GOTTA

ITALIAN

FOGLIO INFORMATIVO

Gout

Gotta

Questo foglio informativo è stato scritto per le persone affette dalla gotta. Fornisce informazioni generali per aiutarvi a capire la gotta e come gestirla. Questo foglio tratta anche i modi per cercare di prevenire la gotta e dove trovare maggiori informazioni.

Cos'è la gotta?

La gotta è una condizione comune e dolorosa che colpisce le articolazioni. Piccoli cristalli si formano all'interno e attorno all'articolazione, causando infiammazione, dolore e gonfiore. Questi cristalli sono fatti di uno dei normali prodotti di scarto del corpo, l'acido urico. Normalmente il corpo elimina l'eccesso di acido urico attraverso i reni nelle urine. Tuttavia ciò non accade abbastanza velocemente nelle persone con la gotta. Questo fa sì che i livelli di acido urico si accumulino e che i cristalli si formino.

Chi viene colpito dalla gotta?

Chiunque può essere colpito dalla gotta. Tuttavia, la gotta nelle donne in premenopausa è rara e il medico potrebbe voler indagare ulteriormente i sintomi.

Quali sono i sintomi?

Un attacco di gotta di solito arriva molto rapidamente, spesso durante la notte. L'articolazione diventa molto rossa, gonfia ed estremamente dolorosa. Spesso l'articolazione è intensamente dolorante al tatto. La gotta normalmente colpisce un giunto alla volta, spesso l'articolazione dell'alluce. Altre articolazioni, come le mani, i polsi, le ginocchia, le caviglie e i gomiti, possono anche essere colpite dalla gotta.

Cosa la causa?

La gotta è solitamente causata dai reni che non eliminano l'acido urico dal vostro corpo abbastanza rapidamente. La gotta è ereditaria, anche se non tutti i membri della famiglia ne vengono colpiti.
Ci sono alcuni fattori di stile di vita che possono aumentare il rischio di sviluppare la gotta, tra cui:

- essere sovrappeso o obesi
- avere colesterolo alto, pressione alta o intolleranza al glucosio
- avere malattie renali
- assunzione di diuretici (medicine che drenano l'acqua dal corpo)

Come viene diagnosticata?

L'unico modo per diagnosticare con certezza la gotta è la scoperta di presenza di cristalli di urato nel liquido prelevato dall'articolazione da parte del vostro dottore. I livelli di acido urico possono essere misurati con esami del sangue, tuttavia questi non sono sempre accurati. I livelli di acido urico possono essere normali o addirittura inferiori durante un attacco di gotta. Gli esami del sangue sono particolarmente utili per escludere altre cause dei sintomi, come infezioni alle articolazioni o altre forme di artrite. I raggi X risultano spesso normali nelle fasi iniziali quindi non sono molto utili nella diagnosi della gotta.

Cosa mi succederà?

Senza trattamento, un attacco di gotta di solito dura circa una settimana. Un altro attacco potrebbe non accadere per mesi o addirittura anni. Se la gotta non è gestita bene, il tempo che intercorre tra gli attacchi può ridursi, gli attacchi diventano più gravi e le articolazioni possono essere danneggiate in modo permanente. A volte la gotta può evolvere in una condizione cronica (a lungo termine), causando:

- costante lieve dolore e infiammazione delle articolazioni colpite

- tofi: masse solide di cristalli di urato, in particolare su dita dei piedi, orecchie, dita, mani, avambracci, ginocchia e gomiti
- calcoli renali.

Cosa posso fare durante un attacco di gotta?

Dovreste vedere il vostro dottore quando avete il primo attacco di gotta. Il medico consiglierà alcuni farmaci per ridurre il dolore e l'infiammazione causati dalla gotta, tra cui:

- farmaci antinfiammatori non steroidei (FANS)
- iniezioni o compresse di corticosteroidi

Parlate sempre con il vostro medico o farmacista prima di iniziare a prendere qualsiasi medicinale. Potrebbe inoltre rivelarsi necessario proteggere l'articolazione interessata. Ad esempio, se è l'alluce ad essere colpito, potreste dover diminuire le camminate e creare un supporto per tenere lontane le lenzuola dal piede quando siete a letto.
Fate riferimento al foglio informativo Dealing with pain per suggerimenti su come affrontare il dolore.

Si può prevenire la gotta?

La buona notizia è che la gotta può essere prevenuta. L'obiettivo del trattamento è ridurre i livelli di acido urico ad un livello che previene gli attacchi di gotta. Il livello di acido urico può essere controllato con un esame del sangue. Per la maggior parte delle persone con la gotta, il livello di acido urico (siero di urina) che si intende raggiungere con il trattamento è:
Meno di 0.36 millimoli per litro (<0.36mmol/L)
Per alcune persone con gotta più grave, il livello di acido urico ottimale sarà inferiore a 0,30 millimoli per litro (<0,30 mmol / L). Parlate con il vostro medico di trattamenti che possono aiutare a raggiungere il livello di acido urico ottimale, tra cui:
Medicinali: ci sono farmaci che possono abbassare i livelli di acido urico nel sangue. Questi farmaci devono essere assunti ogni giorno, sia che state avendo un attacco o meno.

Alcol: ridurre la quantità di alcol che si beve ed evitare di berne tanto in sola volta (binge drinking). Parlate con il vostro medico o visitate www.alcohol.gov.au per le linee guida del governo australiano sull'assunzione raccomandata di alcol.

Perdita di peso: se siete sovrappeso dimagrite gradualmente. Assicuratevi di seguire una dieta sana in quanto diete "crash" o "da fame" possono in effetti incrementare i livelli di acido urico. Fatevi consigliare da un dietologo.

Alimenti ricchi di purine: fate riferimento a Gout and diet per maggiori informazioni.

La pseudogotta viene spesso confusa con la gotta in quanto provoca sintomi simili. Tuttavia è il risultato di un diverso tipo di cristalli, chiamati pirofosfati di calcio, che si formano nell'articolazione. Questi cristalli tendono a formarsi nella cartilagine, il rivestimento liscio che riveste le estremità delle ossa. La pseudogotta viene diagnosticata quando si rinvengono cristalli di pirofosfato di calcio nel fluido di una articolazione colpita. Si tratta di una affezione diversa dalla gotta e può richiedere un trattamento diverso.

CONTATTATE UN CENTRO LOCALE CHE SI OCCUPA DELL'ARTRITE PER FOGLI INFORMATIVI SULL'ARTRITE

Per trovare il centro locale per l'artrite chiamate 1800 011 041 o visitate www.arthritisaustralia.com.au

abbvie
Produced with the support of AbbVie

© Copyright Arthritis Australia 2019. Revisione dicembre 2017. Esonero da responsabilità: il presente foglio viene pubblicato da Arthritis Australia per scopi puramente informativi e non dovrebbe sostituirsi ai consigli del medico. Source: Un elenco completo dei riferimenti utilizzati per compilare questo foglio è disponibile presso il vostro locale centro per l'artrite. Le seguenti organizzazioni hanno contribuito alla realizzazione di questo foglio informativo: Australian Rheumatology Association, Australian General Practice Network, Australian Physiotherapy Association, Australian Practice Nurses Association, Pharmaceutical Society of Australia and Royal Australian College of General Practitioners. Il governo australiano ha fornito finanziamenti iniziali per sostenere questa iniziativa.