

痛風とは、手や足などの小関節内に起こる急性関節炎発作のことです。写真のように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の炎症です。突然に発症し、発赤（ほっせき）、発熱、腫れを伴い、激痛が起こる症状で、3〜4日持続したあと消え始め、2〜3週間で消失します。

痛風の原因は尿酸の代謝異常です。食べ物などの過剰摂取または腎臓機能低下による尿酸排泄低下により、血中濃度が上昇します。高尿酸血症

## Dr. 林の 足のお悩み 相談室 足の親指の痛み「痛風」

閉経した女性にも見られますが、活動的な中高年男性に好発します。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、肉類、



急性痛風の治療は、高尿酸血症の治療と尿路管理です。低プリン食である生野菜、果実が中心の食事の摂取や、尿酸値を下げる薬の服用です。

い時にはしこりが指の小さな血管を圧迫するため循環が途絶え壊死し、切断手術が必要になるケースに発展することもありますので、慢性化する前に治療することが大切です。

治療をすぐに開始しないと尿酸が結晶となって関節に蓄積し、「痛風結節」という白いチョークに似た固いしこりができる慢性関節炎発作期に移行します。痛風結節が関節や皮膚に溜まり、そのしこりが大きくなっていくために足の指の神経を圧迫し、痛みが慢性化するので手術で結節を除去する必要があります。ひど

となった尿酸が体内に過剰蓄積し、足や手の小関節内に結晶となって蓄積するために痛みが起きる「結晶誘発性」の関節炎です。

魚類などの高プロテイン食（高プリン食）の過剰摂取の方にみられ、ストレス加齢、過労などが誘因因子となり発症するからです。

去する必要があります。ひど



（林 美香 / 41丁目メディカル 足病科形成手術専門医）  
www.mikahayashi.com  
mail@mikahayashi.com