



The Malaysian Medical Gazette

[About](#) ▾ [Announcements](#) [Articles](#) ▾ [Opinions](#) [Feature Articles](#) ▾ [Young Columnists Program](#) [E-books](#) [Contact Us](#) [Terms of Use](#)

HEALTH EDUCATION, INTERNAL MEDICINE/PERUBATAN DALAMAN

Gout? Apa yang orang awam perlu tahu? – Dr Mohammad Hj. Che' Man & Dr Shahidah Che Alhadi

by [Hidayah](#) • May 1, 2021 • [0 Comments](#)



Gout adalah penyakit yang telah berada sekian lama dengan kita yang dipanggil 'ancient disease' dan telah di perkenalkan oleh Hippocrates pada abad ke 5. Ianya juga dikenali sebagai 'King of the diseases and the disease of kings' kerana sebelumnya dikaitkan dengan orang kaya yang berpenyakit gout akibat kaitan dengan pengambilan makanan yang tinggi asid urik dan meminum arak.

Gout adalah penyakit radang sendi yang didefinisikan sebagai serangan sakit sendi yang berulang-ulang, kemerahan, kepanasan dan pembengkakan sendi akibat masalah peningkatan perlekatan(deposition) kristal-kristal 'monosodium urate' pada sendi-sendi, tendon, tulang rawan (cartilage) dan sekeliling tisu- tisu lembut badan.

Factor-faktor utama menyumbang kepada masalah gout.

- Umur yang lebih tua (melebihi 40 tahun bagi lelaki dan 60 tahun bagi wanita)
- Lelaki
- Peningkatan pengambilan diet asid urik.
- Minuman beralkohol
- Ubat- ubatan seperti aspirin, warfarin, levodopa, niacin, ethambutol, pyrazinamide, diuretic, cyclosporine, tacrolimus, ubatan dalam merawat penyakit kanser dan penyalahgunaan ubat sembelit (laxative).

5 petanda-petanda utama penyakit gout:

- Bengkak sendi
- Terasa panas dibahagian sendi
- Sakit sendi bila disentuh
- Merah pada sendi yang terlibat
- Kurang pergerakan pada sendi tersebut

Apakah itu podagra?

Melibatkan gout pada sendi pertama ibu jari kaki (1st metatarsophalangeal joint). Merupakan 'classical sign' untuk diagnosis gout.

Kriteria diagnosis penyakit gout oleh 'American College of Rheumatology (ACR)':

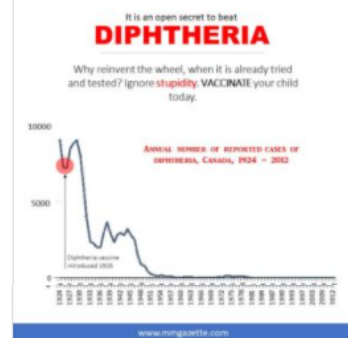
- Kehadiran 'urate crystals' dalam sendi yang terlibat ATAU
- Kehadiran 'tophi' melalui ujian mikroskop ATAU
- Kehadiran 6 gejala dan tanda klinikal seperti berikut, penyiasatan makmal dan melalui x-ray:
- Lebih dari sekali serangan radang sendi
- Pembentukan radang yang secara maksimum dalam masa satu hari
- Serangan sendi yang satu tempat sahaja (monoarthritis)
- Merah pada sendi
- Sakit atau bengkak pada sendi ibu jari pertama
- Sakit sebelah kaki sahaja yang melibatkan sendi ibu jari pertama
- Serangan sebelah gout yang melibatkan 'tarsal joint'.
- Kehadiran 'tophi'.
- Tinggi asid urik
- Pembengkakan sebelah sendi secara tak simetri dalam sendi melalui x-ray

Search ...

THE SPEAKSPACE



VACCINES WORK



SOCIAL MEDIA



- 'Subcortical cyst' tanpa hakisan sendi dalam x-ray
- Keputusan negative untuk ujian kultur bendalir sendi untuk kehadiran kuman semasa serangan sakit sendi.

Kriteria diagnostik oleh Malaysian CPG 2008 adalah:

- Kehadiran sejarah penyakit yang jelas iaitu sekurang-kurangnya 2 kali serangan sakit sendi dan pembengkakan sendi dengan penyembuhan secara sempurna dalam masa 2 minggu.
- Sejarah yang jelas atau kehadiran 'podagra'.
- Kehadiran 'tophus'.
- Tindakbalas yang tertampau cepat setelah diberi rawatan ubat 'colchicine' dalam masa 48 jam penerimaan rawatan.

** Diagnosis gout yang utama adalah melalui pengenalan "crystals of monosodium urate" melalui sampel "aspiration" dari bendalir sendi sinovial atau tisu.

** Berlebihan asid urik dalam badan adalah bukan bersamaan dengan penyakit gout!!

Penyiasatan utama:

- Ujian spesifik seperti peningkatan serum asid urik yang biasanya tinggi dan "joint aspiration and crystal identification".

Bacaan asid urik: Tidak melebihi

- **Lelaki dan perempuan selepas putus haid: 0.42mmol/L**
- **Perempuan sebelum putus haid: 0.36mmol/L**

- Ujian pengesanan penyakit berkaitan gout seperti kencing manis, fungsi buah pinggang, fungsi kolestrol dan ujian air kencing.
- Mengesan komplikasi buah pinggang seperti 'renal imaging' dan 'skeletal x-ray'.

Komplikasi dari gout yang tidak terkawal:

- Pembentukan 'tophi' iaitu pengumpulan 'urate crystal' di bawah tisu-tisu lembut badan terutamanya dalam sendi dan tulang rawan termasuk tangan, jari-jemari, kaki dan buku lali. Ianya juga boleh terjadi di bahagian telinga.
- Kemusnahan sendi dan kecacatan sendi disebabkan radang yang terlalu lama (kronik) yang memerlukan rawatan pembedahan pada akhirnya.
- Pembentukan batu karang di buah pinggang akibat pengumpulan "urate crystal".
- Kegagalan buah pinggang akibat kemusnahan sel-sel buah pinggang yang terlalu lama akibat pembentukan batu karang.
- Masalah emosi dan psikologi akibat menanggung penyakit gout yang terlalu lama berpunca dari kesakitan yang tak berkesudahan.

Contoh makanan yang tinggi asid urik (100-1000mg purines/100mg food) adalah:

- Otak
- Hati
- Buah pinggang
- Limpa
- Jantung
- Angsa
- Ikan bilis
- Sardin
- Ikan kembung
- Ikan hering
- Kerang
- Ekstrak daging
- 'Yeast' yang diambil sebagai makanan tambahan

Contoh makanan yang mempunyai paras asid urik yang sederhana (9-100mg purines/100gm food) adalah:

- Daging merah
- Ikan
- Ayam dan itik
- 'Shellfish' seperti udang, ketam etc.
- Asparagus
- Bayam
- 'Cauliflower'
- Cendawan
- Kekacang hijau
- Kekacang kering

RUJUKAN:

1. Clinical practice guidelines, Management of Gout, 2008, Ministry of Health Malaysia.
2. American College of Rheumatology Guideline for the Management of Gout, 2020

ASST. PROF. DR. MOHAMMAD BIN HJ. CHE' MAN

PENSYARAH PERUBATAN KLINIKAL/ PAKAR PERUBATAN KELUARGA

(MD. UKM, MMED, (FAMILY MEDICINE) USM)

SPECIAL INTEREST: MEN HEALTH, PRIMARY CARE DERMATOLOGY

DEPARTMENT OF FAMILY MEDICINE,

CATEGORIES

- #ForMedicalStudents
- #HealthyRamadhan
- #MsiaEndsDengue
- #SmokeFreeMY
- Allied Health/Kesihatan Bersepadu
- Back to School
- Breast Cancer Awareness
- Cancer/Barah
- COVID-19
- Dental/Pergigian
- Dermatology/Dermatologi
- DoctorOnCall
- DoctorOnCall
- Early Career Psychiatric Chapter (ECP)
- Editorials
- Emergency Medicine/Perubatan Kecemasan
- ENT/Telinga, Hidung & Tekak
- Feature Articles
- Floods & Health
- General/Umum
- Health Education
- Heart Awareness Month
- Infectious Diseases/Penyakit Berjangkit
- Internal Medicine/Perubatan Dalaman
- Kejururawatan/Nursing
- Letters To Editor
- Lifestyle/Gaya Hidup
- Medical & Literature
- Medication/Ubat-ubatan
- Medicine & Law/Undang-Undang Perubatan
- Men's Health/Kesihatan Lelaki
- Ministry of Health/Kementerian Kesihatan Malaysia
- News & Announcements
- Non-communicable Disease/Penyakit Tidak Berjangkit
- Obstetric/Obstetrik
- Occupational Health/Kesihatan Pekerjaan
- Opinions
- Ophthalmology/Mata
- Ophthalmology/Ophthalmologi
- Optometri/Optomety
- Orthopaedics/Ortopedik
- Paediatrics/Pediatriks
- Physiotherapy/Fisioterapi
- Psychiatry/Psikiatri
- Public Health/Kesihatan Awam
- Research/Kajian Saintifik
- Sonography/Sonografi
- Surgery
- WNTD2014
- Women's Health/Kesihatan Wanita
- World Breastfeeding Week 2014
- Young Columnists Program

OWNED BY

