



# Az emelkedett szérum húgysavszint jelentősége

írta: Dr. Alföldi Sándor PhD.  
profilvezető főorvos  
Szent Imre Oktató Kórház,  
Budapest

## Mit jelent az emelkedett szérumburugysavszint és mi okozza azt?

A burugysav a nukleinsavakat (DNS, RNS) felépítő ún. „purin” nevű vegyület lebomlási végterméke.

Az emelkedett szérumburugysavszintet (*hiperurikémia*) a táplálékkal elfogyasztott purinok túlzott bevitele, vagy a szervezetben történő fokozott sejtészétesés (pl. rosszindulatú daganatok kemo- vagy sugárterápiája), illetve a vesén át történő csökkent burugysavkiürülés okozhatja.

A burugysavszintet döntően az életkor, a nem és a táplálkozás befolyásolja. A férfiak burugysav szintje magasabb, mint a nőké, a változókor után azonban a nőknél is emelkedik. A kor előrehaladtával ugyancsak emelkedik a burugysavszint. Bizonyos gyógyszerek (pl. a különböző vízajtók) is növelhetik a burugysavszintet.

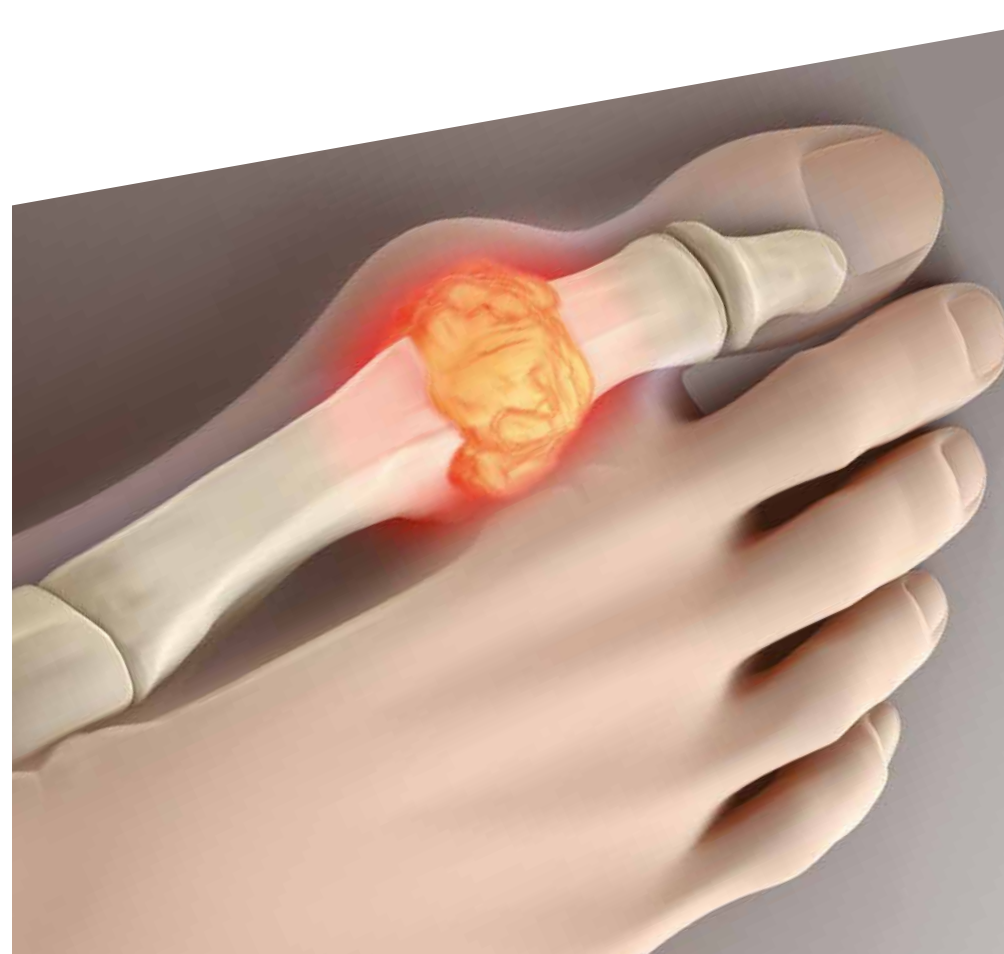
Régóta ismert, hogy *a jelentősen megemelkedett burugysavszint köszvényhez* (fájdalmas ízület gyulladás a burugysavkristályok kicsapódásának következtében), *vesekövességhez és idült veseelégtelenséghez* vezethet.

Az utóbbi idők fontos felismerése, hogy a *köszvény/emelkedett szérumburugysavszint* és különböző szív-érrendszeri és anyagcsere betegségek, mint a magasvérnyomás-betegség (hipertónia), az elhízás a 2-es típusú cukorbetegség (diabétesz), a metabolikus szindróma, a koszorúérbetegség és az agyi érbetegségek szorosan összefüggenek egymással.

Noha ez az összefüggés a rendelkezésre álló adatok alapján nem kétséges, a hiperurikémia önálló kockázati szerepének megítélését nehezíti, hogy az emelkedett szérumburugysavszint gyakran jár együtt a már meglévő hipertóniával, metabolikus szindrómával, vagy krónikus vesebetegséggel. A hiperurikémia kóroki szerepének előtérbe kerülését számos újabb tanulmány megjelenése indokolta, amelyek azt találták, hogy a szérumburugysavszint emelkedés megelőzi a hipertónia, az el-

hízás, a diabétesz, a köszvény vagy a krónikus vesebetegség megjelenését. A hiperurikémia szorosan összefügg a világszerte járványszerűen terjedő elhízással is. A fejlett országokban rohamosan fokozódik a fruktóz tartalmú édességek és üdítőitalok fogyasztása, amely egyidejűleg növeli az elhízás, a hipertónia, a metabolikus szindróma és a szív-érrendszeri betegségek kockázatát, mivel a fruktóz fogyasztása a többi cukroktól eltérően rendkívül fokozott burugysav képződéssel és emelkedett szérumburugysavszinttel jár.

Végül a hiperurikémia, a köszvény egyértelmű és szoros kapcsolatot mutat a koszorúérbetegség, a perifériás érbetegség (pl. alsó végtagi érszűkület) és a szélütés előfordulásával.



# Mit tehetünk a hiperurikémia megelőzése, illetve mértékének csökkentése érdekében?



Túlsúly esetén a testsúlycsökkentés és a fizikai aktivitás ugyancsak csökkenthetik az emelkedett húgysavszintet. A *jelentős purintartalmú ételek*, így a vörös húsok, a mirigy-tartalmú belsőségek (máj, vese, gyomor, valamint a velő) és a tenger gyümölcsei fogyasztásának mellőzése, valamint a fokozott *alkoholfogyasztás* (főleg a sör és a tömény szeszesitalok) kerülése ajánlható. Ezek mellett a *fruktózt tartalmazó ételek és italok* (bolti sütemények, édességek, édes üdítőitalok) fokozott fogyasztása is kerülendő. A kávé, a tej, a tejtermékek és a piros színű gyümölcsök fogyasztása ugyanakkor kedvező, mivel csökkentheti a szérum húgysavszintet.

**Ez a tájékoztató anyag kizárólag információs célokat szolgál, és nem helyettesíti az orvos szakmai tanácsait, valamint az orvosi kezelést. Egészségi állapotával vagy betegségével kapcsolatos kérdéseivel forduljon kezelőorvosához!**

Felhasznált irodalom:

1. Szekanecz Z., Gyurcsáné Konrátné I.: A köszvény és a húgysavszintcsökkentés kézikönyve. SpringMed Kiadó, Budapest, 2015.

További információ: Egis Gyógyszergyár Zrt. Kardiometabolikus üzletág  
1134 Budapest, Lehel u. 15., tel.: 06-1-803-2222,  
e-mail: marketing@egis.hu, honlap: www.egis.hu  
Lezárás dátuma: 2020.04.27.