

骨質疏鬆症起因於人體蝕骨細胞的作用大於成骨細胞的作用根據中華民國骨質疏鬆症學會的報告，台灣骨質疏鬆症導致骨折的發生率是全球第7亞洲第1。福善美 (fosamax) 可以說是所有治療骨質疏鬆症的藥物中，最被廣為使用的藥品，每年健保用藥者有37萬人。



## 1. 何種人需要服用福善美

福善美健保給付規定：

- 停經後婦女或男性因骨質疏鬆症引起之脊椎壓迫性骨折或髖骨骨折病人。
- 腎功能差者不宜使用。



## 2. 福善美的藥理作用

福善美學名叫Alendronate，1995年由美國默克藥廠生產，屬於雙磷酸鹽藥物的一種，進入體內後，可與骨骼中的無機鹽類hydroxyapatite結合，再被具有吸收骨頭功能的蝕骨細胞所吞噬。吞噬藥物後的蝕骨細胞會失去骨吸收能力，並會加速凋亡，所以能減少骨質的流失，達到治療骨質疏鬆症的效果。



## 3. 福善美如何服用?須注意事項

福善美一顆為70mg，每星期只需一次，早上起床未進食前服用，以增加吸收率，服用時喝一杯水，大約200c.c.，以減少對食道及胃腸的刺激，避免發生逆流性食道炎，服用後要走動、站立或坐30分鐘，勿躺下，30分鐘後才可進食或服用其他藥物。若是長期臥床、無法站立或坐、或有吞嚥困難、曾經胃出血、穿孔者，禁止服用。開始使用福善美前，建議先請牙科醫師做徹底的口腔檢查，應先完成所有口腔內的治療，並待傷口癒合後，才開始服用。服藥期間，做好口腔定期檢查，維持良好的口腔衛生，減少蛀牙與牙周病的產生。若有拔牙或牙科相關治療，應告知牙科醫師正使用此藥，在接受拔牙等侵入性的牙科治療前3個月及治療後3個月，應停藥，以降低顎骨壞死的發生率。若有口腔顎骨痛、大腿、鼠蹊疼痛，應回診檢查，不可自行停藥。斷斷續續用藥，便可能無法有效降低骨折的風險，甚至治療效果與未用藥者毫無差異。





## 4. 服用福善美有何好處

跌倒導致骨折是老年人及家屬最大的夢魘，服用福善美最大的好處，不在於增加骨密度，而在於減少骨折的發生率。根據研究報告，未有脊椎骨折的婦女，服用四年後，可減少脊椎骨折44%，髖骨骨折12%。已有脊椎骨折的婦女，服用三年後，可減少脊椎再骨折47%，髖骨骨折51%。



## 5. 福善美有何副作用

由於福善美抑制了蝕骨細胞的功能，所以骨頭沒有破壞，當然也不會有成骨細胞引發新骨頭生成作用的發生，整體骨質更新速度減緩，因此當骨頭受傷或感染後，無法修復，產生壞死的機會也增加。長期服用福善美恐增加大腿股骨骨折、顎骨壞死和食道癌風險，不過發生率非常低。



## 6. 福善美服用多久

很多研究報告服用福善美5年，安全性佳且能有效降低骨折的發生率。由於福善美在骨骼中的半衰期長達10年，即使停止服用5年後，髖部骨折、腕骨骨折，與繼續服藥至10年者，沒有太大的差別。因此，治療5年效果很好的個案，可考慮先停藥1至2年，這中間須謹慎追蹤、複診，定期測量骨密度，若有停藥後骨質再度流失厲害者，即應恢復用藥。若有脊椎骨折且高風險性的婦女，則建議不需停藥。

