

Q3

忌口+運動

就能治帝王病免吃藥？

文／藥劑部 藥師 廖得羽

高尿酸血症（血中尿酸值大於7.0 mg/dL），最為人所知的症狀表現即為「痛風」。痛風在人類文明的長河中歷史悠久，古埃及就曾經出現關於此疾病和治療方法的紀載，法國著名的太陽王路易十四也因飲食窮極奢靡毫不節制，晚年飽受痛風纏身之苦。由於造成血液中尿酸升高的原因和飲食習慣高度相關，痛風甚至曾被古人戲稱為「帝王病」、「富貴病」。

然而，在物資富裕的現代，高尿酸血症與痛風可以說是毫不稀奇，台灣男性的高尿酸血症盛行率約22.0%，女性約9.7%；痛風的盛行率男性約8.21%，女性約2.33%。由上述數據也可得知，高尿酸血症並不一定會導致痛風發作，經常可能是無症狀的。那麼，當血中尿酸值過高時，就一定要吃藥嗎？能不能只靠飲食和運動就好呢？

降尿酸的治療時機

使用藥品降低尿酸的起始時機需考量血中尿酸濃度、痛風相關症狀，以及個人和家族病史。根據台灣2016高尿酸血症與痛風



診治指引，若是高尿酸血症患者合併痛風症狀，或者是血中尿酸值過高（尿酸 ≥ 10 mg/dL，或尿酸 ≥ 9 mg/dL且合併高血壓、糖尿病等代謝症候群），則需考慮降尿酸治療。針對痛風患者的首選第一線藥品為Allopurinol

(安樂普利諾錠)，此外亦可選擇Febuxostat (福避痛膜衣錠)、Benzbromarone (杏定痛錠)等。

高尿酸血症的飲食控制

平日飲食控制只能使血中尿酸下降約1.0 mg/dL左右，嚴重高尿酸血症的患者，難以僅靠調整飲食型態維持理想的數值(血中尿酸值小於6.0 mg/dL)。然而，低普林飲食控制依然不可或缺，甚至可藉此減少藥品的使用劑量。

高尿酸血症與痛風患者日常應避免攝取太多肉類、海鮮等動物性蛋白質、含糖飲料、酒精，多補充水分、蔬果類、豆類與乳製品。維持均衡飲食、標準的體重，加上適當運動會非常有幫助。

導致尿酸升高的常見藥品

眾所皆知，高尿酸血症和飲食習慣息息相關，大量攝取高普林飲食容易導致急性痛風發作。可是你知道嗎？其實，有些常見藥品也可能造成血中尿酸值升高，下面就讓我們來認識這些藥品吧！

1 利尿劑

利尿劑是常見的降血壓藥品，臨床上用於高血壓、心臟衰竭、水腫等症狀，是運用相當廣泛的藥品。然而，利尿劑同時也是引發續發性高尿酸血症的主要原因。這類型藥品會增加腎小管對尿酸再吸收，並抑制分泌作用。簡單來說，就是在腎臟製造尿液的過

程中回收更多尿酸到體內，繼而使血中尿酸值升高，又以環形利尿(Loop Diuretics)、噻嗪類利尿劑(Thiazide Diuretics)類最明顯，常見藥品有Furosemide(通舒錠)、複方降血壓藥如：力安穩、舒脈優、好悅您等。

2 抗結核病藥品

Pyrazinamide為一種抗結核病藥品，不僅會引起高尿酸血症，還可能導致急性痛風發作。在300毫克的治療劑量下，能使尿酸的腎清除率降低超過80%。

另一種抗結核病藥品Ethambutol也會顯著增加血中尿酸值，甚至誘發痛風關節炎。此作用和藥品劑量相關，一旦停藥後尿酸值會逐漸恢復正常，但重新使用，尿酸值會再次升高。

3 免疫抑制劑

免疫抑制劑的作用機制為透過弱化人體的免疫反應，以避免器官移植後的排斥現象，或是用於治療自體免疫疾病。高尿酸血症與痛風為器官移植患者常見的併發症，而其中的主要風險因子為Cyclosporine，一種鈣調磷酸酶抑制劑。此藥品會增加腎小管對尿酸的再吸收，使血中尿酸值增加，常見商品名為Sandimmun Neoral(新體睦軟膠囊)。

此外，Tacrolimus與Cyclosporine同為鈣調磷酸酶抑制劑，也可能引起高尿酸血症，常見商品名為Prograf(普樂可復膠囊)、Advagraf(安瑞福持續性藥效膠囊)。

4 阿斯匹靈 (Aspirin)

Aspirin為常見的抗凝血藥品，對尿酸代謝具有雙重作用：低劑量（每日60~300毫克）的Aspirin會減少尿酸的排泄，導致高尿酸血症；高劑量（每日大於300毫克）反而會抑制腎小管對於尿酸的再吸收，促進尿酸排泄。臨床上使用Aspirin以低劑量為主，雖然高劑量Aspirin可降低尿酸值，但容易引起腸胃出血，因此不會使用Aspirin治療高尿酸血症，常見商品名為Bokey（伯基）。

5 抗腫瘤藥品 (Cytotoxic chemotherapy)

抗腫瘤藥品可能誘發腫瘤溶解症候群（Tumor lysis syndrome），指腫瘤細胞在化學治療後因快速破壞、溶解，而大量釋出其細胞內容物至血液中，導致病人體內嚴重的代謝異常。當腫瘤細胞被溶解後釋出大量核酸，經層層代謝後會產生大量尿酸，使血中尿酸過度增加，甚至可能阻礙腎小管代謝尿酸的能力，造成急性腎損傷。

6 睪固酮 (Testosterone)

睪固酮為重要的雄性荷爾蒙，用於治療性功能障礙、雄性激素缺乏症候群、性別認

同障礙等。睪固酮可能會增加尿酸的再吸收作用，使血中尿酸值偏高。

7 乳酸輸注 (Lactate infusion)

乳酸林格氏液（Lactated Ringer's solution），由靜脈輸注給予，常用於體液補充、稀釋藥品。但高劑量的乳酸輸注可能減少尿酸的排除，導致高尿酸血症。

結語

高尿酸血症和痛風的成因除了先天遺傳體質外，和飲食習慣、生活作息等後天因素更是密切相關。而患者是否需要積極進行藥品治療，仍需仰賴醫師專業的判斷。服用降尿酸藥品時，建議合併飲食控制、適當運動，以達到最好的治療效果。

另外，部分藥品也可能引發高尿酸血症，若對用藥有疑慮，可諮詢醫師或藥師，評估治療效果與風險：是否選擇其他替代藥品，或維持原處方並觀察，甚至是原處方合併降尿酸藥品等。當然，患者也需要定期回診追蹤，以便隨時調整治療方針。

| 參考資料 |

- 1.台灣痛風與高尿酸血症2016診治指引
2. Ben Salem C, Slim R, Fathallah N, Hmouda H. Drug-induced hyperuricaemia and gout. *Rheumatology (Oxford)*. 2017 May 1;56(5):679-688.
3. <https://www.healthnews.com.tw/article/47390>
4. 藥品仿單