

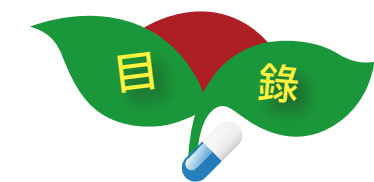


痛風與高尿酸血症 用藥指導手冊



我的名字：
My name

高雄市立小港醫院 藥學科編製
114 年 3 月 (第三版)



尿酸與高尿酸血症介紹.....	2
相關疾病和因子.....	3
痛風的臨床症狀.....	5
高尿酸血症與痛風的預防與治療.....	7
食物普林含量表.....	9
高尿酸血症與痛風的藥物治療.....	11
⊕ 非固醇類消炎止痛藥.....	12
⊕ 選擇性第二型環氧化酶抑制劑.....	13
⊕ 類固醇.....	14
⊕ 秋水仙素.....	15
⊕ 抑制尿酸生成的藥物.....	16
⊕ 增加尿酸排除的藥物.....	17
忘記吃藥怎麼辦？.....	19
參考文獻.....	20





尿酸與高尿酸血症介紹



什麼是「尿酸」？

尿酸是嘌呤（**purine**，也有人譯為普林）

在人體代謝的最終產物，體內嘌呤在肝臟代謝形成尿酸，最後由腎臟將尿酸隨尿液排出體外，如果體內產生過多或腎臟排泄尿酸不良，就會形成尿酸過高。



什麼是「高尿酸血症」？

高尿酸血症與體內普林的代謝異常有關，每當 100 毫升血液中的尿酸值男性大於 7 毫克以上，女性大於 6 毫克以上時，稱為高尿酸血症。



可能造成高尿酸血症的原因？

- (1) 攝取富含嘌呤或導致嘌呤合成增加的食物
- (2) 尿酸的合成代謝增加（內源性過量產生）
- (3) 腎臟排泄尿酸受阻



影響尿酸的相關疾病及因素

血尿酸值經檢測在 7.0–8.0 mg/dL 之間，即需進行進一步病史詢問及身體檢查，確認是否合併有痛風、高血壓、糖尿病、肥胖、代謝症候群等相關疾病，如下表。

高尿酸血症及痛風的相關疾病及因素

先天因素

- 年齡、性別

性 別	年 齡	痛風發生率
男性	30-45 歲	可能會增加
女性	停經後	

- 基因差異

後天因素

肥胖

高血壓

高血脂症

代謝症候群

糖尿病

慢性腎臟病

飲酒

高普林飲食

影響尿酸平衡藥物

影響尿酸的相關疾病及因素



高尿酸的影響

長期高尿酸可能會引起痛風性關節炎、腎臟疾病、尿路結石。



什麼是「痛風」？

痛風在臨床上指的是一種極度疼痛的關節炎，因痛的時候來如風而得名。如果長期沒有治療高尿酸血症，皮下及關節可能產生痛風石結節（尿酸鈉鹽的結晶），沉積在關節腔內，長期累積造成關節腫脹和變形。



痛風和高尿酸血症有什麼關係？

流行病學資料顯示，隨著血液中尿酸濃度升高，其罹患痛風的機率顯著增加。

痛風病人通常會出現高尿酸血症，但高尿酸血症的患者卻不一定發生痛風。



痛風的臨床症狀



痛風的臨床症狀分為四個階段

1 無症狀高尿酸血症：

通常是在抽血檢驗時偶然發現，此時期雖然尿酸值高，但從未有過關節炎發作或發熱、疼痛、紅腫等不適症狀，不需要立即使用藥物治療，應注意飲食並矯正可能導致原因，尿酸值即可恢復。



2 急性痛風關節炎：

身體的單一或數個關節發生紅、腫、熱和極端疼痛的症狀，好發處為下肢遠端關節，尤其是腳拇指。一般疼痛在數小時至一天之內達到高峰，通常在數天後自動緩解。若服用消炎止痛藥物，可以縮短疼痛及不適的時間。



痛風的臨床症狀

3 不發作間歇期：

兩次急性發作間的無症狀不痛期稱為「不發作間歇期」。這個時期由於沒有關節炎症狀，因此患者容易失去戒心。此時若沒有控制血中尿酸值，通常會一再地反覆關節炎發作，最後大多數患者可能出現痛風石，而進入慢性痛風石關節炎。



4 慢性痛風石關節炎：

身上關節處可見大小不等的皮下痛風石，慢性痛風石可能會沉積在關節處，例如膝、踝、脊椎關節、軟骨等處，造成關節、組織的破壞、變形或功能損傷，應盡速就醫評估，嚴重時關節會喪失活動能力。需注意痛風石如果有表面傷口破皮，要注意有無併發細菌感染。也可能沉積在內臟器官，少數病人會侵犯腎臟影響到腎臟功能。



■ 高尿酸血症與痛風的預防與治療 ■



高尿酸血症與痛風的預防

高尿酸血症與痛風的預防與治療需由生活型態調整、飲食控制及藥物治療等三方面著手，**藥物治療**更需遵從醫師指示，規律服藥，切勿使用其他療效未經證實之輔助療法。



生活型態調整與飲食控制包括

1 維持理想體重

[理想體重 (公斤) = $22 \times \text{身高 (公尺)} \times \text{身高 (公尺)}$]
若體重超過理想值得 10% 時，應慢慢減重，每月以減重 1~2 公斤為宜。

2 應避免過度飲食

過度飲食會導致組織快速分解，因而產生大量尿酸、酮酸，引起急性發作，加重痛風症狀。

3 多喝水以預防尿道結石的發生

應盡量多喝水，以幫助尿酸的排泄，心臟腎臟功能正常者，建議每日喝 1000~1500c.c. 開水。



■ 高尿酸血症與痛風的預防與治療 ■



生活型態調整與飲食控制包括



烹調食用油要適量，少吃油炸食物

攝取過多油脂容易造成肥胖及膽固醇升高，應避免攝取過量。

高油食物會阻礙尿酸排泄，應避免過量油炸、油煎食物的攝取。



減少酒精飲料的攝取（尤其是啤酒）

酒精在體內會代謝成為乳酸，影響尿酸排泄，且本身也會增加尿酸的行程，因此痛風發作和酒類關係密不可分。

在各種的酒品類中以啤酒 (Beer) 為甚，若長期每天飲用 12 盎司 (355c.c.) 以上的啤酒，會有 1.5 倍的痛風發生率。而其主要的原因是因為啤酒中有高濃度的鳥糞嘌呤 (Guanosine) 會增加尿酸之形成。

引用烈酒 (Liquor, Spirit) 也會有 1.15 倍的痛風發生率。



食物普林含量表

食物類別	低普林含量 0~9 毫克普林 /100 公克食物	中普林含量 9~100 毫克普林 /100 公克食物	高普林含量 100~1000 毫克普 林 /100 公克食物
奶 類 	各種乳類與乳製品	-	-
五 穀 根莖類 	糙米、胚芽米、白米、糯米、米粉、小麥、燕麥、麥片、麵粉、麵線、通心粉、玉米、馬鈴薯、甘薯、芋頭、冬粉	-	-
豆 類 		豆腐、大豆、味噌、紅豆、帶莢毛豆	納豆
肉、蛋類 	雞蛋、鴨蛋、皮蛋	鴨肉、牛肉、羊肉（大部分的肉類，除高普林含量所列之食物）	鵝肉、雞／豬／牛肝、豬腦、豬腎、豬／牛心、豬舌、豬／牛肩胛骨、牛腿肉、雞翅、雞腿、雞胸肉、雞胗、義大利香腸



食物普林含量表

食物類別	低普林含量 0~9 毫克普林 /100 公克食物	中普林含量 9~100 毫克普林 /100 公克食物	高普林含量 100~1000 毫克普 林 /100 公克食物
海產類 	鹹鮭魚卵	鰻魚、魚丸、竹輪、魚板、帝王蟹、海扇、魚、貝殼類(大部分的魚類, 除高普林含量所列之食物)	沙丁魚、鯷魚、魚、鯡魚、竹莢魚、柴魚、鮪魚、鰹魚、鰻魚、比目魚、香魚、秋刀魚、鮭魚、鯉魚、小魚乾、蚌類、海扇貝、魚卵、蟹、、牡蠣、蛤蠣、蟹黃、乾魷魚、花枝、草蝦、龍蝦
蔬菜類 	大部分蔬菜(除中普林含量所列之食物)	蘆筍、乾豆類、扁豆、蘑菇、豌豆、白花菜、花椰菜、金針菇、木耳	乾香菇
水果類 	各式水果	-	-
其他 	冰淇淋、蛋糕、糕餅、碳酸飲料、巧克力、咖啡、茶、醃漬物、爆米花、布丁	乾昆布、花生、醬油	肉汁、濃肉湯(汁)、火鍋湯、魯肉湯、酵母粉



■ 高尿酸血症與痛風的藥物治療 ■

藥物治療主要分為急性發作期的治療與慢性預防兩大區塊。

⊕ 急性發作期的治療

- ★ 以解除疼痛、消炎為目的，及時控制痛風性關節炎的急性發作。
- ★ 局部冰敷有助於減少部分的疼痛。
- ★ 此時期藥物有：
 1. 非類固醇消炎藥
(NSAID, Non-steroid anti-inflammatory drug)
 2. 選擇性第二型環氧化酶抑制劑
(COX-2 inhibitors, Cyclooxygenase-2 inhibitors)
 3. 類固醇 (Corticosteroid)
 4. 秋水仙素 (Colchicine)

⊕ 慢性預防痛風發作

- ★ 以降低血中尿酸值為目的，長期治療以預防尿酸鈉鹽結晶沉積造成關節破壞及腎臟損害。
- ★ 此時期藥物有：
 1. 抑制尿酸生成的藥物 (如 Allopurinol、Febuxostat)
 2. 增加尿酸排除的藥物 (如 Benzbromarone)
 3. 秋水仙素 (Colchicine)

⊕ 非固醇類消炎止痛藥



(NSAID, Non-steroid anti-inflammatory drug)

作用機轉

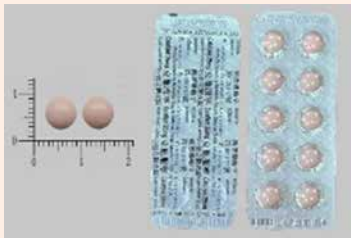
藉由抑制 COX-1 與 COX-2，達到消炎、鎮痛、解熱效果，可以迅速解除關節腫脹、疼痛。

使用方法

本品主要用於急性發作期的短期治療。一般於三餐飯後或需要時（疼痛發作時）使用。

不良反應

腸胃不適（胃痛、胃灼熱感）、胃或十二指腸潰瘍伴隨出血或穿孔、周邊水腫、頭痛、頭暈、凝血功能不全、藥物過敏（搔癢、皮疹）。

商品名	Cataflam	Ponstan
中文名	克他服寧	博疏痛
學 名	Diclofenac	Mefenamic acid
規 格	25 mg/Cap	250 mg/Cap
外 觀		



⊕ 選擇性第二型環氧化酶抑制劑 (COX-2 inhibitors, Cyclooxygenase-2 inhibitors)

作用機轉

選擇性地抑制 COX-2，達到消炎、止痛的效果，並可降低胃腸道方面的不良反應。

使用方法

本品主要用於急性發作期的短期治療。一般於早飯後或晚飯後服用。

不良反應

腸胃不適、水腫、頭痛、頭暈、藥物過敏（搔癢、皮疹）。

商品名

Celebrex

Youkoxia

中文名

希樂葆

息樂炎

學 名

Celecoxib

Etoricoxib

規 格

200 mg/Cap

60 mg/Tab

外 觀



⊕ 類固醇

(Corticosteroid)

作用機轉

本品主要用於急性發作期的短期治療，一般於早晚飯後或三餐飯後使用。

使用方法

腸胃不適（噁心、嘔吐）、浮腫、食慾增加、體重增加。

不良反應

治療期間的抵抗力會減弱，若有類似感冒或感染症狀（如喉嚨痛、發燒或咳嗽）時，請儘速就醫。

商品名	Cortisone	Rinderon	Donison
中文名	乙酸可體松	臨得隆錠	樂爾爽片
學 名	Cortisone acetate	Betamethasone	Prednisolone
規 格	25mg/Tab	0.5mg/Tab	5mg/Tab
外 觀			



⊕ 秋水仙素 (Colchicine)

使用方法

本品可用於治療急性痛風發作與預防急性痛風復發。

1. 急性發作的治療：在急性發作時可以先給 1 ～ 2 顆 (0.5 mg/ 顆)，之後每隔一至二小時再口服一顆，直到疼痛緩解或出現胃腸道的副作用（例如嘔吐、腹瀉）後即可停藥。每日服用總劑量不可超過 6 ～ 8 顆 (3 ～ 4 mg)。
2. 急性痛風復發的預防：每次一顆，每天至二次。

不良反應

腸胃不適（噁心、嘔吐、腹瀉、腹瀉）、藥物過敏（搔癢、皮疹）、肌肉病變、骨髓抑制。

商品名	Colchicine
中文名	可樂喜定
學 名	Colchicine
規 格	0.5mg/Tab
外 觀	

⊕ 抑制尿酸生成的藥物

Allopurinol、Febuxostat

作用機轉

經由抑制黃嘌呤氧化酶 (Xanthine oxidase) 的作用而減少尿酸的生成。

使用方法

本品藉由改善高尿酸血症，以預防慢性痛風發作。一般於早飯後或晚飯後服用。

不良反應

腸胃不適（噁心、嘔吐、腹痛、腹瀉）、嗜睡、頭暈、頭痛、藥物過敏（搔癢、皮疹）。若發生嚴重皮膚症狀（發疹、發癢、水泡、發燒、眼睛痛、喉嚨痛、口腔潰瘍等）時，請立即停藥並且就診。

商品名	Allopurinol	Feburic
中文名	安樂普利諾	福避痛膜衣錠
學 名	Allopurinol	Febuxostat
規 格	100 mg/Tab	80 mg/Tab
外 觀		



⊕ 增加尿酸排除的藥物

Benzbromarone

作用機轉

藉由阻斷腎小管尿酸之再吸收，並促進尿酸之排泄於尿液中，進而改善高尿酸血症。

使用方法

本品藉由改善高尿酸血症，以預防慢性痛風發作。一般於早飯後或晚飯後服用。

不良反應

腸胃不適（胃痛、腹痛、腹瀉）、藥物過敏（搔癢、皮疹）、肝功能異常。

注意事項

1. 腎結石患者、嚴重腎功能障礙之患者不建議使用。
2. 使用期間如有肝臟不良反應之症狀如食慾不振、全身倦怠發生時，應立即停止使用並就醫檢查。

商品名

Nogout

中文名

杏定痛錠

學名

Benzbromarone

規格

100mg/Tab

外觀





♥ 請每日固定時間服用，不可自行加減藥量 ♥

規律按照時間服藥對於尿酸控制很重要，儘可能不要忘記。如果忘記服藥，想起時應儘快補服，但若已接近下次服藥時間，則不補服，依照原來時間服用下一次的劑量即可，不可一次服用兩次劑量。



藥品該如何保存？



1. 請放於緊密容器內，且室溫、乾燥、避光存。
2. 避免放在高溫、浴室及孩童可以取得的場所。



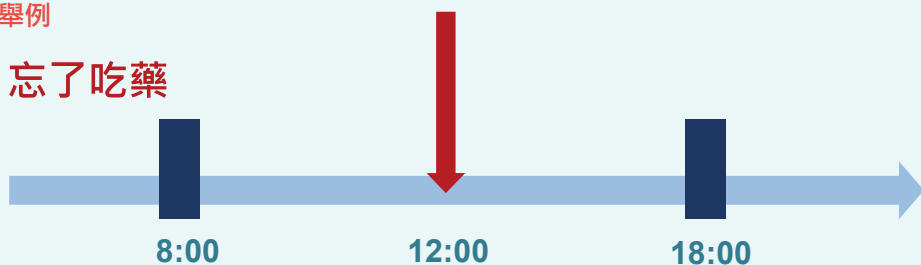
忘記吃藥該怎麼辦？



1. 想起時，應盡快補服。
2. 已接近下次服藥時間，則不補服，並依照下一個時段的服藥時間，服用原本的劑量即可。

舉例

忘了吃藥





參考資料

-  中華民國風濕病醫學會 - 台灣痛風與高尿酸血症 2016 診治指引
<http://www.rheumatology.org.tw/index.asp>
-  衛生福利部國民健康署
<https://www.hpa.gov.tw/Home/Index.aspx>
-  衛生福利部 - 藥品仿單查詢平台
<https://mcp.fda.gov.tw/>
-  衛生福利部 - 國民健康署 - 每日飲食指南手冊
<https://www.hpa.gov.tw/Pages/EBook.aspx?nodeid=1208>
-  衛生福利部 - 臨床營養工作手冊 民國 95 年 12 月
-  UpToDate. (2024). Gout: Clinical manifestations and diagnosis. from <https://www.uptodate.com/contents/gout-clinical-manifestations-and-diagnosis>

藥物諮詢專線：(07) 8036783 分機 **3325**
夜間及例假日：(07) 8036783 分機 **3152**

小港醫院藥學科



為您的用藥安全把關



藥學科 Pharmacy

高雄市立小港醫院

(委託財團法人高雄醫學大學經營)

Kaohsiung Municipal Siaogang Hospital



疾病用藥指導手冊