

豊田市の衛生検査所です（ISO15189 認定施設）



株式会社グッドライフデザイン

らぼニュース

発行：ラボラトリー事業部

病気についてのお話～痛風～

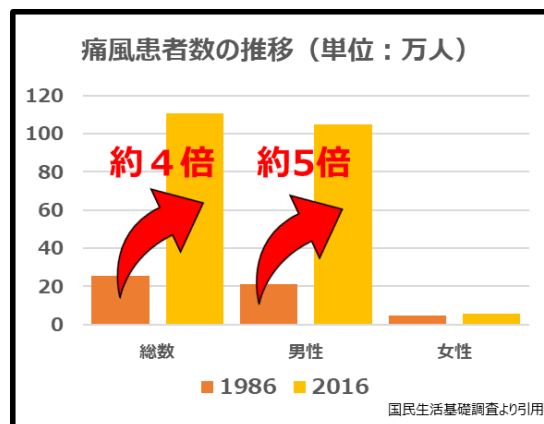


1. 痛風とは？

痛風は尿酸が体の中にたまり、それが結晶になって激しい関節炎を伴う症状になる病気です。

尿酸結晶による関節炎は痛みを伴います。文字通り「風が吹いただけで痛い」ということですね。

厚労省国民生活基礎調査によると我が国における痛風患者数は1986年から2016年の30年間に於いて約4倍に増加し、男性のみに限ると約5倍増加しているといわれています。

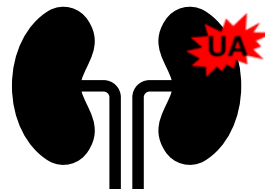


2. 検査する項目は？



痛風の検査は、血液検査で「尿酸（UA : uric acid）」値を測定します。尿酸値が基準値の7.0mg/dlを超えると、血液に溶け切れなくなった尿酸の結晶化が始まり、尿酸結晶が関節やその周辺、腎臓や尿路にたまっていきます。

全国健康保険協会 HP より引用



3. 痛風を予防・改善するには

- ◆ 食べ過ぎを控える
- ◆ 適度な運動習慣
- ◆ ストレスを上手に解消 など



食品中に含まれる「プリン体」は体内で「尿酸」に代謝されます。「プリン体」を多く含む食品の摂

プリン体を多く含む食品

- 牛、豚、鶏レバー
- 牛肉、豚肉
- イワシやアジなどの干物
- 白子やアンコウの肝 etc...

プリン体の少ない食品

- 米、パン、蕎麦などの穀類
- 野菜、果物類
- 海藻類
- 鶏卵 etc...

取を控えることで「痛風」の予防につながります。

編集後記

今後も多くの皆様にご利用いただけるよう更なる改善を図り、有益な情報提供も行って参りますので、
よろしくお願い申し上げます。

担当：生化学部門

検査に関するお問い合わせ、
ご要望は下記連絡先にご連絡ください。

お問い合わせ：
〒471-0821 愛知県豊田市平和町 1-66
TEL：0565-25-3165（代）
FAX：0565-25-3166（代）

会社ホームページ
<http://www.goodld.com>

