

# TBMJ 台灣骨鬆肌少關節防治學會

## 課程摘要表

<b>主講題目</b>	<b>行動障礙症候群的預防與對策</b>
<b>摘要內容</b>	面對高齡化社會的到來，長者的生活品質更需要被重視，身體的老化是正常現象，如何可以幫助到患者，這也是很樂見的，補鈣對於骨鬆性骨折是重要的；對於長者退化性關節炎的幫助，除了藥物以及手術治療，是否還有其他的作為與選擇。

<b>主講題目</b>	<b>肌少症與失智症的關聯與預防</b>
<b>摘要內容</b>	長壽人生造就更多的高齡長者，少子的趨勢下如何維持自身的功能獨立，減少晚輩與社會負擔是當前重要的課題，預防肌少症與失智則是維持獨立的兩大關鍵，攝取適當營養、規律運動與積極社會參與是不二法門。