

立法會衛生事務委員會主席葛珮帆議員, BBS, JP 鈞鑒:

### 就預防骨質疏鬆提交的意見書

骨質疏鬆基層醫療大聯盟由一群來自不同醫療專業的專家團隊組成, 旨在推動香港完善骨質疏鬆症之防治。有見 貴委員會將於 6 月 11 日之會議上就婦女健康進行討論, 故特向 貴委員會提交本意見書, 就骨質疏鬆症這個重要的婦女健康課題之一的預防提供意見。

事實上本聯盟自 2019 年起已在葵青區開展一個有關預防骨質疏鬆症的篩查先導計劃, 並曾於 2020 年 6 月向 貴委員會提交該先導計劃的中期報告 (立法會文件編號: CB(2)1188/19-20(01)號)。有關先導計劃原訂於 2020 年底結束, 惟因新冠肺炎疫情影響而推遲至本年年底。根據現時的統計資料, 本聯盟相信先導計劃已取得顯著成果, 至今已為超過 1,850 位市民進行骨質疏鬆篩查問卷及為超過 250 位高危群組市民進行雙能量 X 光吸收測量儀(DXA)檢查。

同時, 自去年起本聯盟曾多次與葵青地區康健中心磋商, 以探討在該中心引入上述先導計劃的篩查服務模式。經多番商討後, 葵青區地區康健中心終在本年決定開展有關服務。本聯盟的成員曾在葵青區康健中心進行兩次有關骨質疏鬆症的健康講座及兩次網上直播講座, 直接與公眾人士接觸; 同時, 本聯盟亦曾於本年 4 月舉辦一次對象為醫療專業人員的持續專業發展培訓 (Continuing Medical Education), 詳細說明骨質疏鬆症的臨床診斷及治療的最新資訊。更重要的是, 葵青區康健中心已於本年 5 月起開展大致與上述先導計劃相似的骨質疏鬆症篩查轉介服務及公眾教育。

上述服務除包括邀請地區康健中心之會員進行由香港大學設計的骨質疏鬆症篩查問卷外, 更包括轉介高危群組進行雙能量 X 光吸收測量儀(DXA)骨質檢查

以及為他們安排預防骨質疏鬆症的肢體訓練（詳情請參閱附件一）。有關服務開展至今推行相當暢順，服務使用者均感到滿意。本聯盟認為目前已有足夠的理據把有關篩查服務擴展至全港所有地區康健中心及社區健康站。

為此，本聯盟現建議政府當局積極與現時各個地區康健中心及社區健康站的營運機構商討，於 2022 年 6 月或以前在所有正在運作的地區康健中心及社區健康站引入與現時葵青地區康健中心相同的骨質疏鬆篩查轉介及公眾教育服務。同時，本聯盟建議在日後的地區康健中心及社區健康站的承辦招標文件中加入條款，把骨質疏鬆篩查及公眾教育服務列為中心的必然服務。

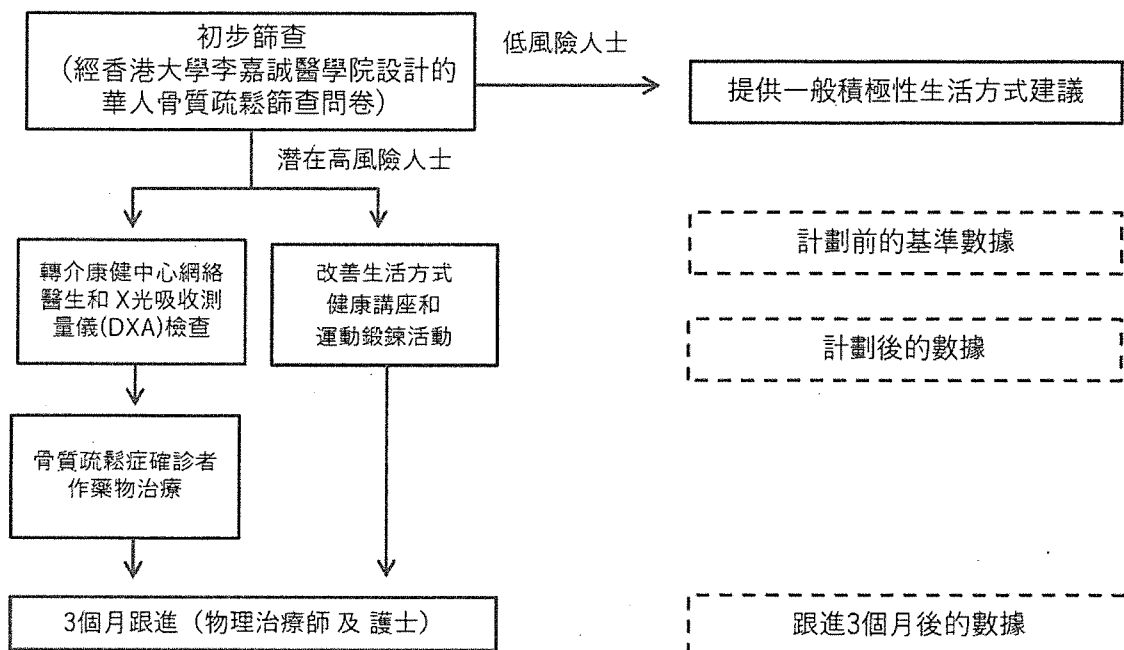
另一方面，本聯盟相信培養婦女的運動習慣和良好的生活模式將有助她們預防骨質疏鬆症，而這方面的推廣工作並不需要耗用大量公共資源。因此，本聯盟建議政府當局立即在各間社區康健中心開展有關的推廣工作，當中營養師推廣婦女健康適當飲食及藥劑師提供專業的藥品資訊均能協助廣大的婦女自我護理，使廣大婦女能夠即時受惠，建立有助預防骨質疏鬆的生活模式。

本聯盟相信有效的骨質疏鬆症預防措施和服務將有助減少市民出現非意外骨折情況的比率，顯著減輕公營醫療系統在這方面的醫療開支，骨質疏鬆的高危群組亦可更早獲得診斷和預防性的治療，避免骨折引起的生活不便。盼望貴委員會能詳細考慮本聯盟的建議，協助向政府當局反映民間對預防骨質疏鬆症的強烈關注及訴求，以推動政府盡快回應上述各項建議，在基層醫療層面與各非政府機構合作，完善預防骨質鬆症的服務。

骨質疏鬆基層醫療大聯盟

2021 年 5 月 31 日

### 附件一：葵青康健中心骨質疏鬆服務計劃流程



#### 改善生活方式計劃：

- 健康講座：內容包括骨質疏鬆症，肌肉減少症，飲食，藥物和防跌的資訊
- 運動鍛鍊活動 x 4 節

#### 成效指標計算方法：

- 骨質疏鬆症認知測驗
- 骨質疏鬆症健康信念量表
- 骨質疏鬆症自我效能感
- 每日步數，運動日記
- 身體功能測試：計時起走，椅子坐站和握力

#### 管理計劃正式啓動：

從 2021 年 5 月開始在葵青地區康健中心中使用香港大學李嘉誠醫學院設計的華人骨質疏鬆篩查問卷，對骨質疏鬆症風險進行初步篩查。針對骨質疏鬆症高風險的人士提供了改善生活方式計劃。同時應會員要求，中心會轉介醫生就診和檢查。