

# DIE GICHT – EINE ALTE KRANKHEIT IST IMMER NOCH AKTUELL

Von **Dr. med. Dominique-Eve Kobel**  
Fachärztin für Innere Medizin

## Klinik Permanence

**Die Krankheit Gicht (Arthritis urica) kennt man schon sehr lange. Bereits die alten Griechen, die Römer, Karl der Grosse, der Sonnenkönig Louis XIV und Goethe litten unter schwerer Gicht. Heute ist die Gicht in den Industrieländern eine der häufigsten Stoffwechselkrankheiten.**

### Definition

Bei der Gicht handelt es sich um eine Purin-Stoffwechselstörung, die zu einem erhöhten Harnsäurespiegel im Blut (Hyperurikämie) führt. Mit der Zeit bilden sich Harnsäurekristalle in den Gelenken (vor allem im Grosszehengrundgelenk, im Kniegelenk, aber auch in den Handgelenken), später auch in der Haut (sogenannte Gichttophie). Schmerzen im Bereich der Gelenke, leichtes Fieber und ein allgemeines Krankheitsgefühl sind typische Symptome. Die betroffenen Stellen sind oft geschwollen, gerötet und reagieren mit starkem Schmerz auf Druck (Bild).

### Die zwei Formen der Gicht

Die **primäre Gicht** ist die angeborene Form der Gicht (95% der Fälle), mit einer verminderten Harnsäureausscheidung. Der Gichtanfall wird vor allem durch eine falsche, purinreiche Ernährung, übermässigen Alkoholkonsum oder strenges Fasten ausgelöst. Die **sekundäre Gicht** ist die erworbene Form (5% der Fälle). Hervorgerufen wird sie durch eine reduzierte Harnsäureausscheidung bei Nierenerkrankungen und einen gesteigerten Harnsäureumsatz bei gewissen Krebserkrankungen.

### Therapien

Für die **Akuttherapie** empfehlen sich nicht-steroidale Entzündungshemmer (z.B. Indometacin, Ibuprofen, Naproxen usw.). Zusätzlich werden meistens intraartikuläre und häufig auch systemische Kortikosteroide (Cortisone in Tablettenform) verabreicht.

Bei der chronischen Gicht (wiederholte Gicht-Attacken) empfiehlt sich zusätzlich zur medikamentösen Behandlung unbedingt eine purinarme Ernährung (kein fettes Fleisch, keine Innereien, Dosenfische, Schalentiere, nur wenig Hülsenfrüchte), die regelmässige Aufnahme von Flüssigkeit und der Verzicht auf Alkohol. Milchprodukte hingegen reduzieren bei täglichem Verzehr das Risiko für einen Gichtanfall um 50%. Von Fastenkuren raten wir dringend ab.

### Prognose

Mit einer seriös durchgeführten Prophylaxe und konsequenter Therapie kann der Harnsäurespiegel im Blut vermindert werden. Dadurch können weitere Gichtanfälle und insbesondere spätere irreparable Gelenks- und Nierenschädigungen vermieden werden.



Abb. 1

**Abb. 1**  
Die betroffenen Stellen sind oft sehr druckempfindlich

**Abb. 2**  
Organ- und Gelenksbefall bei Gicht

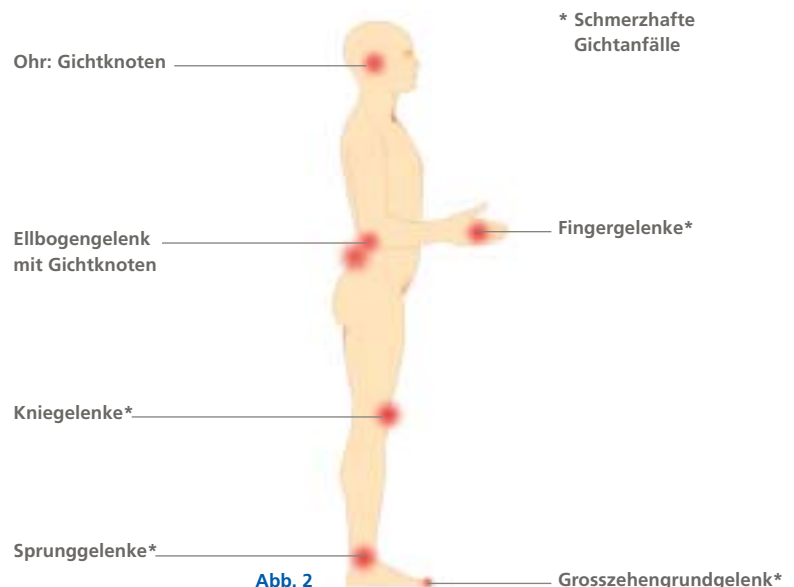


Abb. 2

Grosszehengrundgelenk\*