

自然生活

Natural Life

9

鈴木吉彥 著

健康生活

漫畫版

每十人中就有一人和痛風有密切關係！
腎機能不全症、心臟病、腦血管障害、甚至尿毒症，
都可能成為痛風的併發症！

不再痛風

就如風一般的來無影去無蹤！

晨曦出版



關心您

NATURAL LIFE

自然生活 9

不再痛風

作者／鈴木吉彥
總編輯／王鎮輝
編輯／李家欣、張箴如

出版者／晨曦出版社
地址／台北縣汐止市大同路三段 196-2 號 8F
電話／(02)8647-3303
傳真／(02)8647-3306

印刷／世和印製企業有限公司
裝訂／華馨裝訂有限公司

總經銷／旭昇圖書有限公司
地址／台北縣中和市中山路二段 352 號 2F
電話／(02)2245-1480
傳真／(02)2245-1479

※本書如有印刷或裝訂不良 請退回更換！

著作權所有 翻印必究

西元 2001 年 11 月 一版一刷

定價 NT\$199 元

NATURAL LIFE

自然生活 9

不再痛風

作者／鈴木吉彦



R189.7
8440

晨曦出版社

前言

「痛風」顧名思義，是一種會疼痛的疾病，而且在發作的時候，連旁邊的人走動所產生的風都會使疼痛更加地劇烈。

在農業時代，痛風幾乎都是發生在壯年人的身上，但在最近的醫學報告中顯示，痛風的年齡有下降到四十歲以下的趨勢。

痛風發作的最大原因，是因為尿酸的急遽變化，然而大部份患有高尿酸血症的患者，並不知道自己的尿酸值偏高，當痛風發作的時候，還以為是風濕性關節炎，而延誤了醫治的時機。

在治療方面，痛風患者可能會面臨到一種現象，那就是在治療的過程中，疼痛依然會發作，有很多的患者會半途而廢，而這種不遵照醫師指導的行為，所造成的結果是讓痛風更加劇烈，進而會有併發症的產生，例如：腎臟機能不全症、心臟病、腦血管障害，甚至是尿毒症，所以在痛風的治療上，不可不多加注意。

不論你是痛風患者，還是家人中有人罹患痛風，這勢必是一段漫長的治療過程，有了本書的指導對於痛風的認識將不再盲目，讓我們一起為「不再痛風」而加油吧！

目錄

第一章

唉呀！好痛！為何這麼痛！ 11

正如壯年的林先生，找出了克服痛風的辦法。 11

痛風發作時的處理方法 22

林先生邁出了治療痛風的第一步 52

第二章

有關痛風的須知事項 53

即使痛風痊癒也需要持續終生治療 54

「痛風」這個名字的由來 55

痛風所帶來的各種症狀 56

百分之九十的痛風是在膝蓋下方引起 58

痛風發作的構造 59

第三章

如何對付痛風發作

激烈的疼痛	60
痛風發作前的預感	61
引起痛風發作的誘因	62
引起痛風的「尿酸」	63
血液中的尿酸濃度為診斷的目標	64
使尿酸值變動的各種條件	66
痛風和高尿酸血症有些不同	68
十人中就有一人和痛風有密切的關係	70
在體內產生尿酸的二個途徑	72
腎臟為排出尿酸的重要組織	73
痛風可分為三種類型	74
痛風的真正原因仍是個謎	76
如何對付痛風發作	77
初診時的迷思	78

第四章

錯誤的治療會對未來造成影響	80
患者「到處就醫」也是一大問題	81
痛風治療的三個階段	82
在痛風的前兆期服用秋水仙鹼	84
發作巔峰期的用藥方法	86
發作輕快期的用藥方法	87
非類固醇消炎鎮痛劑的選擇方法	88
請稍微記住痛風藥的名稱	90
在國外發作的對策	91
根本治療在於「尿酸的控制」	93
痛風的治療從「尿酸的控制」開始	94
終生服用尿酸控制劑	95
尿酸控制劑大致可區分為二種	96
患者不能依照自己的判斷而停止服藥	98

第五章

要注意痛風的併發症

尿酸合成阻礙劑能抑制尿酸的生成	99
嘌呤排除劑的服用條件和方法	102
嘌呤排除劑的副作用	103
尿酸排泄劑的作用和服用的方法	104
尿酸排泄劑的缺點和副作用	106
適合服用尿酸排泄劑的患者	107
使用哪一種藥較好	108
關於藥物的用量	110
請這樣服用錠劑	111
出現藥效也還會復發	112
如何解決藥物療法上進退兩難的處境	113
複習痛風治療藥的服用原則	114
一直服用尿酸控制劑還是會引起發作	116
要注意痛風的併發症	117

第六章

為了預防痛風發作必需做身體檢查

最可怕的併發症是腎機能障害	118
腎障害の初期症狀為「喉嚨乾渴」	119
尿路結石也是痛風の併發症之一	120
腎障害及尿酸結石導致尿機能不全症	122
「痛風結節」是痛風沒有治療的證據	123
心臟病和腦血管障害有增加的趨勢	124
血清尿酸的測定以二個月一次為原則	126
尿液中的尿酸總量是非常重要的重點	128
測定一日的尿酸排泄量	130
測量一日中全部尿量的辦法	131
為了調查腎障害所做的尿液濃縮檢查	135
調查腎障害程度的血清肌酸酐	136
尿的沉渣出現紅血球可能結石現象	137

第七章

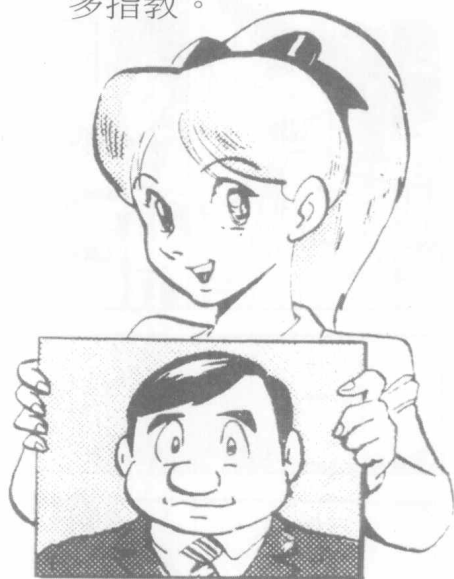
日常生活中的治療重點

懷疑有結石利用造影劑以X光來檢查	138
痛風是日常生活中必須注意的疾病	139
保持理想的尿液pH而服用碳酸氫鈉	140
尿液過度鹼性化也會出現問題	142
一日服用幾次碳酸氫鈉較為理想	144
用「URALYT-U」鹼化劑取代碳酸氫鈉	145
試驗紙對尿液的pH值做準確的判斷	146
痛風的治療「飲食」比「藥」更好?	147
應如何考慮飲食療法?	148
控制食物是飲食療法的重點	150
肥胖和痛風有密切的關係	152
運動是必要但也要十分留意	156
對痛風「有益」的運動	157
	158

第八章

喝酒應以淺嚐即止為原則	159
謝絕誘惑及勸酒的十二種方法	160
容易和痛風搞混的疾病	161
慢性關節風濕症和痛風的區別	162
區別變形性關節症及痛風的辦法	164
區別假痛風和痛風的方法	166
外反拇趾和痛風的區別辦法	168

我飾演醫學院的學生，在漫畫的中途登場，請多多指教。



第一章

唉呀！好痛！

為何這麼痛！

正如壯年的林先生，
找出了克服痛風的辦法。

漫畫中的主角林先生是位三十八歲的男性，正處於全心為工作而努力的壯年時期。然而，這位在事業上一帆風順的林先生，卻罹患了痛風……。當痛風發作時要如何治療呢？請跟著林先生的足跡一起去看吧！



