

## Η διατροφική συνήθεια που πυροδοτεί τη «νόσο των βασιλέων»

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Έχει χαρακτηριστεί στο παρελθόν ως «νόσος των βασιλέων» ή «νόσος των πλουσίων». Πρόκειται για μια φλεγμονώδη πάθηση των αρθρώσεων και οφείλεται στα αυξημένα επίπεδα ουρικού οξέος στο αίμα.

Ερευνητές από το Πανεπιστήμιο της Ουάσινγκτον υποστηρίζουν ότι οι αυξανόμενοι δείκτες ουρικής αρθρίτιδας σήμερα οφείλονται σε μεγάλο βαθμό σε ανθυγιεινές διατροφικές συνήθειες που έχουμε υιοθετήσει.

Συγκεκριμένα, οι ερευνητές υποδεικνύουν πως τα **αναψυκτικά** με μεγάλη περιεκτικότητα **ζάχαρης**, το **ουίσκι**, η **μπύρα** και το **κρασί** ευθύνονται για την αύξηση στα περιστατικά.

Η [ουρική αρθρίτιδα](#) οφείλεται στη συσσώρευση ουρικού οξέος στο αίμα. Το ουρικό οξύ είναι ένα υπο-προϊόν που παράγεται από το σώμα και απομακρύνεται μέσω των νεφρών. Σχηματίζεται όταν το σώμα διασπά συγκεκριμένες χημικές ουσίες (πουρίνες) στα κύτταρα.

Όταν παράγεται πολύ ουρικό οξύ, σχηματίζονται μικροσκοπικοί κρύσταλλοι μέσα στις αρθρώσεις και γύρω από αυτές. Αυτός είναι και ο λόγος που η ουρική αρθρίτιδα εκδηλώνεται με ισχυρό πόνο και φλεγμονή.

**Πηγή:** [onmed.gr](http://onmed.gr)