

薬剤部 DI ニュース

痛風・高尿酸血症のくすりはなし

- 高尿酸血症は、血液中に含まれる尿酸が、異常に増えた状態です。その結果、体に急性の関節炎を起こした状態が痛風です。尿酸は体の細胞の新陳代謝によってできる老廃物で、エネルギーの燃えカスや食べ物に含まれるプリン体という物質から作られます。通常、体内では毎日ほぼ一定の尿酸が作られ、その一方で尿中などに排泄されて、生成と排泄のバランスが保たれ、血液中の尿酸の量は正常に維持されます。
- しかし、遺伝的に尿酸が高くなりやすい体質の人が太ったり、プリン体(体内で尿酸となる物質)を摂りすぎると、尿酸の生成と排泄のバランスが崩れて血液中の尿酸の濃度が高くなってしまいます。近年、生活習慣の変化から尿酸が過剰に作られたり、腎臓からの排泄が悪くなったりして、血液中の尿酸が高い人が多くなっています。血液中の尿酸が増えると溶けきらず体のあちこちで結晶となって沈着し、痛風発作、腎障害、尿路結石を起こし、また動脈硬化(脳梗塞・心筋梗塞)を引き起こすこともあります。
- 血清尿酸値が 7.0 mg/dl を超えると黄信号で、要注意です。これを超えた場合を「高尿酸 血症」といいます。さらに血清尿酸値が 8.0 mg/dl を超える状態が長い間続くと、痛風などの病気が起こりやすくなります。一般的に、血清尿酸値が 8.0 mg/dl 以上が続いた場合は治療が必要になります。血清尿酸値が 6.0mg/dl 以下を治療中の目標値としてください。
- 高尿酸血症の治療では、次のことが基本になります。
 - (1) 食事療法
 - 1) 肥満を避けましょう
 - 2) 節酒を心がけましょう
 - 3) プリン体を多く含んだ食品の過剰摂取を避けましょう
 - 4) 水分を十分に摂りましょう
 - 5) 尿をアルカリ化する食品(野菜、海藻類など)を摂りましょう。
 - 6) ジュースなどの糖分を含む飲料も避けましょう。
 - * 4) 5)は尿路結石を防ぐために必要です
 - (2) 薬物療法
高尿酸血症の程度、タイプ、腎機能、合併症の有無をしらべて薬と量を決めます。一般的に食事療法をしても血清尿酸値が 9.0 mg/dl を超える人が薬物療法の対象になります。
 - その他心がけること
 - (3)
 - 1) 短時間に激しくからだを動かす運動は避けて、楽に行える程度の軽い運動(有酸素運動)を行きましょう。適正な体重(BMI 22kg/m²)を目標としてください。
 - 2) 定期的を受診して血清尿酸値を測定してもらい、薬や量の調節、合併症のチェックをしてもらいましょう。



全ての病気について言えることですが、信頼のできる医師の診察を受け、医師や薬剤師の指導の下に、養生・治療をしていくことが大切です。

痛風発作を鎮める薬

- ・ コルヒチン
痛風発作の前兆期あるいは初期から1錠づつ3～4時間ごとに使用します。しかし、副作用が比較的強いこと、使用開始が遅れやすいこと、また発作が起こってしまっている程度時間の経った発作には効果がないことから最近では使用されることが少なくなっています。
- ・ 消炎鎮痛剤（ロキソプロフェンなど）
発作の起きた後でも効果があり、最近は多く使われます。
- ・ 副腎皮質ホルモン（プレドニゾロンなど）
発作が激しい時には消炎鎮痛剤を併用して使用される場合があります。

高尿酸血症を改善する薬

- ・ 尿酸合成阻害剤（ザイロリック）
尿酸の生成を抑える薬で、尿酸の生成が過剰に多い人や腎結石を合併している人、腎臓の機能に障害のある人に用います。
- ・ 尿酸排泄剤（ユリノーム）
尿酸の尿中排泄を促進する薬で、尿酸の排泄機能が低下している人に用います。尿路の結石を防ぐため、尿をアルカリ性にする薬を併用することもあります。

（薬剤部 吉村）