

# 風吹過都痛——痛風的急性藥物治療

大年初一晚上，陳伯在兒子和媳婦攙扶下，來到門診部求醫，同事立即安排輪椅讓陳伯坐下。

陳伯兒子十分擔憂地說：「麻煩盡快安排醫生睇睇我爸爸，佢腳趾公腫到著唔到鞋，行唔到路，可能係骨折？」

陳伯已經痛到不想說話，但也忍不住補充：「姑娘，我隻腳趾公真係痛到俾風吹都痛，如果唔係我都唔想『新正頭』要睇醫生。」

檢查時醫生查問：「陳伯，你呢兩日食咗啲咩啊？」

陳伯回答說：「呢兩日團年，梗係食好啲啦！大仔訂咗一個超級豐富嘅盆菜，有大大隻蠔豉、瑤柱、花菇、雞，二仔又帶咗幾支好酒，孫女仲自己炆咗牛腩煲，好好味！」

醫生皺一皺眉：「真係太豐富，所以引發了急性痛風發作啊！」



## 何謂痛風？

痛風是因為體內對普林 / 嘌呤 (Purine) 代謝障礙，導致血清尿酸鹽水平較高，發生聚集而造成關節疼痛和腫脹的關節炎。痛風發作的起始位置通常是大腳趾或者下肢。常常在夜間突然開始，而且疼痛劇烈。

## 痛風治療 - 緩解急性發作

### 秋水仙素 (Colchicine) :

**優** 急性發作時 24 小時內服用較佳

**缺** 有機會引致胃部不適，最好在飯後或與「制酸劑」胃藥一同服食  
如有嚴重腹瀉，請停用及盡快看醫生

### 非類固醇消炎止痛藥 (NSAIDs) :

**優** 如萘普生 (Naproxen)、塞來昔布 (Celecoxib)，可降低痛風的炎症反應

**缺** 曾對阿士匹靈 (Aspirin) 或其他非類固醇消炎止痛藥 (NSAIDs) 過敏、有腸胃潰瘍或出血、和嚴重心臟衰竭病人不應服用  
可引起腸胃不適，應與食物同服，或與「質子泵抑制劑」胃藥一同服食

### 類固醇 (Steroids) :

**優** 用於治療嚴重痛風，例子包括潑尼松龍 (Prednisolone)

**缺** 可引致體重增加，骨質流失，易受感染，皮膚變薄，情緒容易波動等。停藥後症狀會消失

另有藥物預防及控制慢性痛風，詳情請向醫生或藥劑師查詢。

取藥時，藥劑師再三叮囑陳伯要戒口和多喝水。

陳伯大力點頭說：「今次真係痛不欲生，我一定會乖乖地注意飲食！」

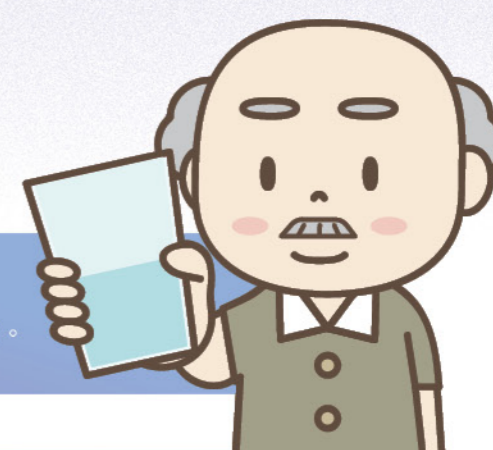
## 飲食原則

治療痛風症除了用藥物外，還須配合戒口，避免痛風復發。

- 1 保持標準體重，避免吃得過飽
- 2 戒除吃零食、宵夜的習慣
- 3 減少進食高糖、高脂肪食物
- 4 多喝水有助尿酸排泄及減少尿酸結石
- 5 不要飲酒，尤其是啤酒。因為酒精會抑制尿酸排泄。

6 減少進食高普林食物，例如：

鮮蘆筍、椰菜花、菠菜、冬菇等、  
鵝肉、野味、內臟（肝、腰、腸、肚、心、腦）、  
沙丁魚、倉魚、鯡魚 (Herring)、牙帶魚、蝦米、小魚乾、魚皮、  
魚卵、多春魚、帶子、瑤柱、蠔、蠔豉、青口、  
濃肉湯、肉汁、燉品、牛素、雞精、保衛爾牛肉汁等。



參考：

尿酸過高及痛風症患者須知，Hospital Authority (1.2020)  
Oral Antigout Drugs, Drug Office, Department of Health (2.2015)