

BỆNH GOUT

Định nghĩa	Bệnh gút là bệnh viêm khớp do vi tinh thể, đặc trưng bởi những đợt viêm khớp cấp tái phát, có lắng đọng tinh thể muối urat natri trong các mô, gây ra do tăng acid uric trong máu.
Nguyên nhân	<p>Chia làm hai loại: gút nguyên phát (đa số các trường hợp) và gút thứ phát.</p> <p>Nguyên phát: Ăn thực phẩm có chứa nhiều purin như: gan, thận, hải sản, thịt bò, lòng đỏ trứng, nấm..., uống nhiều rượu bia làm nặng thêm bệnh. Gặp 95% ở nam giới, tuổi 30-60 tuổi.</p> <p>Thứ phát: Suy thận và các bệnh lý làm giảm độ lọc acid uric, các bệnh về máu, dùng thuốc lợi tiểu, các thuốc ức chế tế bào, thuốc chống lao...</p>
Biểu hiện thường gặp	<p>Cơn gút cấp: Xuất hiện đột ngột ban đêm, thường là khớp bàn - ngón chân cái: khớp sưng to, đỏ, nóng, đau dữ dội, thay đổi theo thứ tự: bàn chân, cổ chân, gối, bàn tay, cổ tay, khuỷu, hiếm thấy ở khớp háng, vai, cột sống.</p> <p>Lắng đọng urat: Tôphi: thường thấy trên sụn vành tai rồi đến khuỷu tay, ngón chân cái. Bệnh khớp do urat: xuất hiện chậm. Khớp bị cứng, đau khi vận động.</p> <p>Biểu hiện về thận: Sỏi thận, suy thận.</p>
Cận lâm sàng	<p>Acid uric máu tăng > 420 $\mu\text{mol/l}$</p> <p>Xét nghiệm dịch khớp: tìm thấy tinh thể urat trong dịch khớp</p>
Biến chứng	Các tophi và bệnh khớp urat làm hạn chế vận động, suy thận mạn...
Hướng điều trị, theo dõi và chăm sóc	<p>Chế độ ăn uống - sinh hoạt</p> <p>Tránh các thức ăn: tạng động vật, thịt bò, cá biển, tôm, cua.... có thể ăn trứng, hoa quả. Ăn thịt không quá 150g/24 giờ.</p> <p>Không uống rượu, cần giảm cân, tập luyện thể dục thường xuyên</p> <p>Uống nhiều nước, khoảng 2-4 lít/24 giờ</p> <p>Điều trị thuốc</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Thuốc chống viêm: colchicine, kháng viêm nonsteroid, corticoid</i> - <i>Thuốc giảm acid uric máu: allopurinol, febuxostat</i> <p>Điều trị ngoại khoa: Phẫu thuật cắt bỏ hạt tôphi được chỉ định trong trường hợp gút kèm biến chứng loét, bội nhiễm hạt tôphi.</p>