

云南省中医院
云南中医药大学第一附属医院中草
医馆

痛风发作期降尿酸 可能越降越糟糕

随着生活水平不断提高,食物变得五花八门,也增加了痛风的发病率。痛风不再只是成年人的常见病,儿童也易患上此病。云南省中医院风湿科主治医师吴晶金接诊过年仅9岁的小病患。她说:“这个孩子的脚踝突然红肿热痛,没有受过外伤,找不到原因,我们一查尿酸,居然有600多,是典型的痛风性关节炎表现。”

尿酸超高 只管住嘴是不够的

这名痛风小患者只有9岁,体重却有60多公斤。吴晶金说,小患者尿酸高,和平时胡吃海喝脱不了关系。但她也表示,导致痛风的原因还有很多。“本病有一定的家族易感性,先天基因缺陷的一类人群‘尿酸池’相对小,尿酸储备调节能力低下,一旦不注意饮食,血液中的尿酸很容易达到饱和状态。不一定每个高尿酸血症患者都会发痛风,但可能会患代谢病和心血管疾病。上面提到的小患者经过我们的治疗,尿

酸降到了正常水平,但仍然需要长期用药,以避免高尿酸血症带来的健康风险。”

尿酸并不只和吃有关,所以管住嘴对于很大一部分患者的作用是有限的。吴晶金介绍,诊断高尿酸血症的男性标准为420μmol/L、女性为360μmol/L,通过生活方式的调整一般可以最多降低60个单位,当我们尿酸值远高于标准水平时,仅仅依靠调整生活方式是不够的,应当及时寻求医生的帮助。

分期治疗 才能治标又治本

很多患者平时对尿酸不管不顾,一旦痛风发作又急于马上将尿酸降下去。“在急性期进行降尿酸治疗,会导致血液里面的尿酸浓度降低,而尿酸波动是发生痛风的重要原因,原先沉积在关节里的尿酸盐结晶会因为血尿酸过低开始溶解,加重关节炎症反应,延长病程,导致整个急性期症状更重、迁延不愈。很多患者不明白这个道理,还好奇为什么吃了药,病却越来越重。”吴晶金强调,痛风患者一定要进行严格的分期治疗,急性期先控制炎症,

以镇痛消炎为主,如果没有消化道溃疡的,可以选择芬必得一类的药物,症状严重的则应入院治疗。在炎症消退5至7天后,关节症状平稳了,再进行降尿酸治疗。

中医认为痛风发病的病机在于脾虚湿阻,湿郁化热。因此急性期表现为湿热蕴结症,治疗以清热除湿为主,间歇期则应健脾除湿以治本。湿气重的患者一般多体型偏胖、头发容易出油、大便黏滞、更容易长痛风石。因此,中医和西医配合,更容易实现尿酸的持续达标。

这几个误区要注意

吴晶金提醒,痛风发作急性期关节肿胀、肿胀,切勿活动锻炼,静息才利于炎症的改善。“面面药”“三黄一黑”和“泰国娜莎”别乱用,可能导致消化道大出血,甚至出现生命危险。在痛风期间尽量少补充维生素,如维生素B族会影响尿酸的代谢,而钙会和尿酸竞争排泄通道,导

致血尿酸进一步增高。一旦炎症解除了,就需要尽早开始降尿酸治疗。即使尿酸达标了,也需要定期复诊。可根据情况科学减药,但不能长期脱离药物控制。对于很多患者来说,应当长期用药。日常生活中可以食用一些碱化体液环境的食物,如苏打水、普洱茶、柠檬和樱桃等。

本期专家

吴晶金

云南省中医院风湿病中心科研副主任,医学博士,硕士研究生导师,主治医师,云南省中医药学科后备人才。擅长中医、中西医结合诊治类风湿关节炎、痛风、干燥综合征、强直性脊柱炎、系统性红斑狼疮、系统性硬化症、多发性肌炎(皮肌炎)、骨关节炎等风湿免疫疾病。

门诊时间:周四、周六、周日上午,周五全天

本报记者 闵婕

昆明中研甲状腺医院

共庆十一 共享健康 北京世纪坛医院吕大鹏教授领衔

全国三甲甲状腺大咖团联合会诊 助力甲状腺疾病患者精准治疗

援助1
0
元专家联合
会诊费
(原价200元)援助2
0
元

加入《甲状腺慢病管理体系》,予以终身保障。

援助3
半价甲功七项+甲状腺
彩超弹性检查援助4
2000
元微创手术费最高
援助

活动时间:10月1日-10月5日

针对人群
①甲亢、甲减、甲状腺结节、甲状腺瘤、桥本甲状腺炎、亚急性甲状腺炎、甲状腺囊肿、甲状腺肿大、甲状腺突眼等甲状腺疾病患者;
②经多次治疗,病情反复发作,治疗效果不理想的甲状腺疾病患者;
③曾接受不正规治疗,导致病情加重的甲状腺疾病患者;
④不愿意接受传统手术治疗的甲状腺疾病患者。

(盘龙)医广【2021】第12-28-060广告

扫码了解更多详情

易修珍妇科特色疗法 学习班开班

9月23日上午,圣爱第二届《中医名医汇》之易修珍教授“妇科特色疗法”学习班暨“滇南易修珍妇科疑难病学术流派工作室”成立及拜师收徒仪式在华龙圣爱中医集团举行。

易修珍是国家级名中医、全国第二批名老中医专家学术经验继承工作指导老师、云南省名中医。1962年,易修珍和陈乔林从广州中医学院毕业来到云南,行医济世60年,为云南中医事业的发展作出了重要贡献。

华龙圣爱中医集团董事长刘琼表示:“易老在坚持创新不离本、发展不离宗,守住中医的根脉的同时,还坚持推动中医的师承工作,开办学习班,推广和发扬名老中医宝贵的临床经验和心得体会,培养更多具有实践经验的中医药人才。”

本报记者 闵婕

云南省中医院 周六也可做胃肠镜检查了

为了满足广大患者就医需求,缩短无痛胃肠镜预约等候时间,云南省中医院脾胃病科消化内镜中心在医院统一部署下,在麻醉科等兄弟科室配合下,于2022年9月24日开始开展“周六无痛胃肠镜检查”服务。

患者可通过微信公众号“云南省中医院患者服务平台”“滇医通”等,预约就诊于消化内镜中心普通门诊、脾胃病科门诊等科室门诊,待专家评估病情后安排预约无痛胃肠镜检查。

本报记者 闵婕

公告牌

听听这个讲座 学习老年人保健知识

老年人做好日常的自我保健,提高身体素质,可以更好地保证老年生活质量。

讲座时间:9月29日15时

讲座方式:微信关注云南省中医院微信公众号(订阅号),点击“省中健康”栏目即可进入直播间。

专家介绍:张例,云南省中医院

院名中医,主任医师,教授,云南中医药大学学术型学位、专业型学位硕士研究生导师,全国名老中医罗铨主任学术经验继承人。擅长中老年人的保健医疗,对中老年人的常见病、多发病及疑难杂症有丰富的诊治经验。

本报记者 闵婕

拨打12320热线 了解甲状腺结节

对于甲状腺结节你是否了解?拨打云南12320健康热线,云南省第三人民医院甲状腺乳腺外科医师张松为你答疑解惑。

专家介绍:张松,云南省第三人民医院甲状腺乳腺外科主任医师。云南省农村妇女“两癌”专家组成员,云南省

肿瘤诊疗质量控制中心成员,云南省劳动能力鉴定委员会劳动能力鉴定医疗卫生专家。擅长乳腺、甲状腺良恶性肿瘤规范化、个体化诊治。

健康热线:0871-12320

热线时间:9月29日9时-11时

本报记者 陶彦然

古城晚报
开屏新闻App
理想生活 即刻开屏



扫码了解更多详情

活动时间:10月1日-10月5日

援助1 0 元 专家联合 会诊费 (原价200元)

援助2 0 元 加入《甲状腺慢病管理体系》,予以终身保障。

援助3 半价

援助4 2000 元 甲功七项+甲状腺 彩超弹性检查

微创手术费最高 援助

预约热线 0871- 6516 2120 交通:地铁2号线火车北站-D出口

昆明市盘龙区环城北路75号 公交:环城北路公交车站