

Hyperurikémia

Hyperurikémia –vysoká hladina kyseliny močovej v krvi ešte nie je dna

Kyselina močová

Je konečným produktom metabolizmu purínov u človeka. Asymptomatická hyperurikémia býva často spojená s inými metabolickými ochoreniami- poruchy tukov a cukrov.

Dôvody zvýšenia

Kyselina močová sa vylučuje najmä obličkami. K zníženému vylučovaniu dochádza pri ochoreniach obličiek, a cukrovky. Môže nastať pri otravách (napr. olovom), alebo užívaní niektorých liekov

Diagnostika

V sére sa stanovuje koncentrácia kyseliny močovej. O hyperurikémiu ide u mužov pri koncentrácii $> 416 \mu\text{mol/l}$, u žien $> 360 \mu\text{mol/l}$. V klbe a moči sa mikroskopicky zisťuje prítomnosť urátových kryštálov.

Prevenia

Základom je správna životospráva, redukcia hmotnosti, primeraná fyzická aktivita, pitie dostatočného množstva tekutín a vyhýbanie sa alkoholu, stresu. A samozrejme vhodná diéta



Dna

Je metabolická choroba, kedy organizmus nie je schopný v dostatočnej miere odbúravať puríny a nadmerne sa tvorí kyselina močová v krvi, čo spôsobuje kryštalizáciu tejto látky najmä v kĺboch. Svojimi ostrými hranami opotrebovávajú kĺby a pôsobia bolesti. Najčastejšie sú postihnuté malé kĺby na dolných aj horných končatinách., kolená alebo ramená

Dnavý záchvat

Dnavá artritída sa prejavuje opakujúcimi sa záchvatmi, ktoré sa často objavujú po námahe alebo pri nedodržaní diéty. Kĺb je opuchnutý, bolestivý, koža nad ním začervenaná, teplá



Dieta

V rámci diétnych opatrení sa odporúča vyhýbať potravinám s vysokým zastúpením purínov: Živočíšne produkty, hlavne vnútornosti (pečeň, ľadvinky, mozoček), mäso a údeniny, zverina, rybie konzervy. Z rastlinných potravín sú to predovšetkým strukoviny, špenát, karfiol, cvikla, sója. Odporúča sa obmedziť príjem alkoholických nápojov (pivo, víno) a kakao.