

# 健康 ぷらざ

## つう ふう 痛風発作を起こす前に —尿酸値が高いといわれたら—

企画：  
日本医師会

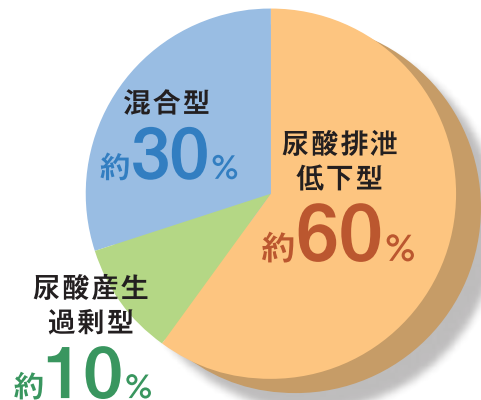
No.332

指導：帝京大学医学部内科 教授 藤森 新

### 高尿酸血症って何？

「尿酸」とは体内の細胞の老廃物です。通常は尿と一緒に排出され、血液の中の尿酸の濃度、いわゆる「尿酸値」の基準は4.0～7.0mg/dlくらいが正常範囲とされています。

しかし、何らかの異常で尿酸がスムーズに体外に排出されなかったり、生産されすぎたり、あるいは両方の原因で尿酸値が7.0mg/dlを超えてしまうと「高尿酸血症」と診断されます。右の円グラフのとおり、3つのタイプに分けられます。



高尿酸血症の3つのタイプ

### 痛風だけではありません

最近、高尿酸血症の患者数が増え、特に若い人の発症が目立つようになってきました。血中の尿酸値が高いままの状態が続くと、痛風を代表とするさまざまな合併症が出現することが知られています(表)。

それだけでなく、<sup>こうそく</sup>心筋梗塞などの<sup>きょけつせい</sup>虚血性心疾患の危険性が高まることもわかってきました。

表 主な合併症

痛風	体内で異常に増えた尿酸が関節や <sup>けん</sup> 腱などに沈着して急性の炎症(痛風発作)を起こす病気
<sup>じん</sup> 腎機能障害	尿酸が沈着することで動脈硬化も加わって腎機能が障害され、腎不全になる場合もある
動脈硬化症	尿酸の直接的関与は証明されていないが、動脈硬化を合併することが多く、心筋梗塞や脳梗塞が起きやすくなる
<sup>ぼうこう</sup> 膀胱結石	尿酸の結晶で結石ができやすくなり、腎結石、尿管・膀胱結石になる

そういえば  
この間...



### 放置しないように

高尿酸血症は、食生活を改善し、適度な運動を心がけ、必要であれば薬物療法で尿酸値をコントロールしていく必要があります。

尿酸値が高すぎる状態が続くと、ある日突然痛みや腫れなどの発作が起こります。これが痛風発作です。発作は数日で治まり次の発作まではまったく無症状なので、つい放置しがちになります。

健康診断などで尿酸値が高いといわれたら、放っておかずに、まずはかかりつけの医師に相談しましょう。