

高尿酸血症・痛風の患者指導

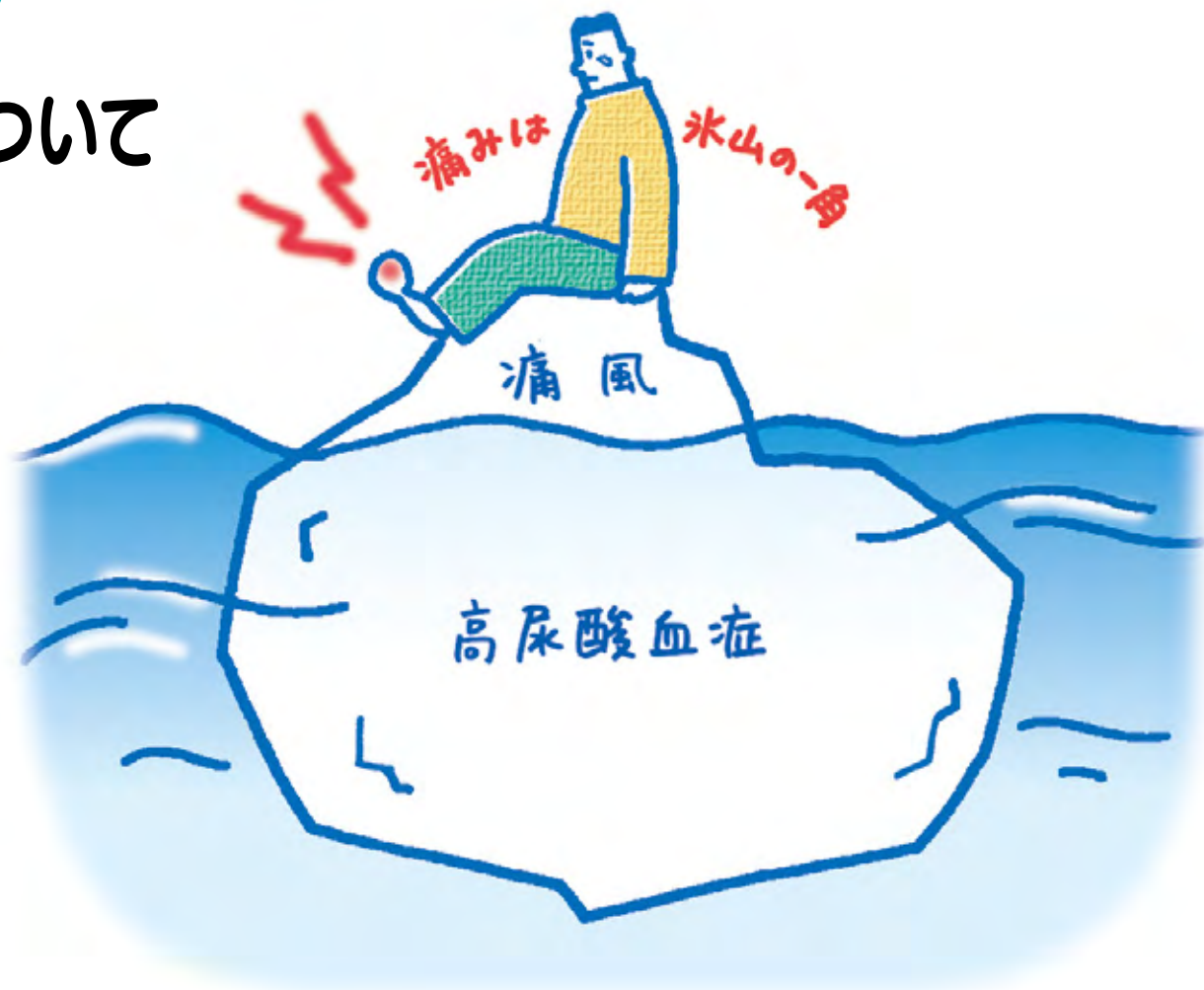
高尿酸血症・痛風について

監修：公益財団法人 痛風財団 理事長
東京女子医科大学 客員教授

鎌谷 直之

東京女子医科大学附属
膠原病リウマチ痛風センター 所長

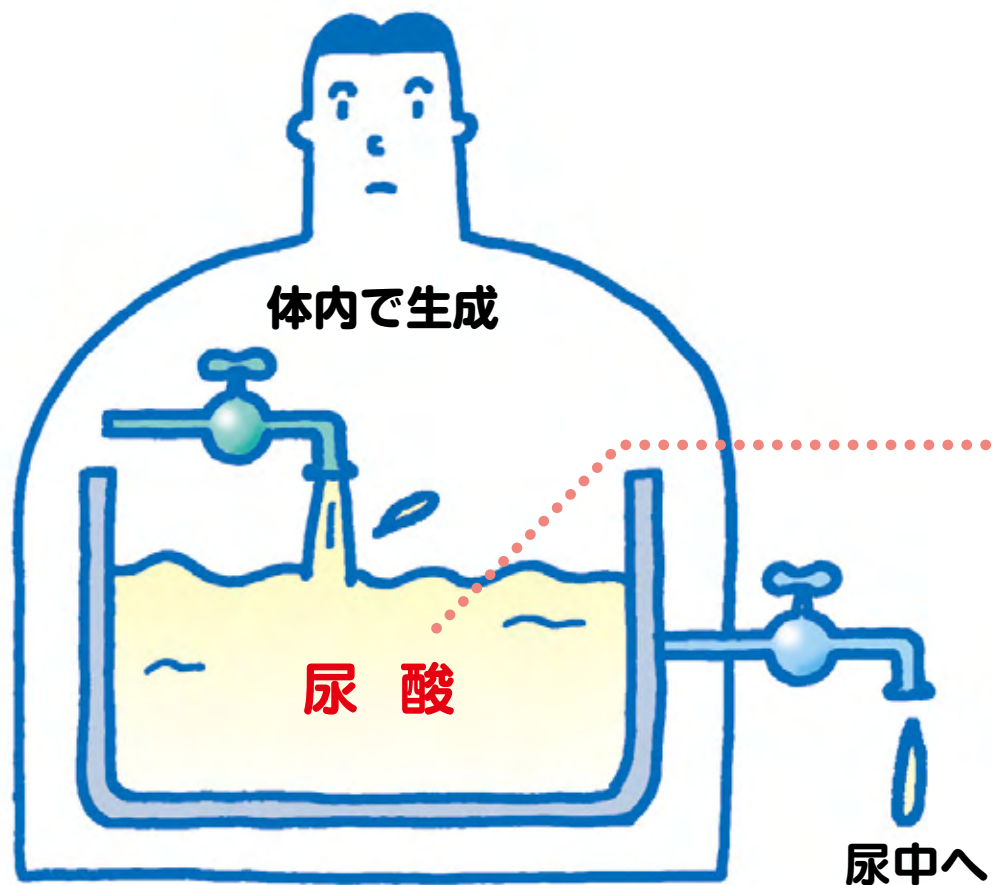
山中 寿



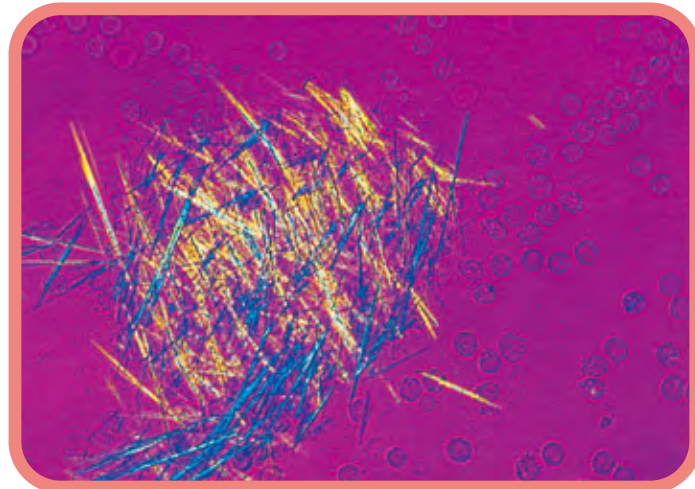
高尿酸血症とは

からだの中の尿酸が多い状態

(男性でも女性でも
血清尿酸値 **7.0mg/dL**を超えたら高尿酸血症)



からだの中の老廃物「尿酸」



尿酸塩の針状結晶

痛風とは

尿酸の結晶が関節などにたまり
激しい痛みをおこす病気

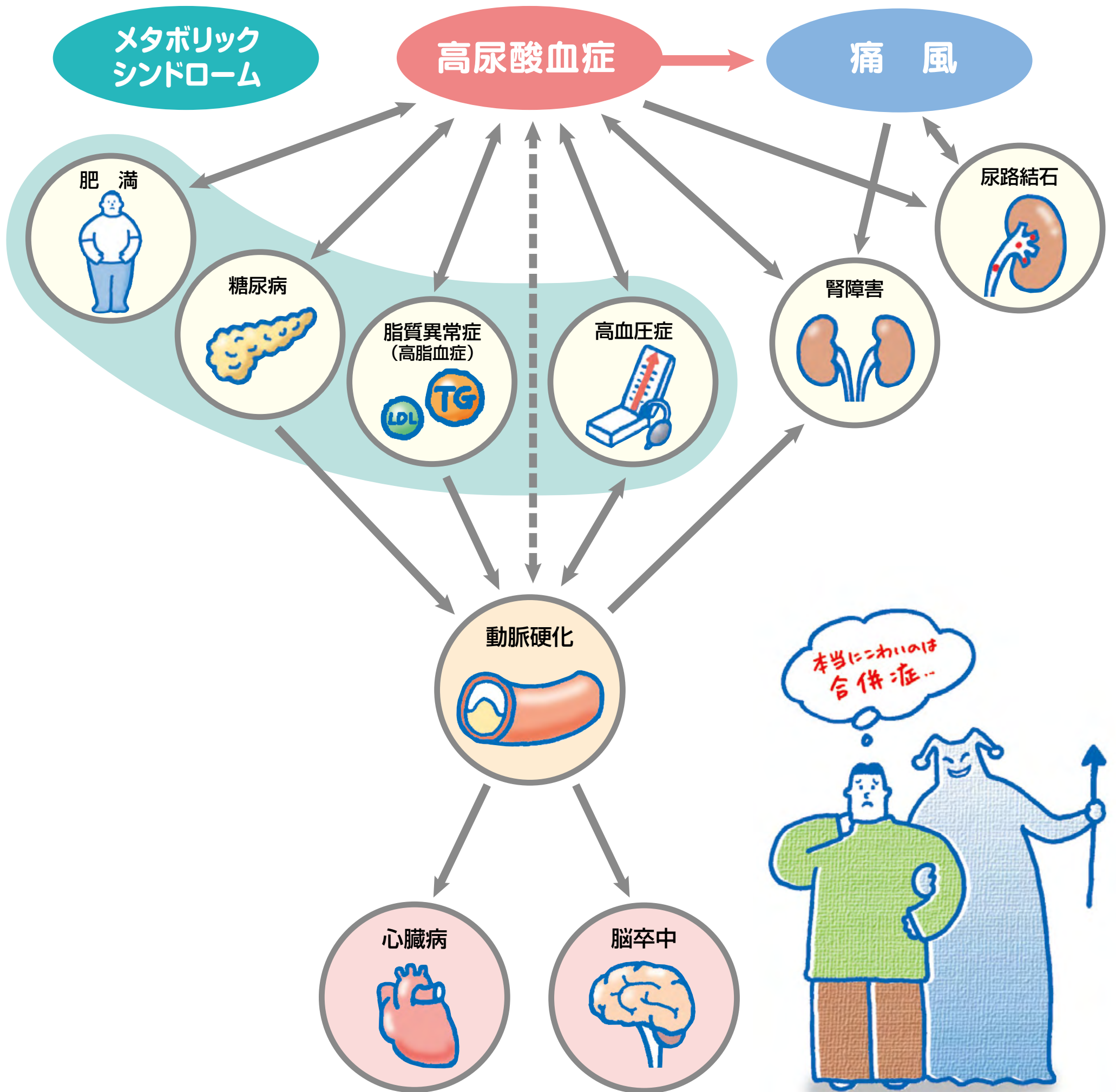


痛風発作



耳介の結節

様々な病気と関連します



●血清尿酸値 7.0mg/dL以下でも、血清尿酸値が高いと生活習慣病のリスクが高くなります。

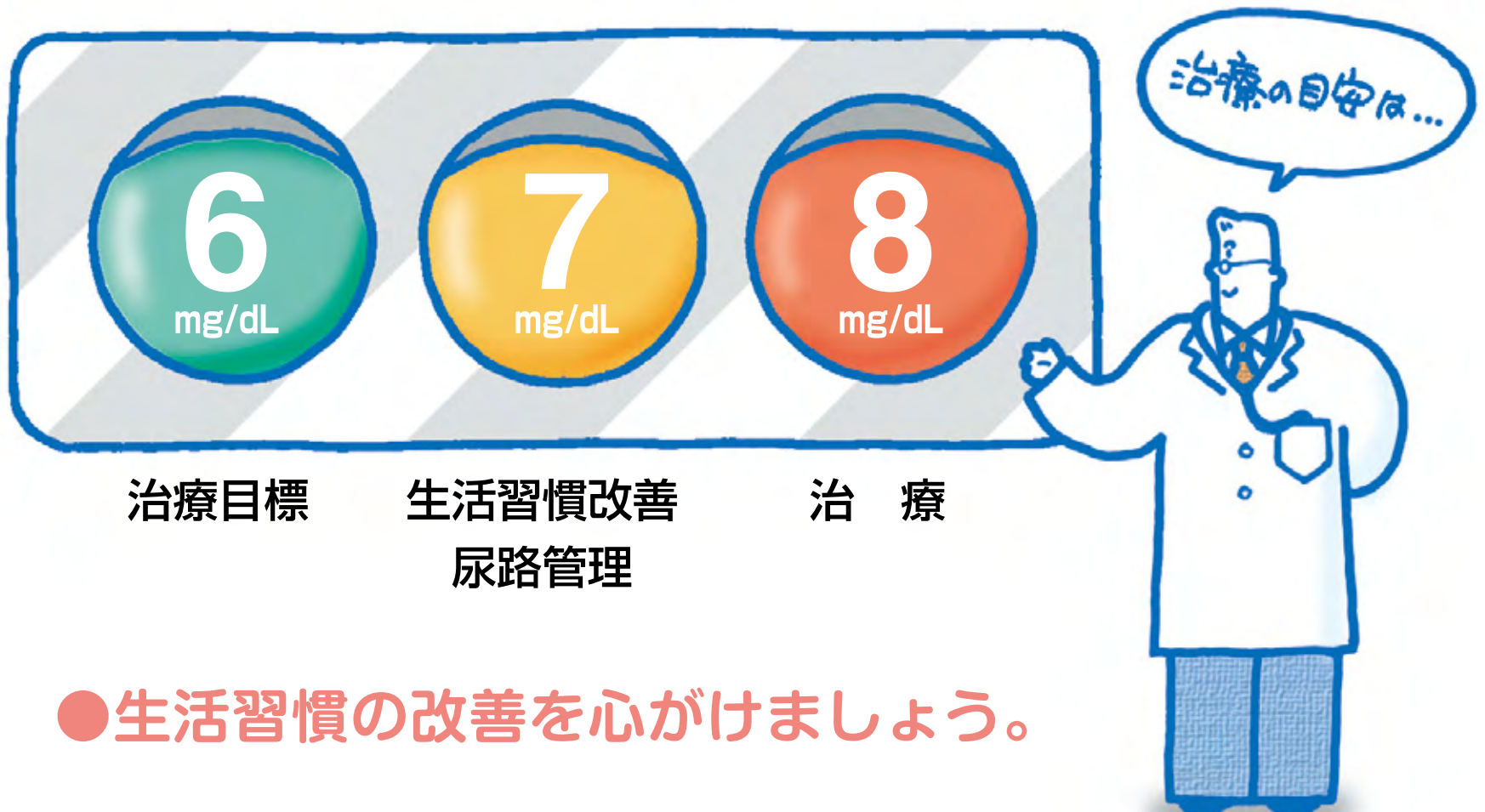
痛風発作がおこったら

痛みをおさえる薬を飲みます



高尿酸血症の治療

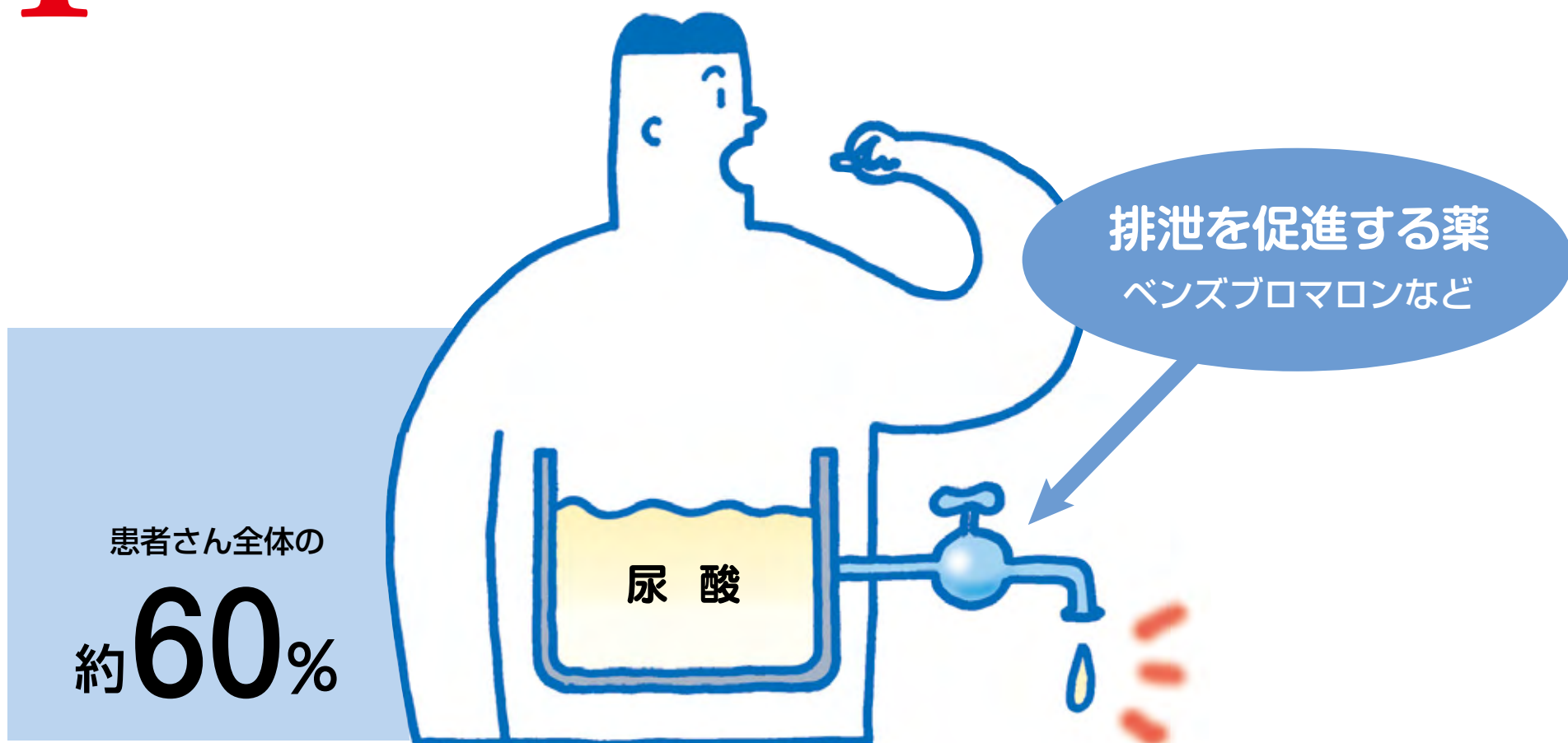
根本療法は血清尿酸値を下げること



●生活習慣の改善を心がけましょう。

タイプによって飲む薬が違います

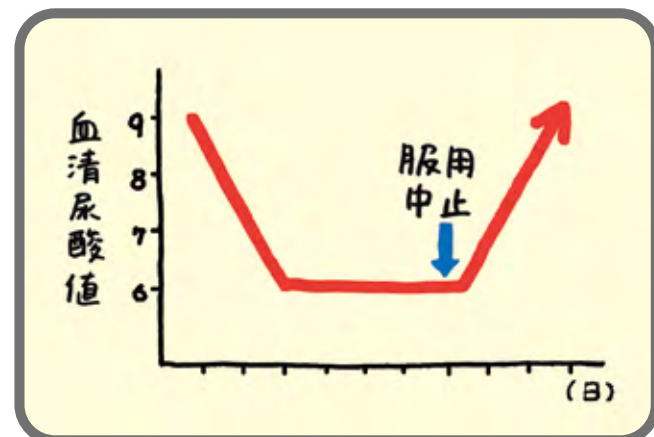
1 尿酸が排泄されにくいタイプ



2 尿酸がつくりだされやすいタイプ



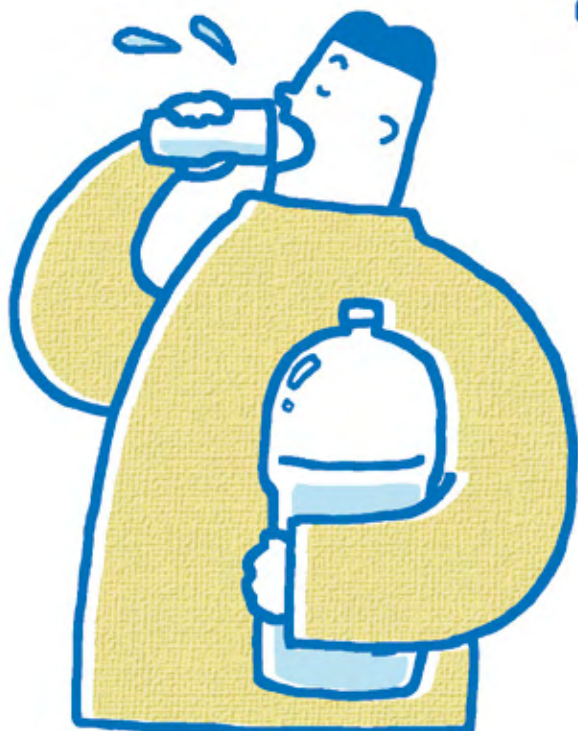
3 1と2の混合タイプ... 患者さん全体の約**30%** 飲む薬は1か2のいずれか、又はその併用



尿路管理をしましょう

●水分を多くとる

尿量を1日2リットル
くらいに



●尿をアルカリ化する



アルカリ性食品

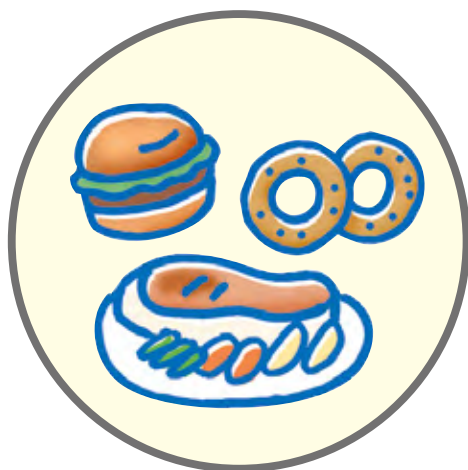


尿をアルカリ化する薬

自己管理 7つのポイント



1 標準体重を保つ



2 カロリーをとりすぎない
乳製品を多くとる



3 お酒はひかえめに



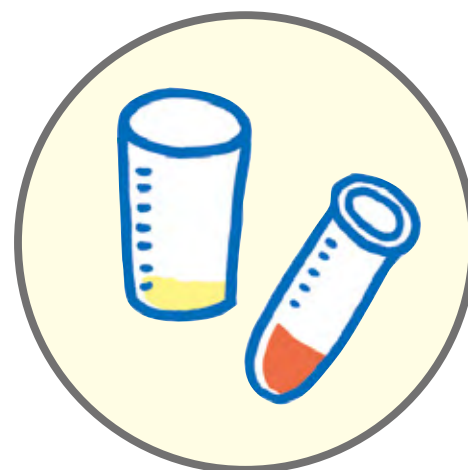
4 水分を多くとる



5 適度な運動をする



6 薬を途中でやめない



7 定期的に検査を受ける
お薬の効果、副作用などをチェックするために
尿酸値や肝機能を検査しましょう。

発行：  **鳥居薬品**

制作：株式会社 グループ・ティー