

痛風について

突然、足などの関節に激痛が走る、これが「痛風」の発作です。もっとも多く発症するのが親指の付け根で他にも足の甲、くるぶし、アキレス腱などにも痛みが出ます。痛風は男性に多い疾患とされています。



主な原因

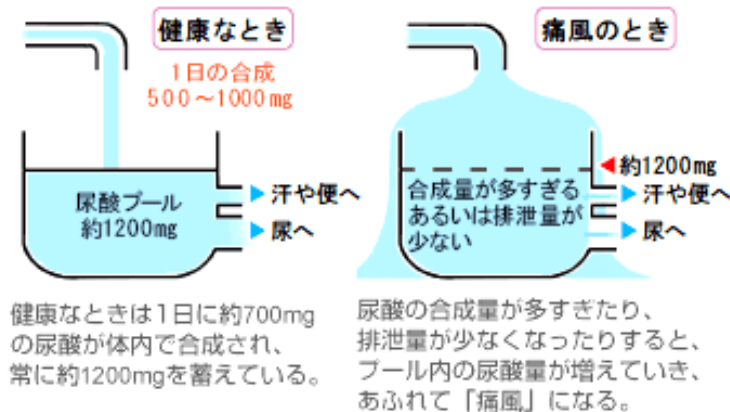
- ① 食事が偏りがちな人
- ② アルコールをたくさん飲む人
- ③ 肥満の人
- ④ 心身のストレスがある人
- ⑤ 遺伝

なぜ痛風は男性に多い？

女性は尿酸値が男性の3分の2程度しか無いため、女性ホルモンが尿酸の産生を抑えていると考えられています。しかし、閉経を迎えると女性ホルモンの分泌が減少するので尿酸の量が増え、注意が必要です。

痛風のメカニズムは

人間の体を「尿酸プール」にたとえて、尿酸が入り出すしくみをイメージした図



一般的に、「痛風」の発作は血液中に尿酸という物質が増えてしまうことによって起こります。通常は溶けている尿酸が結晶になり、体の関節などに沈着するため、激しい痛みを起こすのです。尿酸はプリン体という物質が分解されてできるもので、健康な人が蓄積する尿酸は常に1200mg、その半分以上が毎日入れ替わり、残りは汗・便・尿と一緒に排泄されます。血液中に尿酸が増えてしまう理由は①体内でつくられ過ぎる②排泄が上手くいかず体内にたまってしまう、いずれかの理由で生産と排泄のバランスがくずれるためと考えられています。

高尿酸血症の診断基準

正常値	7.0mg/dl以下
正常範囲	男性4.0~6.5mg/dl 女性3.0~5.0mg/dl

性別、年齢は問わず、血清尿酸値が7.0mg/dlを超えるものを高尿酸血症と診断されます。

※尿酸値が高いからといってすぐに痛風発作が起こるわけではありませんが、高尿酸の状態を放置すると、痛風発作以外に痛風結節・尿路結石・腎不全などを引き起こすことがあるので注意が必要です。