

Medizinischer Leitfaden

Erkrankung

Ich habe einen Gichtanfall, ich weiss warum



Der Gichtanfall ist eine häufige Erkrankung. Er ist die Folge einer Anomalie des Harnsäurestoffwechsels und macht sich im Wesentlichen durch Symptome an den Gelenken bemerkbar.

Was ist ein Gichtanfall?

Gicht macht sich im Allgemeinen durch einen Arthritisfall bemerkbar, d.h. durch eine schmerzhafte Gelenkentzündung. Zumeist ist nur ein Gelenk betroffen, nämlich am häufigsten das Grosszehengrundgelenk.

Das Gelenk ist rot und geschwollen. Der Schmerz tritt plötzlich auf, ist heftig und stechend. Die Haut über dem entzündeten Areal ist gespannt und glänzt.

Sie reagiert hochschmerzhaft auf Berührung; es ist oft unmöglich, mit dem Fuss aufzutreten. In selteneren Fällen kann sich ein Gichtanfall an den Knien, den Knöcheln, den Handgelenken oder den Fingern bemerkbar machen. Noch seltener können allgemeine Gelenkschmerzen auftreten sowie eine Beeinträchtigung des Allgemeinbefindens, Fieber oder sogar Schüttelfrost.

Warum habe ich einen Gichtanfall?

Dieser Anfall ist die Folge eines zu hohen Harnsäurespiegels in Ihrem Blut. Dadurch bilden sich Kristalle, die sich in den Gelenken ansammeln und heftige Schmerzen hervorrufen.

Warum habe ich zu viel Harnsäure?

Ein zu hoher Harnsäurewert kann mehrere Ursachen haben.

- Eine Störung im Stoffwechsel dieser Substanz: Ihr Organismus produziert zuviel davon oder scheidet sie nicht genügend aus.
- Gewisse Erkrankungen können die Ursache für diese Stoffwechselstörung sein: Schuppenflechte (Psoriasis) oder Niereninsuffizienz.
- Manche medikamentöse Behandlungen können dazu beitragen, insbesondere Chemotherapie, Diuretika oder auch Aspirin, selbst in geringen Mengen (Selbstmedikation).
- Gewisse Umstände, wie zu hoher Alkoholkonsum, schneller Gewichtsverlust, Fasten, unmässiges Essen und vor allem proteinreiche Mahlzeiten (insbesondere Proteindiät).

Besteht für manche Personen ein höheres Risiko?

Ja. Am häufigsten betroffen sind Männer (zu 90%) zwischen 30 und 50. Diese ungleiche Verteilung erklärt sich durch den beim Mann normalerweise höheren Harnsäurespiegel als bei der Frau. Gicht kann aber auch bei Frauen ab den Wechseljahren auftreten.

Auch Veranlagung scheint eine Rolle zu spielen. In 18% der Fälle soll eine genetische Prädisposition die Ursache für diese Stoffwechselstörung sein.

Das Alter ist ebenfalls ein Risikofaktor: Die Nieren arbeiten weniger effizient und scheiden die Giftstoffe des Organismus nicht mehr so gut aus. Das begünstigt den Anstieg der Harnsäure im Blut.

Wie kann sich Gicht weiterentwickeln?

Im Allgemeinen steigen die Häufigkeit und die Anzahl der Gichtanfälle mit der Zeit.

Nach einigen Jahren bewirkt die Krankheit, zusätzlich zu den Gelenkschmerzen, Kristallansammlungen unter der Haut, die man Gichtknoten nennt. Das sind weissliche oder gelbliche, bröckelige Knötchen, die am Aussenrand der Ohrmuschel, am Ellbogen oder in Ellbogennähe, an den Fingern, den Zehen oder auch in der Nähe der Achillessehne sitzen.

Diese Gichtknoten können sich auch in den Knochenstrukturen ablagern, man spricht dann von metabolischen Arthropathien. Die Gelenke werden allmählich zerstört. Dies ist besonders an den Händen, den Handgelenken und den Füßen zu bemerken.

Die Harnsäurekristalle können sich auch in den Nieren ablagern. Bleibt eine Behandlung aus, behindern Sie die Nierenfunktion und führen auf Dauer zu einer «Niereninsuffizienz».

Besteht ein Zusammenhang zwischen einem Gichtanfall und Nierensteinen?

Ja. Zu viel Harnsäure in Ihrem Organismus kann zur Bildung von Nierensteinen führen.

Die Bildung dieser Steine in Ihren Nieren kann dann Nierenkoliken auslösen, die sich durch heftige Nierenschmerzen (im Rücken unter den Rippen) äussern.

Akute Gichtanfälle werden im Allgemeinen von Ihrem Hausarzt ohne weiteres erkannt und richtig diagnostiziert. Eine wirksame Behandlung kann dem Risiko eventueller Komplikationen vorbeugen. Gicht tritt oft in Verbindung mit Fettleibigkeit, Übergewicht, allgemeinen Stoffwechselstörungen und folglich einem erhöhten Risiko für Herz-Kreislaufkrankungen und Atherosklerose auf. Übermässiger Alkoholkonsum führt erwiesenermassen zu Gicht.