

專題企畫

預防骨質疏鬆 避免骨折危機

文／劉紫彤、陳珮潔

「骨質疏鬆症」早已是全球性的健康議題，不只歐洲、美洲國家，2012年時媒體曾指出，和骨鬆大有關聯、罹病後死亡率極高的髖關節骨折率，台灣人的罹患率竟高居全亞洲之冠。由此可知，骨鬆已嚴重威脅大多數國人的健康。

到底該如何未雨綢繆，及早開始保養，才能擁有充足骨本，以及健康良好的骨骼呢？本期專題企畫透過四位專家詳細解說，破除骨質密度高才好的迷思，幫助民眾從「保護骨骼，學習防跌、停損骨折」做起，遠離骨鬆和骨折的危機。

