



保骨的真相

文 / 劉采艷 花蓮慈濟醫學中心藥劑部臨床藥學科主任

Q

維骨力(glucosamine)和鈣片一樣，可以改善骨質疏鬆嗎？坊間有許多維骨力產品，應該如何選購？

維骨力(glucosamine)是義大利羅達藥廠(Rotta)的專利名稱，主要成分是葡萄糖胺硫酸鹽(glucosamine sulfate)，用來治療退化性膝關節炎。雖然名稱看似對骨頭有幫助，但它其實不含有「鈣」的成分，因此它沒有保骨的功效，對骨質疏鬆也沒有太大的幫助。

葡萄糖胺(glucosamine)可以由人體自製出來，在體內被分解成為胺基酸，轉換成半乳糖，也可以轉換成軟骨素，提供軟骨組織所需的養分。只是隨著年齡增長，合成葡萄糖胺的速度趕不上分解的速度，體內缺乏葡萄糖胺時，會影響關節內細胞的新陳代謝，造成關節疼痛、退化性關節炎等疾病。補充葡萄糖胺，可以促進體內蛋白多醣與膠原蛋白的製造，提供軟骨組織所必須的養分及關節囊滑液。

葡萄糖胺(glucosamine)是利用甲殼類動物的殼（如蝦、蟹），經過乾燥、去蛋白質、礦物質處理後，生成中間產物幾丁質(chitin)，幾丁質再經過

脫乙基化就變成甲殼素(chitosan)，再將甲殼素去高分子化就生成葡萄糖胺(glucosamine)。

市面上生產葡萄糖胺的藥廠及生技公司非常多，但添加的佐劑鹽類各有不同，大致可分為三大類：葡萄糖胺硫酸鹽(glucosamine sulfate)、葡萄糖胺鹽酸鹽(glucosamine HCl)、及不加鹽的葡萄糖胺(glucosamine free base)。有些複方產品會添加膠原蛋白或軟骨素等。

葡萄糖胺硫酸鹽(glucosamine sulfate)是最早在被研發出來的葡萄糖胺，由義大利羅達藥廠(Rotta)專利製造，由於在市場上已有二十年以上的時間，且有較多的文獻證實能改善關節炎，故在國內以「指示藥品」列管。而葡萄糖胺鹽酸鹽(glucosamine HCl)，知名的品牌像：MoveFree Advanced、Osteo Bi-Flex、Nature Made等，但因鹽酸鹽的技術較新，對於療效的研究報告並不適應很充足，衛生署僅以「食品」列管。等量的葡萄糖胺鹽酸鹽可以提供百分之



■ 維骨力屬於指示藥品，是許多中老年人認為可以「保骨」的藥方，不過維骨力的主要成份是葡萄糖胺硫酸鹽，屬於骨關節炎之營養補給品。

七十九的葡萄糖胺，但葡萄糖胺硫酸鹽只能提供百分之四十七至百分之五十二的葡萄糖胺。因此建議選用葡萄糖胺鹽酸鹽較符合經濟效益。

由於「維骨力」的名氣太大了，一般民衆把所有含葡萄糖胺的產品都稱為「維骨力」。但「維骨力」是專指義大利羅達藥廠(Rotta)製造，國內大統貿易公司進口的專利商品，衛生署核准「維骨力」的藥品許可證為「衛署藥輸字第010641號」，葡萄糖胺成分為Glucosamine sulfate，核准的適應症為「緩解退化性關節炎之疼痛」。目前衛生署把「維骨力」列為指示藥品，在購買前應該仔細諮詢醫師、藥師、藥劑生之後再來使用。

由於維骨力長期使用後，僅能緩解骨關節炎早期(第一、二期)之疼痛症狀，而沒有治療的效果，因此在美國並未核准為治療骨關節炎的藥物，但已普遍成為骨關節炎之營養補給品。在國內，維骨力原本屬於醫師處方藥，但由於長期

使用的安全性很高，因此在二〇〇九年六月更改為指示用藥，讓有需要的民衆自行至藥局購買，以節省健保資源。

目前維骨力在坊間發現有成分不明之偽藥，由於價格較低，因此吸引許多民衆購買，為了避免買到來路不明之偽藥，在購買時可注意藥品瓶身是否有清楚標示衛生署核准之中文許可證字號，藥品之中文仿單是否內容清楚，偽藥常為影印紙。

另外，不同廠牌的葡萄糖胺可能含有鈉或鉀等鹽類，長期服用可能造成高血壓或腎臟病患者的負擔。葡萄糖胺最常見的副作用為腸胃道作用，包括上腹痛，腹瀉，便秘、噁心。整體而言，算是副作用十分小的藥品。此外，懷孕期的婦女不要吃葡萄糖胺，因為此類藥品尚未進行致畸胎的臨床測試，對於胎兒的影響仍然不明。如民衆對葡萄糖胺過敏現象，則不應該繼續使用。🌿