

# からだの しくみを 知ろう。

## 尿酸と痛風の話

連載その7

臨床検査技師 甲斐 美矢子

今回は尿酸のお話です。私たちの体は60兆個もの細胞から構成され、細胞の核には“核酸”という成分があります。この核酸は細胞が新陳代謝を繰り返したり、エネルギーを使ったりした時にプリン体へと分解され、最終的に尿酸という老廃物になります。この尿酸は、通常血液などに溶けており、尿となって排出されますが、水に溶けにくいという性質があり、溶けなかったものは結晶に変化します。尿酸は溶けているときは無害なのですが、結晶になると体にさまざまな障害をもたらします。その代表的な病気が痛風です。痛風は、「風にあたったくらいでも痛い」ことがその名前の由来になっていると言われるほど、痛みが強く、40歳以上の男性に多い病気といわれています。ビールは、プリン体を多く含む食品の

筆頭です。ビール好きの方は、足の指先、足首等に痛みを感じたら、一度、尿酸検査をおすすめします。

