

医師たちがつくる病気事典メドレー

[ニュースTOP](#) > [代謝・糖尿病・脂質異常症](#)

ニュース 2016年12月3日

痛風になっても尿酸値を下げる薬は要らない？米国内科学会が推奨

痛風管理の推奨事項4点

from **Annals of internal medicine**

f シェア 1215

🐦 ツイート

ブックマーク 66



写真はイメージです。本文の内容とは関係ありません。

(C) Sandor Kacso - Fotolia.com

尿酸値が高いと言われたことはありますか？尿酸値は薬で下げられますが、痛風予防のために薬を使うべき範囲は長年議論されています。米国内科学会から、痛風発作が起こった人にも尿酸値を下げる薬は勧めないとする推奨が出されました。

成人の痛風治療のガイドライン

米国内科学会が、成人の痛風の治療方針についてのガイドラインを作成し、医学誌『Annals of Internal Medicine』に報告しました。

このガイドラインは、独自調査のほか、最近報告された文献の調査結果に基づいています。参照された調査結果のひとつが、アメリカの政府機関である医療品質研究調査機構（AHRQ）によるものです。AHRQは以下の事実を報告しています。

- コルヒチン、NSAIDs、ステロイド薬で**痛風発作時の痛みを抑える**ことができる。
- コルヒチンの**副作用による胃腸症状**は23%から77%の人に現れる。
- NSAIDsの副作用による胃腸症状は10%以上の人に現れ、**穿孔（穴が開く）などの深刻な事態**の例もある。
- ステロイド薬によって**高血糖や免疫抑制などの副作用**がある。
- 痛風と診断された人が食事の**プリン体、タンパク質、アルコール**を減らしたり、体重を減らしたりすることで**症状が改善する**と言える十分な証拠はない。
- 痛風と診断された人が食事内容、節酒、減量の指導を受けることで**尿酸値が下がる**と言える十分な証拠はない。
- 漢方薬、針治療で痛風が改善するとも、悪化するとも言える十分な証拠はない。
- 痛風と診断された人が尿酸値を下げる薬を使っても、**6か月以内の痛風発作は予防できない**。
- 尿酸値を下げる薬の開始から**1年後以降**に、痛風発作の再発が減少する。
- 尿酸値を下げる薬とともに低用量コルヒチンまたは低用量NSAIDsを使うことで、痛風発作の再発が減少する。
- アロプリノール（尿酸値を下げる薬、商品名ザイロリックなど）の副作用により、中毒性表皮壊死症、スティーブンス・ジョンソン症候群などの**深刻な皮膚症状**が出た例がある。
- 尿酸値を定期的に測定することが良い結果につながると言えるだけの十分な証拠はない。

米国内科学会はこれらの報告をさらに吟味して、推奨とする事項を作りました。

尿酸値を下げる薬は少し痛風発作があっても非推奨

「**強く推奨**」することとして、以下の4か条がまとめられました。

- 急性痛風にはステロイド薬、NSAIDs、コルヒチンを使う。
- 急性痛風でコルヒチンを使うときには低用量コルヒチンとする。
- ほとんどの場合、**はじめての痛風発作または発作の頻度が少ない患者は長期間の尿酸低下薬を開始しない**。
 - 年に2回未満しか発作がない人に対して12か月以上の尿酸低下薬の効果を試した研究はない。

- 痛風発作を繰り返す患者に対しては、尿酸低下薬を開始する前に、**効果・副作用・費用・個人の考えを医師との間で相談する。**

ほかに検討した事項の一部は以下の結果でした。

- 赤肉・果糖・アルコールを控えるなど、**特に痛風予防を狙った食事のアドバイスが症状を減らすという十分な証拠はない。**
- 薬で尿酸値を下げる場合、どの程度まで下げるべきかははっきりした証拠がない。
- 尿酸値を下げるのが急性痛風以外の健康上の問題についてどの程度重要なのかははっきりしない。

尿酸値は下げなくていい？

まだ痛風発作を起こしたことがない人が薬で尿酸値を下げる必要はないのではないかという意見は、これまでもさまざまな主体から提示されてきました。

今回の米国内科学会のガイドラインは、痛風発作を起こした人でも再発がなければ尿酸値を下げる薬を使わないという選択肢を含めています。

また、食事や飲酒について積極的な推奨事項は示されませんでした。飲酒や肥満は痛風だけでなく多くの生活習慣病に関わっているため、一般的に気を付けるべきとされる一方で、痛風を防ぐ効果があるかどうかは過去の報告でも意見が分かれています。

尿酸は食品に含まれるプリン体から生成されるため、プリン体の少ない食事が良いのではないかという観点の研究はたくさんありますが、米国内科学会の見方では「十分な証拠はない」というのが現状です。

プリン体は肉や魚に多く含まれています。ビールにプリン体はほとんど含まれていません。厚生労働省の資料によると、肉類・魚介類の50gと、アルコール飲料50mlに含まれるプリン体の量は表のとおりです。

- ちりめんじゃこ 373mg
- 鶏レバー 160mg
- いわし干物 153mg
- 大正エビ 137mg
- サラミ 60mg
- 牛もも 55mg
- ビール 3mg

- 日本酒 1mg

参照：保健指導における学習教材集（確定版）

こうした数値をもとに、プリン体が少ない食事を勧める考えもありますが、痛風を予防する効果があるかどうかは意見が割れています。

ただし、痛風は別としても糖尿病・高血圧などの対策として栄養管理はとても大切です。あくまで健康的な食生活は勧めるべき中で、糖尿病などのほかに「痛風も」予防できるかどうかという議論です。

対して、尿酸値を下げる薬は主に痛風予防が目的です。尿酸値を下げることは腎機能障害を防ぐことにもつながるという見方がありますが、米国内科学会はこの点について保留しています。

尿酸値を下げる薬は、目の前の症状をなくす治療ではなく、将来の症状を予防する目的で使われます。推奨にもあるように、効果・副作用・費用・個人の考えがバランスよく反映されるよう、医師と相談しながらデータをよく見比べることが大切です。

(大脇 幸志郎)

◆参照文献

Management of Acute and Recurrent Gout: A Clinical Practice Guideline From the American College of Physicians.

Ann Intern Med. 2016 Nov 1. [Epub ahead of print]

[PMID: 27802508 [🔗](#)]

関連記事



プリン体は無罪かも！米政府機関が調べた痛風治療の研究結果まとめ
1398シェア [AHRQ Comparative Effectiveness Reviews]

こちらの記事もおすすめ



痛風放置は危険！尿酸を下げる治療をしない人では死亡率が高かった
1377シェア [J. Rheumatol.]



大人用と子ども用の解熱鎮痛薬は成分が違う??【アスピリンシリーズ①】
438シェア [市販薬の知識]



子どもの高熱に市販の解熱薬はちょっと待って！【アスピリンシリーズ②】

692シェア [市販薬の知識]



痛風があるとアルツハイマー病の発症リスクが減る？

365シェア [Ann. Rheum. Dis.]



痛風がある人はEDになりやすい？勃起不全の発症率との関連

682シェア [J. Rheumatol.]

*本ページの記事は、医療・医学に関する理解・知識を深めるためのものであり、特定の治療法・医学的見解を支持・推奨するものではありません。[執筆者一覧]

詳細 糖尿病
糖尿病でお悩みの方に向けた詳細情報ページは[こちら](#)


節税対策ならお任せください
458件の開業医を成功に導いた
成功事例分析集 無料プレゼント
お申込みはこちら >

IP インベストメントパートナーズ

以下の病気に対応した病院を探す

痛風 ➡

高尿酸血症 ➡



予約から診察、
処方までを
オンラインで。
オンライン通院システム

CLINICS by MEDLEY

MEDLEYについて

サイト紹介

運営チーム紹介

運営会社

公式ブログ

 Facebook

 Twitter

データベース利用について

広告掲載について

お問い合わせ

ご利用規約

プライバシー・ポリシー



本サービスにおける医師・医療従事者等による情報の提供は、診断・治療行為ではありません。診断・治療を必要とする方は、適切な医療機関での受診をおすすめいたします。本サービス上の情報や利用に関して発生した損害等に関して、弊社は一切の責任を負いかねますことをご了承ください。

©Medley, Inc. All Rights Reserved.

[株式会社メドレーの運営サイト]

オンライン通院・遠隔診療ならクリニック | 医療介護歯科の求人ならジョブメドレー | 老人ホーム
口コミなら介護のほんね