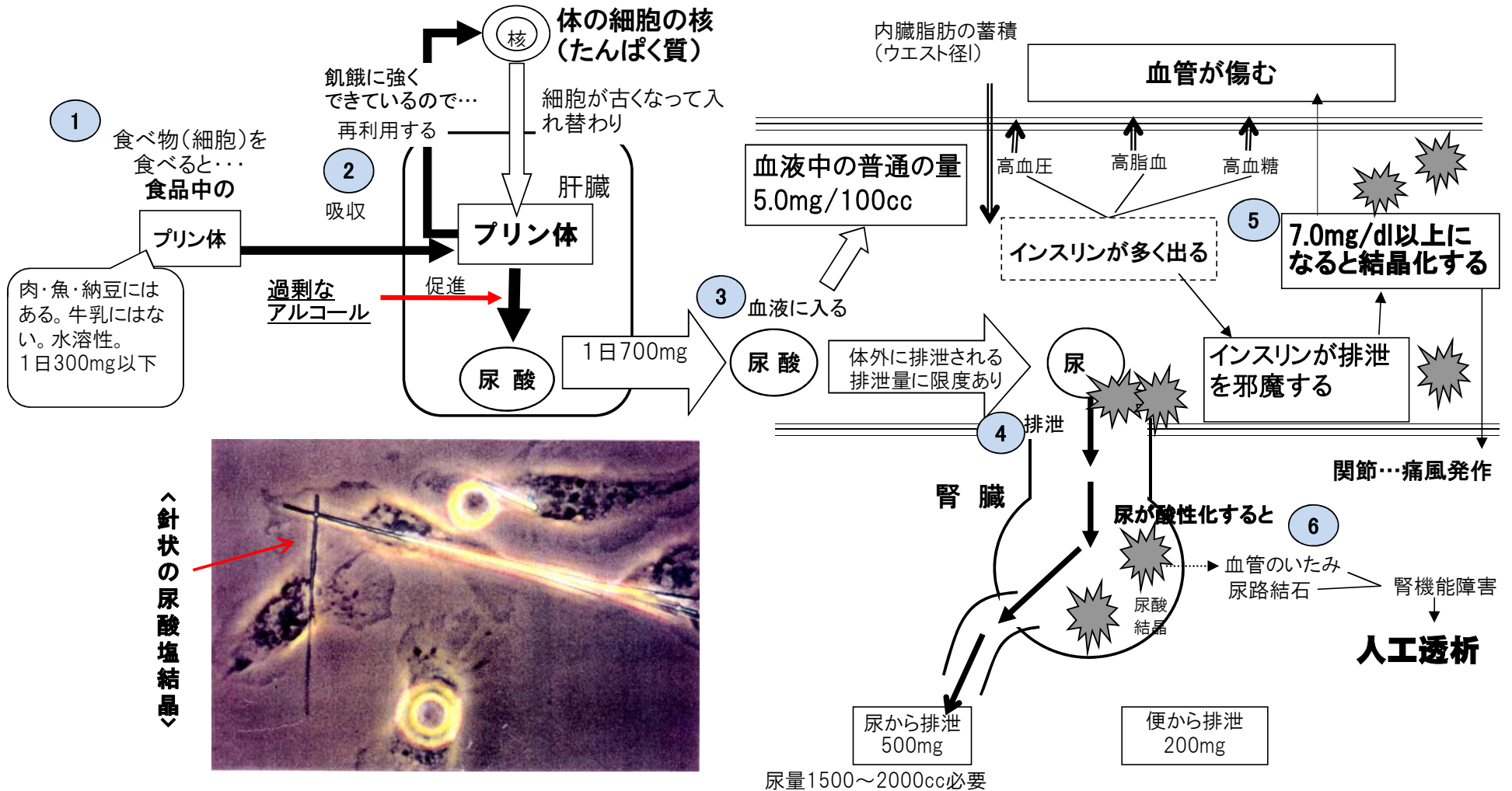


# 尿酸は食べ物には含まれていません 血液

尿酸は食べ物に含まれるプリン体という物質が肝臓で分解されてできます。プリン体は遺伝子情報を担う核酸の主成分ですが、筋肉が使われる時にも必要で、体にとっては欠かせないものです。プリン体は働きを終えると分解されて尿酸になります。尿酸そのものは必要のない老廃物で、主に腎臓から尿に混じって体の外に排泄されます。酸性なので血液中には一定の量しか溶けません。



参考資料: 高尿酸血症・痛風の治療ガイドライン第1版(日本痛風・核酸代謝学会)

出典: 保健指導における学習教材集: 標準的な健診・保健指導の在り方に関する検討会 健診分科会及び保健指導分科会(一部改変)