

だいじょうぶ?

痛風発作に御用心

夏の暑い日のゴルフの後、居酒屋に行ってビールで乾杯。そして翌朝、足の親指が腫れ上がり激痛で歩けなくなった…

痛風発作のよくあるパターンです。

痛風発作とは血液中の尿酸値（血清尿酸値）が上がり、血液中に溶け切れなくなったもの（尿酸結晶）が関節周辺にたまり、強い急性炎症を起こすものです。

もともと血清尿酸値の高い（高尿酸血症）人が、運動や暑さにより脱水状態になったところにビール等によるプリン体の過剰摂取が加わり、血清尿酸値が一気に上昇して発作（急性関節炎）が起こるのです。

痛風関節炎は、急性関節炎のひとつで男性の足の親指に多く見られますが、膝や足首の関節等にも起こり、また他の関節炎との区別が必要になります。可能な限り確定診断のために関節液を採取し、顕微鏡で尿酸結晶を証明すべきです。

姫路市医師会
スポーツ医学
委員会



長 嗣 磨

痛風発作を繰り返す人だけでなく、症状がなくても一定以上の高尿酸血症の人は治療の対象となります。高尿酸血症は、糖尿病や高脂血症と同じく生活習慣病のひとつであり、尿路結石、腎機能障害、高血圧などの原因にもなるからです。

食事療法、飲酒制限、運動療法による減量等を指導し、効果のない場合は血清尿酸値を下げる薬を使うことになります。

健康診断で高尿酸血症を指摘された方は、是非病院で治療の必要性について御相談下さい。

