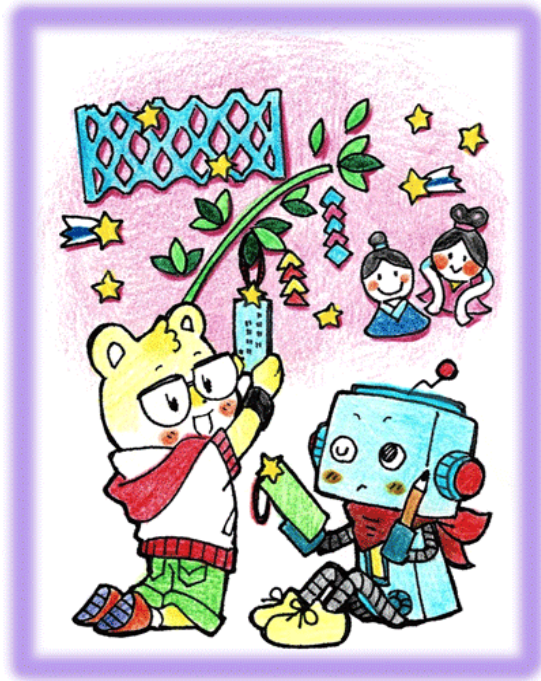


あたまストロツ子

●まちがいさがし●

下の2つの絵には、違うところが5つあるよ！あなたはいくつ見つけれられる？？

(正)



(誤)



答えはページ下にあるよ！

Healthy de Happy ~ 高尿酸血症 ~

血液中の尿酸が高い状態を「高尿酸血症」といい、進行すると激痛の痛風発作が起きます。一般的に男性に多い病気ですが、閉経後の女性も注意が必要です。

◆高尿酸血症とは

尿酸はプリン体が分解されてできた老廃物です。通常は腎臓や腸などから排出され、一定の量を保っています。しかし、尿酸が作られ過ぎたり、腎臓や腸の機能が低下してうまく排出できなくなると、血液中の尿酸濃度が増加して「高尿酸血症」になってしまいます。血液中の尿酸が7.0mg/dlを超えると、高尿酸血症と診断されます。

◆ビールの飲み過ぎには注意

プリン体をとりすぎると、高尿酸血症を引き起こす可能性が高くなります。暑い日には冷えたビールが飲みたくなるかもしれま

せんが、残念ながらビールはプリン体が多く含まれています。尿酸値が高めの方はアルコールの飲み過ぎに注意しましょう。プリン体がカットされているビールを選ぶのもおすすめです。



◆薬が原因で高尿酸血症になるケースも

生活習慣病などで服用している薬の副作用で、高尿酸血症になるケースもあります。医師は薬の副作用を考慮して定期的に血液検査をするため、自己判断で薬の服用を中止しないようにしてください。むくみや血圧を下げるために処方される一部の利尿剤などの影響による尿酸値の上昇も報告されています。心配な時は医師と相談しましょう。

まちがいさがし答え：①織り姫さんの表情が違う②ロボットさんが持っている鉛筆が筆になっている③男の子のスポンのポケットがない④左上の流れ星の飾りの向きが違う⑤ひし形飾りのひし形の数が違う