一图读懂

中国骨质疏松症

流行病学
调查结果

为掌握我国居民骨质疏松症及危险因素的现状，科学制定骨质疏松症防治策略，2018年我国开展了首次中国居民骨质疏松症流行病学调查。

调查结果

1

骨质疏松症已经成为我国50岁以上人群的重大健康问题，中老年女性骨质疏松问题尤为严重。

以此次调查获得的中国人口统计学量数据为基础，同时国际骨质疏松症诊断的金标准（即骨密度降低程度达到峰值骨密度的标准，同种族健康成人的骨峰值骨密度2.5个标准差时可诊断骨质疏松症）

40岁-49岁骨质疏松患病率为3.2%

50岁以上骨质疏松患病率为19.2%

65岁以上骨质疏松患病率为52.0%

2

我国骨量人群庞大，是骨质疏松症的高危人群。

3

国民对骨质疏松症认知普遍不足，骨密度检测率亟待提高。

20岁以上人群骨质疏松症患病率知识知晓率仅为11.7%。

40-49岁骨质疏松症患者的患病知晓率为0.9%，50岁以上患者的患病知晓率为7.0%。

20岁以上人群中，纯骨质型骨密度检测的比例仅为2.8%，50岁以上人群中，纯骨质型骨密度检测的比例为3.7%。

增龄和不平衡膳食、静坐生活方式、日照过少、吸烟、饮酒等不健康生活方式是骨质疏松症高发的主要因素，社会公众对骨质疏松症认知、公共卫生政策对骨质疏松症及骨折高温低骨量人群潜在的重要意图。

健康骨骼 - 专项行动

科普宣传核心信息

1 认识骨质疏松症

骨质疏松症是中老年人最常见的一种全身性骨骼疾病，主要特征是骨矿物质含量低下，骨结构破坏，骨强度降低和骨质变脆，增高骨折发生，是高龄低骨折的骨质疏松症的主要表现，骨质疏松症是可预防可治疗的疾病。

2 骨质疏松的危害与预防

骨质疏松症的严重后果是骨折，骨折后常伴随，活动、饮食的不便甚至，常引起骨折部位的疼痛导致，增加卧床时间，骨折为高龄人群骨质疏松症中老人的主要致命因素。

3 关注骨质疏松症的预防

骨质疏松症的预防主要是注意骨质疏松症的预防，增加摄取钙的饮食习惯和多人注意骨质疏松症的高发人群，增加心理健康，改变生活方式减少不良饮食习惯，减少骨折。

4 骨量积累不容忽视！

人体骨骼中的矿物质量在30岁左右达到最高峰值，骨质疏松症，增加骨骼的强度，骨骼的强度，骨骼的强度，