



骨質疏鬆治療藥物注意事項

文・藥劑科 徐凱芳組長

近年來，骨質疏鬆症逐漸成為高血壓、心臟病、中風、糖尿病以外，社會大眾注意及關心的焦點。骨質疏鬆症患者，除了調整飲食及運動習慣之外，還要再加上藥物治療才能維持最佳骨本，降低骨折發生的風險。目前用於治療骨質疏鬆症的藥物基本上包括荷爾蒙補充療法（HRT）、雙磷酸鹽藥物（bisphosphonate）及抑鈣素（calcitonin）等。雖然這些藥物可有效的延緩骨質的流失，但也可能產生一些非預期的副作用，下面就介紹這些藥物使用上一些注意事項。

1. 荷爾蒙補充療法（HRT）

婦女停經後因雌激素減少，會導致骨質流失，因此適當補充雌激素可減少骨質再度流失，能有效防治骨質疏鬆症；並可以改善更年期婦女陰道乾燥、顏面潮紅、盜汗等不適症狀。但是在 2002 年美國 WHI（Women's Health Initiative）發表一份研究報告，顯示 HRT 雖然可以減少骨折的發生率約 24%，但長期使用超過五年卻可能增加心臟病、腦中風、乳癌及心血管疾病的危險，目前已不建議將荷爾蒙補充當成第一線選擇，除非有嚴重骨質疏鬆的危險且無法使用其他非雌激素藥物者才建議使用，且使用時應儘可能以最低劑量及最短期間使用。

2. 雙磷酸鹽類（Bisphosphonates）

目前用於治療骨質疏鬆的雙磷酸鹽類藥物主要有口服及注射兩種劑型，包括：每週服用一次的 alendronate（Fosamax Plus D[®]）；注射雙磷酸鹽藥物則有三個月施打一次的 ibandronate（Boniva[®]）及一年注射一針的 zoledronic Acid（Aclasta[®]）。口服雙磷酸鹽類最常見的副作用為噁心、嘔吐及腹部不適、食道刺激等，故口服雙磷酸鹽類藥物時需在早晨空腹服用，且須配一大杯開水併服，藥錠需整顆吞下不可咬碎或磨粉。若併服其他飲料、食物及某些藥物可能會降低吸收，應避免同時服用，服用後半小時內上半身應保持直立姿態，以免藥物滯留在食道內對食道造成傷害。靜脈注射雙磷酸鹽類藥物最常見的副作用為類似感冒的症狀：如發燒，骨骼肌肉關節痠痛，頭痛等。





3. 抑鈣素 (Calcitonin)

抑鈣素是一種甲狀腺製造的荷爾蒙，可調節血液中的鈣量。目前抑鈣素的產品劑型分二種：有鼻腔噴霧劑及注射針劑。鼻用劑型常見的副作用為流鼻水、頭痛、背痛、流鼻血；而注射劑型常見的副作用則為過敏反應、臉部和手部潮紅、頻尿、噁心、皮膚過敏。

治療骨質疏鬆，並沒有所謂「快速有效、藥到病除」的藥物，骨質疏鬆需要長期照護及治療，除非醫師有特別考量，若適應良好且無顯著不良反應，不要隨意更換藥物，建議應遵醫囑持續耐心地服藥，千萬不可擅自停藥，民眾也需注意服藥後是否產生不良反應，以保障自身的用藥安全，達到最佳的療效。

