

讀者 Q&A

問題：

我因為患有免疫疾病長期在吃類固醇，上個月醫師建議做個骨質密度檢查看看，結果發現我已經有骨質疏鬆了！醫師說類固醇無法停藥，我該怎麼辦？越醫越病！我好煩惱…。

回覆：

類固醇有很好的抗發炎效果，在許多免疫疾病的治療上扮演重要的角色，然而骨質疏鬆正是長期使用類固醇的副作用之一，其停藥與否需仰賴專業醫師評估，方能找到類固醇於疾病療效與副作用之間的平衡。而針對骨質疏鬆的部分，我們提供以下建議：

- 每日攝取鈣質 1200-1500 毫克 (mg) 及維生素 D 800-1000 國際單位 (IU)。
- 維持運動習慣，並加入負重運動訓練肌力，以保護骨骼，預防跌倒。

- 依照醫師評估使用骨質疏鬆治療藥物。

問題：

我女兒今年 23 歲，我最近發現她好像已經咳嗽咳很久了，她說的確她這兩個月來時不時就會咳嗽，她自己覺得應該是過敏引起的，但我覺得有點不尋常，擔心會不會是肺癌前兆？請問她這種情況，如果去就醫的話該掛哪一科呢？直接去看腫瘤科可以嗎？

回覆：

慢性咳嗽的原因很多，常見的因素包括過敏性鼻炎、氣喘、慢性阻塞性肺疾病 (COPD)、胃食道逆流、感染等。目前雖不能排除有肺癌的可能，仍建議就醫時應先掛診胸腔內科，所有肺部相關疾病 (包括肺癌) 皆可由胸腔內科評估診療。

健康教育中心