

心と体の

メンテナン

今月のテーマ ◆ 痛風

突然起きる関節の激痛 中高年男性の間で増加

Q 痛風とは、どのような病気ですか？

A ごく簡単にいうと、激痛を伴う関節炎です。足の親指の付け根で起こることが多く、ある日突然、熱を帯びて赤く腫れ、歩けなくなるほど痛くなります。

痛風の原因は、尿酸という化学物質です。細胞の核酸成分であるプリン体が分解されて作られる尿酸は、通常、適量が尿中に排出されます。しかし、尿酸の生産量が異常に多かつたり、量は普通でもうまく排出されなかつたりすると、尿酸の血中濃度が上昇します。増え過ぎた尿酸は、結晶化して関節の中に沈着します。痛風は、この結晶が白血球

が反応して攻撃を仕掛け、炎症が起きた状態です。

血液中の尿酸濃度は、男女とも年齢を問わず血清1デシリットル当たり7ミリグラムを超えると異常とされ、高尿酸血症と診断されます。ほとんどの場合、高尿酸血症は無症状です。

Q どのような進行しますか？

A 痛風には、無症状期、急性痛風発作期、間欠期、慢性痛風期があります。

無症状期とは、症状はありませんが高尿酸血症の状態で、痛風発作(激痛)がいつ起きてもおかしくない時期です。

発作が一度でも起こると、急性痛風発作期に入り

ます。発作は夜間就寝中に多く、足の関節部に発赤(皮膚が赤くなること)・発熱・腫れ・激痛が生じます。体の左右対称、例えば左右両足の関節に均等に発症することは珍しく、普通は体の片側の一カ所で起こります。突然痛くなり、24〜48時間程度で痛みのピークは過ぎ、その後は、長くても2週間ほどで痛みは完全になくなります。

この1回目の発作時に適切な治療を受けないと、早くて1年以内、長くて2年以内に7〜8割の人で再発作が起こります。1回目の発作後、次の発作までの無症状の時期を間欠期といいますが、2回目以降の発作も放置して何もしなければ、短期間に再発を繰り返す慢性期に入ります。

痛風は、冷えやすく血行が悪く、トラウマ(外傷や物理的負担)が繰り返して生じる部位で発症します。慢

性化すると、(尿酸の)結晶沈着は足の親指の関節だけでなく、足首やひざ、耳などに広がり、痛みも悪化する可能性があります。

発作の度に結晶が少しずつ固まり、皮下結節(丘疹)・きゅうしん・より大きく、腫瘤より小さい発疹(こぶ)ができることもあります。また、尿酸をろ過する腎臓に結晶が沈着すると、腎臓機能がどんどん低下し、尿酸がますます排出されにくくなる悪循環に陥るほか、尿路結石ができる心配もあります。

Q 痛風になりやすい人とは？

A 痛風は、女性に少なく、30〜50代の男性に多いのが特徴です。女性に少ないのは、女性ホルモンに腎臓からの尿酸排出を促す働きがあるからです。

痛風にかかる人の数は増えており、厚生労働省の調べでは、日本の痛風患者(通



中釜知則先生
Tomonori Nakagama, MD, MPH

家庭医学、産業・予防医学専門医。セーバー医科大学、イリノイ大学シカゴ校医学部産業・予防医学科を卒業後、同大学院で公衆衛生学修士号(MPH = Master of Public Health)取得。内科、婦人科、小児科を含むプライマリケア、一般診療、人間ドッグなどを手掛ける。

院者)の数は、1986年の30万人弱から、2004年には87万4000人と約3倍になりました。

かつて痛風は「ぜいたく病」と呼ばれ、食生活の豊かな人がかかる病気とされてきました。しかし、いまや男性なら誰でもかかり得る病気です。患者数増加の背景には、食生活の欧米化をはじめ、飲酒の増加、ストレスの増加、肥満、生活習慣の変化、薬の影響などがあるといわれます。

※次回は、痛風のリスク因子と診断について伺います。

INFORMATION

日本クリニック
Nihon Medical Healthcare
15 W. 44th St., 10th Fl.
(bet. 5th & 6th Aves.)
TEL: 212-575-8910
www.nihonclinic.com