

● 常见病的治疗与调养丛书

痛风病的 治疗与调养



上海科学技术文献出版社
Shanghai Scientific and Technical Literature Press

大字本

三分治 七分养

● 常见病的治疗与调养丛书

痛风病的 治疗与调养



上海科学技术文献出版社
Shanghai Scientific and Technical Literature Press

大字本

三分治 七分养

图书在版编目(CIP)数据

痛风病的治疗与调养 / 代榭编. —上海: 上海科学技术文献出版社, 2018

ISBN 978 - 7 - 5439 - 7651 - 1

I. ①痛… II. ①代… III. ①痛风 - 防治
IV. ①R589.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 125748 号

组稿编辑: 张 树
责任编辑: 苏密娅

痛风病的治疗与调养

代 榭 编

*

上海科学技术文献出版社出版发行
(上海市长乐路 746 号 邮政编码 200040)

全国新华书店经销
四川省南方印务有限公司印刷

*

开本 700 × 1000 1/16 印张 16.5 字数 330 000
2018 年 7 月第 1 版 2018 年 7 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5439 - 7651 - 1

定价: 45.00 元

<http://www.sstlp.com>

目 录

认识痛风病 1

了解痛风病 / 3

什么是痛风病 / 3

痛风可带来哪些后果 / 3

痛风是怎样形成的 / 3

痛风的形成要经历哪几个阶段 / 4

痛风分为哪些类型 / 6

痛风是由哪些因素引发的 / 6

痛风形成后会出现哪些症状 / 7

痛风有没有遗传性 / 7

痛风是否是终身性疾病 / 8

哪些人容易患痛风 / 8

导致痛风患者年轻化是什么原因 / 9

青少年痛风的特点是什么 / 10

老年性痛风的特点是什么 / 10

由痛风引发的各种并发症 / 12

高尿酸血症 / 12

什么是高尿酸血症 / 12

引发高尿酸血症的原因是什么 / 12

高尿酸血症是否会发展成痛风 / 13

高尿酸血症对肾脏会造成怎样的危害 / 13

为什么说不可轻视无症状性高尿酸血症 / 14

影响肾脏排泄尿酸的原因有哪些 / 15

痛风石 / 16

什么是痛风石 / 16

痛风石形成的原因是什么 / 16

痛风石引起的症状是怎样的 / 17

痛风石对人体有哪些危害 / 17

痛风性关节炎 / 18

什么是痛风性关节炎 / 18

痛风性关节炎有何症状 / 18

人体哪些部位容易发生痛风性关节炎 / 19

由痛风引起的并发症有哪些 / 20

胰岛素抵抗与痛风有什么关系 / 21

心脑血管疾病与痛风有什么关系 / 21

痛风为什么会致残 / 22

形成痛风致死可能有哪些情况 / 23

容易和痛风混淆的一些疾病 / 25

继发性痛风与原发性痛风 / 25

什么是继发性痛风和原发性痛风 / 25

两者的区别在哪里 / 25

痛风与假性痛风 / 26

什么是假性痛风和真性痛风 / 26

假性痛风的特点是什么 / 26

怎样区分急性痛风性关节炎与丹毒 / 27

怎样区分痛风性关节炎与风湿性关节炎 / 27

痛风性关节炎与类风湿关节炎的区别在哪里 / 28

急性痛风性关节炎与创伤性关节炎的区别在哪里 / 29

急性痛风性关节炎与化脓性关节炎有什么区别 / 29

急性痛风性关节炎与蜂窝织炎的区别在哪里 / 29

急性痛风性关节炎与淋病性关节炎区别在哪里 / 30

痛风性关节炎与银屑病关节炎的区别在哪里 / 30

痛风性关节炎与骨性关节炎的区别在哪里 / 31

痛风与骨肿瘤的区别在哪里 / 31

痛风性肾病与慢性肾炎有什么区别 / 32

痛风性尿路结石与非痛风性尿路结石有什么区别 / 32

怎样区分尿酸性尿路结石肾绞痛与急腹症 / 33

尿酸性尿路结石肾绞痛有哪些症状 / 33

急腹症有哪些症状 / 34

痛风病的
治疗与
调养

痛风病的治疗 37

诊断痛风须做的各项医疗检查 / 39

测定血尿酸对诊断痛风有哪些作用 / 39

测定尿酸对诊断痛风有哪些作用 / 40

痛风患者做血常规检查有什么必要 / 42

痛风患者为什么要做尿常规检查 / 43

- 痛风患者做关节腔滑囊液穿刺检查必要性在哪里 / 43
- 关节腔滑囊液穿刺主要内容有哪些 / 43
- 做关节穿刺应注意哪些问题 / 44
- 痛风患者做痛风性关节炎 X 线检查有什么意义 / 44
- 痛风患者相关检查有哪些 / 45
- 痛风各发展期的诊断需用的检查手段 / 46
 - 急性痛风性关节炎应做哪些检查 / 46
 - 怎样诊断间歇期痛风 / 47
 - 怎样诊断慢性期痛风 / 47
 - 怎样诊断因痛风导致的肾脏病变 / 47
- 治疗痛风可参考的各类药物 / 48
- 治疗痛风的镇痛消炎类药物有哪些 / 48
- 治疗痛风的降尿酸类药物有哪些 / 49
- 治疗痛风的激素类药物有哪些 / 50
- 治疗痛风的中成药有哪些 / 50
- 有治疗痛风功效的中草药有哪些 / 51
- 用于治疗痛风并发症的药物都有哪些 / 52
 - 痛风并发高血压 / 52
 - 痛风并发高脂血症 / 52
 - 痛风并发冠心病 / 53
 - 痛风并发肥胖症 / 53
 - 痛风并发糖尿病 / 53
- 治疗痛风的药物可能产生的不良反应及注意事项 / 55
- 秋水仙碱 / 55



服用秋水仙碱可能会出现哪些不良反应 / 55

使用秋水仙碱应注意哪些问题 / 55

秋水仙碱静脉注射一旦外漏怎样处理 / 56

过量服用秋水仙碱会造成什么样的不良影响及
怎样处理 / 56

哪类痛风患者不宜使用秋水仙碱 / 57

非类固醇类消炎药 / 57

使用非类固醇类消炎药会出现哪些不良反应 / 57

哪类痛风患者不宜使用非类固醇类消炎药物 / 58

缓解非类固醇类消炎药不良反应可采取哪些措施 / 59

糖皮质激素 / 60

急性痛风性关节炎患者怎样合理使用糖皮质激素 / 60

使用糖皮质激素可能会产生哪些不良反应 / 60

哪类患者应慎重使用糖皮质激素 / 60

降尿酸药物 / 61

哪类患者适宜使用降尿酸药物 / 61

促尿酸排泄药物的使用原则是什么 / 61

使用降尿酸药物时应注意哪些问题 / 62

丙磺舒 / 63

使用丙磺舒会产生哪些不良反应 / 63

哪类患者不宜使用丙磺舒 / 63

苯溴马隆 / 64

使用苯溴马隆会产生哪些不良反应 / 64

哪类患者不宜使用苯溴马隆 / 64

使用苯溴马隆时应注意哪些问题 / 64

苯磺唑酮 / 65

使用苯磺唑酮可能产生哪些不良反应 / 65

使用苯磺唑酮要注意什么 / 65

哪些人不宜使用苯磺唑酮 / 65

别嘌醇 / 66

别嘌醇可能会产生哪些不良反应 / 66

使用别嘌醇要注意什么 / 66

使用别嘌醇脱敏应注意什么 / 67

怎样联合使用促进尿酸排泄药物和抑制尿酸合成
药物 / 67

降尿酸药物对痛风石和尿酸性尿路结石有哪些
作用 / 68

哪类痛风患者应该碱化尿液 / 69

各类痛风并发症患者用药应注意的事项 / 70

痛风并发高血压患者用药原则是什么 / 70

痛风并发高脂血症患者用药应注意哪些问题 / 71

痛风并发冠心病患者用药应注意什么 / 72

痛风并发肥胖症患者用药应注意什么 / 73

痛风并发糖尿病患者用药应注意什么 / 74

急性痛风性关节炎患者怎样使用抗生素 / 74

怎样治疗急、慢性尿酸性肾病 / 75

中医对痛风的治疗是怎样分型论治的 / 78

中医对痛风的治疗是怎样分期论治的 / 79

治疗痛风的各种非药物疗法 / 80

什么是非药物治疗 / 80

对痛风的治疗要坚持什么原则 / 80

清除痛风石通常都有哪些方法 / 81

哪些类型的痛风石应该采取手术治疗 / 82

哪些类型的痛风性关节炎适宜手术治疗 / 83

哪些痛风患者不宜进行手术治疗 / 83

推拿、按摩对治疗痛风有什么作用 / 84

处于痛风急性期的患者为什么不宜采用物理疗法 / 84

怎样判断痛风的治疗效果 / 86

痛风治疗效果良好体现在哪几方面 / 86

痛风治疗效果不佳体现在哪几方面 / 86

痛风病的
治疗与
调养

痛风病患者的保养与保健 87

生活中痛风患者的自我养护 / 89

痛风一旦确诊后患者应注意哪些问题 / 89

痛风患者怎样在家中自我养护 / 90

痛风患者日常起居要把握哪两个原则 / 90

避免痛风急性发作要注意哪些问题 / 91

春天为什么尤要谨防痛风的发作 / 92

防止春天痛风发作要注意哪些问题 / 92

中老年患者春天为什么有必要做一次检查 / 93

远离空调对痛风关节炎患者有什么好处 / 93

痛风患者为什么不宜“秋冻” / 93

痛风患者在冬季应注意哪些问题 / 94

老年痛风患者不同季节应注意些什么 / 95

- 节假日怎样警惕痛风的发作 / 97
- 外出时怎样防止痛风性关节炎的急性发作 / 97
- 为什么居住在高原地区的人群尤其要警惕痛风 / 98
- 痛风患者为什么一定要搞好个人卫生 / 99
- 痛风患者为什么应坚决戒烟 / 100
- 痛风患者为什么要注意做好足部护理 / 100
- 痛风患者的工作要本着什么原则 / 101
- 痛风患者为什么应有节制地过性生活 / 101
- 家人如何对老年痛风患者进行日常护理 / 102
- 医护人员护理痛风性肾病患者要做好哪几方面工作 / 103

痛风病患者的心理调节 / 105

- 对痛风患者进行心态调节可采用哪些方法 / 105
- “七情”能对痛风产生怎样的影响 / 106
- 为避免痛风患者情感受刺激该怎样做 / 107
- 痛风患者应用什么态度来对待自己的疾病 / 107
- 什么是“以情胜情”疗法 / 108
- 怎样护理精神过度紧张的痛风患者 / 109
- 经常参与文娱活动对痛风患者有哪些好处 / 109
- 怎样通过“音乐疗法”来缓解或控制病情 / 110
- 痛风患者适宜选听哪类音乐 / 110
- 痛风患者听音乐时应注意什么 / 111

适合痛风患者的健身运动 / 112

- 运动可为痛风患者带来哪些益处 / 112

- 哪些痛风患者适宜参加体育运动 / 112
- 哪些痛风患者不适合体育锻炼 / 113
- 痛风患者适合选择哪些运动项目 / 114
- 痛风患者运动前要作好哪些准备工作 / 114
- 痛风患者进行体育锻炼应选择哪些地点 / 115
- 痛风患者锻炼的时间和间隔时间多少为宜 / 115
- 为什么痛风患者不可起床就去晨练 / 116
- 痛风并发肩周炎患者适合选择什么样的锻炼方式 / 117
- 痛风并发下肢血管病变患者运动时要注意哪些问题 / 117
- 痛风并发偏瘫患者怎样进行康复锻炼 / 118

痛风病患者的饮食调养 119

- 痛风及各类并发症患者的饮食原则 / 121
- 痛风患者饮食的原则是什么 / 121
- 痛风并发高血压病患者的饮食原则是什么 / 122
- 痛风并发高脂血症患者的饮食原则是什么 / 123
- 痛风并发冠心病患者的饮食原则是什么 / 124
- 痛风并发单纯性肥胖症患者的饮食原则是什么 / 125
- 痛风并发糖尿病患者的饮食原则是什么 / 127
- 痛风并发肝病患者的饮食原则是什么 / 128
- 痛风并发肾病患者的饮食原则是什么 / 129

适合痛风及各类并发症患者日常调养的食谱 / 131

适合痛风患者调养食谱 / 131

适合痛风一般并发症患者调养食谱 / 191

适合痛风并发高脂血症患者调养食谱 / 200

适合痛风并发冠心病患者调养食谱 / 207

适合痛风并发单纯性肥胖症患者调养食谱 / 215

适合痛风并发肝病患者调养食谱 / 232

适合痛风并发肾病患者调养食谱 / 240

痛风患者治疗方剂 / 247

认识痛风病

痛风是一组嘌呤代谢紊乱所致的一种疾病，是细小针尖状的尿酸盐的慢性沉积，其临床表现为高尿酸盐结晶而引起的痛风性关节炎和关节畸形，周身局部会出现红、肿、热、痛的症状。



了解痛风病

什么是痛风病

痛风是一组嘌呤代谢紊乱所致的一种疾病，是细小针尖状的尿酸盐的慢性沉积，其临床表现为高尿酸盐结晶而引起的痛风性关节炎和关节畸形，周身局部会出现红、肿、热、痛的症状。

痛风可带来哪些后果

俗话说：痛风痛起来真要命。只有饱受痛风煎熬的人才会有如此深刻的体会。其实，痛风远不是这么简单，如不及时治疗，会引起痛风性肾炎、尿酸肾结石，以及性功能减退、高血压等多种并发症。

痛风是怎样形成的

血液中尿酸长期增高是痛风发生的关键原因。人体尿酸主要来源于两个方面：一是人体细胞内蛋白质分解代谢产生



的核酸和其他嘌呤类化合物，经一些酶的作用而生成内源性尿酸；二是食物中所含的嘌呤类化合物、核酸及核蛋白成分，经过消化与吸收后，经一些酶的作用生成外源性尿酸。尿酸的生成是一个很复杂的过程，需要一些酶的参与。这些酶大致可分为促进尿酸合成的酶和抑制尿酸合成的酶。痛风就是由于各种因素导致这些酶的活性异常，例如促进尿酸合成酶的活性增强，抑制尿酸合成酶的活性减弱等，从而导致尿酸生成过多。或者由于各种因素导致肾脏排泄尿酸发生障碍，使尿酸在血液中聚积，产生高尿酸血症。高尿酸血症如长期存在，尿酸将以尿酸盐的形式沉积在关节、皮下组织及肾脏等部位，从而引起关节炎、皮下痛风结石、肾脏结石或痛风性肾病等一系列病症。

痛风的形成要经历哪几个阶段

痛风从最初到最后形成，一般可经历以下 5 个阶段：

(1) 无症状性高尿酸血症。患者平日无临床症状，只是血液化验时发现尿酸浓度超过正常值。值得注意的是，并不是所有的高尿酸血症患者都会发展到痛风阶段，大约只有 10% 的高尿酸血症患者会出现痛风发作。有的人虽然终身血尿酸浓度偏高，但不会出现痛风症状，而痛风患者却一定是高尿酸血症患者。

(2) 急性痛风性关节炎。在出现痛风的早期，高尿酸血症患者遇到特定的诱因，使尿酸盐结晶沉积在关节周围组织，引发急性剧烈的关节红、肿、热、痛症状。此期经治疗可迅速缓解，初发病者即使不用药物治疗也能自行缓解，症状持