



新闻稿

立即发布：简体中文

简体中文版的骨骼健康信息现已发布

澳大利亚健康骨骼组织（Healthy Bones Australia）是一家全国性的非营利组织，现发布了新版（简体中文）社区居民骨骼健康防护信息。

该简体中文翻译版本现可在 <https://healthybonesaustralia.org.au/resource-hub/translated-resources/chinese/> 上查阅。信息包括增强骨骼健康的各种重要主题，如钙、维生素 D、运动以及骨质疏松症药物的介绍。

该信息发布的宗旨是帮助公众了解骨质疏松症这一健康问题。骨质疏松症人群的骨骼相较正常人更为脆弱，从而可能导致骨折。骨骼健康状况不佳导致澳大利亚每年有 183,000 人次骨折。

简体中文版本还额外提供了不同食物中钙含量的信息，有助于大家增加日常膳食中钙的摄入量。

澳大利亚健康骨骼组织首席执行官 Greg Lyubomirsky 说：“120 多万澳大利亚人患有骨质疏松症，50 岁以上人群中 66% 的人骨骼健康状况欠佳。我们希望能预防骨折，同时鼓励存在骨质疏松风险因素的人群向医生咨询。”

澳大利亚健康骨骼组织医疗总监 Peter Wong 医生表示：“对已确诊骨质疏松症的人群，我们仍能采取很多措施来帮助保护和管理骨骼健康。我们鼓励存在风险因素的人群与他们的医生沟通。”

常见风险因素

个人史	健康、疾病状况	药物
骨折史（轻微碰撞或摔倒）	乳糜泻	乳腺癌的特定治疗方式
骨质疏松症家族病史 （双亲/兄弟姐妹）	甲状腺或甲状旁腺功能亢进	前列腺癌的特定治疗方式
身高变矮（3 厘米或以上）	类风湿性关节炎	糖皮质激素（类固醇）
吸烟/酗酒	更年期提前/睾丸激素低	癫痫治疗
缺乏钙、维生素 D 或缺乏锻炼	慢性肾病或肝病	
年龄达 70 岁或以上	糖尿病	



如果您有骨质疏松症的任何风险因素，您的医生会转介您去做骨密度测试。澳大利亚各地均可提供该项简单的扫描测试。

关于澳大利亚健康骨骼组织

澳大利亚健康骨骼组织以保护骨骼健康、减少人群骨质疏松发病率为己任。该组织与专家医疗委员会合作，为社区和医生提供实用信息。



媒体垂询联系方式：澳大利亚健康骨骼组织 Nina Klug（电话：0402 428 802）或 Melita Daru（电话：0434 058 281）。