

# お薬通信 NO. 27

痛風は、国内では1960年頃まではまれな疾患と考えられていました。しかし食生活の欧米化やアルコール摂取の増加などにより、現在ではわが国において約80万人の痛風患者がいると推定されています。今回は痛風とその治療薬について紹介します。



## 痛風



### ～痛風とは～

ある日突然、足の親指の付け根の関節が赤く腫れて痛みだします。痛みは激烈で、**風が吹いても痛い**(これが名前の由来です)と言われ、大の大人が2、3日は全く歩けなくなるほどの痛みです。発作的な症状なので**痛風発作**と呼びますが、これはたいていの場合、1週間から10日たつと次第に治まり、しばらくすると全く症状がなくなります。ただし、半年から1年経つとまた同じような発作が起こります。繰り返しているうちに、足首や膝の関節まで腫れはじめ、発作の間隔が短くなってきます。この頃になると、関節の症状だけでなく、腎臓などの内臓が侵されるようになってきます。

### ～痛風と尿酸～

痛風発作の原因は**尿酸**という物質です。

尿酸はどんな人の体の中にも一定量あって、血液などの体液に溶けて循環し、尿の中に濾し取られて捨てられます。何らかの原因で血液中の尿酸の濃度が上がりすぎると、体に蓄積してきます。これがナトリウムと塩を作り、結晶になります。尿酸の濃度が高い状態が続くと、この尿酸塩の結晶が関節に沈着してきます。痛風発作は、尿酸塩に対してからだの防御機構である白血球が反応し、攻撃する時に起こります。また、**腎臓には尿酸が溜まりやすい**ため、尿路結石や腎機能低下に要注意です。さらに、痛風の患者さんでは心筋梗塞や、脳血管障害などの生命を脅かす病気を合併する割合も高いのです。

### ～高尿酸血症治療～

高尿酸血症・痛風の治療ガイドラインでは、高尿酸血症は性・年齢を問わず、血漿中の尿酸値が7.0mg/dLを超えるものと決められています。痛風関節炎を繰り返す人や痛風結節を認める人は薬物治療が必要となり、**血清尿酸値を6.0mg/dL以下にするのが目標**です。



## ～高尿酸血症治療薬～

高尿酸血症治療薬とその特徴です。



分類	成分	特徴	当院採用薬
尿酸生成抑制薬 ※	アロプリノール	・尿酸合成酵素のキサンチンオキシダーゼを阻害 ・腎機能に応じて減量が必要	アロシトール(100mg)
	フェブキソスタット	・新しいキサンチンオキシダーゼ阻害薬 ・腎障害時に減量の必要がない	
尿酸排泄促進薬 ※	ベンズブロマロン	・尿酸降下作用が強い ・肝障害に注意が必要	ユリノーム(50mg)
	ブコローム	・非ステロイド性抗炎症薬の一つ	パラミチン(300mg)
	プロベネシド	・広く用いられるが、腎障害時には無効 ・薬物相互作用に注意が必要	
尿アルカリ化薬	クエン酸カリウム・クエン酸ナトリウム	・尿 pH6.0～7.0 の範囲に入るよう調整する ・血清カリウム値の上昇に注意が必要	ウラリット配合錠 ウラリットU配合散
痛風発作治療薬	コルヒチン	・痛風発作の前兆期に1錠服用する ・予防では1錠を連日服用する(発作が頻発する場合等) ・副作用は腹痛と下痢が最も多い	コルヒチン(0.5mg)
	非ステロイド性抗炎症薬(NSAIDs)	・発作の極期に比較的多めに服用する	
	副腎皮質ステロイド	・NSAIDsの使用不可、無効な人、多発性に関節炎を生じている際に服用する ・徐々に減量するが、重症例では数ヵ月間服用する場合もある	プレドニゾン錠(1mg) プレドニン錠(5mg)など

※未治療だった方では、痛風発作がおさまってから飲み始めます。

## ～生活上の注意点～

高尿酸血症・痛風患者の治療は薬物療法ばかりでなく生活に注意することが重要です。

### 肥満の解消 食事療法

- ◇ 摂取エネルギーの適正化、プリン体の摂取制限
- ◇ 尿をアルカリ化する食品の摂取(野菜、海藻類)
- ◇ 十分な水分摂取(2,000mL/日以上)

### アルコール摂取制限

- ◇ 日本酒では1合/日、ビールでは500mL/日、ウイスキーではダブル1杯/日(約60mL)
- ◇ 禁酒日 2日/週以上

### 適度な運動(有酸素運動) ストレスの解消

飲み過ぎ  
注意！！



## ～食事中的プリン体～

食事から摂取されるプリン体は体内で最終的に尿酸に代謝されます。痛風を予防するには適正な食事量、ビールや食べ物でプリン体を摂りすぎない、水分を摂ることが重要です。目安は **400mg/日以下** です。ですが、まずは食べすぎないこと、野菜、海藻などを含めバランス良く色々な食材を摂ることを心がけましょう。

### プリン体が多く含まれる食べ物の例

- ◇ レバー類 (210～320mg/100g)
- ◇ 白子 (300mg/100g)
- ◇ 一部の魚介類 エビ、イワシ、カツオ (210～270mg/100g)



参考：Rp.レシピ 2007.夏  
高尿酸血症・痛風の治療ガイドライン第2版  
公益財団法人 痛風財団ホームページ

上尾中央総合病院 医薬品情報室(文責)  
TEL 048-773-1219(直通)  
作成日:平成23年9月8日