

# 尿酸高的人不一直都是痛风

寒冷的冬季很多人都喜欢吃火锅,但面对火锅,有些人却不能敞开了吃,那就是痛风患者。他们会说自己尿酸高,不能喝酒吃海鲜。近年来,随着生活水准的提高,痛风患者的人数逐年增多,特别是在中老年人中,已经是一种较常见的代谢性慢性病。

## 痛风能让人残疾

北京协和医院风湿免疫科主任曾小峰教授说,痛风是关节炎中最常见的一种,起病迅速,伴随关节肿胀发热,且常夜间发作,疼痛难忍。如果不能及时或者正规地治疗,将来会导致关节的破坏、残疾。更严重的是一部分患者会出现肾功能衰竭,因为尿酸可以沉积在肾脏里。痛风患者绝大部分都有代谢综合征,所以往往又合并有心血管方面的疾病,使病情更加复杂。但很多患者在治疗过程中仍然存在诸多误区,导致痛风发作持续时间长,病情也越来越严重。

如果以尿酸高为标准诊断痛风,不少患者会被误诊为痛风。曾小峰说,这种判断是不对的。因为尿酸高的人不一直都是痛风,其中只有10%左右才可能是痛风。有医生见到有高尿酸血症的老年人长骨刺,或者关节疼就诊断为痛风。而另一些患者对痛风开始时的症状不以为然,就诊断偏晚或者干脆拖着不去医院,认为忍一忍就过去了,没必要治疗,不料之后发作频率更高,而且比过去疼得更厉害了。因此他提醒患者,如果有症状应尽早到正规医院就诊检查,明确到底是不是痛风。而中华医学会风湿病学分会新近制定了“2016版中国痛风诊疗指南”,为临床医生合理规范化诊治痛风提供指导依据。



资料图片

## 痛风能“治愈”吗?

痛风是风湿病领域中为数较少的发病机制较明确并有规范的治疗方法的疾病,因此被一些医生称为“可治愈的疾病”。曾小峰说,痛风是有可能治愈的,治愈的标准就是控制尿酸在正常水平不再发展,正规的治疗是可以避免关节损伤、残疾、脏器功能出现障碍的。但这个很难做到。

很多痛风患者常是好了伤疤忘了疼,痛风发作时非常痛,即使风刮过来都能导致患者的疼痛,可是一吃药控制急性发作以后就跟正常人没两样,这时候患者就忘了,不再坚持规范的吃药治疗。直到尿酸又变得很高,遇到某种突发因素又犯病了。这样反

反复导致关节损伤,导致肾功能损伤。且这些损害往往不可逆转,因此,痛风又被认为是不可治愈的。

## 痛风不是不痛就算好了

绝大部分人认为不疼了就是好了,这是患者的误区之一。实际上痛风是个慢性病,不是不疼了就好了。需要长期正规的治疗,因为不正规治疗尿酸忽高忽低可能导致肾功能衰竭。曾小峰强调,规范诊治能有效减少痛风发作,患者通过早期诊断及坚持规范治疗,完全可以避免反复发作的折磨。但如果不及早诊治,此后的每一次发作都会使病情加重,并且导致更多并发症的产生。

痛风被误诊的现象也不少,

被误诊为其他疾病,比如丹毒,患者输两天液后发现明显好转,便认为是治疗起效了。然而早期的痛风患者即使无任何治疗,一两个星期内也能逐渐自然缓解,但之后病情还是会反反复复得不到控制。

## 急性期痛风要及早抗炎止痛

患者在急性期需要通过服用药物消炎镇痛,缓解症状。不能只降尿酸,忽视抗炎。降尿酸药物并没有消炎止痛的作用,尿酸急剧下降时,会引起关节腔内尿酸溶解,反而会诱发或加重急性发作。消炎镇痛作用的药物才能有效缓解痛风急性发作时的疼痛情形。

(北晚)

## 冬季皮肤瘙痒多是干燥所致

天气一变寒冷干燥,很多人晚上睡觉一脱衣服就感觉手臂、小腿、后背上蚂蚁爬一样,瘙痒难忍,不得不发疯一般全身搔抓一遍,才能上床入睡。皮肤科专家认为,冬季皮肤瘙痒多数是干燥所致,因而滋润肌肤才是解决瘙痒的第一秘诀。

在冬季,皮肤干燥几乎所有的人群都会有感觉,年轻人也会有皮肤瘙痒的症状,但由于年轻人皮肤的自我修复能力较强,自行分泌较多的油脂,一般不会持续瘙痒下去。但是老年人就不同了。广东省人民医院皮肤科主任董秀芹说,缺乏户外活动的老年人,汗腺功能下降,皮脂分泌不足,皮肤更新代谢慢,保护皮肤的皮脂膜屏障不能很好地发挥作用。因此,很容易产生冬季皮肤瘙痒。

针对老年人如何摆脱瘙痒的困扰,董秀芹主任给出了以下几点建议。

### 建议一:少吃止痒药,多涂润肤乳

董秀芹建议,一旦持续出现瘙痒症状,最好不要自己乱吃止痒药,这样只能“治标不治本”,需要多涂润肤乳来缓解。建议老年人冬天要多涂含固醇、脂类、脂肪酸类的润肤乳。而婴幼儿或者是青少年产生冬季瘙痒的原因和老年人不一样,他们是由于不能完全把皮肤代谢产生的角质层同化成一个完整的膜,因此治疗方法也不同。婴幼儿或者是青少年需涂抹含有角鲨烯或神经酰胺成分的润肤乳。

### 建议二:洗澡不要天天用沐浴露

董秀芹建议,在冬季,洗澡的次数可以减少。老年人不必天天洗,可以两天或者三天洗一次。另外,更不必每次洗澡都用沐浴露,否则很容易将皮肤最表面那层皮脂膜给洗掉,容易诱发甚至会加剧冬季季节性瘙痒的发生。建议老年人洗澡不要每次都使用沐浴露,可改用偏中性或偏弱酸性的沐浴露,免得皮肤越洗越干。

### 建议三:多补充钙质,增加皮肤代谢功能

一般人年过50岁很容易缺钙,而缺钙很容易造成或加剧皮肤瘙痒。因为缺钙会令皮肤代谢异常,难以促进皮脂膜的形成。董秀芹建议老年人冬季更要多晒太阳,经常走走路,促进皮脂膜的形成。如果缺钙严重的话,可口服活性维生素D。此外,饮食方面多吃些清润食物,少吃辛辣燥热食物,也可减少瘙痒症状。(杨宛)

## 如何快速识别脑中风

天气变冷,又到了脑血管病的高发季。当前,脑血管病已成为我国人口第一位致残疾病和位列前三名的致死疾病,其中约七成脑血管病患者为缺血性脑中风,也就是俗话说的脑血栓。

脑中风的诊治越早越好,就诊时间越早,医生诊治的手段越多。如在发病4.5小时内若没有

绝对禁忌证,可以进行静脉溶栓,6小时内可以进行动脉溶栓、机械取栓等治疗,患者预后相对更好;如果超过6小时大部分患者只能保守治疗。因此,快速识别脑中风对于挽救生命、避免致残十分重要。

如何快速识别脑中风?脑中风发病的形式多种多样,千变万

化,每个人的表现不尽相同,如有人表现为突发言语不清、肢体无力;有人表现为头晕、视物旋转、视物成双、吞咽困难等;有人以肢体抽搐为首发表现,大面积脑梗死甚至直接表现为意识丧失等。如何在众多的症状中迅速识别脑中风?一个最直观的“中风120”识别法,具体方式为:

“1”——看一张脸,是否不对称、口角歪斜;

“2”——查两只胳膊,平行举起后是否存在单侧无力;

“0”——(聆)听语言,是否言语不清、表达困难;

如果出现上述任何症状,需立刻拨打120急救电话。

(北晚)

## 市医学会疼痛学暨市肿瘤麻醉与镇痛学年会举行

□记者 魏应钦

本报讯 12月17日,2016年平顶山市医学会疼痛学暨市肿瘤麻醉与镇痛学年会在市二院门诊楼四楼会议室举行,省市相关专家和

我市疼痛学专业委员会委员,各医疗机构疼痛科、麻醉科及相关专业医护人员近百人参加。

会上,郑州大学二附院麻醉科兼疼痛科主任董铁立、河南中医药大学二附院微创科主任王勤俭、河南省

肿瘤医院麻醉科主任卢锡华、河南省人民医院疼痛科主任夏令杰等省市知名专家做了疼痛治疗新进展、射频治疗的穿刺技巧等专题学术讲座,与大家进行了面对面的交流。

据组委会相关负责人介绍,本

次年会内容丰富,重点突出,专题报告密切结合临床,紧跟疼痛医学新动向,特别是对于疼痛诊疗新理念、新技术及诊疗规范等热点问题进行了深入的讨论,受到了大家的一致好评。

小广告 大市场 小投入 高回报

### 分类广告

第1834期

广告热线:18903753355 QQ办理:2317087809  
地址:市区建设路西段268号(鹰城广场对面)

**A 商务资讯**  
金融资讯  
借款无抵押 张女士 13937572119

**免费送** 0.55+3元秒到pos机 15803758228  
外汇理财 18837519993  
刷卡 代还可积分 15803758228  
工商代理 13303903799  
律师服务 13937508869

**借款** 房产抵押贷款 15837500217  
郭磊律师 13937508869  
刷·还·低 13071777253

平顶山市康乐儿童发展中心  
招:语言、智力、学习障碍;脑瘫、多动症、孤独症、自闭症、健康儿童等。13683751196  
地址:光明路与新南环路交叉西2公里路南

**B 房产资讯**  
出租  
鹰城广场西 侧中原玉石 城七楼2000㎡, 适合办公、办学等,望有识之士电询洽谈。2636037  
15516000639 13403752918

**招租**  
市九中北街400余㎡ 临街房 13592188879

许昌明仁中医皮肤医院  
平顶山分院  
荣获四项国家治疗牛皮癣、白癜风、脱发、手足癣专利  
地址:开发二路中段3700120

**招租**  
1.凯撒E区商用房,面积10㎡-30㎡;2.市工人文化宫南门文园路东南角,面积10㎡-30㎡;3.曙光街东段路北二楼空房,面积500㎡;4.开源路金水大厦六楼套房,可居住、可办公,面积50㎡-120㎡。  
2636037 13403752918

出租 建设路15亩现房 业大农家院,有监控,可做仓库、办厂、养殖 18937528070

**出售**  
海南温泉现房  
海南西线邦溪·四季春天温泉小镇·万南山湖温泉养生度假城!高速、高铁交通便捷,医院、商场、会所全配套,健康城,实景现房4580元/㎡起。(看房团周周发,可按揭、团购更优惠)  
尊享热线:400-157-0809

**售**  
市中心独栋别墅一套350㎡, 内带车库、电梯 13937593598

**C 教育资讯**  
在城乡社会管理 职公共事业管理 研人力资源管理 劳动保障管理 生 13353751558 田老师

**会计培训**  
初、中级会计师 12月4日开课 13781866138

**D 招聘资讯**  
学之源聘 幼、英语教师 常年招0-8岁学员 18537532096 王

●招工、化验员 13939965888

服务站招聘 护士 待遇优 15516003778  
寻合作伙 伴 二维码支付 0.49秒到账 详询:15103756129

**E 生活资讯**  
开锁换锁  
张氏开锁行 2222110  
心理咨询  
大诚心理咨询 13937507536  
老年公寓  
阳光老年护理 13937583730  
助听器  
耳聋请配助听器 13087062226  
汽车服务  
出租5-60座客车 15136902666

**名医名院**  
中医巧治鼻炎  
(可签约)电话:17737586567

百草冰含片 主治鼻炎 鼻窦炎 无痛调理、过敏性鼻炎、哮喘、咳嗽、喉痛、痰多、咽喉炎、扁桃体炎、13017578998

**生活服务**  
专业批发室内门  
260元、360元、560元  
地址:开源路与新南环路交叉 口西 13837559538  
15837538176 (广告长期有效)  
●收废铜各种金属 13503414227  
●中央空调,家电维修 3881111