

本地华族女性髌部骨折 概率比印族高出一倍

李熙爱 报道

leeheeai@sph.com.sg

本地华族女性较为瘦小，出现髌部骨折的概率比马来族和印族分别高出近一半和一倍，但华族女性的髌部骨折率过去17年来其实已降低。

这项由国立大学医院进行的调查共分析了在2010年至2017年之间，3万6000名因跌倒髌部骨折（hip fracture）入院的本地病人。由于人口老龄化，髌部骨折的人数每年增加约3.5%，受影响的女性向来比男性高出约一倍。

值得注意的是，华族的骨矿物质密度（bone mineral density）相对其他种族而言较低，因此髌部骨折的概率也比其他种族高。华族女性出现髌部骨折的概率跟马来族和印族相比时，分别高出四成和九成。

国立大学医院妇产科高级顾问医生杨有亮教授指出，这主要是因为本地华族女性人口普遍上年龄较高、个子也更瘦小，而这些都是增加骨质疏松症风险的因素。若排除身高、体重和年龄这些因素，华族和马来族的风险其实相似，但仍不及印族来得低。

但杨有亮教授也说，随着人们对骨质疏松症有更高意识，也更积极服



▲约四年前被诊断患骨质疏松症的黄玉冰，目前积极服用药物加强骨骼，避免跌倒时髌部骨折，影响生活素质。（何家俊摄）

用骨质疏松药物，华族女性的髌部骨折概率其实在过去17年已减少近两成。

在2015年被诊断患骨质疏松症的黄玉冰（56岁，行政人员）就已开始服药避免病情恶化。她透露，曾经服用荷尔蒙药物，但因不喜欢该药物的副作用而擅自停止服药两年，但她去年再次检查时发现情况恶化，所以决定再次服药，这次选择服用钙片和注射药物。

她透露：“我有一名70多岁女亲戚跌倒髌部骨折后，体能始终没完全恢复。她非常担心再次跌倒，甚至不敢出门，生活素质显著下降。我不希望自己也面对同样情况，所以宁可及早治疗，并会定期运动。”

调查：矮小华族女性有更高风险

调查发现，个子矮小的华族女性患上骨质疏松症的风险更高。

以往，医疗人员只知道年龄越大和个子瘦小的人，患骨质疏松症的风险会更高。国大医院针对1200多名亚洲中年女性进行调查后进一步发现，身高每高出10公分，骨矿物质密度就会增加0.03%。骨矿物质密度越高，

髌部骨折的概率就越低。

但杨有亮坦承，身高并非最重要的因素，一个人的重量或身体质量指数（Body Mass Index，也称BMI）更为关键。BMI指数每增加1点，骨矿物质密度会加强1.6%。他解释，这是因为高个子的骨骼长期习惯承受更大的负担，因此一般上较为强壮。