

小心：補鈣不當會惹大麻煩！

最近，加拿大衛生部和歐盟藥物管理局發出警告：治療骨質疏鬆症的西藥增加患癌風險，要求限制使用治療婦女更年期後骨質疏鬆和嚴重高鈣血症的降血鈣素類藥物，正在使用降血鈣素的患者，應與醫護人員商談停藥。這是藥監部門再一次對於治療骨質疏鬆症的藥物提出警告，也使人更加關注如何正確補鈣。

鈣在血液中存在兩種形式。一種是游離的離子鈣，一種是和血清白蛋白或者氨基酸結合的非游離鈣。高鈣血症並不是說體內鈣太多了，而是指血清離子鈣濃度的異常升高。血清鈣濃度高於 2.75mmol/L 即為高鈣血症。血清鈣大於 4.5mmol/L，可發生高鈣血症危象，如高熱、心律紊亂、意識不清等，患者易死于心搏驟停、壞死性胰腺炎和腎衰竭等。臨床上通常測定的是總鈣，而不是離子鈣，所以日常檢驗中並不容易發現離子鈣濃度的異常升高。

高鈣血症的發生和很多疾病有關，比如甲狀旁腺亢進和各種癌症，其中約 1/3 乳腺癌可發生高鈣血症，這類病理性高鈣血，需要醫生結合原發病綜合治療。對於健康人來說，誘發高鈣血症的原因卻是意外的簡單：過量服用鈣離子，過量服用維生素 D 或者過量服用維生素 A，這樣因為服用補充劑不當而發生的高鈣血症最不值得。花錢沒有買到健康，反遭受傷害，得不償失。

市場上的傳統鈣劑以離子鈣為主。鈣以離子形式進入血液，長期過量服用容易導致高鈣血症。另外，離子鈣劑都添加維生素 D 以增加吸收。但是維生素 D 的半衰期長達 28 天，每服一次維生素 D，28 天以後體內還殘留一半。所以長期服用維生素 D 容易發生維生素 D 過量，這也會導致高鈣血症。特別要提出的是，人體缺鈣也會產生高鈣血症。因為人體存在著血鈣-骨鈣平衡，當血鈣濃度不能滿足機體需要的時候，骨頭裡的鈣離子就會被溶解到血液中，如果長期缺鈣，提取骨鈣的過程會產生異常，出現骨質疏鬆和高鈣血症共同發生的現象。所以缺鈣或補離子鈣過度，都可能導致高鈣血症。高鈣血症有疲勞、抑鬱、精神錯亂、噁心、嘔吐、便秘、腎功能障礙、多尿、心臟不適等症狀。病情加重時會引起昏迷和死亡。便秘是高鈣血症常見的跡象之一，服鈣以後如果發生便秘，應該諮詢醫生，以免造成傷害。

市場上即有效補鈣又不引起高鈣血症的鈣劑是分子螯合鈣。這種鈣被螯合結構保護，不是以離子鈣形式被吸收，所以不會提高血液中離子鈣濃度。鈣被送到靶細胞中參與生化反應以後，螯合劑還可以將游離的鈣離子排出體外。目前市場上只有寶力鈣是經過政府藥監部門批准使用的氨基酸分子螯合鈣。

寶力鈣是根據獲得諾貝爾獎的螯合理論開發出來的最新一代螯合鈣。寶力鈣直接經過腸道管壁上豐富的氨基酸通道被人體吸收，將鈣吸收部位從傳統的十二指腸擴大到整個腸道，吸收率達到 95% 以上。寶力鈣不需要維生素 D 參與吸收，具有效果顯著，毒副作用低的特點。寶力鈣由加拿大寶力藥業有限公司出品，按照北美最高 GMP 標準生產，通過了加拿大衛生部的嚴格審查，是北美唯一獲得政府認證的新一代鈣劑（批准號 NPN80000413），產品的品質和安全性的得到充分的保障。