

Tongfeng



中西会诊, 创建医疗新理念
防治相宜, 迎接健康新纪元

“痛风”是四十岁以上男性最常见的炎性关节病

发作时往往巨痛难忍

严重时甚至导致终年洗肾的命运

想要远离疾病

就靠中西医为你打造美好生活！

痛风

GOUT

作者

李信兴 廖桂声

重庆大学出版社

Tongfeng

中西医 会诊系列

中西会诊, 创建医疗新理念
防治相宜, 迎接健康新纪元

痛风

GOUT

作者

李信兴 廖桂声

重庆大学出版社

本书由台湾书泉出版社授权出版
版贸核渝字 2004 第 2 号

图书在版编目(CIP)数据

痛风/李信兴, 廖桂声编著. —重庆: 重庆大学出版社, 2004.11
(中西医结合系列)

ISBN 7-5624-3117-5

I. 痛... II. ①李... ②廖... III. 痛风—中西医结合—诊疗 IV. R589.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 035990 号

痛 风

李信兴 廖桂声

责任编辑: 孙英姿 姚正坤 版式设计: 孙英姿

责任校对: 蓝安梅 责任印制: 秦 梅

*

重庆大学出版社出版发行

出版人: 张鸽盛

社址: 重庆市沙坪坝正街 174 号重庆大学(A区)内

邮编: 400030

电话: (023)65102378 65105781

传真: (023)65103686 65105565

网址: <http://www.cqup.com.cn>

邮箱: fxk@cqup.com.cn (市场营销部)

全国新华书店经销

重庆现代彩色书刊印务有限公司印刷

*

开本: 880×1230 1/32 印张: 6 字数: 845 千

2004 年 11 月第 1 版 2004 年 11 月第 1 次印刷

印数: 1—8 000

ISBN 7-5624-3117-5/R·167 定价: 11.00 元

本书如有印刷、装订等质量问题, 本社负责调换
著作权所有, 请勿擅自翻印和用本书
制作各类出版物及配套用书, 违者必究。

自序之一

再造美丽人生

痛风——未患得者，不知其痛苦；患得者，却又不知其因。直到身上长满一颗颗痛风石，才下定决心要战胜痛风！亡羊补牢犹未晚！不管您是少年痛风、中年痛风，还是慢性痛风石患者都不必惊慌，只要具备正确的医学知识，明了痛风的发生机制，祛除痛风苦楚，其实不难。

随着台湾地区经济起飞，人民生活水准不断提高，中国人又是讲究吃的民族，大鱼大肉、饮酒过度的情形之下，痛风的罹病率也随之上升。一般来说，痛风大多发生在中年男性、身材较胖、可能罹患有高血压或糖尿病的人身上；但还是有些痛风患者，既不喝酒、也不过胖，仍然罹患痛风。因此，痛风者的年龄层有逐渐下降的趋势，昔日罕见40



岁以下的患者，现在甚至连青少年就已经有痛风石了。因此，对于痛风的诊断，已经不能再局限于过去的观念，总认为要到中年才会患病！

笔者就有一位年轻的女性患者，“痛”倒不是其就诊的主因，反倒是因为皮肤下的痛风石，让她觉得影响美观才来就诊。痛风石通常不会痛，也因此患者常忽略它的存在，直到它影响美观，例如长在耳朵或眼皮上，才想到看医生。或者痛风石长得太大，以致鞋子穿不下；痛风石长在膝关节里，阻碍了关节的活动度，没办法蹲马桶，才不得不寻求解救的方法。

痛风石若沉积在肾脏，除了造成肾功能减退外，也会阻塞输尿管造成急性腰痛、血尿，甚至肾脏发炎，使肾功能更加恶化，造成尿毒导致必须洗肾。痛风石表面似无症状，事实上却比急性关节炎更可怕，因为它会慢慢沉积于体内任何地方，逐渐侵蚀患者的关节和骨头，使患者关节失去功能，甚至残废。

笔者有感于痛风患者的日渐增多，但一般民众对痛风的认识仍一知半解，因而导致肢体残障或



终年必须洗肾的命运，为了防止这种悲剧，借此提供多年临床经验给予社会大众分享，让民众都能了解痛风的原因，接受正确的医疗，希望患者不但能免除椎心刺骨的疼痛威胁，更能避免因痛风石导致的慢性伤害，以享美丽的人生。

中国台湾振兴复健医学中心过敏免疫风湿科主任

李信义

远离痛风的阴影

痛风是因“嘌呤代谢”异常而导致过量尿酸盐沉积于关节及其附近软组织的代谢病变。“嘌呤”是生命所需要的物质，可组成活细胞的一部分；尿酸由“嘌呤”转化而来，是人体正常化学作用之一部分。

每个人体内都存有尿酸，而痛风病人则有过多的尿酸，其原因不是尿酸制造过多，就是尿酸排泄不良。为何某些人会有过多的尿酸？病因至今仍不晓得，遗传可能有些关系，也有可能与嘌呤代谢的异常有关。

典型痛风性关节炎，其临床特征是急性周期性关节疼痛、肿胀和发炎。常在夜间发作，病人可能前天晚上无症状，早晨醒来却无法走动，剧痛



难忍，却又来去如风。当发炎的症状消失，足部的关节（脚大拇趾、足背或足踝）是最常被影响的部位。

痛风发生时，关节炎的发作是无预警的，常因饮酒、太过于膏粱厚味之饮食（经常吃高脂肪、高蛋白或暴饮暴食）加重病情。尤其在寒流来袭的冷天里，正是火锅时节，三五好友围炉而坐，谈天说地、畅快豪饮；冰啤酒加辛辣及富含高嘌呤的食物，如果两者混合，对痛风患者的病情肯定是“一触即发”，一觉醒来，就会“代志大条呀！”拇趾关节红肿热痛，疼痛时如刀割或咬噬般剧烈，几乎让人“痛不欲生”，也因此，人人谈“痛风”色变。

痛风的早期诊断与治疗是很重要的，不但要注意反复发作的治疗，而且强调“预防医学”，包括：上工治未病及预防渐进性的合并症。中医治痛风在临床上以关节红肿与痛反复发作，关节活动受限为主要表现，应属于痹证范围，急性期则属于痹热。

中医典籍在张仲景的《金匱要略》中，有关



“痛风”治疗，列入“历节风”部门之中，尤以白虎加桂枝汤疗效惊人，值得医界有关痛风疾病理论与临床的治疗来共同研究。

中医典籍像《丹溪心法》所述痛风：“四肢百节走痛”；或《类证治裁》所述痛风：“风湿客于肾经，西脉瘀滞所致。”

痛风病人要尽快控制尿酸在正常范围以内，是刻不容缓的事，而不是只有疼痛止痛而已。清除血中尿酸，强化尿液硷化可以预防尿酸在肾脏堆积下来；有肌肉松弛作用，可使炎症局部血管收缩，减少局部充血及淤血，可碱化尿液来减少尿酸结石发生。

当前治疗痛风的中药，仍在不断的研究发展中，如本黄柏、川牛膝、薏苡仁、苍术、威灵仙、秦艽等。再配合每日保持200 ml以上的水（若无禁忌如心脏衰竭、肾尿毒症等），经常保持尿为弱碱性，不但可预防肾结石，也能促进尿酸排泄。因此，耐心地服药、控制饮食、适当运动及长期的追踪是治疗的不二法门，如此远离“酒肉文化”的痛风阴影。



笔者多年来在中、西医临床治疗与防治中，深深体会痛风的病因、病理以及治疗，为期使社会大众易于认识、了解此病，故本书文字描述力求生活化——“新、速、实、简”，进而轻易克服疾病，并懂得如何养生保健，避免大鱼大肉，让痛风不再上身。

中国台湾桃园大昌中医诊所院长

廖桂馨

目 录

Part 1

西医部分

绪 论	无形杀手痛风症	1
病因与病理	可怕的高尿酸血症	
	痛风的历史	5
	痛风发生的原因——高尿酸血症	7
症 状	锥心刺骨的痛风症状	9
	痛风的症状表现	9
	无症状的高尿酸血症	11
	急性痛风性关节炎	14
	休眠期	21
	慢性痛风石关节炎	24
	痛风的致病机转	31
	嘌呤的代谢	32
	身体内尿酸的来源	32
	尿酸在人体内的平衡状态	33
	尿酸制造过多型	37
	肾脏处理尿酸的方法	40
	尿酸的物理性质	43



	尿酸在血清中的溶解度	44
	尿酸在尿液中的溶解度	45
	尿酸结晶和单钠尿酸盐结晶是不同的	45
	尿酸诱发急性关节炎	46
	尿酸对身体组织的破坏	47
诊断及检查	谨慎诊断，药到病除	53
	痛风的检查	53
	痛风的诊断标准	55
	痛风流行率	57
治 疗	对症下药，痛风不再来	61
	痛风的治疗	61
	急性痛风的治疗	62
	慢性痛风的治疗	68
	急性尿酸肾病变的治疗	70
	肾结石的治疗	71
	器官移植患者痛风的治疗	72
	排泄尿酸的药物	73
	抑制尿酸生成的药物	76



预防与保健	大量喝水，有益健康	79
	痛风和肾脏的关系	79
	预防痛风面面观	83
	饮食的控制有助痛风治疗	86
	没有尿酸就没有痛风	88
预 后	免除疼痛，享受彩色人生	91
诊疗室报告	医病相辅，积极用药	93
	正确诊断，对症下药	93
	临床 Q&A	96



Part 2

中医部分

绪 论	美食者的克星	107
	何谓痛风	107
	“痛风”一词的沿革	108
病因及病理	通则不痛，痛则不通	111
	传统医学的观点	111
	痛风形成的原因	112
	病理机理	114
症 状	痛风的临床症候	119
诊断与检查	详细确诊，杜绝痛风	123
	临床诊断	123
	检查方法	126
治 疗	辨证论治，痛风不再	127
	传统痛风药方	127
	常用中药药材	132
	按摩、针灸纾解疼痛	137



	外治药的使用方法	145
	另类食疗法	148
预防与保健	只要健康，不要痛风	151
	限制饮食	151
	痛风患者禁食之物	152
	适当的饮食	153
	克服痛风的十大要诀	154
诊疗室报告	中医治疗，对症下药	159
	偏方不可尽信	159
	临床 Q&A	164
参考书目		171

Part 1

西医部分

痛风是一种临床症候，代表许多不同疾病但却表现出相同症状，原因都是因为尿酸结晶沉积所造成的。当尿酸浓度太高时，就会以尿酸结晶的形态沉积在人体组织中，从而诱发出不同形态的疾病。

