

Bệnh Gút Là Gì? What Is Gout?

Thông Tin Nhanh: Chuỗi Ấn Phẩm Dễ Đọc cho Công Chúng

Gút là một trong những dạng viêm khớp gây đau đớn nhất. Bệnh gút xảy ra khi có quá nhiều axit uric tích tụ trong cơ thể. Việc tích tụ axit uric có thể dẫn đến:

- Các tinh thể axit uric sắc nhọn lắng đọng lại ở các khớp, thường ở ngón chân cái
- Các lớp axit uric lắng đọng (được gọi là sạn urat) trông giống như những cục u dưới da
- Sỏi thận từ các tinh thể axit uric trong thận.

Đối với nhiều người, cơn đau đầu tiên do bệnh gút xảy ra ở ngón chân cái. Thông thường, cơn đau đó khiến một người đang ngủ phải tỉnh dậy. Ngón chân rất đau, tấy đỏ, ấm và sưng lên.

Bệnh gút có thể gây ra:

- Đau
- Sưng
- Tấy đỏ
- Nóng
- Cứng khớp.

Ngoài ngón chân cái, bệnh gút có thể ảnh hưởng đến:

- Mu bàn chân
- Mắt cá chân
- Gót chân
- Đầu gối
- Cổ tay
- Ngón tay
- Khuỷu tay.

Cơn đau do bệnh gút có thể gây ra do các sự kiện căng thẳng, rượu hoặc ma túy hay một bệnh khác. Các cơn đau ban đầu thường thuyên giảm trong vòng 3 đến 10 ngày, ngay cả khi không điều trị. Các cơn đau tiếp theo có thể không xuất hiện trong nhiều tháng hoặc thậm chí nhiều năm.

Những Nguyên Nhân Nào Gây Ra Bệnh Gút?

Bệnh gút là do sự tích tụ quá nhiều axit uric trong cơ thể gây ra. Axit uric được sản sinh từ sự phân hủy của các chất gọi là purin. Purin có trong tất cả các mô của cơ thể. Các chất này cũng có trong nhiều loại thực phẩm, chẳng hạn như gan, các loại đậu và đậu Hà Lan khô và cá cơm.

Bộ Sức Khỏe và Dịch vụ Nhân
Sinh Hoa Kỳ
Dịch Vụ Sức Khỏe Công Cộng
U.S. Department of Health
and Human Services
Public Health Service

Quốc Gia về Các Bệnh Viêm
Khớp, Cơ Xương và Da
Viện Sức Khỏe Quốc Gia
National Institute of Arthritis
and Musculoskeletal and
Skin Diseases
National Institutes of Health
1 AMS Circle
Bethesda, MD 20892-3675

Điện thoại: 301-495-4484
Số miễn phí: 877-22-NIAMS
TTY: 301-565-2966
Fax: 301-718-6366
Email:
NIAMInfo@mail.nih.gov
Trang web:
www.niams.nih.gov



Thông thường, axit uric hòa tan trong máu. Nó bài tiết qua thận và ra khỏi cơ thể trong nước tiểu. Tuy nhiên, axit uric có thể tích tụ lại trong máu khi:

- Gia tăng lượng axit uric cơ thể tạo ra.
- Thận không bài tiết hết axit uric.
- Ăn quá nhiều loại thực phẩm giàu purin.

Khi nồng độ axit uric trong máu cao, điều này được gọi là tăng axit uric huyết. Hầu hết những người tăng axit uric huyết không gây nên bệnh gút. Nhưng nếu có quá nhiều tinh thể axit uric hình thành trong cơ thể thì có thể gây nên bệnh gút.

Quý vị có nhiều khả năng mắc bệnh gút hơn nếu:

- Có thành viên trong gia đình mắc bệnh này
- Là đàn ông
- Thừa cân
- Uống quá nhiều rượu
- Ăn quá nhiều thực phẩm giàu purin
- Có khiếm khuyết về enzym làm cho cơ thể khó phân hủy purin
- Bị phơi nhiễm chì trong môi trường
- Đã cấy ghép bộ phận
- Sử dụng một số loại thuốc như thuốc lợi tiểu, aspirin, cyclosporin hoặc levodopa
- Sử dụng vitamin niacin.

Chẩn Đoán Bệnh Gút Bằng Cách Nào?

Bác sĩ sẽ hỏi về các triệu chứng, bệnh sử của quý vị và tiền sử gia đình về bệnh gút. Các dấu hiệu và triệu chứng của bệnh gút bao gồm:

- Tăng axit uric huyết (hàm lượng axit uric trong máu cao)
- Tinh thể axit uric trong dịch khớp
- Nhiều cơn đau do viêm khớp cấp tính
- Viêm khớp phát triển trong 1 ngày, dẫn đến khớp bị sưng, tấy đỏ và nóng lên
- Các cơn đau do viêm khớp chỉ ở một khớp, thường là ngón chân, mắt cá chân hoặc đầu gối.

Để xác nhận chẩn đoán về bệnh gút, bác sĩ có thể lấy mẫu chất dịch từ khớp bị viêm để tìm các tinh thể liên quan đến bệnh gút.

Điều Trị Bệnh Gút Như Thế Nào?

Các bác sĩ sử dụng dược phẩm để điều trị cơn đau cấp tính do bệnh gút, bao gồm:

- Thuốc kháng viêm không chứa steroid (NSAID)
- Corticosteroid (Steroid được tiết ra từ vỏ thượng thận), chẳng hạn như prednisone
- Conchixin, hoạt động tốt nhất khi sử dụng trong vòng 12 giờ đầu tiên của cơn đau cấp tính.

Đôi khi các bác sĩ kê toa NSAID hoặc conchixin ở các liều nhỏ hàng ngày để ngăn chặn các cơn đau sau này. Ngoài ra cũng có các loại dược phẩm giúp giảm lượng axit uric trong máu.

Những Người Bị Bệnh Gút Có Thể Làm Gì Để Giữ Gìn Sức Khỏe?

Một số điều quý vị có thể làm để giữ sức khỏe đó là:

- Sử dụng các loại thuốc theo toa bác sĩ theo chỉ dẫn.
- Cho bác sĩ biết về tất cả các loại thuốc và vitamin quý vị sử dụng.
- Lên kế hoạch cho các lần thăm khám theo dõi với bác sĩ của quý vị.
- Duy trì chế độ ăn uống lành mạnh, cân bằng. Tránh các loại thực phẩm giàu purin và uống nhiều nước.
- Tập thể dục thường xuyên và duy trì trọng lượng cơ thể khỏe mạnh. Hãy hỏi bác sĩ của quý vị về cách giảm cân an toàn. Giảm cân nhanh hoặc quá nhiều có thể làm tăng nồng độ axit uric trong máu.

Nghiên Cứu Nào Đang Được Tiến Hành về Bệnh Gút?

Các nhà khoa học đang nghiên cứu:

- Các loại NSAID nào điều trị bệnh gút hiệu quả nhất
- Liều lượng dược phẩm tối ưu cho bệnh gút
- Các loại dược phẩm mới giúp làm giảm axit uric trong máu và giảm triệu chứng một cách an toàn
- Các liệu pháp mới để ngăn chặn hóa chất được gọi là yếu tố hoại tử khối u
- Các enzym phân hủy purin trong cơ thể
- Vai trò của thực phẩm và một số vitamin
- Vai trò của các yếu tố di truyền và môi trường
- Sự tương tác giữa các tế bào liên quan đến cơn đau cấp tính do bệnh gút.

Các nhà khoa học cũng đang nghiên cứu về vai trò của các yếu tố di truyền học và môi trường trong việc tăng axit uric huyết và bệnh gút.

Để Biết Thêm Thông Tin về Bệnh Gút và Các Tình Trạng Khác Liên Quan:

Viện Quốc Gia về Các Bệnh Viêm Khớp, Cơ Xương và Da (NIAMS)

Trung Tâm Thông Tin và Giới Thiệu

Viện Y Tế Quốc Gia

National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases (NIAMS)

Information Clearinghouse

National Institutes of Health

1 AMS Circle

Bethesda, MD 20892-3675

Điện thoại: 301-495-4484

Số miễn phí: 877-22-NIAMS (226-4267)

TTY: 301-565-2966

Fax: 301-718-6366

Email: NIAMSinfo@mail.nih.gov

Trang Web: www.niams.nih.gov

Thông Tin Dành Cho Quý Vị

Ấn phẩm này chứa thông tin về các loại dược phẩm được sử dụng để điều trị tình trạng sức khỏe được thảo luận ở đây. Khi xây dựng ấn phẩm này, chúng tôi đã đưa ra các thông tin (chính xác) cập nhật nhất sẵn có. Thỉnh thoảng, chúng tôi phát hành thông tin mới về dược phẩm.

Để cập nhật thông tin và nếu có bất kỳ thắc mắc nào về bất kỳ loại dược phẩm nào quý vị đang sử dụng, vui lòng liên hệ với Cơ Quan Quản Lý Thực Phẩm và Dược Phẩm Hoa Kỳ (FDA) theo số miễn phí 888-INFO-FDA (888-463-6332) hoặc truy cập trang web của cơ quan này tại www.fda.gov. Để có thêm thông tin về các loại thuốc cụ thể, hãy truy cập Drugs@FDA tại địa chỉ www.accessdata.fda.gov/scripts/cder/drugsatfda. Drugs@FDA là danh mục có thể tìm kiếm các sản phẩm thuốc được FDA phê duyệt.