

## 痛風 (GOUT) 之防治

### 一、痛風的醫學定義：

- (一) 尿酸於關節形成結晶甚至結石。
- (二) 普林代謝紊亂或異常。
- (三) 尿酸的排泄減少。

### 二、痛風的成因：

- (一) 人體內普林代謝發生障礙所引起。
- (二) 血液中過量的尿酸堆積在關節與其鄰近組織形成尿酸晶體的聚集引起發炎症狀反應。
- (三) 發病時關節劇痛以及僵硬。
- (四) 多由飲食不當所引發。

### 三、普林的來源：

- (一) 人體自行合成。
- (二) 人體利用五碳糖與胺基酸自行合成。
- (三) 組織中核酸的分解。
- (四) 身體細胞遭破壞後產生大量普林。
- (五) 食物中的核蛋白。

### 四、痛風的臨床表徵：

- (一) 高尿酸血症 (Hyperuricemia)。
- (二) 急性單一關節炎 (Acute Monoarthritis)。
- (三) 尿酸鈉鹽形成 (MonoSodium Urate)。
- (四) 痛風石行成 (Tophi)。
- (五) 腎病變 (Gouty Nephropathy)。

### 五、痛風形成的誘因：

- (一) 過量的飲食與飲酒。
- (二) 嚴重的內科疾病。
- (三) 創傷。
- (四) 外科手術。
- (五) 外在環境溫度的改變。
- (六) 情緒變動。
- (七) 其他（藥物）。

#### 六、誘發痛風發病的時機：

- (一) 季節變換。
- (二) 冬天吃火鍋。
- (三) 半夜發作大腳趾：
  - 1. 體液堆積。
  - 2. ACTH 分泌減少。
  - 3. 肢體末梢溫度低。
  - 4. CO<sub>2</sub> 累積體內酸鹼值改變。

#### 七、痛風之預防與治療：

- (一) 飲食控制：
  - 1. 低普林食物飲食原則。
  - 2. 不食用動物內臟。
  - 3. 不喝酒尤其是啤酒與紹興酒。
- (二) 服用藥物：
  - 1. 秋水仙鹼 (Colchicine)。
  - 2. 非類固醇抗炎藥 (NSAID)。
  - 3. Indomethacin, Ibuprofen…。



**新泰綜合醫院 關心您！**