



厚生連診療所だより

本当に怖い「痛風」 つう ふう

30歳以降の日本人男性の30%が
痛風の予備軍『高尿酸血症』です！
～高尿酸血症・痛風ガイドラインより～



高尿酸血症とは血液中の尿酸値が7.0mg/dlを 超えた状態のことです。尿酸値が高い状態が続くと**痛風発作**を発症します。

痛風によっておこる合併症

腎機能障害
脂質異常症

尿路結石
高血圧症

糖尿病
心血管疾患



重症化を防ぐために、毎年**健康診断**を受けて
体調管理を行いましょう。

痛風を予防・改善するために

過食をしない
プリン体を多く含む食品を控える
飲酒は適量を守る
水分を十分にとる
適度な運動を行う



尿酸値が高めの方は、厚生連診療所までご相談下さい。
必要に応じて再検査や薬の処方も行っております。

発熱を伴う場合は、受診する前に必ず電話相談を！



診療日・診療時間の詳しい問い合わせ内容は [くまもとかうせいれん](#) をクリック！

JA熊本厚生連は職場の健康・家庭の健康・社会の健康を目指します。

〈お問い合わせ〉
熊本県厚生連診療所
☎ 096-328-1055
内線 (2800)