



くすりと健康

一般社団法人
神戸市薬剤師会

高尿酸血症

人の体は古い細胞が壊され、新しい細胞が作られて常に置き換わっています。古い細胞が壊されるときに、細胞の中にあるプリン体が外に出て代謝を受けて尿酸になります。日々たくさんの細胞が壊されるため、食事から取ったプリン体からも尿酸は作られますが、体内にあるプリン体を使って作られる尿酸の方がかなり多いといわれています。

尿酸は作られる量と排泄される量のバランスが取れて一定の量を保っています。作られる量が多かったり、排泄される量が少なかったり、その両方であったりして、バランスが崩れ、血液中に尿酸の量が増えすぎると高尿酸血症と呼ばれ、痛風などの病気の原因となります。バランスが崩れる要因は、プリン体の多い食事や暴飲暴食、肥満、ストレス、腎臓などの病気、遺伝、利尿薬な

どの薬剤などがあります。

収支のバランスが崩れて尿酸の量が増えすぎると血液中に溶けきれなくなり、尿酸の結晶として析出し体内に沈着します。ただ、尿酸の結晶が体内に沈着しても、すぐに症状が現れるわけではなく、無症状のことが多くあります。しかし、そのまま放っておくと徐々に蓄積され痛風発作や尿路結石などの症状が出てきます。

尿酸は体のさまざまな部分に沈着しますが、関節に沈着しやすく、特に足の親指の付け根が多いようです。ただ沈着しているだけでは無症状ですが、ストレスや運動、急激な尿酸値の変化などをきっかけとして結晶が剥がれ落ち、そのことが原因で炎症が起き、痛みが発生します。これが痛風発作です。したがって剥がれ落ちる尿酸がなくなると痛みが治まりますが、尿酸値が高い状態を放置すると、また沈着と剥落を繰り返し痛風発作が起きます。

高尿酸血症の治療薬は、尿酸の合成を阻害する薬(アロプリノール、フェブキソスタット)や尿酸の排泄を促す薬(ベンズプロマロン、プロベネシド)がありますが、尿酸値が変化するとう痛風発作が増悪することがあるので、痛風発作が起こっているときは新たに飲み始めたり、服用量を変えたりしないでください。また、高尿酸血症では尿が酸性になり、尿酸が溶けにくくなるため尿路結石がでやすくなります。そのため、尿が酸性の場合は尿をアルカリ化する薬が使われたりします。

日常生活での注意点は、尿の量を増やすと尿酸の排泄量も増えるので水分を多く取るとよいでしょう。ただし、アルコールや清涼飲料水で取ることは避けてください。ほかに、肥満の解消やプリン体を多く含む食事を控えるとよいでしょう。

(北区) 薬局エヒラファーマシー

松本 博志