

痛風と偽痛風

いざという時のために知っておきたい  
治療 & 予防方法

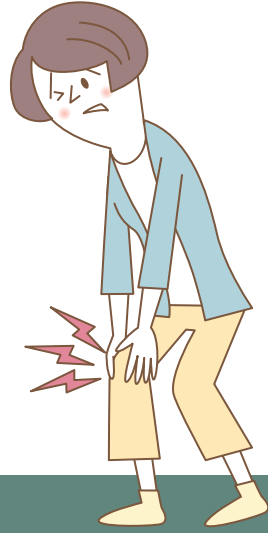
痛風

男性はもともと尿酸値が高く発症しやすい傾向にあります。女性でも閉経後はリスクが高まります。前兆痛の段階で尿酸値を下げる薬を飲むと、発症を抑えることができます。



偽痛風

予兆なく突然痛み出します。レントゲンを撮ると、関節に石灰化像が見られます。再発しにくい反面、原因が解明されていないため、特に効果的な予防方法はありません。



- ☑ 発症時の痛みには**鎮痛剤**を使用。痛みが落ち着いたら**尿酸値を下げる薬**を使用。
- ☑ **1週間ほど**で痛みがおさまることが多い。
- ☑ 一度発症すると繰り返しなりやすいため、**予防を心がける**ことが大切。
- ☑ **プリン体**を多く含む食品の過剰摂取を控える。  
例) レバー、干物、白子、えび、酒類 など。
- ☑ 薬で尿酸値のコントロールをする。

治療方法

再発

予防方法

- ☑ 発症時の痛みには**鎮痛剤**を使用。関節が腫れて水がたまっている場合は**ステロイド剤**を注入して痛みを抑える。
- ☑ **2～3日**で痛みがおさまることが多い。
- ☑ 再発しないことも多く、もし再発しても数年あく傾向がある。
- ☑ 根本原因が不明のため、特に予防方法はないのが現状。

その他の関節痛

変形性関節症

加齢による筋力の低下や骨粗鬆症により、関節が変形して痛む。筋肉を鍛えると好転することが多い。

関節リウマチ

朝方に指の第二関節がこわばり、時期をずらして左右対称に起こることが多い。女性に多く、慢性化しやすい。

化膿性関節炎

細菌感染による関節炎。抗生剤で細菌を取り除く。腫れをとまった場合、偽痛風と間違いやすい。

ひと口に関節痛といっても原因はさまざま。  
自己判断せず整形外科や内科を受診しよう



健康寿命

をのばすために  
今したいこと



監修 団 茂樹先生  
宇部内科小児科医院院長。総合内科専門医、医学博士。1982年日本大学第一内科大学院修了、カナダ州立オンタリオがんセンター留学、那須中央病院内科部長、千代田漢方クリニック院長を経て現職。東洋医学にも詳しく、ていねいなスクリーニングによる漢方薬の処方にて定評がある。

© paylessimages / amanaimages PLUS

原因も治療方法もまったく違う！  
痛風と偽痛風

似た病気と誤解されやすい痛風と偽痛風。どちらも激痛をとるような関節痛の一種ですが、原因はまったく異なります。総合内科専門医の団茂樹先生に、見分け方や治療方法の違いをお聞きします。

取材協力：ティーベック株式会社

長寿時代の昨今、  
関節痛に悩む人は多い

痛風と偽痛風。名前はよく似ていますが、「関節がひどく痛む点」は共通しているものの、原因はまったく異なります」と團先生。

「痛風は血液中の尿酸の濃度が高くなり、その状態が長く続くことで発症します。尿酸は体内でプリン体が分解された後の残りカスなので、プリン体を多く含む食べ物や飲みものを過剰に摂取すると、尿酸も増加して痛風の発症リスクが高まるのです。それに対して偽痛風は、関節に付着したピロリン酸カルシウムの結晶が関節内部に入り込むことで発症します。なぜそうなるのか、根本的な原因はわかっていません」

また、症状や対処方法も異なるそう。「痛風の多くは足の親指のつけ根が痛みますが、偽痛風は膝の痛みが目立ちます。さらに、痛風はプリン体のとりすぎに配慮した食生活を心がけ、尿酸値を下げる薬を飲むことで予防できますが、偽痛風は原因が不明ゆえ、特に予防方法はありませぬ」。

ほかにも関節が痛む病気は多く、「超高齢社会になり、どこから関節に痛みを抱える人が増えています。それぞれ原因や治療方法が異なりますから、自己判断や放置は禁物。整形外科や内科を受診するのがおすすめです」。

どんな病気？

痛風と偽痛風

	痛風	偽痛風
原因	尿酸の濃度が高い状態が続き、尿酸塩が関節にたまることで起きる。	関節の軟骨や骨膜に付着したピロリン酸カルシウムの結晶が関節内部に入り込むことで起きる。
症状	足の親指のつけ根が痛むことが多い。ピリピリとした前兆痛がある。慢性化しやすい。	膝、手首、肩、足首など大きな関節に発症することが多い。突然痛み出す。慢性化しにくい。
なりやすい人	比較的、男性に多い傾向がある。プリン体の多い食べ物や飲みものを好む人にも多い。	高齢の女性にやや多い傾向がある。