



くすい箱

発行

桐生厚生総合病院 薬剤部

発行責任者 小林 真弓

編集担当者 細谷 潤

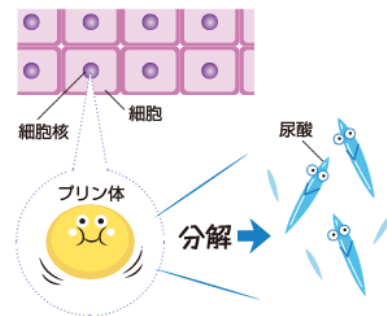
大手 直樹

矢古宇 由佳

第47回目のテーマは、“高尿酸血症・痛風”についてです。

尿酸とは？

私たちの体は多くの細胞からできています。その細胞には新陳代謝に必要な“核酸”という物質があり、細胞が新陳代謝を繰り返したり、運動をしたりしたときに、核酸は“プリン体”へと分解され、最終的にはこれ以上分解されない老廃物“尿酸”として尿中に排泄されています。また、プリン体は食べ物からも体に取り入れられ、同様に尿酸に分解されています。尿中の尿酸濃度が高くなると尿酸が結晶化して、尿路に石を作る尿路結石にもなりやすくなってしまいます。



高尿酸血症と痛風の違い

痛風とは尿酸が体の中にたまり、それが結晶になって激しい関節炎を伴う症状になる病気です。痛風が起きる前には血液の尿酸値が高い状態が長く続き、これを高尿酸血症と言います。

痛風は、高尿酸血症が持続した結果として関節内に析出した尿酸塩が起こす結晶誘発性関節炎であり、高尿酸血症と痛風は同じ意味ではありません。

高尿酸血症は、尿酸塩沈着症（痛風関節炎、腎障害など）の病因であり、血清尿酸値が7.0mg/dLを超えるものと定義されています。女性においては、血清尿酸値が7.0mg/dL以下であっても、血清尿酸値の上昇とともに生活習慣病のリスクが高くなります。

飲食物に含まれるプリン体

プリン体は体内で作られますが、肉や魚類、魚介類の卵や干物、内臓、また、ビールなどにも非常に多く含まれています。アルコール飲料は尿酸の排泄を抑えてしまうため、飲みすぎには注意してください。

また、健康食品の中には多量のプリン体を含む（400～21,500mg/100g）ものがあります。他の食品と合わせて100g換算にした為多くなっていますが、1日量に換算しても64～215mgが含まれます。これらの健康食品の服用には注意が必要です。

【高プリン体食品】

品名	プリン体含有量 (100g or 100mL あたりの mg)
レバー類	210 ~320mg
白子	300mg
一部の魚介類 エビ, イワシ, カツオ	210 ~270mg
通常のビール	3.4 ~7mg
地ビール	5.4 ~16.7mg
紹興酒	11.7mg



📌 尿酸値を下げるために

高尿酸血症・痛風に対する生活指導は、食事療法，飲酒制限，運動の推奨が中心となります。肥満になると尿酸を作りやすく排泄しにくい状態になりますので，食べ過ぎに注意し適正な体重に戻すことが重要です。食事療法としては適正なエネルギー摂取，プリン体の多い食品の制限や十分な飲水が勧められます。ただし，砂糖を多く含む清涼飲料水は尿酸値を上げてしまうので飲み過ぎには注意してください。



📌 痛風発作時の薬について

尿酸値を下げる治療を始める前に痛風発作が起きてしまったら，痛みや腫れを取り除く痛風発作治療薬を使います。尿酸値が 9.0mg/dL 以上になってしまうと，痛風発作や合併症を起こす危険性が高くなります。

【痛風発作治療薬】

- ・ コルヒチン
- ・ 非ステロイド抗炎症薬(NSAIDs)
- ・ 経口副腎皮質ステロイド



📌 尿酸値を下げるお薬について

尿酸降下薬は，「尿酸排泄促進薬」，「尿酸生成抑制薬」に分類されます。2種類の薬剤について表にまとめてみました。

分類	成分名	商品名	用法・用量
尿酸排泄促進薬	プロピベネッド	ベネシッド®	500~2,000mg/日 維持量：1000~2000mg/日， 2~4回に分服
	パラミチン	パラミチン®	300~900mg/日，1~3回に分服
	ベンズプロマロン	[後]ベンズプロマロン® [先]ユリノーム® [後]ナーカリシン® 他	痛風：25~50mg×1日1回， 維持量：50~150mg/日，1~3回に分服 高尿酸血症：50~150mg/日，1~3回に分服
尿酸生成抑制薬	アロプリノール	[後]アロプリノール® [先]ザイロリック® 他	200~300mg/日， 2~3回に分服
	フェブリク	[先]フェブリク®	1日1回10mgから開始，必要に応じ増量。 維持量：40mg/日，1日最大量60mg
	ウリアデック	[先]ウリアデック®	1回20mg 1日2回分服から開始し， その後は必要に応じ増量。 維持量通常：120mg/日，1日最大量160mg
	重曹(重炭酸ナトリウム)	重曹	3g/日，3回に分服
	クエン酸カリウム・クエン酸ナトリウム水和物	[後]ポトレンド® [先]ウラリット®	6錠(または3g)/日，3回に分服

赤字は当院採用薬です ※[先]:先発品，[後]:後発品

《参考資料》高尿酸血症・痛風の治療ガイドライン 第2版(2012)，痛風財団ホームページ

次回は、「緑内障治療薬」をテーマに、2018年6月発行予定です。