

A köszvény civilizációs betegség

A köszvény az elmúlt évszázadokban a királyok betegségeként vált ismertté. Kialakulására a nagy mennyiségű hús- és borfogyasztás és az elhízás hajlamosított, ami a középkorban a társadalom gazdag rétegének kiváltsága volt.

A táplálkozási szokások átalakulásával és az elhízás gyakoribbá válásával a betegség egyre több átlagembert érint. A köszvényt a szervezetben jelentős mértékben felhalmozódó és az ízületekben kristály formájában kicsapódó húgysav okozza. A húgysav szervezetünkben normális körülmények között is termelődik, amihez a táplálékkal felvett anyagok egy részének lebontásából származó további húgysav is hozzáadódik. A betegség rohamokban jelentkezik, eleinte általában valamelyik nagylábujj tövének fájdalmas duzzanatával. A tünetek időnként más ízületeket is érinthetnek, és a gyulladt ízület felett a bőr melegebb tapintatú, vörös színű lesz. Az erős fájdalom általában hajnalban, álmából ébreszti a beteget. Egy-egy alkalommal a gyulladás 3-7 napig tart, intenzitása keze-



James Gillray (1757–1815) karikatúrája a köszvényről

lés nélkül is csökken. Ha nem kezelik, akkor a későbbiekben a rohamok ismétlődhetnek, egyéb ízületeket is érinthetnek, illetve a húgysavkristályok a bőrben és belső szervekben (pl. vese) is lerakódhatnak, súlyos másodlagos betegségeket okozva.

A köszvény gyakrabban fordul elő idősebb férfiaknál és olyan népbetegségekkel társul, mint az elhízás, cukorbetegség, magas vérnyomás, emelkedett vészírszintek.

A betegség diagnosztikája a húgysavkristályok ízületből történő kimutatásán alapszik,

kezelése gyógyszerrel történik. Amennyiben a heveny tünetek elmúltak, a betegség megelőzésének fő célja a vérben a húgysavszint csökkentése, aminek révén a húgysav ízületben történő kicsapódásának veszélyét és a rohamokat mérsékelni tudjuk. Erre gyógyszeres kezelés mellett diétás lehetőségek is vannak, de a diéta önmagában nem jelenthet teljes védelmet. A belsőségek (vese, velő, máj, szív), tengeri állatok (kagyló, lazac, hering, szardínia) fogyasztása igen erősen, míg a felvágottak, zsíros húsok és száraz hüvelyesek jelentősen növelik a vér húgysavszintjét és így elősegítik a köszvény kialakulását. Ezzel szemben a zöldségfélék (kivéve a hüvelyesek), olajos magvak, sajtok, tej tojás rendszeres fogyasztása nem növeli a betegség kialakulását. Fontos az alkoholfogyasztás mérséklése, a jelentős folyadékfogyasztás és a fogyás, mely utóbbihoz a cukorbetegség, magas vérnyomás és vészírszint javulása is társulni szokott.

Dr. Szántó Sándor
Reumatológia Tanszék

