

中高年の男性要注意！足の親指の痛み「痛風」

Q:「痛風になると、まず足の親指の付け根の関節が赤く腫れて痛みだすと聞いたのですが本当ですか？ 痛風がどのような病気がよく分からないので教えてください。」

A:「痛風」とは手や足などの小さい関節内における「関節炎発作」のことです。足首や小指などの関節にも見られますが、一番多いのは足の親指のつけ根です。寝ている時など突然に激痛が起こり、発赤(ほっせき)、発熱、腫(は)れを伴い、歩くのが困難になります。3~4日はこういった状態が続き、その後は終焉に向かい、2週間ほどで消失します。

閉経の女性にも見られますが、多くは活動的な30-50代の男性に好発します。というのは、尿酸は「プリン」というたんぱく質の副産物で、飲酒(特にビール)、肉類、鳥類、魚類などの高たんぱく質食(高プリン食)の過剰摂取の方にみられ、ストレス過剰、過労などが誘因因子となり発症するからです。

痛風の原因は「高尿酸血症」です。蛋白質の過剰摂取もしくは腎臓の尿酸排泄機能の低下のどちらかの理由で、血中で尿酸の濃度が上昇し「高尿酸血症」となります。尿酸が過剰蓄積し、足や手の小関節内に尿酸が結晶となって蓄積し、痛みを起こす「結晶誘発性」の関節炎です。

急性痛風の治療は、消炎剤のほかに、高尿酸血症の治療や尿路管理になります。低蛋白食である生野菜、果実などの食制限や尿酸値を下げる薬を使います。

長い間、高尿酸血症でいると骨にも影響が出てきます。「通風性関節炎」というもので、レントゲンをとるとパンチで穴を開けたように骨の一部が溶けてしまったり、尿酸が結晶となって関節にどんどん蓄積していき、「痛風結節」という白いチョークに似た固いしこりができて関節を破壊していきます。そのしこりがどんどん大きくなっていくと皮膚から触ってもわかるようになり、手術が必要になる場合がありますので、早期に尿酸値を下げる内科的な治療することが大切です。

