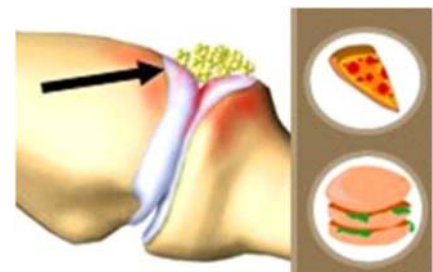


# ASAM URAT atau GOUT

## Definisi

Asam urat adalah asam yang berbentuk kristal-kristal yang merupakan hasil akhir dari metabolisme purin (bentuk turunan nukleoprotein), yaitu salah satu komponen asam nukleat yang terdapat pada inti sel-sel tubuh.

Secara alamiah, purin terdapat dalam tubuh kita dan dijumpai pada semua makanan dari sel hidup, yakni makanan dari tanaman (sayur, buah, kacang-kacangan) atau pun hewan (daging, jeroan, ikan sarden).



Setiap orang memiliki asam urat di dalam tubuh karena pada setiap metabolisme normal dihasilkan asam urat. Asam urat yang terdapat di dalam tubuh kita tentu saja kadarnya tidak boleh berlebihan. Asam urat dapat berlebih disebabkan adanya pemicu, yaitu makanan dan senyawa lain yang banyak mengandung purin.

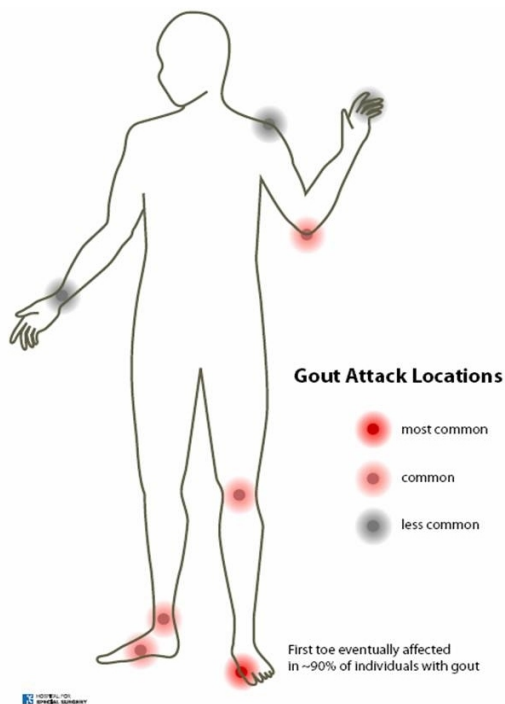


Sesungguhnya tubuh menyediakan 85 persen senyawa purin untuk kebutuhan setiap hari, hal ini berarti bahwa kebutuhan purin dari makanan hanya sekitar 15 persen.

Asam urat pun dapat merupakan faktor risiko untuk penyakit jantung koroner.

Kristal asam urat akan merusak endotel (lapisan bagian

dalam pembuluh darah) koroner Karena itu siapapun yang kadar asam uratnya tinggi harus berupaya untuk menurunkannya agar kerusakan tidak merembet ke organ-organ tubuh yang lain.



Dalam kaitan ini juga terdapat fungsi ginjal yang bekerja mengatur kestabilan kadar asam urat dalam tubuh dimana sebagian sisa asam urat dibuang melalui air seni.

Apabila asam urat berlebihan dan ginjal tidak mampu lagi mengatur kestabilannya, maka asam urat ini akan menumpuk pada jaringan dan sendi, dan pada saat kadar asam urat tinggi maka akan timbul rasa nyeri yang hebat terutama pada daerah persendian.

Pada umumnya para pria lebih banyak terserang asam urat, dan kadar asam urat kaum pria cenderung meningkat sejalan dengan peningkatan usia. Sedangkan Pada wanita pada wanita presentasinya lebih kecil, dimana peningkatannya juga cenderung berjalan sejak dimulainya masa menopause.

### **Mengapa asam urat cenderung dialami oleh Pria ??**

Ini karena wanita mempunyai hormon estrogen yang ikut membantu pembuangan asam urat lewat urine. Sementara pada pria, asam uratnya cenderung lebih tinggi daripada wanita karena tidak memiliki hormon estrogen tersebut.





Jadi selama seorang wanita mempunyai hormon estrogen, maka pembuangan asam uratnya ikut terkontrol. Ketika sudah tidak mempunyai estrogen, seperti saat menopause, barulah wanita tersebut dapat terkena asam urat.

Kalau peningkatan asam urat ini melewati ambang batas yang bisa ditolerir, maka persoalan akan timbul pertama adalah pada ginjal, sendi, dan saluran kemih.

Kadar asam urat normal pada pria dan wanita berbeda. Kadar asam urat normal pada pria berkisar 3,5 – 7 mg/dl dan pada wanita 2,6 – 6 mg/dl. Kadar asam urat diatas normal disebut hiperurisemia.

## Gejala / Penyebab Asam Urat

Sekitar 90% penyakit asam urat disebabkan oleh ketidakmampuan ginjal membuang asam urat secara tuntas dari tubuh melalui air seni. Sebagian kecil lainnya karena tubuh



memproduksi asam urat secara berlebihan. Penyakit asam urat kebanyakan diderita oleh pria di atas 40 tahun dan wanita yang telah menopause.

Penderita asam urat biasanya juga memiliki keluhan lain seperti tekanan darah tinggi,

penyakit ginjal, diabetes dan aterosklerosis. Separuh dari penderita asam urat adalah orang yang kegemukan. Apabila

dibiarkan, maka penyakit asam urat bisa berkembang menjadi batu ginjal dan mengakibatkan gagal ginjal.



Gejala khas dari asam urat atau artritis gout adalah serangan akut biasanya bersifat monoartikular (menyerang satu sendi saja), dibarengi dengan gejala pembengkakan, kemerahan, nyeri hebat, panas dan gangguan gerak dari sendi yang terserang yang terjadi mendadak (akut) yang mencapai puncaknya kurang dari 24 jam. Lokasi yang paling sering terkena pada serangan pertama adalah sendi pangkal ibu jari kaki.



Hampir pada semua kasus, lokasi artritis terutama pada sendi perifer dan jarang pada sendi sentral. Serangan yang terjadi mendadak maksudnya tiba-tiba. Bisa saja pada siang hari sampai menjelang tidur kita tidak mengalami keluhan sama sekali, akan tetapi pada tengah malam, penderita mendadak terbangun karena rasa sakit yang amat sangat.

Jika serangan ini datang, penderita akan merasakan sangat kesakitan walau tubuhnya hanya terkena selimut atau bahkan hembusan angin.

**Informasi ASAM URAT (GOUT) Edisi selanjutnya akan memuat tentang :**

- 📍 **Penggolongan penyakit asam urat**
- 📍 **Perjalanan penyakit asam urat**
- 📍 **Gejala asam urat**
- 📍 **Cara mengatasi asam urat**

# Semoga Bermanfaat

\* Reference : Berbagai sumber

Correspondence Services :



Jl. Tanah Abang II No. 87 E

Cideng Barat - Jakarta 10150

Telp. (021) 3503182, Fax. (021) 3503126

Email : [info.services@nucleus-precise.com](mailto:info.services@nucleus-precise.com)

---

\* Sebagai catatan, jangan lupakan untuk berkonsultasi tentang penyakit ini dengan dokter Anda. Mereka adalah sumber yang tepat untuk menangani masalah medis dengan profesional. Informasi yang diberikan di sini bersumber dari berbagai sumber yang bersifat edukasi dan alternatif, bukan sebagai pengganti dari pengobatan medis apapun, saran, nasihat, konsultasi ataupun pengganti kunjungan kepada dokter Anda.