

高尿酸血症と痛風

血液検査で血清尿酸値が7.0 mg/・以上の状態を高尿酸血症といいます。尿酸は、細胞の成分である核酸（DNAなど）に含まれるプリン体と呼ばれる物質が、体内で分解されてできる老廃物の一種です。

尿酸は水に溶けにくいいため、血清尿酸値が一定以上になると、溶けきれなくなって周囲の組織に針状の結晶となって出てきます。関節の組織に出てきた場合、強い関節炎を起こします。これが、いわゆる痛風です。

痛風患者の90%以上が男性で、足の親指の付け根が赤く腫れ上がって強い疼痛を起こします。「風が吹いても痛い」といわれるほどの激痛発作です。激痛は3～4日続き、その後1～2週程で徐々に軽減して行きます。

また、尿酸結晶が尿路（腎臓、尿管、膀胱など）に出てくると、尿路結石となって、腹部・腰背部の激痛発作となることがあります。痛風・高尿酸血症を長年放置すると、関節の破壊、痛風結節、腎不全等に発展する恐れがあります。

痛風発作の前兆を感じたら、コルヒチンと呼ばれる薬を内服することで発作への進行を予防することができます。発作が起こってしまったらもはやコルヒチンは無効で、鎮痛薬の内服や消炎剤の関節注射などで、まずは激痛をやわらげます。

発作が完全に消失したところで、痛風の原因である高尿酸血症を治療する薬（尿酸降下薬）を使用します。発作中に尿酸降下薬を服用開始すると、発作がかえって重症化・長期化することがありますので注意してください。

すでに薬を服用していて発作になったときは、薬は中止せずに内服を続行します。日常生活上の注意として、プリン体を多く含む食品（肉汁・レバー・いくら・たらこ・オイルサーディン・あん肝・白子・ビールなど）を制限する。暴飲暴食を避ける、有酸素運動励行を心がける、などの対応も必要です。

高尿酸血症は、メタボリック症候群の原因の一部とも言われています。痛風発作を起こさないためにも、健康診断などで血清尿酸値が7.0 mg/・以上になったら、まずはかかりつけ医に相談しましょう。