

認識骨質疏鬆

什麼是骨質疏鬆？



該注意什麼？



要怎麼預防？



結論

隨著年齡增長，骨質也慢慢流失，身體機能也逐漸退化，這是自然的現象。養成良好的生活習慣可以積累骨本，並幫助減少骨質的流失。

參考資料

溫仁育 (2020)．更年期婦女的骨鬆預防及荷爾蒙治療在骨質疏鬆的效益，*台灣更年期醫學學會會訊*，63期，P16-21。

洪曉傑、鄭曉霖、洪緯惟、林季緯、吳至行、楊智惠(2020)．醫病共享決策輔助工具於骨質疏鬆症照護，*台灣醫學*，24卷6期，P665-672

Stm 天主教聖馬爾定醫院
ST. MARTIN DE PORRES HOSPITAL
服務Service 信賴Trust 關懷Mercy

您想對以上的內容進一步了解，請洽諮詢電話：05-2756000轉10病房分機8901、8902
天主教中華聖母修女會醫療財團法人天主教聖馬爾定醫院 關心您

2022年3月修訂

2022年03月第一版

A13-4