



新聞稿

立即發佈：繁體中文

繁體中文版骨骼健康資訊現已發佈

澳大利亞健康骨骼組織（Healthy Bones Australia）是一家全國性的非營利組織，現發佈了新版（繁體中文）社區居民骨骼健康防護資訊。

該繁體中文版本現可在 <https://healthybonesaustralia.org.au/resource-hub/translated-resources/chinese/> 上查閱。資訊包括增強骨骼健康的各種重要主題，如鈣、維生素 D、運動以及骨質疏鬆症藥物的介紹。

本資訊發佈的宗旨是幫助公眾瞭解骨質疏鬆症這一健康問題。骨質疏鬆症人群的骨骼相較正常人會更為脆弱，可能導致骨折。骨骼健康狀況欠佳導致澳大利亞每年有 183,000 人骨折。

繁體中文版本還額外提供了不同食物中鈣含量的資訊，旨在幫助人們增加日常膳食中鈣的攝入。

澳大利亞健康骨骼組織首席執行官 Greg Lyubomirsky 說：“120 多萬澳大利亞人患有骨質疏鬆症，50 歲以上人群中 66% 的人骨骼健康狀況欠佳。我們的希望是能夠預防骨折，同時鼓勵存在骨質疏鬆風險因素的人群向醫生諮詢。”

澳大利亞健康骨骼組織醫療總監 Peter Wong 醫生表示：“對已確診骨質疏鬆症的人群，有很多措施可幫助保護、管理骨骼健康。我們鼓勵存在風險因素的人群與他們的醫生溝通。”

常見風險因素

個人史	健康、疾病狀況	藥物
骨折史 (由輕微碰撞或摔倒引起)	乳糜瀉	乳腺癌的特定治療方式
骨質疏鬆症家族病史 (雙親/兄弟姐妹)	甲狀腺或甲狀旁腺功能亢進	前列腺癌的特定治療方式
身高變矮 (3 釐米以上)	類風濕性關節炎	糖皮質激素 (類固醇)
吸煙/酗酒	更年期提前/睪丸激素低	癲癇治療
鈣、維他命 D 缺失或缺乏 鍛煉	慢性腎病或肝病	
年齡達 70 歲或以上	糖尿病	

如果您有骨質疏鬆症的風險因素，您的醫生會轉介您做骨密度測試。澳大利亞各地均可提供該項簡單的掃描測試。



關於澳大利亞健康骨骼組織

澳大利亞健康骨骼組織以保護骨骼健康、減少人群骨質疏鬆發病率為己任。該組織與專家醫療委員會合作，為社區和醫生提供實用資訊。



媒體垂詢聯繫方式：澳大利亞健康骨骼組織 Nina Klug（電話：0402 428 802）或 Melita Daru（電話：0434 058 281）。