為攸關骨鬆疾病防治成效及能否有效達成促進國人健康之關鍵所在。本院實施結果顯示，針對高危險群積極介入衛教及檢查，經由檢查結果，可提高患者的疾病認知及自覺，促進其採用正確的預防及治療方法防治骨鬆，增進健康。

