

La gota es produeix per l'augment dels nivells d'àcid úric en sang (hiperuricèmia). Els cristalls d'àcid úric es dipositen a les articulacions i causen dolor.

Què desencadena les crisis?

El dolor apareix després de:

- Un consum elevat d'alcohol.
- Excessos alimentaris (carns vermelles greixoses, vísceres, marisc, ous de peix, embotits...)
- Traumatismes.
- Per prendre alguns medicaments (diürètics...)
- En persones obeses.
- Per deixar el tractament habitual per a la gota.
- Pot aparèixer sense que hi hagi una causa coneguda.

Quines molèsties causa?

L'atac gotós sol aparèixer a la nit, de forma brusca, en forma de dolor continu i de gran intensitat a nivell d'una articulació.



S'acompanya de calor, envermelliment i inflor de l'articulació afectada. Pot haver-hi febre. L'articulació que amb més freqüència s'afecta és el primer dit del peu. També pot afectar genolls, turmells...

Com es diagnostica?

A través de preguntes que li farà la metgessa i de l'exploració de la zona inflamada. Algunes vegades és necessari fer unes anàlisis de sang. Quan afecta articulacions grans (genolls...), de vegades es punxen per treure líquid i buscar-hi els cristalls d'àcid úric.

Quin és el seu tractament?

Durant l'atac de gota caldrà prendre medicació antiinflamatòria pel dolor, fer repòs de l'articulació i aplicar fred localment. Després de dos o més atacs de gota anuals, i en situacions especials, cal prendre medicació diària per mantenir baixos els nivells d'àcid úric en sang i evitar nous atacs.

Es pot prevenir?

En general tothom ha d'evitar o disminuir el consum d'alcohol i el sobrepès.

Les persones que tenen atacs de gota han de:

- Evitar el sobrepès.
- Disminuir o evitar el consum d'alcohol.
- Evitar la ingesta dels aliments que la desencadenen.
- Valorar amb el seu metge si algun medicament que pren per altres malalties pot ajudar a desencadenar atacs de gota i si pot ser canviat per un altre.