

A magas vérnyomás és az érlemezésesedés növeli a vér húgysavszintjét, így hozzájárulhat a köszvény kialakulásához. A köszvény hátterében olyan betegségek is állhatnak (például a lymphoma vagy más daganatos betegségek), amelyek felgyorsítják a sejtosztódást. A sejtosztódás gyorsulásával nő a húgysavszint is a szervezetben. Olyan örökletes betegségek, mint például a von Willebrand-kór vagy a haemochromatosis is növelhetik a köszvény kialakulásának kockázatát.

Bakteriális és vírusos fertőzések is hozzájárulhatnak a köszvény kialakulásához.

Gyógyszerek: A tiazid típusú diuretikumok (vízhajtók), illetve az aszpirin (kis dózisban) szintén növelhetik a húgysavszintet.

Nem mindenkinél alakul ki azonban köszvény, akinek magas a húgysavszintje. Ha a laborban mért húgysavszint emelkedett, de tünetek nem jelentkeznek, aszimptomatikus hiperurikémiáról beszélünk.

A betegség szerencsére gyógyszerekkel és életmódváltással jól kezelhető, mind a köszvényes rohamok, mind a hosszú távú szövődmények (köszvényes csomók, ízületi torzulások) megelőzhetők.

A KÖSZVÉNY DIAGNÓZISA

A köszvényes rohamok és a krónikus köszvény tünetei hasonlóak lehetnek a reumatoid artritisz és más ízületi betegségek tüneteire, ezért a betegség helyes diagnosztizálása nagyon fontos a megfelelő kezelés érdekében. Általában a vér laborvizsgálatával és az ízületek vizsgálatával gyorsan felállítható a köszvény diagnózisa. Ritkább esetben normális húgysavszint mellett is fennállhat a betegség, ekkor az ízületi folyadékból vett minta segíti a diagnózist (az ízületi folyadékból a megnövekedett húgysavszint és a kristályok jelenléte egyértelműsíti a köszvény meglétét). A kezeletlen köszvény hosszú távon ízületi károsodás-

hoz vezet, ilyen esetekben már látható a röntgenfelvételen is az ízületi felszínek pusztulása.

Az ízületi duzzanatot érdemes röntgenfelvétellel, ultrahanggal vagy más képalkotó eljárással is megvizsgálni. Viszont a röntgenfelvételek általában csak akkor mutatják ki az ízületi károsodást, ha a betegség már krónikus, előrehaladott állapotban van.

MILYEN TÍPUSOKBA SOROLHATÓ A KÖSZVÉNY?

A köszvény kialakulását tekintve két csoportba sorolható. Elsődleges köszvénynek nevezzük, amikor az étrend magas purintartalma vezet magas húgysavszinthez és kristályok kialakulásához az ízületekben és a szövetekben. Az elsődleges köszvény kezelésének alapja éppen ezért az étrend megváltoztatása, az alkoholfogyasztás csökkentése és a húgysavszint csökkentésére irányuló gyógyszeres terápia. A másodlagos köszvény kialakulása egyéb betegségekkel áll összefüggésben. A köszvény ezen típusába sorolhatók azok a hematológiai betegségek, vesebetegségek, rosszindulatú betegségek, a magas vérnyomás és a metabolikus szindróma, amelyek magas húgysavszintet okoznak. Az ilyen típusú köszvény kezelése során általában a kiváltó ok megszüntetése a cél.

MI A KÖSZVÉNY KEZELÉSÉNEK MENETE?

A köszvény kezelése komplex terápiát jelent, amelyben a gyógyszeres kezelés, az életmódváltás és diéta alkalmazása egyaránt fontos. Egrészt rohamok esetén szükséges a fájdalom és a gyulladás mihamarabbi oldása, másrészt a köszvényes rohamok közötti időszakban is szükség van kezelésre. Ennek során igyekezünk csökkenteni a húgysavszintet, hogy ezzel megelőzzük a nagy fájdalommal járó újabb rohamok kialakulását.

Rohamok esetén elsődleges cél a fájdalom csillapítása és a gyulladáscsökkentő gyógyszerek alkalmazása. Erre leggyakrabban nem szteroid gyulladáscsökkentőket adnak. Hosszú távon, fenntartó kezelésként viszont más típusú gyógyszerekre, húgysavcsökkentő készítményekre van szükség. Sajnos azonban mind a gyulladáscsökkentőknek, mind a húgysavszintcsökkentő gyógyszereknek kellemetlen mellékhatásai is lehetnek – amik ráadásul gyakran jelentkeznek –, így nem lehet csak a gyógyszeres kezelésre hagyatkozni. Mivel a húgysavszint az étrendünkkel befolyásolható, ezért nagy szerepe van az életmódváltásnak és a purinszegény diétának a köszvény hosszú távú kezelése és a rohamok megelőzése során. Ezek mellett természetesen fontos az egészséges életmód fenntartása is, beleértve a rendszeres testmozgást, valamint az alkoholfogyasztás és a dohányzás kerülését. Az alkohol és a dohányzás ugyanis súlyosabb rohamokat okozhat.

ÉTREND A KÖSZVÉNY MEGELŐZÉSÉBEN ÉS KEZELÉSÉBEN

Ha előfordult a családjában már köszvény, akkor fokozottan érdemes betartania az alábbi életmódbeli tanácsokat: kerülje az alkoholt, mérsékelje a purintartalmú ételek: vese, máj, halak (például hering, szardínia, makréla), erjesztett élelmiszerek (például az alkohol, sör és az élesztőkészítmények) fogyasztását, és lehetőség szerint törekedjen az egészséges testsúly megtartására.

A megfelelő hidratáltság fenntartása is fontos a köszvényes betegek számára. Dehidratáció esetén relatíve emelkedik a húgysavszint és könnyebben megindul a kicsapódás. Éppen ezért fontos, hogy a betegek elegendő mennyiségű folyadékot fogyasszanak, különösen meleg időben vagy intenzív testmozgás után.

EZ A TÁJÉKOZTATÓ NEM HELYETTESÍTI AZ ORVOSI KEZELÉST. A BETEGEK SZÁMÁRA KÉSZÍTETT MÁSOLATOKTÓL ELTEKINTVE FELHASZNÁLÁSA CSAK A KIADÓ ÍRÁSOS HOZZÁJÁRULÁSÁVAL ENGEDÉLYEZETT.