

# 1 尿酸とは?

尿酸は、プリン体という物質が分解されてできる老廃物です。筋肉、心臓などを動かすエネルギー物質（アデノシン三リン酸）と遺伝情報を伝える核酸がプリン体で構成されています。古くなった細胞が分解される新陳代謝の過程でこれらのプリン体が細胞から血中に放出され、主に肝臓で分解されて尿酸となります。

尿酸は多くの動物では分解され、体内に蓄積しませんが、人間では尿酸の分解酵素が欠損して蓄積する傾向があります。体内では1日約700mgの尿酸が作られ、尿（80%）と便・汗（20%）に排出されます。尿酸の産生増加や、排泄低下で体内に蓄積し、血清尿酸値が高くなります。

## 検査のはなし vol.11

専門医が教える

検査値異常を指摘された際に考えること ⑮

# 「血清尿酸値が高いと言われました」



日本臨床検査専門医会  
木村秀樹

## 2 尿酸高値で考えられる原因は?

尿酸高値の原因は、先天性は稀であり、後天性では食事が尿酸値に影響します。プリン体を多く含む肉類とアルコール（とくにビールなど）の過剰摂取は高尿酸血症の原因となります。このような食生活の人は肥満傾向であり、逆に肥満、高脂血症、高血圧、耐糖能異常が合併する人は尿酸値が高くなると言われています。運動、発汗・下痢による脱水でも尿酸値は上昇するので注意が必要です。また、腎機能低下、血液疾患、悪性腫瘍が原因で高尿酸血症になることもあります。薬剤では、利尿薬、結核治療薬、アスピリンなどで尿酸値が上昇します。

## 3 尿酸高値と言われたら?

まず、過度な運動後を避け、脱水がない状態で尿酸値を再検査してください。それでも、高尿酸血症があれば、過食、過飲などの生活習慣を見直しましょう。脱水傾向の方は、積極的な水分摂取で脱水を避けてください。また、腎疾患、血液疾患、悪性腫瘍のスクリーニング検査も必要です。さらに、尿中の尿酸値を測定することで、尿酸産生過剰型か尿酸排泄低下型かを区別し、生活習慣改善、薬物療法の選択に役立てることもできます。

## 4 尿酸高値だとどうなるの、どうするの?

血清尿酸値は、男性が女性よりも高い傾向を示しますが、性別、年齢を問わずに血清尿酸値が7.0mg/dL以上を高尿酸血症と定義しています。高尿酸血症が高度になるにつれて、関節に尿酸が溜まり、結晶化して関節炎（痛風）の発症リスクが高まります。痛風は足関節、拇趾関節の周辺に発赤、腫脹、痛みが特徴で、痛風の既往歴があれば尿酸値を6mg/dL以下にすることが推奨されています。また、高尿酸血症は慢性腎臓病、高血圧、心血管疾患の発症と進展に関与する可能性があり、これらの合併症がある場合は8mg/dL未満に維持すべきとされています。

