

厚生連診療所だより

高尿酸血症



高尿酸血症とは、体内で「プリン体」が分解される際に発生する老廃物である「尿酸」が増えすぎている状態です。

尿酸値が**7.0mg/dl**を超えると高尿酸血症と診断されます。

高尿酸血症の原因は？



食習慣・飲酒・運動習慣といった生活習慣が大きく関係しています

プリン体の多い食品をよく食べる
アルコールをよく飲む
肥満である
運動不足である
ストレスが多い

プリン体の多い食品

- ・アルコール類（特にビール）
- ・白子類
- ・レバー類
- ・肉類
- ・干物（イワシ、サンマなど）

高尿酸血症の状態が続くとどうなる？

尿酸値が高い状態が続くと、血液に溶け込んで尿酸が結晶化し体の中の様々な場所に影響を及ぼします。



関節に尿酸結晶がたまって炎症をおこす ⇒ **痛風**



腎臓に尿酸結晶がたまって働きが悪くなる ⇒ **腎障害**



尿路(尿管、膀胱、尿道)に尿酸結晶がたまって石をつくる ⇒ **尿路結石**



尿酸値の数値は血液検査で分かります。まずは健康診断の結果を確認してください。

厚生連診療所では、高尿酸血症の「**診断・治療**」ができます。尿酸値が気になる方は厚生連診療所にお気軽にご相談下さい。

診療日・診療時間の詳しい問い合わせ内容は

くまもとかうせいれん をクリック！

JA熊本厚生連は、職場の健康・家庭の健康・社会の健康を目指します

〈お問い合わせ〉
熊本県厚生連診療所
☎ 096-328-1055
内線 (2800)