

โรคเกาต์

ผศ.นพ.สุรศักดิ์ นิลกานวงศ์

ภาควิชาอายุรศาสตร์

Faculty of Medicine Siriraj Hospital

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

โรคเกาต์เป็นโรคที่เกิดจากการที่มีกรดยูริกในเลือดสูงเป็นเวลานานและมีการตกผลึกของยูเรตตามเนื้อเยื่อต่าง ๆ เช่น ข้อ ทำให้เกิดข้ออักเสบ ไต ทำให้เกิดนิ่วในไตและไตวาย พบผู้เป็นโรคเกาต์ 2-4 คน ต่อประชากร 1,000 คน อายุ 40-60 ปี พบร้อยละ 2 อายุ 60 ปีขึ้นไป พบร้อยละ 4 สังเกตได้ว่ายิ่งอายุมากขึ้นโอกาสเป็นมากขึ้น

สาเหตุของกรดยูริกในเลือดสูงเนื่องมาจากร่างกายสร้างกรดยูริกมากกว่าปริมาณที่ขับถ่ายและจากการที่ร่างกายสร้างกรดยูริกเป็นปกติแต่ปริมาณที่ขับถ่ายออกจากร่างกายน้อยกว่า ส่วนเหตุอีกประการ คือ ทางกรรมพันธุ์จากการขาดเอนไซม์บางตัวหรือเอนไซม์บางตัวทำงานมากเกินไป และประการสุดท้ายเกิดจากโรคบางชนิดที่สร้างกรดยูริกเกิน เช่น โรคมะเร็ง โรคเลือด รวมทั้งจากการดื่มสารที่มีแอลกอฮอล์ผสม เช่น เหล้า เบียร์ ไวน์ การที่มีกรดยูริกในเลือดสูงโดยไม่มีอาการถ้าไม่ได้รับการรักษาจะมีอาการข้ออักเสบโรคเกาต์เฉียบพลัน เพศชายเริ่มเป็นเมื่ออายุ 40 ปี เพศหญิงเริ่มเป็นอายุ 55 ปี ในรายที่ไม่ได้รับการรักษาที่ถูกต้องจะกลับเป็นข้ออักเสบซ้ำ ๆ และมีการสะสมของกรดยูริกตามข้อที่ทำให้เกิดเป็นปุ่มเป็นก้อนเห็นจากผิวหนัง ระยะนี้เรียกว่า “โรคเกาต์ระยะมีโทไฟเรอรั้ง”

สาเหตุที่ทำให้ข้ออักเสบเป็นซ้ำใหม่เกิดจากการกระทบกระแทกข้อ การดื่มสารที่มีแอลกอฮอล์ผสม หลังการผ่าตัด การติดเชื้อของร่างกาย การรับประทานอาหารที่มีกรดยูริกสูงมากเกินไป การรับประทานยาบางอย่างที่มีผลต่อระดับกรดยูริกในร่างกาย โดยความเป็นจริงแล้วการรักษาโรคเกาต์ไม่จำเป็นต้องหลีกเลี่ยงอาหารชนิดใดเป็นพิเศษ ผู้ป่วยมีสิทธิรับประทานได้ทุกอย่าง ทั้งนี้เพราะอาหารที่มีผลต่อระดับยูริกในเลือดเพียง 0.5-1 มิลลิกรัม/100 มิลลิลิตร อาหารที่มีผลต่อระดับยูริกมาก ๆ คือ เครื่องในสัตว์ เนื้อสัตว์ และยอดผัก ซึ่งเป็นอาหารที่มีคุณค่าต่อร่างกาย

โรคเกาต์เป็นโรคที่รักษาง่าย รักษาหายขาดได้ คือไม่กลับมาเป็นข้ออักเสบอีก ถ้าผู้ป่วยปฏิบัติตามคำแนะนำและรับประทานยาอย่างสม่ำเสมอ โดยแพทย์จะรักษา ดังนี้ รักษาอาการข้ออักเสบเฉียบพลันโดยการให้ Colchicine หรือยาต้านอักเสบชนิดไม่ใช้สเตียรอยด์ งดการบีบนวดตำแหน่งที่เจ็บ (ยิ่งนวดก็ยิ่งปวดและหายช้า) รักษาให้กรดยูริกกลับลงมาสู่ปกติ โดยการรับประทานอาหารให้ครบทุกหมู่ รับประทานน้ำให้เพียงพอ น้ำที่เพียงพอจะช่วยขับกรดยูริกออกทางไต ถ้าเดิมเคยดื่มเหล้า เบียร์ ไวน์ก็ควร