



## Urinsyregikt

Urinsyregikt (podagra) er en stoffskiftesykdom som fører til økt mengde urinsyre i kroppen. Når urinsyren blir utfelt som krystaller i leddene blir de betente.

Sykdommen forekommer oftest hos menn. Den kan være arvelig eller være forårsaket av andre sykdommer. Den kalles populært også "Kaptein Voms" sykdom.

### Hva er symptomene og sykdomsutviklingen?

Urinsyregikt kjennetegnes ved akutte smerteanfall i ledd, spesielt i foten og i stortåen. Det oppstår betennelse med rød, varm og ofte glinsende hud. Det er ofte sterk ømfintlighet og smerter ved bevegelse. Podagra-anfallene er som regel lette å kjenne igjen. Verre er det når anfallet kommer i andre ledd enn stortåen. Da blir sykdommen ofte oppfattet som senebetennelse, verkefinger, ol.

Samtidig kan det oppstå nyrestein og nyresykdom og knuter i underhuden pga. at urinsyrekrystallene felles ut.

Uten behandling vil anfallene som regel gjenta seg med ukers og måneders mellomrom. Til slutt oppstår det en kronisk deformerende gikt, som ligner leddgikt.

Urinsyremasser kan avleires i indre organer, men det er bare i nyrene de gjør noen skade. Skade av nyrene er den mest alvorlige komplikasjon når urinsyregikt ikke behandles.

### Hva kommer urinsyregikt av?

Urinsyregikt er en stoffskiftesykdom med urinsyreopphopning i kroppen, og betennelsen skyldes utfelling av urinsyrekrySTALLER i ledd men ofte også i nyrer. Urinsyre inngår i omsetningen av arvematerialet i cellekjernen, DNA. Når celler brytes ned frigjøres store mengder urinsyre. Nedsatt utskillelse gjennom nyrene eller økt produksjon av urinsyre er sentralt i sykdomsmekanismen. Det kan være arvelig eller komme av andre forhold som f.eks. leukemi, nyresvikt og eventuelt bruk av vandrivende medisiner. Anfallet utløses av rikelig inntak av spesiell mat og drikke. Også skader, støt og lignende kan utløse et anfall.

### Er det noe jeg kan gjøre eller unngå for å bli bedre?

Generelt kan det være gunstig å redusere vekten. En forsiktig diett er for mange svært heldig. Du bør unngå å spise lever, nyrer, brissel, sardiner osv., som man vet kan utløse anfall. Vin og brennevin bør du være forsiktig med. Ellers er det nyttig å drikke rikelig med væske for å øke urinmengden og dermed øke utskillelsen av urinsyre. Dette er spesielt viktig etter større måltider. Du bør også holde deg i ro til behandlingen er over.

### Når bør jeg kontakte lege og når kan symptomene betraktes som uskyldig?

Urinsyregikt er en smertefull sykdom. Til tider er det en hissig betennelse i det angrepne området, som oftest stortåen. Det blir rødt, varmt og meget ømfintlig. Symptomer som feber og nedsatt allmenntilstand er sjeldnere.

Som regel varer anfallet noen dager. Et nyresteinsanfall kan være første symptom på urinsyregikt. Det er derfor viktig å oppsøke lege tidlig. Uten behandling kan man få varige ledd og nyreskader.

### Hvordan finner legen ut at jeg har urinsyregikt?

Et akutt urinsyregikt-anfall er typisk og lett å kjenne igjen ved at stortåen eller foten angripes. Ved blodprøver finner leger økte mengder urinsyre og ved å trekke ut leddvæske med en såkalt punksjonsnål kan lege påvise urinsyrekrySTALLER. Rønten av ledd kan også være nødvendig.

### Hva er behandlingen av urinsyregikt?

Det er en rekke meget gode medikamenter som hjelper mot urinsyregikt. Man skiller mellom behandling av akutte anfall og behandling av den kroniske tilstand. Ved akutte anfall reagerer de fleste på betennelsesdempende midler. Alle slike midler gis over et begrenset tidsrom i litt større doser enn ved andre revmatiske lidelser. For å hindre nye anfall gis midler som øker urinsyre-utskillelsen gjennom nyrene. Disse stoffene gis over lengre tid, gjerne over flere år.

Det mest effektive middelet, allopurinol, reduserer dannelsen av urinsyren i kroppen.

### Blir jeg frisk av Urinsyregikt?

Urinsyregikt er kronisk som andre revmatiske sykdommer. Men urinsyregikt er en relativt

godartet tilstand med gode behandlingsmuligheter og kan derfor ofte gå over.