

**健康診断の結果をもう一度チェック！****医師300名が回答「尿酸値・高尿酸血症」に関する調査結果**

痛風だけじゃない！高尿酸値には、高血圧、メタボ、腎障害などのリスクも・・・  
対策として、**7割の医師がヨーグルトなどの乳製品を推奨**

生活者の“健康と暮らし”に関する情報を発信するポータルサイト「マイライフニュース」を運営するヒューマン・データ・ラボラトリ株式会社では、「尿酸値・高尿酸血症」に関する調査を行いました。

今回の調査では、高尿酸血症の診察経験を持つ医師300名を対象に、高尿酸血症患者の現状や治療・対策法についてアンケートを行い、現在の「高尿酸血症」の実態を探りました。

主な調査結果は以下の通りです。

- 近年の高尿酸血症患者について、**7割以上の医師が「増加傾向にある」と回答。**
- 増加理由として、1位「アルコール摂取量の増加」（69.4%）、2位「不規則な生活」（64.2%）、3位「運動不足」（45.0%）などが挙げられた。
- 患者は増加傾向にあるものの、**定期的に治療に通っているのは「1割未満」「1～2割」と答える医師が半数以上にのぼっており、痛みなどの自覚症状がない無症候性が多い高尿酸血症では治療意欲が低いことが推測される。**
- **高尿酸血症を放置することで痛風発作のリスクが高まることは周知の事実だが、それ以外のリスクとして挙げられたのが、1位「高血圧」（72.3%）、2位「脂質異常・動脈硬化」（70.3%）、3位「腎障害・尿路結石」（66.3%）となった。**
- 高尿酸血症の治療として、「**食生活の改善**」が重要と答える医師は9割以上。
- 高尿酸血症の治療ガイドラインに「尿酸値の低減に効果がある」として掲載されている、「**乳製品の摂取**」については、**7割の医師が勧めたいと回答。**
- 勧めたい乳製品TOP3は、1位「ヨーグルト」（97.2%）、2位「牛乳」（48.3%）、3位「チーズ」（32.2%）となった。

**<調査概要>**

調査名：尿酸値・高尿酸血症に関する調査

調査方法：インターネット調査

実施期間：6月18日（火）～6月19日（水）

調査対象：高尿酸血症患者を診察した経験のある医師300名

調査実施協力：医師専用コミュニティサイト「MedPeer」

**<本件に関するメディアの方のお問い合わせ先>**

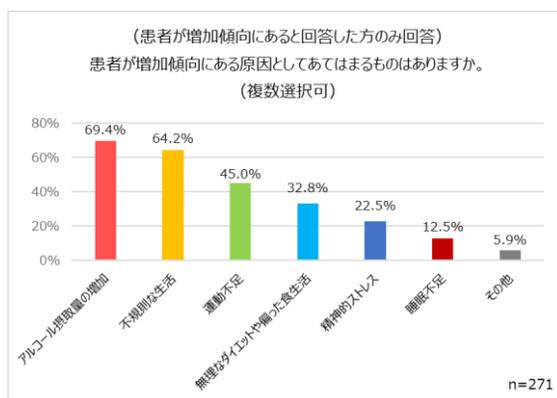
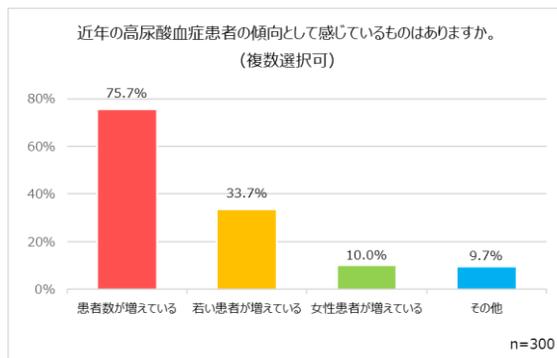
PR事務局 担当：高橋

E-mail：releaseinfo@humandatalab.com

## 患者は増加傾向！原因はアルコール摂取量の増加や不規則な生活、運動不足

はじめに、近年の高尿酸血症（血清尿酸値が7.0mg/dLを超える）患者の傾向として感じていることについて聞いたところ、「患者数が増えている」と回答した医師が7割以上（75.7%）に達し、高尿酸血症患者は増加傾向にあることが明らかになりました。また、「若い患者が増えている」と意味する回答も3割を超えており（33.7%）、高尿酸血症の若年化が進んでいることが浮き彫りとなりました。

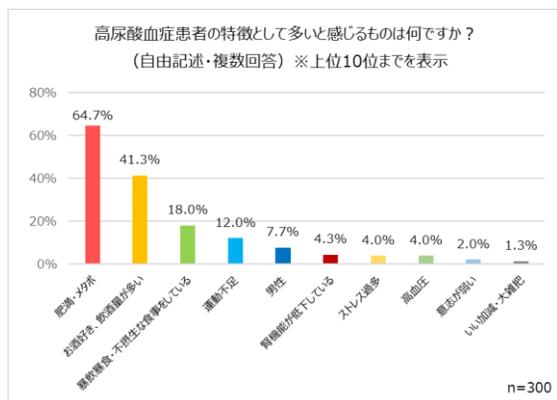
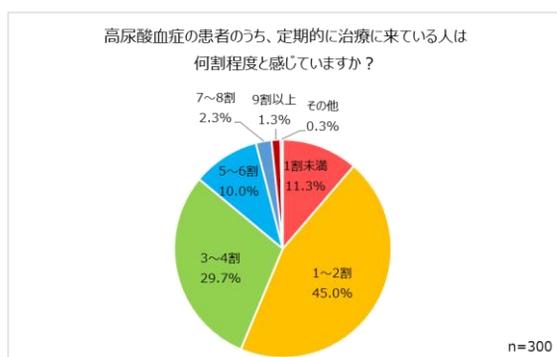
高尿酸血症患者が増加傾向にあると回答した医師に、その原因について聞いてみると、「アルコール摂取量の増加」（69.4%）と「不規則な生活」（64.2%）が6割以上を占め、この2つが高尿酸血症につながる大きな要因であることが示唆されました。次いで、「運動不足」（45.0%）、「無理なダイエットや偏った食生活」（32.8%）、「精神的ストレス」（22.5%）、「睡眠不足」（12.5%）の順となりました。



## 定期的に治療に訪れている人は1～2割程度。 メタボ、お酒好きの人は要注意！

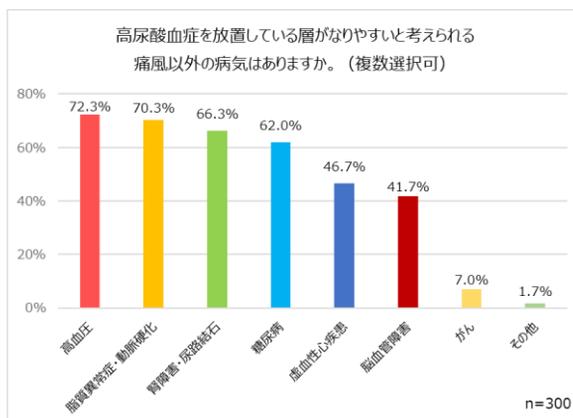
次に、高尿酸血症の患者のうち、定期的に治療に訪れている人の割合を聞くと、「1割未満」（11.3%）、「1～2割」（45.0%）と答える医師が半数以上にのぼり、患者数が増加傾向にある中で、多くの患者が治療を継続していない実態が明らかになりました。高尿酸血症は、痛みなどの自覚症状がない無症候性が多いため、他の病気に比べて患者の治療意欲が低いものと推測されます。

また、高尿酸血症患者に多く見られる特徴について聞いたところ、「肥満・メタボ」（64.7%）が6割を超えてトップとなり、次いで「お酒好き、飲酒量が多い」（41.3%）が続きました。肥満・メタボ体形の人やお酒好きの人は、高尿酸血症に注意する必要があると言えそうです。そのほかの特徴としては、「暴飲暴食・不摂生な食事をしている」（18.0%）、「運動不足」（12.0%）、「男性」（7.7%）、「腎機能が低下している」（4.3%）、「ストレス過多」（4.0%）、「高血圧」（4.0%）などが挙げられました。



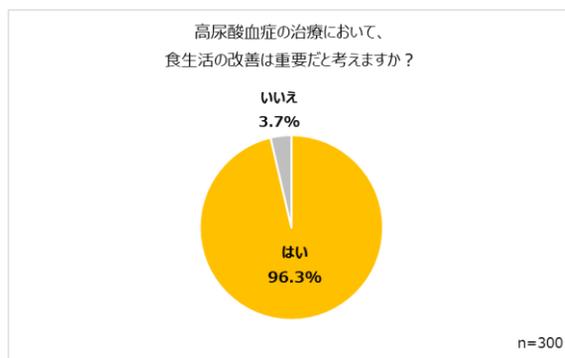
## 高尿酸血症は痛風以外に、高血圧、動脈硬化、腎機能障害を引き起こすことも・・・

高尿酸血症を放置していると、痛風発作を起こすリスクが高まることは周知の事実ですが、痛風以外にどのような病気になりやすいのか聞いてみると、1位「高血圧」（72.3%）、2位「脂質異常・動脈硬化」（70.3%）、3位「腎障害・尿路結石」（66.3%）という結果となりました。高尿酸血症は、治療せずに放置していると、痛風だけでなく、高血圧や動脈硬化、腎機能障害といった重大な病気を引き起こす恐れがあることがわかりました。

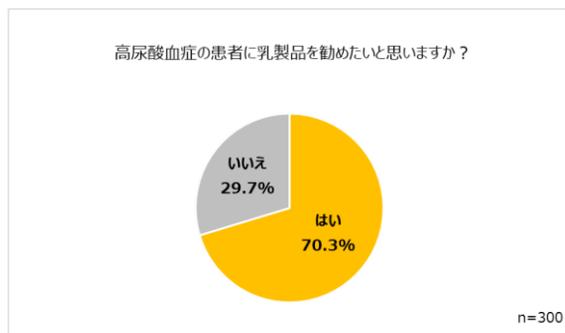


## 高尿酸血症の治療には、食生活の改善が重要！ ヨーグルトなど乳製品の積極的な摂取が勧められる

高尿酸血症の治療において、「食生活の改善」は重要なかどうかを尋ねると、9割以上（96.3%）の医師が「重要である」と回答しました。先の質問で、高尿酸血症患者が増加傾向にある原因として「アルコール摂取量の増加」や「不規則な生活」が挙げられましたが、改めて、高尿酸血症の予防や治療には、食生活の改善が必要不可欠であることが示唆されました。



次に、日本痛風・核酸代謝学会が発行している「高尿酸血症・痛風の治療ガイドライン」の中に、「乳製品の摂取は、尿酸値の低減に効果がある」として掲載されていることを踏まえて、高尿酸血症の患者に乳製品を勧めたいと思うかを聞いたところ、7割（70.3%）の医師が「勧めたい」と回答しました。



さらに、乳製品を勧めたいと回答した医師に、高尿酸血症患者に勧めたい乳製品の種類について聞いてみると、「ヨーグルト」と答えた医師が97.2%に達し、ダントツの1位となりました。ほとんどの医師が、乳製品の中でもヨーグルトを摂取することが望ましいと考えていることがわかりました。2位以下は、「牛乳」（48.3%）、「チーズ」（32.2%）、「バター」（8.1%）、「アイスクリーム」（5.7%）という結果となりました。

