

高尿酸、关节痛就是痛风?

医生提醒:警惕两大疾病“伪装者”

商报讯(通讯员 杨娇 记者 谭瑞华)受西藏高原寒冷缺氧、昼夜温差大的特殊气候影响,加之本地群众喜食高脂、高嘌呤饮食,且冬季常通过饮酒御寒、高热量进补的生活习惯,我区高尿酸血症的检出率正逐年上升。不少市民体检中发现尿酸偏高,且伴随脚趾、脚踝、膝盖反复肿痛后,往往自行判定为痛风,盲目购买止痛药、各类“特效药”甚至激素类药物服用。这种方式只能短暂缓解疼痛,却会掩盖真实病情,导致病症反复发作、持续加重。对此,西藏自治区人民医院风湿免疫血液科主治医师杨娇提醒广大高原群众:高尿酸合并关节痛并不等同于痛风,临床上有两类高发疾病极易伪装成痛风,误诊误治可能引发关节、脊柱的不可逆损伤,群众需科学辨别、规范就医。

“尿酸高+关节痛就是痛风”是我区群众中最普遍的健康误区。杨娇介绍,临床数据显示,长期尿酸偏高的人群中,仅约10%会发展为痛风,多数人仅为无症状高尿酸血症;真正的痛风特征鲜明、辨识度高:多在夜间或凌晨突发,起病急促、痛感剧烈,数小时内关节便出现红肿、灼热、刀割样剧痛;首次发作多集中在单侧大脚趾根部,之后可能波及脚踝、膝盖,但很少双侧同时疼痛,且病症具备自愈性,轻症3至7天可自行缓解,饮酒、高脂饮食、受凉、剧烈运动是痛风发作的主要诱因。

临床接诊数据显示,我区多数尿酸偏高且伴随反复关节肿痛的患者,并非患上痛风,而是两类极易混淆的风湿免疫疾病——它们也是痛风最典型的“伪装者”。第一类为反应

性关节炎,属于身体感染后引发的关节炎。西藏气候干燥,温差波动大,群众易出现肠道、呼吸道及泌尿系统感染。在腹泻、咽痛、尿路感染等症状痊愈后的1至4周内,人体免疫系统会出现紊乱,错误攻击关节组织,进而引发无菌性关节炎。与痛风的突发剧痛不同,该病以脚、膝盖的持续性胀痛、闷痛为主,无法自行缓解,部分患者还会伴随眼睛发红、口腔溃疡、小便不适等症状。医学检查可明确区分:患者关节液中无尿酸盐结晶,且多存在HLA-B27指标阳性。若群众盲目服用痛风药或激素,仅能临时止痛,无法根除病因,最终可能发展为慢性关节炎。

第二类高危“伪装者”是脊柱关节炎,高发于青年群体,临床误诊率极高。该病虽以“脊柱”命名,却常累及脚趾、脚踝、膝盖等外周关节,极易被误判为顽固性痛风。杨娇介绍,该病症状与痛风存在明显差异:疼痛程度不算剧烈但十分顽固,患处无红肿、无灼热感,以持续性隐痛和关节僵硬为主要表现,且具有典型的晨僵特征——患者晨起时关节僵硬明显,活动半小时左右症状会有所缓解,而静止休息后僵硬感反而加重,这是鉴别痛风的核心要点。若病情持续进展,还会累及腰背,引发反复腰痛和脊柱活动受限,患者HLA-B27阳性率高达90%。若长期按痛风治疗,会错失最佳诊疗时机,导致脊柱粘连、关节强直等不可逆损伤,严重影响肢体活动功能。

杨娇重点警示:群众自行诊断、盲目服药存在极大健康隐患。反应性关节炎与脊柱关节炎均为慢性进展性疾病,早期规范干预可

有效控制病情;一旦误诊拖延,会导致关节炎反复发作、关节磨损变形,严重时甚至引发脊柱强直、关节功能丧失,造成终身损伤。同时,长期滥用止痛药、激素类药物,会刺激肠胃诱发胃炎、胃溃疡,加重肝肾代谢负担,导致肝肾肾功能损伤;激素滥用还可能引发骨质疏松、血糖紊乱、免疫力下降等并发症。这种“病根未除、单纯止痛”的错误方式,会形成恶性循环——疼痛发作愈发频繁,从一年数次逐渐演变为常态化隐痛,最终发展为顽固性关节炎,大幅增加治疗难度。

针对高原群众高发的尿酸、关节肿痛问题,杨娇结合本地实际提出科学就医指南:群众需彻底摒弃自我诊断、盲目购药自治的陋习,无论尿酸水平高低、疼痛程度轻重,都不可自行判定为痛风、随意用药。出现反复关节肿痛症状时,应及时前往医院就诊,通过专业检查明确病因、精准区分疾病类型,这是避免误诊、实现对症治疗的关键。确诊后需严格遵从医嘱规范治疗,不随意停药、换药或增减药量。同时,要树立长期慢病管理理念,定期复查相关指标,动态调整治疗方案,从源头上防止病情复发。

杨娇强调,尿酸偏高是代谢异常的预警信号,关节痛是身体不适的提示,二者并存并不一定意味着痛风。受高原特殊气候、饮食结构和生活习惯影响,西藏群众关节疼痛的病因复杂多样,切勿凭经验自行判断。广大市民需树立科学就医理念,摒弃偏方自治的误区,找准病因、规范诊疗,有效解决关节疼痛反复的问题,切实守护自身身体健康。

未来十天 我区降水过程频繁

商报讯(通讯员 次旦久美 记者 赵越)5月24日,西藏自治区气象台发布未来十天天气趋势。预计,5月25日至6月3日,我区有三次降水天气过程,前期降水落区主要集中在东部;5月28日起落区范围向西扩展;31日后强度增大,我区南部低海拔地方有大雨。

5月25日至27日,林芝和山南南部有小到中雨(雪),部分地方有大雨(雪);日喀则南部、那曲、拉萨北部、昌都多云有小雨(雪),部分地方有中雨(雪);其他地方多云。

5月28日至30日,阿里、日喀则西部和南部有小雨(雪),部分低海拔地方有中到大雨;那曲、林芝、山南、拉萨阴天有小雨(雪),部分地方有中雨(雪);其他地方多云,部分地方有分散性小雨(雪)。

5月31日至6月3日,阿里、日喀则南部、山南南部和林芝有小到中雨(雪),部分地方有大雨(雪);那曲、昌都、山南东部有小雨(雪),部分地方有中雨(雪);其他地方多云间阴天,部分地方有小雨(雪)。

气象部门提醒,要防范局地雪崩与地质灾害等次生灾害,我区南部低海拔地方降水过程持续时间长、局地强度较大,易出现滑坡、泥石流、雪崩等次生灾害,需做好重大工程建设和交通安全保障工作。要防范午后强对流天气,那曲、拉萨、山南、日喀则北部和东部、昌都等局地有雷暴大风、冰雹和短时强降水等对流性天气,需加强防范。

<h3>体彩排列3开奖公告</h3> <p>2026年5月24日 第26134期 开奖号码 5 1 5</p> <p>每注奖金(元) 直选 10859 1040 组选3 16063 346 组选6 0 173</p> <p>本期全国销售总额为38656728元。</p>	<h3>七星彩开奖公告</h3> <p>2026年5月24日 第26058期 开奖号码 3 7 4 1 2 3 + 1</p> <p>每注中奖金(元) 一等奖 1注 5000000元 二等奖 4注 94554元 三等奖 17注 3000元 四等奖 1110注 500元 五等奖 20074注 30元 六等奖 673216注 5元</p> <p>286096304.70元奖金滚入下期奖池。</p>	<h3>福彩双色球开奖公告</h3> <p>2026年5月24日 第2026058期 开奖号码 01 04 07 21 29 30 + 01</p> <p>每注金额 一等奖 9注 6504451元 二等奖 154注 351689元 三等奖 1811注 3000元 四等奖 84493注 248元 五等奖 1486079注 5125元 六等奖 11106502注 37760元 福运奖 9576886注 35689元</p> <p>本期全国销售总额:425121686元,西藏自治区销售总金额:1591486元。下期一等奖奖池滚入下期奖池。</p>	<h3>福彩3D开奖公告</h3> <p>2026年5月24日 第2026134期 开奖号码 6 5 4</p> <p>每注奖金 单选 1117注 1040元 组选3 0注 346元 组选6 612注 173元</p> <p>西藏本期销售总额:1232570元,中奖总金额:1270131元,奖金总额:1252127元。西藏自治区福利彩票发行中心</p>
<h3>体彩排列5开奖公告</h3> <p>2026年5月24日 第26134期 开奖号码 5 1 5 3 3</p> <p>每注奖金(元) 一等奖 101 100000</p> <p>本期全国销售总额21711392元。</p>	<h3>福彩快乐8开奖公告</h3> <p>2026年5月24日 第2026134期 开奖号码 06-12-19-20-21-22-27-30-31-32-34-42-51-54-57-66-70-71-72-75</p>		

声明 / 公告 / 公示

<p>西藏永美工贸有限公司不慎,将公章,财务章,法人章丢失,声明作废。 特此声明</p> <p style="text-align: right;">西藏永美工贸有限公司 2026年5月25日</p>	<p>西藏倍卓信息科技有限公司不慎,将公章(编号:54010110032566)丢失,声明作废。 特此声明</p> <p style="text-align: right;">西藏倍卓信息科技有限公司 2026年5月25日</p>	<p>柳梧央祺葡萄酒体验馆不慎,将仅销售预包装食品经营者备案表(备案编号:YB15401280001102)丢失,声明作废。 特此声明</p> <p style="text-align: right;">柳梧央祺葡萄酒体验馆 2026年5月25日</p>
<p>经开区星河二手车经营部不慎,将营业执照正、副本(统一社会信用代码:92540091MABP7MGWIP)丢失,声明作废。 特此声明</p> <p style="text-align: right;">经开区星河二手车经营部 2026年5月25日</p>	<p>廖述培不慎,将西藏雍雍书店有限公司开具的位于藏游坛城G2-1-6.8.9.10的保证金(编号:9347271,金额:49680.54元)丢失,声明作废。 特此声明</p> <p style="text-align: right;">廖述培 2026年5月25日</p>	<p>平措次仁、其美玉珍不慎,将西藏雅秀实业有限公司开具的世邦雅秀庄园购房款收据(编号:0000436,金额:200000元)丢失,声明作废。 特此声明</p> <p style="text-align: right;">平措次仁、其美玉珍 2026年5月25日</p>
<p>经开区星河二手车经营部不慎,将公章(编号:54010110057853),法人章丢失,声明作废。 特此声明</p> <p style="text-align: right;">经开区星河二手车经营部 2026年5月25日</p>	<p>西藏巴氏会计师事务所有限公司经研究决定,已将名称变更为“西藏炬辰科技有限公司”,现声明原公章(编号:54010210075095)、财务章(编号:54010210075096)作废。 特此声明</p> <p style="text-align: right;">西藏炬辰科技有限公司 2026年5月25日</p>	<p>城东康瓦洛日歌城不慎,将娱乐经营许可证副本(编号:540102160302)丢失,声明作废。 特此声明</p> <p style="text-align: right;">城东康瓦洛日歌城 2026年5月25日</p>
<p>索朗(身份证号:542324199708016020)不慎,将西藏自治区商品房(预售)买卖合同(网签备案号:540101202310110000018)一份丢失,声明作废。 特此声明</p> <p style="text-align: right;">索朗 2026年5月25日</p>	<p>永克商店不慎,将食品经营许可证副本(编号:JY15401030020199)丢失,声明作废。 特此声明</p> <p style="text-align: right;">永克商店 2026年5月25日</p>	<p>强巴旦曲不慎,将道路经营许可证正、副本(号码:拉540100005505)丢失,声明作废。 特此声明</p> <p style="text-align: right;">强巴旦曲 2026年5月25日</p>
<p>拉萨河畔餐饮服务服务有限公司不慎,将公章(编号:54019510039881)丢失,声明作废。 特此声明</p> <p style="text-align: right;">拉萨河畔餐饮服务服务有限公司 2026年5月25日</p>	<p style="font-size: 1.2em; font-weight: bold;">西藏日报、西藏商报广告刊登咨询热线:</p> <p style="font-size: 1.5em; font-weight: bold;">0891-6349996 6322866</p>	

声明

拉萨布达拉旅游文化集团有限公司经研究决定,已将公司名称变更为“拉萨布达拉文化旅游集团有限公司”,现声明原公司公章(编号:5401025000049)、财务专用章(编号:5401025000050)、合同专用章(编号:54010210030982)、发票专用章(编号:5401025000051)、中共拉萨布达拉旅游文化集团有限公司纪律检查委员会章(编号:54010210052964)作废。
特此声明

拉萨布达拉文化旅游集团有限公司
2026年5月25日

声明

西藏南群工贸有限公司制氧厂经研究决定,已将公司名称变更为“西藏南群气体科技有限公司达孜分公司”,法定代表人由“田丹珠”变更为“唐明辉”,现声明原公章(编号:5401010105507)、财务章(编号:5401010105508)作废。
特此声明

西藏南群气体科技有限公司达孜分公司
2026年5月25日