

高尿酸血症について



姫路市医師会スポーツ医学委員会 高祖 清泰

高尿酸血症では尿酸値が高い状態（ 7.0 mg/dl 以上）が続き、血液に溶けきれなかった尿酸が

結晶化し、体内に蓄積します。これが関節腔に遊離すると白血球に貪食され、貪食が始まると、種々の遊走因子が合成されます。するとさらに多くの白血球が遊走し破壊され、白血球から細胞内の酵素が放出され軟骨を破壊し痛風発作（急性関節炎）が発症します。母趾の付け根やくるぶし、足関節、膝関節など下肢を中心に起こりやすく、関節の疼痛、腫脹、発赤が起こり、時には歩行困難となります。発作のほとんどは単関節炎で、7～10日程度で軽快します。もちろん関節内の結晶が自然になくなったわけではなく、高尿酸血症

の治療をせずに放置すると、次第に発作の頻度が増加し、再発を繰り返し慢性関節炎に移行します。関節滑膜、関節包、軟骨等に尿酸塩が沈着し関節が破壊されて変形を伴うようになります。

尿酸塩は腎臓にも沈着し慢性間質性腎炎を引き起こし、腎障害をきたします。また高尿酸血症は、肥満や高血圧、高脂血症を合併しやすく脳血管障害と虚血性心疾患の頻度が高いことも報告されています。

尿酸はプリン体と呼ばれる物質から産生されます。プリン体はビール、魚卵、レバー、魚の干物、エビ等に多く含まれていますので日頃からプリン体を多くとっている人は注意が必要です。また海藻や野菜類をしつかり摂ると尿がアルカリ性に傾き、尿酸が排泄されやすくなります。しかし血清尿酸値 9.0 mg/dl 以上の場合や生活習慣合併症のある場合には 8.0 mg/dl 以上で薬物治療が必要となります。