

## النقرس



د. أسوة يونس

النقرس هو مرض من أمراض التهابات المفاصل وسببه ارتفاع نسبة حمض اليوريك في الدم ويؤدي إلى تراكم بلورات اليورات في المفاصل مما يسبب التهاباً وألماً شديداً مفاجئاً قد يصاحبه تورم، ودفء واحمرار وصعوبة تحريك المفصل، وغالباً ما يكون ذلك في الليل. كما أن النقرس قد يصيب إصبع القدم الأكبر.

وينتج الجسم حمض اليوريك عندما يكسر البورينات، وهي مواد موجودة بصورة طبيعية في الجسم، كما أن هناك أغذية غنية بالبورينات كاللحوم الحمراء والكبد، البحريات منها المحار وبعض الأسماك كالسردين، كما أن المشروبات المحلاة (بالفركتوز) والمشروبات الكحولية أيضاً تزيد من ارتفاع مستوى حمض اليوريك.

توجد عوامل تزيد من احتمالية الإصابة بالنقرس، منها العوامل الوراثية، زيادة الوزن، بعض الأمراض مثلاً ارتفاع ضغط الدم، أمراض الكلى والقلب، بعض الأدوية ومنها بعض المدرات وأدوية ضغط الدم.

التشخيص يتم عن طريق سحب السائل من المفصل الملتهب واكتشاف بلورات اليورات تحت المجهر.، يوجد تحليل مختبري لقياس مستوى حمض اليوريك في الدم

ننبه لقابلية البعض للتعرض لالتهاب المفصل بسبب النقرس بالرغم من أن تحليل حمض اليوريك ضمن الطبيعي، والعكس صحيح، فالبعض لا يعاني أعراضاً رغم تراكم حمض اليوريك في الجسم بمستويات أعلى من الطبيعي

من المفيد تصوير المفصل بالأشعة السينية، الموجات فوق الصوتية، الرنين، أو التصوير المقطعي ثنائي الأبعاد لاكتشاف البلورات أو استبعاد أمراض أخرى تسبب التهاب المفصل

العلاج يكمن في علاج التهاب المفصل باستخدام مضادات غير ستيرويدية أو الكولشيسين أو الكورتيكوستيرويدات (المعروفة بالكورتيزون). وعند تكرار الالتهاب ينصح باستخدام أدوية لتخفيض مستوى حمض اليوريك والحماية من النوبات المستقبلية. ومن المهم التشديد على تغيير نمط الحياة كالقيام باختيار الأطعمة والمشروبات الصحية، ممارسة الرياضة والمحافظة على وزن الجسم السليم

أخصائية أمراض الروماتيزم

مستشفى د. سليمان الحبيب