

Terima Kasih kerana menggunakan risalah ini.
Kami berharap ia berguna untuk anda.

Panduan di dalam risalah ini tidak bertujuan untuk menggantikan konsultasi doktor.

Apa jua keputusan anda, kami galakkan anda mendapatkan penjelasan dan berbincang pendapat bersama doktor anda.

Penulis-penulis:

Dr Meykkumar s/o Meyappan, Mr Aaron Loh,
Mrs Tan Li Yen, Mr Ian Tan Sheng Feng,
Ms Ho Pey Ying, Dr Poh Yih Jia dan Clinical
Assoc Prof (Dr) Tan Ngiap Chuan

Penyelidik Utama:

Dr Meykkumar s/o Meyappan

Kesemua penulis telah menyatakan bahawa tiada konflik kepentingan.

Dibaiyai oleh:

Family Medicine Academic Clinical Programme
Seed Grant



Polyclinics
SingHealth



PATIENTS. AT THE HE  RT OF ALL WE DO.®

PANDUAN RAWATAN DAN PENGURUSAN PENYAKIT GOUT

Panduan ini membantu anda membuat keputusan bersama doktor, tentang rawatan jangka masa panjang untuk penyakit gout anda.



Polyclinics
SingHealth

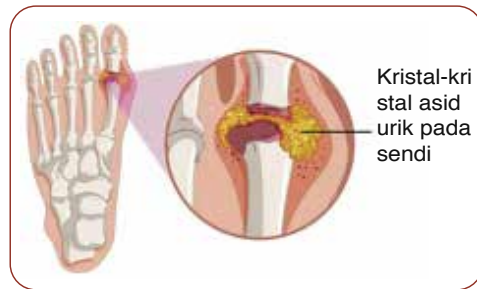
Helo!

Anda telah diberitahu oleh doktor bahawa anda menghadapi penyakit gout, dan ia memerlukan rawatan jangka masa panjang.

Panduan ini akan membantu anda menangani kebimbangan terhadap penyakit gout, dan membantu anda memilih rawatan jangka masa panjang.

Apakah itu gout dan apakah yang menyebabkannya?

Gout adalah sejenis penyakit sendi bengkak (arthritis) dan ia disebabkan oleh kadar asid urik yang berlebihan di dalam darah. Asid urik yang berlebihan akan menjadi kristal dan berkumpul di dalam sendi-sendi. Ini akan menyebabkan kesakitan pada sendi. Asid urik adalah bahan kumuhan dari badan kita dan juga dari makanan tertentu.



Bagaimana saya tahu jika saya menghidap gout?

Tanda-tanda penyakit gout biasanya adalah, sakit yang amat bisa pada sendi-sendi dan ianya berlaku secara tiba-tiba (lazimnya di ibu jari kaki, buku lali atau lutut). Sendi akan menjadi merah, panas dan bengkak. Ini dikenali sebagai serangan gout.

Bilakah anda memerlukan rawatan untuk gout?

Doktor akan mengesahkan bahawa penyakit gout anda tidak terkawal, jika anda diserang gout lebih dari dua kali dalam masa setahun. Serangan gout yang berulang kali akan menyebabkan kecacatan pada sendi-sendi, atau benjolan yang dipanggil "tophi". Kadar asid urik yang tinggi juga boleh menyebabkan tumbuhnya batu karang di dalam ginjal.



Apakah faedah-faedah mengawal gout?

Jika anda mengurangkan kadar asid urik dan mengawal gout, anda akan dapat mencegah dari terkena serangan gout. Oleh itu, anda dapat mengurangkan kerosakan dan kecacatan pada sendi, dan fungsi sendi anda terpelihara.

Apakah keputusan yang perlu dibuat?

Sekiranya doktor anda memutuskan bahawa penyakit gout anda memerlukan rawatan jangka masa panjang, anda perlu memilih cara rawatan.

Bagaimana anda merawat gout?

Rawatan serangan akut (jangka masa pendek)

Ubat penghilang kesakitan seperti ubat anti-radang tanpa steroid, atau ubat khas untuk serangan (kesakitan) gout seperti "colchicine"

Ubat steroid seperti "prednisolone"

Rawatan jangka panjang

Tiada rawatan

Pengawalan diet

Ubat untuk mengurangkan tahap asid urik dalam darah, seperti Allopurinol, Febuxostat atau Probenecid, jika anda mempunyai 2 "serangan" dalam masa setahun.

Anda boleh mencari maklumat selanjutnya pada dua muka surat seterusnya.

| | Bagaimana ia berkesan? | Sejauh mana keberkesanannya? | Kesan-kesan sampingan | Kos | | |
|------------------------|--|--|--|---|---|----|
| | Tiada rawatan | Anda boleh menolak rawatan. | Anda mungkin akan mengalami serangan gout yang berterusan. | Anda harus membiayai kos rawatan serangan gout. Begitu juga kos komplikasi seperti kerosakan, kecacatan dan pergerakan berkurangan pada sendi. | | |
| Rawatan jangka pendek | Menggunakan NSAIDs, Colchicine atau steroid Oral sahaja. | Mengurangkan radang dan kesakitan semasa serangan gout. | Hanya berkesan semasa serangan gout dan perlu diambil secepat mungkin. Ia tidak dapat mencegah serangan gout seterusnya. | Hanya berkesan semasa serangan gout dan perlu diambil secepat mungkin. Ia tidak dapat mencegah serangan gout seterusnya. | <p>NSAIDs - Kegunaan berpanjangan boleh merosakkan ginjal. Oleh kerana itu, ia tidak boleh digunakan untuk pesakit ginjal. Ia juga boleh menyebabkan pendarahan gastrik pada sesetengah pesakit.</p> <p>Colchicine - Cirit-birit / muntah-muntah apabila mengambil dos yang tinggi.</p> <p>Steroid - Kegunaan berpanjangan dan dos yang tinggi boleh menyebabkan kesan sampingan.</p> | \$ |
| Rawatan jangka panjang | Kawalan diet - Untuk semua pesakit gout | Obesiti, pengambilan minuman bergula / beralkohol, daging dan makan laut yang berlebihan, telah terbukti meningkatkan serangan gout. | Pengawalan diet hanya dapat mengurangkan kadar urik asid sebanyak 59 umol (purata) | Diet rendah purin sepenuhnya, biasanya tidak enak. Kos rawatan serangan gout dan juga kos komplikasi seperti kerosakan, kecacatan dan pergerakan berkurangan pada sendi. | | |
| | Allopurinol - Peringkat pertama, kawalan gout jangka panjang | Mengurangkan penghasilan asid urik di dalam badan. | Berkesan untuk kawalan jangka panjang. | Ruam kulit: kurang daripada 2 setiap 100 pesakit Reaksi kulit yang teruk sehingga memerlukan rawatan di hospital: 2 setiap 1000 pesakit. | \$\$ | |
| | Febuxostat - Peringkat kedua, kawalan gout jangka panjang | Mengurangkan penghasilan asid urik di dalam badan. | Berkesan untuk kawalan jangka masa panjang. | Gangguan fungsi hati: 5-7 setiap 100 pesakit Ruam kulit: 1-2 setiap 100 pesakit Lebih daripada 4 kematian yang berkaitan dengan jantung: setiap 1000 pesakit yang dirawat | \$\$\$ | |
| | Probenecid - Peringkat kedua, kawalan gout jangka panjang | Mengurangkan tahap asid urik di dalam badan dengan meningkatkan penyingkiran asid urid melalui air kencing. | Berkesan untuk kawalan jangka panjang. | Sakit kepala, pening, kemerahan kulit, rasa loya dan muntah-muntah | \$\$ | |

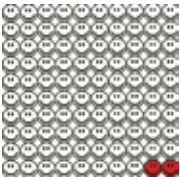
Bagaimana anda tahu bahawa gout anda semakin pulih?

Anda harus mengalami kurang daripada 2 serangan gout setahun. Tahap asid urik dalam darah anda seharusnya kurang daripada 360 umol (tiada komplikasi gout) atau kurang daripada 300 umol (jika ada komplikasi gout).

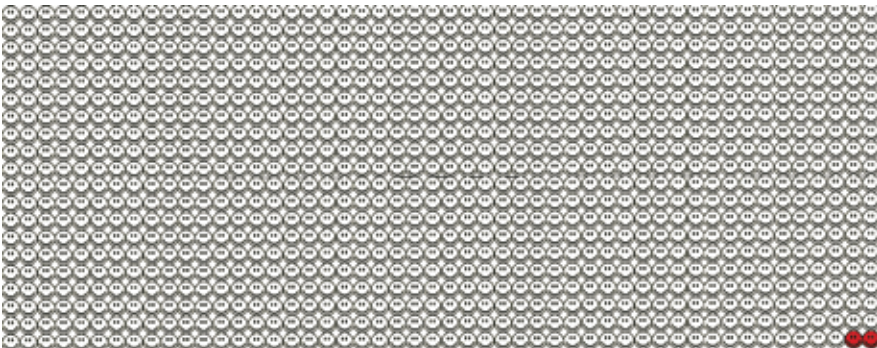
Apakah maksud nombor-nombor tersebut?

Untuk kesan sampingan Allopurinol

Ruam kulit kurang daripada 2 setiap 100 pesakit



Reaksi kulit yang teruk sehingga memerlukan rawatan hospital – 2 setiap 1000 pesakit



Apakah yang paling penting bagi anda?

Sila nyatakan dari 1 hingga 3 aspek rawatan yang paling penting bagi anda, dengan '3' sebagai paling penting dan "1" sebagai kurang penting.

| | Tidak penting | Penting | Sangat penting |
|------------------------------|---------------|---------|----------------|
| Keberkesanan | 1 | 2 | 3 |
| Kesan-kesan sampingan | 1 | 2 | 3 |
| Kos | 1 | 2 | 3 |

Apa keputusan muktamad anda?

Sila buat pilihan yang anda mahu. Anda boleh memilih lebih dari satu pilihan.

- Tiada rawatan
- Menggunakan NSAIDs, colchicine atau steroid sahaja
- Kawalan diet
- Allopurinol
- Febuxostat
- Probenecid