

## 过度补钙可能加重疾病

## “打虎”克难，九旬老人亲属写来感谢信

无论老人还是小孩，补钙，是个永远绕不过的话题。很多老年人喜欢通过补钙来防止骨

折和加强骨密度，但是，并不是所有人都适合补钙，过度补钙反而可能加重疾病！

## 九旬老人二度骨折 再次面临手术难关



前段时间，91岁的吴奶奶总感到左边髌部疼痛，起初家人以为是胯扭了，让老人在家休养了一个多月却毫无好转迹象，走路时疼痛加重，休息后稍缓解。难道是骨折了？家人们把她送到了我院创伤骨科Ⅱ病区·手足骨科就诊。

经过检查，接诊医生段东东告知家属，吴奶奶确实是骨折了：左侧股骨颈骨折。通过交流，段东东了解到，这已是吴奶奶第二次骨折了，在四年前她就骨折了一次，做了右侧全髋关节置换手术。

“唉，我妈九十高龄了，上一次做手术就相当于鬼门关走一遭，这次还能做吗？不说的话，疼痛会持续伴随她，最终只能卧床。而且她一生都不愿给子女添麻烦，我们想给她做手术，让我妈再站起来一次。”

“年纪大，不是手术的绝对禁忌症，100岁的老人也曾在我们科室成功完成了髋关节的置换，恢复得很好，但是我们得全面评估一下您妈妈的身体状况，尽我们最大的努力帮助她重新站起来！”

## 基础疾病“拦路虎” 手术团队迎难而上

经过一系列的术前检查，发现吴奶奶的身体比预想中要差，除了高血压3级、高尿酸血症外，还怀疑消化道有出血，紧接着尿素又报危急值，肾功能不全……

段东东邀请心血管内科、肾脏内科、消化内科、临床营养科等科室协同会诊后，决定先治疗现存的问题，稳定生命

体征后再做手术。经过3天的治疗，吴奶奶情况相对好转，主任医师石华峰、副主任医师段东东、住院医师李康等人组成的手术团队在手术室为吴奶奶行左侧人工股骨头置换手术。

术后第二天，吴奶奶病情稳定，医护人员帮助吴奶奶在助行器辅助下完成了术后第一次下床。大家齐心协力，她的步

伐越来越稳。一个星期后，吴奶奶出院了。出院前，段东东再次强调回家要坚持康复锻炼，责任护士交代要谨防髋关节脱位等一系列安全注意事项。

半月后，科室收到了一封来自朋友圈的感谢信。信中，吴奶奶儿子对创伤骨科Ⅱ病区·手足骨科医护团队的精湛医术及精心照顾表示感谢。

## 老年人补钙注意事项要牢记

老人两次骨折都不是因为摔跤引起的，都是不知不觉就骨折了，家里的钙片一直没有中断过，难道是补钙没补对吗？老年人服用钙片应注意以下几点：

1.连续服用三个月后检查钙补充量，在医生指导下再继续服用。

2.每天的钙摄入量应为800毫克左右，骨质疏松者应额外增加摄入量。

3.不要过度补钙，必要时服用含有维生素D的钙片，并多晒太阳促进钙吸收。

过度补钙可能会导致患者出现消化不良、骨质疏松、高钙血症、肾结石、心血管疾病等危害。

1.消化不良  
如果患者过度补钙，会导致胃肠道内的钙元素含量增多，从而使胃肠道蠕动减慢，导致食物长时间滞留在胃肠道内，从而引起消化不良的症状，患者可出现腹胀、腹痛等不适症状。建议患者可以在医生指导下使用药物促进胃肠道蠕

动，改善消化不良的症状。同时，患者也可以遵医嘱通过腹部按摩的方式，缓解腹胀的情况。

2.骨质疏松  
过度补钙还可能会导致体内的骨质大量流失，从而引起骨质疏松的情况。建议患者可以在医生指导下使用碳酸钙、乳酸钙等药物进行治疗。同时，患者也可以遵医嘱通过针灸、红外线治疗等方式进行辅助治疗。

3.高钙血症  
如果患者长期过量补钙，可能会导致血液中的钙离子含量升高，从而引起高钙血症。高钙血症的患者通常会出现恶心、呕吐、乏力等症状，严重时还可能会出现昏迷的情况。建议患者可以在医生指导下使用味塞米、氢氯噻嗪等利尿剂进行治疗。同时，患者也可以遵医嘱通过血液透析的方式进行治疗。

4.肾结石  
如果患者过度补钙，导致体内的钙元素含量增加，可能

会形成草酸钙结石从而诱发肾结石，对身体造成一定的伤害。建议患者可以在医生指导下使用双氯芬酸钠、吲哚美辛等非甾体抗炎药进行治疗。必要时，患者也可以通过体外冲击波碎石术等方式进行手术治疗。

5.心血管疾病  
过度补钙还可能会导致体内的血钙水平升高，从而增加心血管疾病的发生风险，如高血压、冠状动脉粥样硬化性心脏病等。建议患者在日常生活中注意避免过度补钙，以免引起不适症状。同时，患者也可以遵医嘱使用阿司匹林、氯吡格雷等药物进行抗血栓治疗。

医生提醒：在日常生活中，患者要注意合理饮食，可以适当吃富含优质蛋白的食物，比如鸡蛋、牛奶等，能够补充身体所需要的营养成分，有利于身体健康。平时患者需要保持良好的作息习惯，保证充足的睡眠时间，避免长时间熬夜，以免导致自身免疫力下降。如果出现不适症状，建议患者及时就医治疗。  
(常青)



科室负责人：胡寿勇 护士长：钟琴  
科室电话：0724-8606686 科室地址：中心医院主院区1号楼住院部10楼东区