

确诊骨质疏松,可以打“骨头针”吗

专家:不能盲目跟风,擅自停药骨质会急剧下降

随着人口老龄化加剧,我国骨质疏松症患者人数不断攀升。作为一种慢性代谢性疾病,骨质疏松症通常需要长期治疗与管理。近期,被称为“骨头针”的注射类药物引发广泛关注,因其每半年或一年注射一次,方便快捷,但也有不少患者反映这类药物副作用明显。“骨头针”到底是不是“护骨神器”?为此,记者采访了南京医科大学第二附属医院骨科副主任医师王伯尧。 扬子晚报/紫牛新闻记者 万惠娟

门诊咨询“骨头针”的人变多了

记者注意到,社交平台上关于“骨头针”的讨论帖不少。网友小陌的妈妈今年64岁,刚确诊骨质疏松。看到网上很多人推荐“骨头针”,小陌发帖询问:“要不要带妈妈去试试?听说有副作用,也有点害怕。”

另一位网友则称,妈妈因摔倒骨折,医生告知了骨质疏松风险,于是打了“骨头针”,目前已打完三针。“但妈妈有基础病,现在越来越后悔,想问问大家有没有办法停用?停药有没有风险?”在评论区,有人留言称“我婆婆打了两次,她说效果不错”,也有人提醒“会有颌骨坏死的风险,但不是每个人都会有副作用”。

王伯尧介绍,老百姓常说的“骨头针”其实不止一种,主要包括唑来膦酸钠和地舒单抗。其中,唑来膦酸钠一年打一次,地舒单抗半年打一次,使

用方便,患者接受度高。医保覆盖后,地舒单抗原研药单针从3000多元降至623元,国产唑来膦酸钠仅300多元一针。

“这两年在门诊咨询地舒单抗的人变多了。除了医保的因素以外,还因为这类药物是治疗骨质疏松中最方便的一种。很多人觉得吃药麻烦,所以都来问这个药。”王伯尧表示,“每种针剂各有优缺点,不能只看方便。”

虽然针剂方便,但这些风险要了解

王伯尧解释,骨质疏松的核心发病机制是破骨细胞活性大于成骨细胞,导致骨吸收超过骨形成。地舒单抗可抑制破骨前体细胞发育,唑来膦酸钠则直接作用于破骨细胞。

王伯尧指出,唑来膦酸钠是经典药物,副作用经过长期验证,使用几年后可进入“药物假期”,可以打几年停几年,无

需年年注射。缺点就在于首次注射需要住院观察,部分患者可能出现发热、流涕、全身酸痛等流感样反应。而地舒单抗一旦开始使用,至少要坚持十年,绝不能擅自停药。“有些患者打了两年就不打了,骨质会急剧下降,比不打还要差。”王伯尧强调,停药必须在医生指导下换用其他药物继续治疗。

“骨头针”并非人人能打,用药前需先查血钙

“骨头针”并非所有人都适合。王伯尧强调,用药前要检查血钙,必要时还要进行整套的骨代谢检查,低钙血症患者不能使用地舒单抗,依从性差的患者也不适合。打针期间还需补充足量的钙和维生素D。“这就好比盖房子需要砖头,没有原料,打针也起不到好效果。”如果用药期间缺乏足够的钙和维生素D,可能导致血钙偏低,引发心律失常等严重问



奶奶打了第3针了治疗骨质疏松

社交平台上相关发帖,长期使用还可能增加颌骨坏死风险,患者在拔牙或种牙时易发生感染。

“骨质疏松症需要全生命周期管理。”王伯尧强调,确诊后医生会综合年龄、性别、骨密度、骨代谢情况、是否合并骨折、有无危险因素等多方面因素,制定个体化治疗方案。患者切勿盲目跟风,更不可自行停药。

对于轻微骨量减少的情况,他建议通过多晒太阳、减少咖啡和碳酸饮料摄入、保持高钙低盐饮食,结合规律运动等方式改善。

医学前沿

孕妇缺乏维生素D或致子女易过敏

新华社电 韩国一项研究显示,孕妇缺乏维生素D或导致子女免疫力降低,增加将来过敏的几率。

据《韩国先驱报》6日报道,韩国国家医疗中心研究团队对322名年龄在3岁至9岁之间的儿童进行检查,评估其对尘螨、花粉及宠物皮屑等常见空气传播过敏原的敏感性。血液检测显示,对多种过敏原敏感的儿童体内非活性维生素D数值偏高。

研究人员进一步分析发现,童年时期体内非活性维生素D水平高的孩子,出生时脐带血中维生素D水平往往较低。研究人员认为,这一结果表明,孩子出生时的维生素D状况可能会影响免疫系统发育,对过敏风险构成潜在影响。

韩国疾病管理厅旗下国立保健研究院慢性病研究部门负责人金元浩(音译)说,上述研究结果凸显在孕期保持足够维生素D水平的重要性,建议孕妇每周晒太阳两次、每次5到30分钟。如果需要,可以口服补剂。

春季健康提醒

假期去郊游玩了两天回来整张脸都变了样

“清明小长假回来,门诊过敏的患者多了不少。”南京市中医院皮肤科张倩副主任中医师解释,春季是过敏原的“暴发季”,皮肤屏障在干燥、温差、过敏原多重刺激下,极易失守,诱发过敏反应。

“假期和家人一起去周边郊游玩了两天,没想到回来整张脸就变了样。”47岁的市民张女士一早就来到了皮肤科门诊排队候诊。她告诉记者,游玩后自己很明显感到面部变得红肿,尤其是眼睑周围,还伴随着瘙痒,“干干的,也不敢使劲抓痒。”张倩询问检查后判断,张女士这样的情况正是典型的过敏性皮炎。

专家称,近期门诊量增加了两三成,皮肤过敏的就诊患者较前几个月明显增多。大部分患者都是接触花粉、柳絮等过敏原后,面部、颈部等暴露部位出现淡红或鲜红色斑片,伴有水肿、瘙痒或灼热感,严重时可能出现密集的针尖大小丘疹甚至水疱。

为何春季皮肤更易敏感呢?张倩解释,春季是过敏原的“暴发季”,皮肤屏障在干

燥、温差、过敏原多重刺激下,极易失守,诱发过敏反应。“春季紫外线骤增,虽然没有夏天那么强烈,但是防晒往往易被忽视,皮肤受紫外线刺激,容易出现过敏。”同时,春季气温忽高忽低,变化不定,冷热交替容易使皮肤调节功能较弱的人群出现季节性皮肤过敏。此外,春季粉尘、花粉、微生物、尘螨、柳絮等增多,易引发皮肤过敏。

那么过敏性皮炎该如何治疗?张倩建议,如果皮肤出现过敏症状,可用冷水洗脸、敷脸。待到皮肤红肿减轻后,可使用含神经酰胺、角鲨烯、温泉水、甾醇等医用修复成分的保湿产品进行修复。同时,应当精简护肤步骤,停止对皮肤的刺激行为,比如化妆、卸妆、过度清洁、去角质、按摩揉搓皮肤等。

若皮肤过敏持续,建议前往医院就诊。在急性期可采取口服抗过敏药物,如消风合剂,及外涂药物、医用护肤产品治疗。

扬子晚报/紫牛新闻记者 吕彦霖

一到春天就头晕 建议排查这5种病

古语有云:“春气者,诸病在头”。一到春天不少人就莫名头晕头胀、昏昏沉沉,医院里因眩晕就诊的患者也多了起来。

为啥一到春天就“晕乎乎”?中医认为“诸风掉眩,皆属于肝”,意思是说,凡与眩晕有关的疾病都与肝相关。春季阳气升发,肝气旺盛,肝气如草木般向外舒展,但若疏泄失衡,就容易出现头昏脑胀、目眩失眠等问题。从现代医学角度看,春天气温波动大,人体血压容易不稳定,这会对血管造成影响,引发头晕。此外,白昼变长,人体褪黑素和血清素水平会出现生理性波动,人们容易睡不好,而睡眠质量差是头晕常见的诱因之一。

专家表示,如出现头晕,建议排查以下五种疾病。

1. 脑梗。如果晕得天旋地转,站不稳,甚至伴有意识不清、口眼歪斜、吞咽困难等症状,很可能是脑梗征兆。
2. 耳石症。春天是耳石症的高发期。耳石症引起的头晕,主要表现为以下特点:

良性,即有自限性,一周左右可自行缓解;阵发性,每次发作持续几秒或数十秒,一般不超过一分钟;位置性,即头一动就晕,比如早晨起床时、半夜翻身时、躺下的一瞬间出现头晕,当头部静止时晕得不明显;眩晕,即晕的感觉是天旋地转。

3. 高血压。如果头晕表现为“忽悠一下”,面红发热,头重脚轻,伴有脖子发僵,要考虑是高血压导致的,此时最好测一下血压。有些患者血压降得过低,也会出现头晕。

4. 梅尼埃病。这是一种以内淋巴积水为主要病理学特征的内耳病变,主要表现为突然眩晕、耳鸣、听力下降,耳朵有闷胀感。如果出现眩晕,且伴有听力下降,要及时到耳鼻喉科就诊。

5. 颈椎病。若在转动头颈时出现头晕,且常伴有颈肩酸痛、手臂发麻等症状,要考虑颈椎病所致。应及时去骨科或神经内科就诊。

健康南京

沙特完成单孔机器人活体供体肝部分切除术

新华社电 沙特阿拉伯费萨尔国王专科医院及研究中心6日宣布,该机构成功完成了全球首批单孔机器人活体供体肝部分切除系列手术。

根据该机构发布的声明,手术通过一个不超过3.5厘米的单一切口完成,而不需要传统机器人手术所需的多个切口,在保持高安全标准的同时,减轻了术后疼痛并加快恢复速度。在对6名供体实施的手术中,均只有微量出血且未出现并发症,术后疼痛程度较低,2到3天内即可出院。

肝脏是自主再生能力很强的器官。肝脏移植时,通常只需将供体肝脏的一部分移植到受体体内,一段时间后供体的缺损肝脏就能再生修复到手术前水平。声明指出,该技术还可使儿童受体供肝的过程更加安全,因为这种情况通常只需切取供体的肝脏左外叶,切除时非常适合单孔入路,可最大程度地减轻供体的手术负担。

公告

南京健康产业研究院于2026年3月23日经举办单位决议解散,于同日成立了清算组并发布了第一次公告,现第二次公告如下:
一、单位基本信息 单位名称:南京健康产业研究院,统一社会信用代码:12320125MB13823896,住所:南京市高淳区经济开发区花山路17号。二、清算组信息 清算组组长:孙骥,清算组成员:蒋凯、叶继术、孔甜沁、王慧文。三、债权人申报期限 请债权人自2026年3月24日起90日内,向清算组申报债权,并提供相关证明材料。逾期未申报的,视为放弃权利。联系人:孔甜沁,通讯地址:南京市高淳区古檀大道3号科创中心9楼901室,联系电话:13817313045。特此公告。
南京健康产业研究院清算组
2026年4月7日