痛風、類風濕性關節炎 可能有遺傳因子

2011/04/11

【元氣周報 / 記者蔡育如 / 報導】

案例故事1：

凡凡去年考上大學，大一新生依規都要做健檢，健檢結果出來，凡凡的尿酸值是6，雖算正常，但已是正常值中最高的數值。（尿酸正常值 / 女：小於6mg/dl / 男：小於7mg/dl）

凡凡的奶奶和爸爸都是痛風患者，爸爸長期服藥，他很擔心凡凡，未來會不會也遺傳痛風，爸爸決定要注意凡凡的飲食和生活作息…。

案例故事2：

潘太太多年來為類風濕性關節炎所擾，十個手指的關節已變形，清晨醒來經常有僵硬之感，她並不清楚自己有無家族病史，同時也從醫學文獻中了解，類風濕性關節炎未必是遺傳，可能是遺傳了較易患此症的體質。她比較關心的是兩個孩子的體質，擔心他們的免疫力…。

家族有痛風病史 要注意多喝些水

「痛風、類風濕性關節炎，甚至是憂鬱症都可能有遺傳因子。」新竹馬偕醫院風濕免疫科醫師郭孝齡表示，有遺傳基因並不代表一定會得病，只是得病的風險比較大。

郭孝齡表示，痛風病患最明顯的症狀就是尿酸過高導致關節發炎，嚴重會使腎臟功能變差。「家族病有痛風病史的人，平常就應注意水分的攝取！」郭孝齡指出，尿酸需經由小便排出，所以有潛在危險因子的人，平常就要多喝水，一天至少要維持在2千到2千5百CC左右的飲水量。

「飲食清淡為主，可定期抽血檢驗」，署立新竹醫院風濕免疫科醫院羅位庸建議，保持正常的作息，熬夜可能會使尿酸忽高忽低，維持規律運動，避免暴飲暴食，預防勝於治療。

類風濕性關節炎 先天後天仍難定

「類風濕性關節炎通常是臨床才會發現的疾病，譬如出現關節腫脹、早上起床關節僵硬，會痛，感到疲勞等狀況可能就要小心。」羅位庸表示，類風濕性關節炎嚴重的話可能導致關節殘障，甚至影響內臟，也容易影響心臟血管，發生心血管疾病。

他指出，類風濕性關節炎屬於免疫疫系統疾病，目前還不知真正造成的原因，可能是原本家族就有這個遺傳因子，加上後天感染所造成，所以會建議民眾應維持正常生活，不要熬夜、抽菸，較能降低得病的機率。

「有家族病史的人，建議不要亂吃補，很多免疫並都是補出來的！」羅位庸表示，現代人愛吃補，尤其是中藥，但有時候補過頭反而容易出現其他慢性病，所以也建議民眾，在大補前先詢問醫師會比較妥當。

痛風年齡，降低中

郭孝齡以痛風為例，現代人從小就吃得營養，加上暴飲暴食，導致痛風發作病患的年齡層下降，從以前的30至40歲，到現在的19、20歲。

尿酸用藥，有兩種

「痛風發作原因通常不只有食物來源，所以對於痛風病患，通常會給予藥物治療。」羅位庸表示，通常會開的藥有兩種，一是抑制尿酸產生，另一種會幫助病患將尿酸排出，讓體內尿酸值維持在正常範圍內。