



---

**Expertentipp**

---

## Gelenksschmerzen nach Weihnachten – Gicht?

**Dr. Alexander Hammer**  
Facharzt für Innere  
Medizin und  
Gastroenterologie



**W**eihnachten ist eine der schönsten Zeiten des Jahres, so auch für Internist:innen, die sich nach den Feiertagen oftmals über Zustrom eines besonderen Patientengutes erfreuen dürfen. Durch den in Strömen fließenden Glühwein und eifrigen Konsum der Weihnachtsgans bemerkt mancher Patient schon nach kurzem Abstand zum Gelage ein sehr unerfreuliches Anschwellen und Erwärmen der Gelenke, meist beginnend am Großzehengrundgelenk, wobei aber fast alle anderen Gelenke ebenfalls betroffen sein können. Es handelt sich um einen akuten Gichtanfall, ausgelöst durch ein Übermaß an Harnsäure, durch das kleine Kristalle in der Gelenksflüssigkeit zu schmerzhaften Entzündungen führen. Fast immer betrifft Gicht Männer und auslösend ist oft der Konsum von zu viel Alkohol und purinreichen Lebensmitteln. Hierzu zählen nicht nur Fleisch, Wurst, Innereien und Dosenfisch, sondern auch eher harmlos wirkende Lebensmittel wie Hülsenfrüchte und Hefeprodukte. Gicht ist nicht nur sehr schmerzhaft, auch kann hohe Harnsäure langfristig die Nieren und andere Organe schädigen. Als Behandlung werden im Akutfall entzündungshemmende Schmerzmittel, teilweise in Kombination mit Cortison verabreicht. Im Anschluss sollte ein harnsäuresenkendes Medikament eingenommen werden, die Ernährungsgewohnheiten umgestellt und eventuell eine moderate Abnahme des Körpergewichts angepeilt werden.

Wenn die Gelenke zwicken, zum Internisten schicken!



PRIVATKLINIK HOCHRUM

Wählen Sie Ärzte Ihres Vertrauens.