

A close-up photograph of a person's foot and hand. The person is holding their foot with their hand, suggesting pain or discomfort. A doctor's hand, wearing a white glove, is visible near the foot. The background is blurred, focusing attention on the foot and hand.

痛風

馬偕紀念醫院家庭醫學科

我們不一樣

高尿酸

痛風

慢性 VS 急性



無症狀
高尿酸



急性痛風
關節炎

慢性 VS 急性



無症狀
高尿酸



急性痛風
關節炎

高尿酸血症

血液中尿酸過高



男性 > **7.5**mg/dL



女性 > **6.5**mg/dL

高尿酸血症

血液中尿酸過高



40%



30%

高尿酸血症

血液中尿酸過高



內生性普林



高普林食物

高尿酸血症

血液中尿酸過高



內生性普林



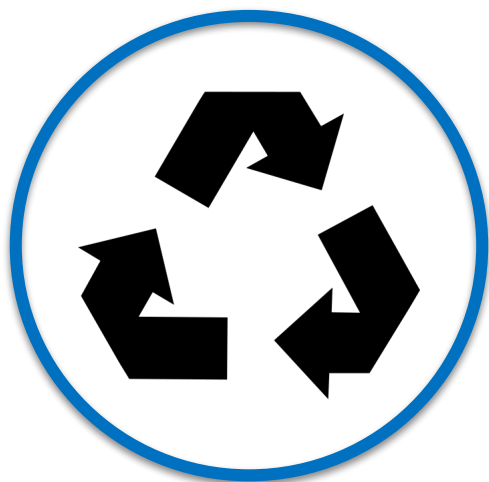
高普林食物

高尿酸風險因子

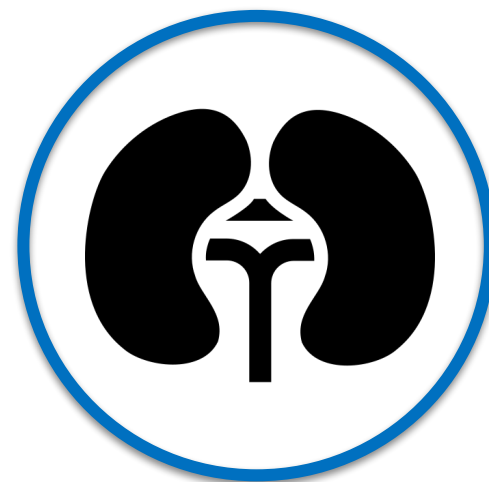
內內生性普林



家族遺傳



代謝疾病



腎臟病

高尿酸風險因子

內內生性普林



中年男性



停經婦女



肥胖

高尿酸血症

血液中尿酸過高



內

內生性普林



外

高普林食物

高尿酸風險因子

外 高普林食物



內臟



海鮮



香菇

高尿酸風險因子

外 高普林食物



脂肪



肉湯

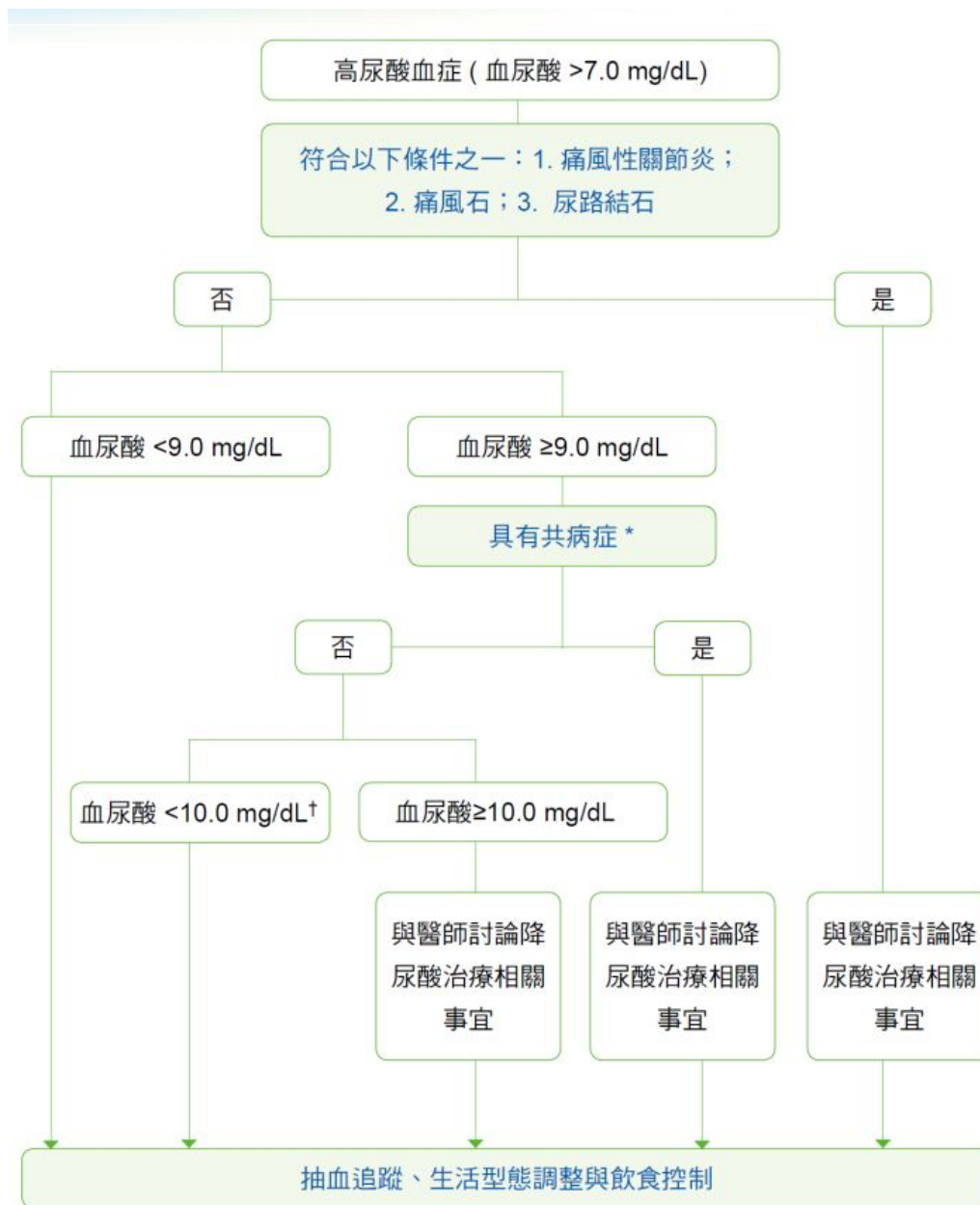


酒精

高尿酸血症治療

降尿酸藥
預防發作
每日服用

止痛藥物
急性疼痛
不痛就停



* 共病症可包含慢性腎臟病、高血壓、缺血性心臟病、糖尿病、代謝症候群等。

† 若經生活型態調整一段時間尿酸仍未降至治療目標，仍可和醫師討論，以決定是否接受降尿酸治療

高尿酸血症治療

不可任意停藥以免尿酸飆高
促進尿酸排泄：

Benzbromazone(優力康)



Febuxostat(福避痛)



高尿酸血症治療

不可任意停藥以免尿酸飆高

抑制尿酸產生：

Allopurinol(安樂普利諾)

注意
過敏



高尿酸血症

10%

會發展成痛風！

慢性 VS 急性



無症狀
高尿酸



急性痛風
關節炎

痛風

尿酸結晶堆積在關節

大多發生於腳姆指關節、夜間

紅、腫、熱、痛

痛風誘發因子



外傷



感染



酒精

痛風治療

降尿酸藥
預防發作
每日服用

止痛藥物
急性疼痛
不痛就停

痛風治療

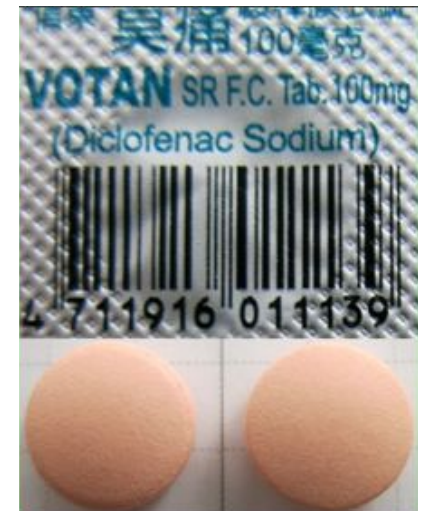
急性短期使用，不痛就停
非類固醇消炎止痛劑：NSAIDs



那普洛先



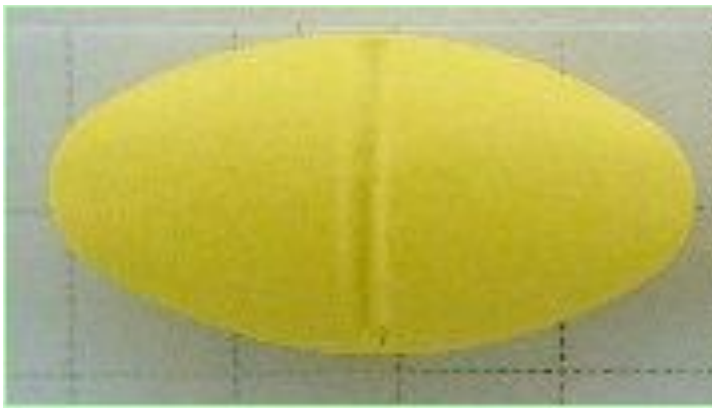
驅炎寧



莫痛

痛風治療

急性短期使用，不**痛**就停
非類固醇消炎止痛劑：NSAIDs



博疏通



希樂葆

痛風治療

急性短期使用，不**痛**就停
秋水仙素：Colchicine(秋水仙鹼)



24小時內
給藥佳

痛風治療

急性短期使用，不痛就停

類固醇：Corticosteroid



乙酸可體松



樂爾爽

痛風治療

急性短期使用，不痛就停

類固醇:Corticosteroid



蒙治爽



得立生

其它併發症

慢性痛風石關節炎、阻塞性腎結石腎病變、腎衰竭

A.



B.



C.



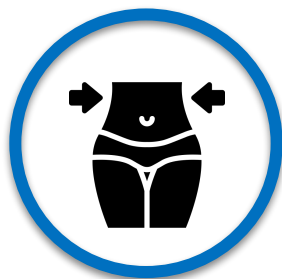
D.



高尿酸血症/痛風 生活



勿過度勞累



減肥



勿劇烈運動



戒酒



多喝水



勿暴飲暴食

高尿酸血症/痛風 飲食

避免高普林**食物**



內臟



海鮮



香菇



脂肪



肉湯



酒精

高尿酸血症/痛風 飲食

增加風險

肉類

海鮮

啤酒及烈酒

含果糖之食物及飲料

降低風險或不影響風險

維生素 C，櫻桃，一般水果

咖啡

牛奶、優格、低脂奶製品、脫脂奶粉

胡蘿蔔、蘑菇、豌豆、豆類、扁豆、菠菜、花椰菜

燕麥片

素肉

豆製品

茶、無糖汽水 - 無風險

紅酒

你想的是正確的嗎？

Q:痛風是有痛或吃大餐前再吃藥就好？

你想的是正確的嗎？

Q: 痛風是有痛或吃大餐前再吃藥就好？

A: 長期的降尿酸藥物還是要吃
才能壓制尿酸不會突然飆高

你想的是正確的嗎？

Q: 如果痛起來吃降尿酸藥物有效嗎？

你想的是正確的嗎？

Q: 如果痛起來吃降尿酸藥物有效嗎？

A: 沒效, 痛風急性發作要搭配止痛藥
才能消炎又止痛

你想的是正確的嗎？

Q: 豆類可以吃嗎？

你想的是正確的嗎？

Q: 豆類可以吃嗎？

A: 其實是可以的喔, 不影響

2016年 台灣痛風與高尿酸血症指引



馬偕紀念醫院
Mackay Memorial Hospital

