

- “十一五”国家重点图书出版工程
- 国家出版基金资助项目
- 江苏省文化产业引导资金项目

痛风

百问百答

编著 何戎华

凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社



“金阳光”新农村丛书

金阳光



“金阳光”新农村丛书

顾问：卢良恕

翟虎渠

痛风百问百答

编 著 何戎华

凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

痛风百问百答/何戎华编著. —南京:江苏科学技术出版社, 2010. 5

(“金阳光”新农村丛书)

ISBN 978-7-5345-7309-5

I. ① 痛... II. ① 何... III. ① 痛风-防治-问答 IV. ① R589.7-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 083771 号

“金阳光”新农村丛书 痛风百问百答

编 著 何戎华
责任编辑 蔡克难
责任校对 刘 虹
责任监制 曹叶平

出版发行 江苏科学技术出版社(南京市湖南路 1 号 A 楼, 邮编: 210009)
网 址 <http://www.pspress.cn>
集团地址 凤凰出版传媒集团(南京市湖南路 1 号 A 楼, 邮编: 210009)
集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>
经 销 江苏省新华发行集团有限公司
照 排 南京奥能制版有限公司
印 刷 江苏苏中印刷有限公司

开 本 787 mm×1 092 mm 1/32
印 张 4.625
字 数 92 000
版 次 2010 年 5 月第 1 版
印 次 2010 年 5 月第 1 次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5345-7309-5
定 价 7.00 元

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。



江苏“金阳光”新农村出版工程指导委员会

主任：张连珍 孙志军 张桃林 黄莉新
委员：姚晓东 胥爱贵 唐建 周世康 吴洪彪
徐毅英 谭跃 陈海燕 江建平 张耀钢
蒋跃建 陈励阳 李世恺 张佩清

江苏“金阳光”新农村出版工程工作委员会

主任：徐毅英 谭跃 陈海燕
副主任：周斌 吴小平 黎雪
成员：黄海宁 杜辛 周兴安 左玉梅

江苏“金阳光”新农村出版工程编辑出版委员会

主任：黄海宁 杜辛 周兴安 金国华
副主任：左玉梅 王达政
委员：孙广能 王剑钊 傅永红 郝慧华
张瑞云 赵强翔 张小平 应力平

建设新农村 培养新农民

党中央提出建设社会主义新农村,是惠及亿万农民的大事、实事、好事。建设新农村,关键是培养新农民。农村要小康,科技做大梁;农民要致富,知识来开路。多年来,江苏省出版行业服务“三农”,出版了许多农民欢迎的好书,江苏科学技术出版社还被评为“全国服务‘三农’出版发行先进单位”。在“十一五”开局之年,省新闻出版局、凤凰出版传媒集团积极组织,江苏科学技术出版社隆重推出《“金阳光”新农村丛书》(以下简称《丛书》),旨在“让党的农村政策及先进农业科学技术和经营理念的‘金阳光’普照农村大地,惠及农民朋友”。

《丛书》围绕农民朋友十分关心的具体话题,分“新农民技术能手”“新农业产业拓展”和“新农村和谐社会”三个系列,分批出版。“新农民技术能手”系列除了传授实用的农业技术,还介绍了如何闯市场、如何经营;“新农业产业拓展”系列介绍了现代农业的新趋势、新模式;“新农村和谐社会”系列包括农村政策宣讲、常见病防治、乡村文化室建立,还对农民进城务工的一些知识做了介绍。全书新颖实用,简明易懂。

近年来,江苏在建设全面小康社会的伟大实践中成绩可喜。我们要树立和落实科学发展观、推进“两个率先”、构建和谐社会,按照党中央对社会主义新农村的要求,探索农村文化建设新途径,引导群众不断提升文明素质。希望做好该《丛书》的出版发行工作,让农民朋友买得起、看得懂、用得上,用书上的知识指导实践,用勤劳的双手发家致富,早日把家乡建成生产发展、生活宽裕、乡风文明、管理民主的社会主义新农村。

孙志军

前言

痛风是遍布全球的世界性疾病,以前这种疾病在欧美发达国家常见,但近 20 年来,随着我国物质生活的日渐丰富和饮食结构的逐渐改变,痛风的发病人数在不断增加。进入 21 世纪后,痛风已成为仅次于糖尿病的常见代谢疾病之一,这是一个值得我们重视的问题。

痛风目前还是一种只能控制而不可根除的疾病,对健康的影响不可低估。普及与宣传痛风的防治知识是非常必要的,为此,笔者在多年从事临床实践的基础上,编写了这本《痛风百问百答》,该书对痛风的基本概念和发病原理及诊断防治细则做了全面介绍,在编写过程中除了参考国内外有关痛风的医学文献外,还渗透了个人多年诊治痛风的临床经验。简明实用、通俗易懂、切实可行是笔者编写此书的宗旨,也是这本书的特点。

希望这本小册子能受到广大痛风患者的欢迎,并对临床医务工作者有所帮助。

何戎华

2010 年 3 月于南京医科大学江苏省
人民医院



目 录

1. 痛风是何种类型的疾病？它是如何分类的？	1
2. 痛风发生的基本原理是什么？	2
3. 人类对痛风的认识从何时开始？	3
4. 你知道痛风一词的来源和含义吗？	4
5. 痛风及高尿酸血症是人类所独有的疾病吗？为什么？	4
6. 我国中医对痛风是如何认识的？	4
7. 痛风是一种世界性的疾病吗？	5
8. 痛风的发病率如何？	6
9. 哪些人易患痛风？	6
10. 性别对痛风的发生有影响吗？	7
11. 年轻人是否也会患痛风？	7
12. 痛风会遗传吗？	8
13. 痛风是终身性疾病吗？	9
14. 有人说痛风是一种“富贵病”，此话对吗？	10
15. 比较瘦的人是否也会得痛风？	10
16. 什么是核酸？什么是嘌呤？它们与尿酸有何关系？	11
17. 什么是尿酸？它的生成步骤是怎样的？	11
18. 正常人每日尿酸生成量是恒定的吗？	12
19. 正常人血中尿酸浓度是多少？	13
20. 正常男女之间血尿酸浓度有无差别？	13



21. 血尿酸是否随不同年龄阶段变化而变化? 14
22. 血尿酸浓度是否与体重有关? 14
23. 人体内哪些酶可促进尿酸生成? 哪些酶可抑制尿酸生成? 14
24. 尿酸是如何排出体外的? 15
25. 正常人每日尿中尿酸排出量应是多少? 16
26. 每日尿酸排出量超过多少,就容易在肾脏内沉积而导致肾脏病变? 17
27. 是否痛风病人尿中尿酸排出量均是增多的? 18
28. 什么是高尿酸血症? 血尿酸值超过多少就可诊断为高尿酸血症? 19
29. 尿酸的化学成分是什么? 它是有毒物质吗? 19
30. 尿酸以何种形式存在于血中? 20
31. 高尿酸血症与痛风有何区别? 20
32. 高尿酸血症是否必然发展为痛风? 21
33. 高尿酸血症病人有临床症状吗? 22
34. 高尿酸血症是否能够自然恢复正常? 22
35. 血尿酸升高后主要沉积在哪些器官和组织内? 23
36. 尿酸为什么会引起关节和组织的炎性反应? 23
37. 血尿酸值超过多少就容易在组织内沉积? 24
38. 痛风病情的发展过程分几个阶段? 24
39. 什么是痛风性关节炎? 它分几种类型? 25
40. 痛风性关节炎好发于哪些关节? 为什么? 26
41. 痛风性关节炎发作时,有哪些症状和特点? 27
42. 痛风病人在发病时有哪些全身症状? 28
43. 痛风性关节炎发作期一般持续多长时间? 29

44. 关节部位受凉、受潮是否会引引起痛风性关节炎发作? 30
45. 除了关节局部受潮受凉外,还有哪些因素可引起痛风性关节炎急性发作? 30
46. 痛风性关节炎最易误诊为哪些关节病? 31
47. 痛风性关节炎和类风湿性关节炎有何不同? 应如何区别? 32
48. 痛风性关节炎和类风湿性关节炎是否可同时发生于一个病人身上? 34
49. 痛风性关节炎和风湿性关节炎有何不同? 二者应如何区别? 35
50. 痛风性关节炎是否必然造成关节破坏、畸形及功能障碍? 36
51. 是否血尿酸越高,越易引起痛风性关节炎发作? 37
52. 是否血尿酸越高,则痛风性关节炎发作越重? 37
53. 为什么少数病人在关节炎发作时血尿酸升高不明显,甚至在正常范围内? 38
54. 痛风是否可引起全身性骨质疏松和容易造成骨折? 38
55. 什么叫痛风石? 它是如何形成的? 39
56. 痛风石最好发生于哪些部位? 40
57. 痛风石与痛风结节是否含意相同? 40
58. 痛风石的外观、大小及数目有何特点? 41
59. 痛风石的数目、大小与血尿酸控制之间有关吗? 41
60. 痛风石出现后是否可经过治疗而消退? 42
61. 关节周围皮下的痛风石对人体有什么危害? 42



62. 为什么痛风石极少发生在髌、肩、脊柱等关节部位? 43
63. 是否血尿酸越高,越易发生痛风石? 44
64. 痛风石会自行破溃吗? 为什么? 44
65. 哪些因素与痛风石的破溃有关? 45
66. 痛风石破溃后流出的白色物是什么? 45
67. 是否痛风病程越长,发作次数越频繁,则越易发生痛风石? 45
68. 破溃了的痛风石能否自行愈合? 46
69. 尿酸对肾脏的损害有几种类型? 46
70. 为什么痛风结石好发于肾脏而在其他器官如肝、肺、脑等却极少发生或不发生? 47
71. 在什么情况下尿酸容易在肾脏及尿路中沉积而导致痛风性肾病及结石的发生? 48
72. 痛风性肾病与肾结石是否常同时并存? 49
73. 痛风性肾病与肾结石常发生于双侧肾脏吗? 50
74. 肾内痛风结石的数目与大小有什么特点? 50
75. 痛风结石可发生在输尿管和膀胱吗? 51
76. 痛风尿路结石(包括肾脏、输尿管及膀胱)对泌尿系统有什么影响? 51
77. 痛风尿路结石有哪些临床表现? 52
78. 肾脏、输尿管或膀胱内的尿酸结石是否都会出现临床症状? 53
79. 尿路痛风结石经过内科治疗后是否可以消失? 53
80. 痛风病人尿路痛风结石与非痛风病人的尿路结石有何不同之处? 54

81. 关节及软组织皮下痛风石和肾内痛风石成分是否完全相同? 55
82. 痛风性关节炎和肾病变二者相比,哪一种发生率高? 哪一种在临床上先发病? 55
83. 痛风性肾病对肾脏有什么影响? 56
84. 积极控制高尿酸血症能否减少或防止痛风性肾病的发生? 57
85. 痛风性肾病有哪些临床表现? 57
86. 痛风性肾病可以逆转吗? 58
87. 痛风性肾病和慢性肾炎有何不同? 应如何区别? ... 58
88. 痛风病人常易伴发哪些代谢紊乱性疾病? 60
89. 高尿酸血症及痛风病人是否易患胆结石? 61
90. 痛风病人容易患高血压吗? 61
91. 痛风与高尿酸血症病人是否常同时伴有高血脂症? 62
92. 痛风是否和糖尿病一样,应作为动脉硬化和冠心病的危险因素看待? 62
93. 痛风病人易合并冠心病的原因是什么? 63
94. 痛风病人易患糖尿病吗? 其原因是什么? 63
95. 痛风对性功能有影响吗? 64
96. 痛风的诊断有统一标准吗? 64
97. 哪些情况下要想到痛风的可能? 65
98. 诊断痛风最简便而有价值的检查项目是什么? 66
99. 检测血尿酸应注意哪些事项? 66
100. 血尿酸升高的人是否都应考虑有痛风? 67
101. 测定 24 小时尿中尿酸含量对痛风诊断有价值吗? 67



102. 留 24 小时尿测尿酸含量时应注意哪些事项? 67
103. 测定 24 小时尿酸排出量,是否为判断痛风肾脏病变轻重的可靠指标之一? 68
104. 测定血尿酸的方法有哪些? 哪种方法最为灵敏? 69
105. 应如何判断血尿酸升高与痛风之关系? 69
106. 诊断痛风性关节炎的依据有哪些? 其中以哪项最为可靠? 70
107. 痛风性关节炎发作时是否会抗“O”升高、血沉加快? 70
108. 痛风石中的尿酸盐结晶,在显微镜下观察其形状有何特征? 71
109. 痛风性关节炎发作期,如果出现关节腔或关节滑囊积液,是否可穿刺抽液化验帮助诊断? 71
110. 痛风性关节炎 X 线摄片有何变化? 其诊断价值如何? 72
111. 哪些现象提示痛风病人已有痛风性肾病和肾功能受损? 73
112. 如何早期诊断痛风性肾病? 73
113. 如何发现痛风病人有肾及泌尿道结石? 75
114. 痛风病人的子女及直系亲属是否也应做血尿酸检查? 76
115. 痛风病人除常规检查血及尿之尿酸值外,尚应同时做哪些必要的实验室检查? 76
116. 什么叫假性痛风? 假性痛风与痛风有何区别? 77
117. 有些初发的痛风性关节炎常被误诊为丹毒,二者应如何区别? 78

118. 治疗痛风的总体原则和目的是什么? 79
119. 痛风的治疗措施主要包括哪些方面? 80
120. 饮食控制对痛风的防治很重要吗? 它是否可作为
痛风治疗的主要手段? 82
121. 痛风病人如何观测自己的体重? 83
122. 痛风病人是否要像糖尿病人那样,限制饮食总量和
忌糖类副食品? 84
123. 身体较瘦、低于标准体重的痛风病人,是否也要严
格控制饮食量和饮食成分? 85
124. 粗粮与细粮哪一种对痛风病人合适? 85
125. 哪些蔬菜嘌呤含量较多? 哪些含量较少? 86
126. 荤菜中的嘌呤含量都比蔬菜高吗? 86
127. 哪些荤菜嘌呤含量高? 哪些荤菜嘌呤含量相对较少?
..... 86
128. 水果中嘌呤含量高吗? 痛风病人能吃水果吗? 87
129. 动物油与植物油均富含嘌呤吗? 哪种油对痛风病
人适合? 88
130. 炒菜用的各种调味品如味精、茴香、八角、花椒、辣
粉等,对痛风病人有禁忌吗? 89
131. 痛风病人可以吃各类糕点吗? 89
132. 痛风病人可以吃各类饮料及咖啡吗? 89
133. 痛风病人饮水应注意哪些事项? 90
134. 痛风病人饮茶好,还是喝白开水好? 91
135. 痛风病人每日饮水量应是多少? 91
136. 痛风病人夏天能吃冷饮吗? 可以洗冷水浴吗? 92
137. 痛风病人每日食盐摄入量是否要限制? 92
138. 海鲜类食物易引起痛风性关节炎发作吗? 92



139. 痛风病人可吃鸡蛋与牛奶吗? 93
140. 痛风病人可饮酒吗? 93
141. 痛风病人必须戒烟吗? 94
142. 痛风病人能吃人参类补品吗? 94
143. 痛风病人需要服用维生素类药品吗? 95
144. 体育活动对痛风病人有益处吗? 96
145. 痛风病人在安排体育锻炼时应注意什么? 96
146. 哪些体育活动对痛风病人是禁忌的? 哪些是适合的?
..... 97
147. 应如何选择体育锻炼的时间与地点? 97
148. 已有皮下痛风石形成的病人是否可进行体育锻炼? ...
..... 98
149. 肥胖的痛风病人应如何减轻体重? 98
150. 肥胖的痛风病人在日常生活中如何做到使自己体
重减轻? 99
151. 痛风或高尿酸血症病人,同时患有糖尿病时,在饮
食治疗方面应注意哪些? 99
152. 痛风或高尿酸血症病人,同时患有糖尿病时,在药
物治疗方面应注意些什么? 100
153. 痛风病人伴有高血压时,应怎样进行治疗? 102
154. 痛风合并高脂血症时是否要用降血脂药? 103
155. 痛风性关节炎发作时,局部的红、肿、热、痛是否与
细菌感染有关? 用抗菌素对控制发作有帮助吗?
..... 104
156. 痛风病人有发热及细菌感染需要用抗生素时,应注
意哪些事项? 104
157. 治疗痛风的药物有几大类? 105

158. 别嘌呤醇治疗痛风的原理是什么? 105
159. 别嘌呤醇适用于所有的痛风病人吗? 哪些病人不宜使用? 106
160. 别嘌呤醇对痛风性关节炎急性发作有效吗? 它是否可及时控制关节红、肿、热、痛及发热? 106
161. 别嘌呤醇是否可预防痛风性关节炎发作? 106
162. 别嘌呤醇是否可使已形成的结石消除或缩小? ... 107
163. 别嘌呤醇是否可预防痛风性肾结石及皮下结石的形成? 107
164. 别嘌呤醇是口服片剂吗? 有无针剂? 应在饭前还是饭后服? 107
165. 别嘌呤醇常用的剂量是多少? 在用药过程中是否要经常调整剂量? 107
166. 当血尿酸降到正常后, 是否就可停用别嘌呤醇? 108
167. 别嘌呤醇常见的副作用有哪些? 应如何预防及处理? 108
168. 哪些药物不宜与别嘌呤醇同时服用? 109
169. 新药奥昔嘌醇降血尿酸的原理及优点是什么? ... 109
170. 新药非布索坦降血尿酸的原理及优点是什么? ... 109
171. 秋水仙碱是哪一类药物? 它治疗痛风的原理是什么? 110
172. 在何种情况下痛风病人须使用秋水仙碱? 110
173. 哪些痛风病人忌用秋水仙碱? 110
174. 秋水仙碱服用的方法如何? 常用量是多少? 111
175. 痛风性关节炎不发作期间(间歇期)是否须继续服用秋水仙碱? 111



176. 秋水仙碱能预防痛风性关节炎急性发作吗? 112
177. 秋水仙碱能预防痛风石及肾结石的形成吗? 112
178. 当痛风病人因为肾或输尿管结石而发作肾绞痛时, 用秋水仙碱、别嘌呤醇及促尿酸排泄药(如丙磺舒、苯溴酮)有效吗? 113
179. 秋水仙碱有哪些毒性与副作用? 如何预防及处理? ... 113
180. 当痛风性关节炎发作时,秋水仙碱是否可与别嘌呤醇同时服用? 要不要暂时停服别嘌呤醇? 114
181. 一些解热镇痛药如消炎痛、阿司匹林、扑热息痛、安乃近、保太松、布洛芬等,是否对控制痛风性关节炎急性发作有效? 114
182. 肾上腺皮质激素如强的松、地塞米松等,可用于治疗痛风性关节炎急性发作吗? 115
183. 痛风性关节炎急性发作期是否适合作理疗、针灸及按摩疗法? 116
184. 痛风性关节炎急性发作时,局部可敷贴伤湿止痛膏、虎骨膏及涂搽风湿油、正骨水之类吗? 117
185. 痛风性关节炎急性发作时,局部可冷敷或热敷吗? 117
186. 痛风性关节炎发生关节腔或滑膜囊内积液时,是否要进行关节穿刺抽液? 117
187. 痛风结节(即痛风石)有什么治疗方法? 118
188. 痛风结节破溃后应如何处理? 118
189. 破溃的痛风结节发生化脓性细菌感染时,应如何处理? 119

190. 痛风性肾结石的病人发生肾绞痛及血尿时,应如何处理? 119
191. 痛风性肾结石可以用激光碎石术治疗吗? 119
192. 临床常用的促进肾脏排泄尿酸药物有哪些? 哪一种效果较好? 120
193. 用促尿酸排泄药物时,应如何保证其疗效的最大发挥? 120
194. 当痛风性关节炎急性发作时,是否要暂停服用促尿酸排泄药物? 121
195. 痛风病人如何检测自己尿液的酸碱度? 121
196. 如果尿液偏酸性,应如何调整至偏碱性? 122
197. 促进尿酸排泄药物是否应与别嘌呤醇合用? 单用与合用哪一种疗效更好? 122
198. 促进尿酸排泄药物能否使肾内沉积的尿酸盐或结石排出? 能否使其消失? 122
199. 如果病人有肾功能减退,用促进尿酸排泄药物是否有效? 123
200. 促进尿酸排泄药物是否要长期服用? 123
201. 丙磺舒常用剂量是多少? 它有哪些副作用? 124
202. 哪些痛风病人不宜服用丙磺舒? 124
203. 苯溴酮常用剂量是多少? 它有哪些副作用? 124
204. 苯磺唑酮(磺酰吡唑酮、硫氧唑酮)常用量是多少? 它有哪些副作用? 125
205. 能否合用两种以上的促尿酸排泄药物? 125
206. 已有痛风性肾病,但肾功能正常的痛风病人,应如何防止肾脏病变之发展,保护肾功能? 125

