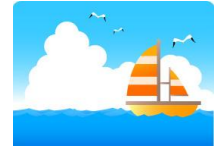


薬の伝言板 痛風



No.154 2010年9月

丸子中央総合病院 薬剤部

「風が吹いても痛い」ほどの激痛であることから、この名前が付けられたとも言われている痛風。近年、痛風は若い人に発症が増えていて、その予備群ともいえる高尿酸血症も食生活の変化で急増しています。

原因は？



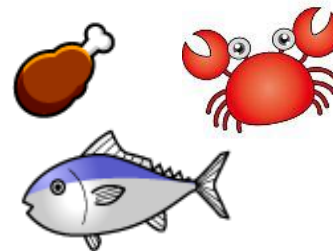
痛風は、血液中に尿酸という物質が増えた状態の高尿酸血症が原因で起こる病気です。

尿酸はエネルギー源の代謝産物であり、食物に含まれるプリン体からも産生されます。産生された尿酸の大部分は腎臓から尿中へ、残りは汗や便中に排泄されます。この産生と排泄のバランスが崩れ、血液中の尿酸値が7.0mg/dl以上の状態を高尿酸血症といいます。

この高尿酸血症の状態が続くと、関節の激痛を伴う痛風発作が現れます。

☆プリン体を多く含む飲食物

牛・豚・鶏などの内臓類
魚介類(えび、かになどの甲殻類含む)
卵、魚卵
ビールなどのアルコール類



痛風発作はなぜ起きる？

尿酸は体内で溶けにくい性質をもっています。そのため、増えすぎてしまった尿酸は溶けきれずに結晶化します。関節内に結晶がたまると、白血球が結晶を異物と判断し攻撃することで炎症が起き、痛みを生じます。これが痛風発作です。痛風は関節ならどこにでも起きますが、特に多いのが足の親指の付け根や足首などです。

痛風発作は、予感があることもありますが、多くの場合は突然起こります。関節が腫れ上がり、激しい痛みが2~3日続いた後、うそのように治まるのが特徴です。



薬物治療

痛風発作が起こった場合は、第1に関節炎の治療を行います。その後痛風の根本的な原因である高尿酸血症の治療をするため、尿酸降下薬を使用します。

※尿酸排泄促進薬、尿酸産生阻害薬は発作時に服用すると、症状を悪化させることがあるので、発作が治まるまでは服用しないようにしましょう。



	種類・薬剤	作用・特徴
痛風発作治療薬	非ステロイド抗炎症薬 (ボルタレン坐薬、ロキソニンなど)	痛みや炎症を鎮めます。 のみ薬は胃を荒らすことがあるため、胃薬を併用することがあります。
	コルヒチン	痛風発作の予防と初期治療に用います。 発作を予感した時に服用します。
高尿酸血症治療薬	尿酸産生阻害剤 (ザイロリック)	尿酸の産生を抑制します。
	尿酸排泄促進薬 (ユリノーム)	尿酸の排泄を促進させます。 多めの水で飲むようにしましょう。
	尿アルカリ化薬 (ウラリットU)	尿をアルカリ性に近づけて尿酸の排泄を促します。 尿酸排泄促進薬と併用で用います。

痛風を予防するために…

- 尿酸のもととなるプリン体が多く含まれている飲食物のとりすぎに注意しましょう。
- 十分な水分、体内をアルカリ性にする食品(海草・牛乳・緑黄色野菜など)をとる事は尿酸排泄を促進します。
- 痛風発作中はできるだけ安静にし、患部を冷却します。それ以外のときはウォーキング、水泳などの適度な運動を行いましょう。

