

# 老年骨质疏松 性疼痛诊疗与 管理中国专家 共识（202 4）



# 前言

- 骨质疏松症引起的急性/慢性疼痛的治疗对于临床医师是一个巨大的挑战。
- 中国老年保健医学研究会老年疼痛疾病分会组织相关领域专家共同制订了《老年骨质疏松性疼痛诊疗与管理中国专家共识（2024版）》，以规范并促进我国老年病人骨质疏松性疼痛诊疗的临床工作。关于老年骨质疏松性疼痛的治疗，指南主要涉及以下内容。

# 老年骨质疏松性疼痛的病因

1. 骨骼、肌肉原因导致的疼痛
2. 神经受累导致的疼痛
3. 其他慢性疾病
4. 心理因素

# 老年骨质疏松性疼痛的发生机制

1.细胞水平机制

2.外周神经机制

3.中枢敏化机制

# 老年骨质疏松性疼痛的临床表现

## 1.症状

- 可表现为腰背痛或四肢及全身痛，夜间或负重时加重。当老年骨质疏松病人发生骨折时会表现为相应部位出现急性重度疼痛。
- 如果发生胸腰段椎体压缩性骨折则可能出现胸腰骶部或臀部的疼痛，翻身时疼痛加重，严重时病人强迫体位，夜间无法睡眠，同时可伴有腹痛、腹胀、便秘、食欲下降等，严重影响病人日常生活。

# 老年骨质疏松性疼痛的临床表现

## 2. 体征

- 体格检查时腰痛病人常伴有胸背或腰背棘突部 位压痛或叩击痛。发生椎体压缩骨折病人可出现身高变矮、脊柱后凸畸形，髌部、肱骨、前臂远端等 骨折可出现四肢畸形。

## 3. 影像学检查

## 4. 实验室检查

# 老年骨质疏松性疼痛的诊断与鉴别诊断

## 1.诊断

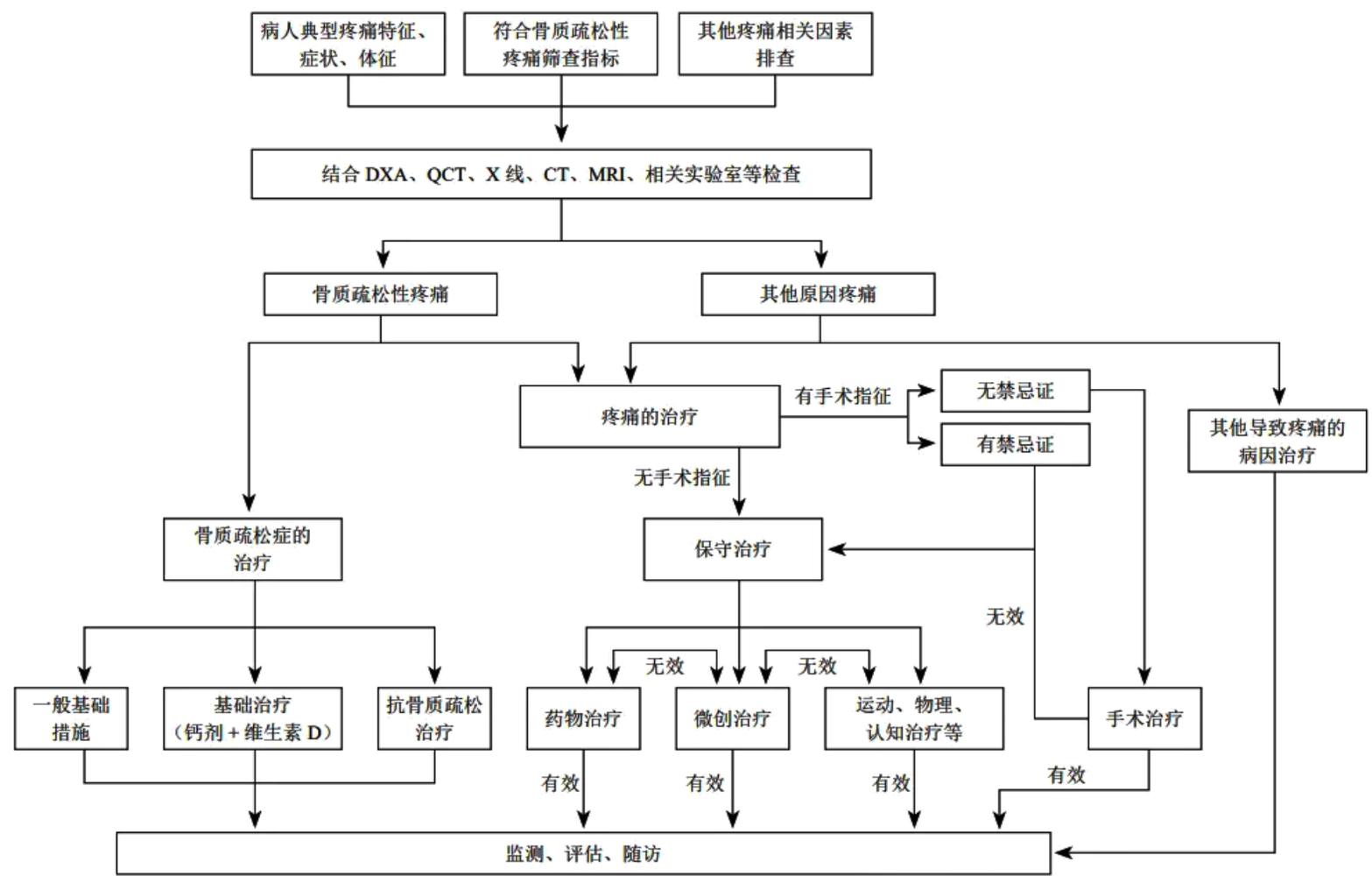
- 老年病人骨质疏松性疼痛的诊断主要是基于详细的病史、体格检查、骨密度检查、其他相关的影像学和实验室检查。
- 同时应该对疼痛程度、疼痛性质和功能活动进行准确评估，以便制订合理有效的后续治疗策略。

# 老年骨质疏松性疼痛的诊断与鉴别诊断

## 2.鉴别诊断

- 对于以腰背痛为主的老年病人需要与腰背肌筋膜炎、腰椎间盘突出症、腰椎管狭窄症、腰椎关节突关节退变等相鉴别，但应注意老年骨质疏松症病人也容易合并以上疾病。
- 对于全身疼痛为主的老年病人则需要与影响骨代谢的内分泌系统疾病（如甲状旁腺疾病、甲状腺疾病、肾上腺疾病等）、自身免疫性疾病（如类风湿性关节炎、风湿性关节炎等）、影响钙和维生素D吸收的消化和肾脏疾病、纤维肌痛、神经肌肉疾病等相鉴别。
- 发生骨折的老年病人则需要与导致脆性骨折的各种疾病（如恶性肿瘤致骨转移、多发性骨髓瘤等）进行鉴别。

# 老年骨质疏松性疼痛的诊断与鉴别诊断



# 老年骨质疏松性疼痛的治疗

## 1.一般治疗

- 老年病人发生骨质疏松性疼痛后，应注意均衡膳食、加强营养、充足日照、规律运动、戒烟限酒、避免过量饮用咖啡及碳酸饮料、避免或减少使用影响骨代谢的药物、避免跌倒等。
- 保证基础药物钙剂和普通维生素D的充足摄入。

# 老年骨质疏松性疼痛的治疗

## 2.药物治疗

**(1) 抗骨质疏松药物**：抗骨质疏松治疗可以增加病人的骨密度、提高骨质量、降低骨折的发生，有效改善老年骨质疏松症病人的急性或慢性疼痛。

➤ **降钙素**：一种钙调节激素，特异性地作用于破骨细胞，抑制破骨细胞的活性，减少破骨细胞数量，产生抗骨质疏松作用。同时降钙素还可激活阿片受体，抑制疼痛介质的产生，增加β内啡肽的释放，阻断疼痛感觉的传导，并直接作用于下丘脑，产生中枢性的镇痛作用。降钙素抗骨质疏松和镇痛的双重作用适用于老年骨质疏松性疼痛的治疗。目前降钙素常作为短期药物（建议连续使用时间不超过3个月）联合其他抗骨质疏松药物用于骨质疏松伴疼痛明显的病人。

**( 证据等级：A；推荐级别：强推荐 )**

# 老年骨质疏松性疼痛的治疗

➤ **双膦酸盐**：目前临床应用最广泛的抗骨质疏松药物，通过抑制破骨细胞的功能、抑制骨吸收，产生抗骨质疏松的作用。双膦酸盐可以通过降低神经肽（如 SP、CGRP）和炎症因子（如 TNF- $\alpha$ ）的水平，缓解骨质疏松病人疼痛，提高其生活质量。但临床应用时需注意，老年病人往往肾功能减退，对于肾功能异常（肌酐清除率  $< 35 \text{ ml/min}$ ）的病人禁用双膦酸盐，所以使用此类药物时，应密切监测老年病人肾功能。（**证据等级：A；推荐级别：强烈推荐**）

# 老年骨质疏松性疼痛的治疗

➤ **RANKL 抑制剂**：地舒单抗通过抑制 RANKL 与其受体 RANK 结合，抑制破骨细胞的分化、形成及功能，从而降低骨吸收、增加骨密度、改善骨强度，产生抗骨质疏松作用 [48,49]。在绝经后女性骨质疏松症病人的临床应用中，发现使用地舒单抗进行骨质疏松治疗后 3 个月就能改善病人疼痛症状。地舒单抗安全性较好，但使用时应注意其作用时间短，不存在药物假期，停用后需要双膦酸盐类或其他药物序贯治疗，以防止骨密度降低和骨折风险增加。（**证据等级：A；推荐级别：强推荐**）

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：  
<https://d.book118.com/37701164111006135>