

痛風について

堀越 医院

堀越 健太郎 先生

痛風とは足の指関節が腫れて激しく痛む病気とご存じの人は多いと思います。

体の代謝産物である尿酸が体内に過剰蓄積し、その結晶が関節内に析出し関節炎を起こすことが痛風の病態です。痛風は尿酸が過剰蓄積しやすい体質(高尿酸血症)の人に発症しますが、体内での尿酸の産生過剰と尿酸排泄能力の低下があり、多くは後者によります。腎機能の低下または一部の薬剤の作用でも尿酸値は上昇します。なお痛風のほとんどは男性に発症します。

痛風による関節炎(痛風発作)は、前述のように足の親指の付け根にある関節(第一中足趾節関節)や足関節が好発部位です。発症は急で発赤と腫れを伴い、痛みが激しく歩けないことも少なくありません。患部に風がそよいただけでも痛むことを例え、先人はこの病気を「痛風」と名付けました。ただし関節の炎症は片方の一つの関節にとどまり、一度に多数の関節に及ぶことはありません。なお、足指の細菌感染、外反母趾、骨や皮下の腫瘍などの足の病気、また偽痛風などと鑑別し難いことも多く、そのような場合は整形外科医の診察を受けてください。

痛風発作の急性期の治療は、患部をできるだけ安静にして冷やすこと、また消炎鎮痛剤の内服などが挙げられます。痛みや腫れのあるうちは運動やアルコール摂取は禁物です。

通常1~2週間前後で腫れと痛みは消えますが、代謝疾患ですので多くの方がしばらくして痛風発作を繰り返すこととなります。慢性合併症として腎臓結石や腎機能障害などの内臓障害に至ることがありますので、一度でも痛風と診断された人は、できるだけ発作を繰り返さないよう注意してください。尿酸のもととなるプリン体を多く含む食品またはアルコール類は適度の摂取にとどめるなど、生活習慣に注意してください。また脱水により尿酸値が高くなりやすいので、普段から適度に水の補給をするのも良いと思います。生活習慣の注意によっても症状の経過や尿酸値に改善がみられない場合は、医師による薬物療法が必要です。