

Dna moczanowa – o czym warto wiedzieć?

Dna moczanowa nazywana jest „chorobą królów” i „chorobą z dostatku”, ponieważ cierpiał na nią znane i wysoko postawione postacie takie jak np. Aleksander Wielki i Leonardo da Vinci. Nie dajmy się jednak zmylić – to nie od statusu społecznego zależy jej pojawienie się. Czym jest dna moczanowa i kto jest w grupie ryzyka? Co wpływa na jej powstawanie? Wspólnie z ekspertem programu „Zdrowa ONA” wyjaśniamy najważniejsze kwestie związane z tą chorobą.

Zanim przejdziemy do szczegółowych informacji dotyczących objawów, diagnozowania i leczenia dny moczanowej zacznijmy od zdefiniowania tego, czym jest ta choroba. W badaniu „Zdrowa ONA” przeprowadzonym na zlecenie Gedeon Richter¹ ponad połowa osób wyznała, że nie wie, co to jest dna moczanowa. Dodatkowo, prawie 20% respondentów, którzy zadeklarowali jej znajomość, tak naprawdę nie potrafiło wskazać objawów.

Dna moczanowa należy do grupy chorób reumatycznych i stanowi 5% wszystkich przypadków zapalenia stawów. Dotyczy całego organizmu, a polega na odkładaniu się kryształków kwasu moczowego w stawie, w tkankach otaczających staw oraz w miększu nerek. W wyniku tego powstaje ostry stan zapalny objawiający się bólem, zaczerwienieniem i opuchnięciem (tak zwanym guzkiem dnawym). Wraz z wymienionymi przeze mnie objawami spada jakość życia pacjenta, przede wszystkim przez pojawienie się dolegliwości bólowych, dlatego konieczne jest jak najszybsze podjęcie leczenia, które zniweluje ból i pozwoli zapobiegać kolejnym napadom – mówi ekspert programu „Zdrowa ONA” lek. med. Magdalena Piórkowska-Pruszek.

Jak grom z jasnego nieba

Nie bez przyczyny dna moczanowa uważana jest za chorobę, która pojawia się ni stąd ni zowąd. Dzieje się tak, ponieważ podwyższony poziom kwasu moczowego we krwi zwany bezobjawową **hiperurykemią**, może utrzymywać się przez bardzo długi czas, nie dając żadnych objawów. Nagły, ostry napad bólu stawu wynika z odkładania się w nim kryształków kwasu moczowego, gdy jego stężenie jest już bardzo wysokie. Atak najczęściej pojawia się w nocy lub nad ranem i w większości przypadków dotyczy stawu palucha (lokalizacja ataku dny moczanowej w dużym palcu stopy nazywana jest **podagrą**). Jeśli ból występuje w kilku stawach jednocześnie, najprawdopodobniej nie jest to dna moczanowa.

Ekspert lek. med. Piórkowska-Pruszek dodaje - *Hiperurykemia polega na zachwianiu równowagi pomiędzy ilością kwasu moczowego dostarczanego z pokarmów czy z przemian metabolicznych a ilością tego kwasu wydalanego z moczem z organizmu. Warto podkreślić, że hiperurykemia nie jest uważana za chorobę, ale może prowadzić do powstania dny moczanowej. Normy kwasu moczowego w surowicy krwi są różne i nawet literatura nie jest zgodna co do określonych wartości. Najczęściej przyjmuje się jednak,*

¹ Ogólnopolskie badanie zrealizowane w ramach programu „Zdrowa ONA” zainicjowanego przez Gedeon Richter, przeprowadzone w dniach 5-15.11.2013 roku metodą internetowych ze standaryzowanych wywiadów kwestionariuszowych (CAWI) przez agencję SW Research. Dobór próby miał charakter losowy. W badaniu wzięło 600 osób powyżej 40. roku życia. Uzyskano reprezentatywność dla tej populacji.

że ryzyko dny moczanowej wzrasta, gdy poziom kwasu moczowego jest wyższy niż 7 mg/dl.

Jak sprawdzić stężenie kwasu moczowego?

Poziom kwasu moczowego jest wynikiem pozyskiwanym z badania krwi, a nie, jak można podejrzewać, badania moczu. Chociaż związek ten rzeczywiście wydalanany jest z moczem, to nie jest ważne jego stężenie w samym moczach, ale to, co zostaje we krwi i wciąż krąży w organizmie. Zbyt wysokie stężenie kwasu moczowego w surowicy krwi stanowi zagrożenie atakiem dny moczanowej.

Dlaczego „choroba z dostatku”?

Jak pokazują źródła, na dnę moczanową chorowali wielcy, tacy jak Karol Darwin, Benjamin Franklin czy Winston Churchill. Rzeczywiście, przywołane osobistości żyły w dostatku, ale skąd zależność między statusem materialnym a zachorowaniem? Otóż występowanie dny moczanowej jest ściśle związane z dietą.

Skrajnie uboga w tamtych latach część społeczeństwa nie miała dostępu do czerwonego mięsa (bogatego w puryny), tłustych potraw, cukru czy napojów alkoholowych. Te produkty dostępne były w większości tylko osobom bogatym. Puryny to związki, które rozkładają się w organizmie do kwasu moczowego. A więc im więcej puryn, tym więcej niebezpiecznego kwasu moczowego. Ryzyko zachorowania zwiększają też pokarmy i napoje bogate we fruktozę oraz alkohol.

Wychodzi więc na to, że im bogatsza i tłustsza dieta, tym większe zagrożenie zachorowaniem. Lekarze zauważają znaczny wzrost występowania dny moczanowej we współczesnych czasach, a wynika to po prostu z większej dostępności składników diety bogatych w wymienione substancje.