



Martina Müller Richli, HAFL und SUISAG

So eine Sauerei 5 Arme, lahme Sau!

Verursacht Schweinefleisch Gicht? Wenn die Gelenke schmerzen, wird von Bekannten und Verwandten meist sofort vom Schweinefleischverzehr abgeraten. Was ist dran an diesem Rat?

Nach einer grossartigen Grillparty mit viel Wurst und Bier kommt am Morgen das böse Erwachen: Der grosse Zeh schmerzt, man möchte sterben.

Nun, nicht jeder erwacht nach einer Grillparty mit einem bösen Zeh, manch eine auch mit einem brummenden Schädel. Der böse Zeh aber ist das Sinnbild für einen akuten Gichtanfall.

Von Gicht spricht man, wenn der Gehalt an Harnsäure im Blut so hoch ist, dass in verschiedenen Gelenken und Geweben kleine Harnsäurekristalle entstehen, die schmerzhaft ins Gewebe stechen und Entzündungen auslösen. Harnsäure ist ein normales Endprodukt des menschlichen Stoffwechsels; Probleme gibt es, wenn etwas mit der Ausscheidung nicht stimmt. Bei einem Gichtanfall ist die Entzündung des Gelenkes akut, bei chronischer Gicht zeigen die Patienten Knotenbildung in zerstörten Gelenken.

Böses Erbe

Lange galt die Gicht als eine Krankheit, die vor allem Leute aus den «höheren» Gesellschaftsschichten, wo man sich viel Fleisch und Wein leisten kann und sich nicht viel bewegen muss, befällt. Dies wurde schon von Wilhelm Busch sehr hübsch aufgezeigt (siehe Bilder). Tatsächlich ist die Gicht in In-

dustriationen eine der häufigsten Stoffwechselkrankheiten. Nicht jeder, der einen erhöhten Gehalt an Harnsäure im Blut (= Hyperurikämie) hat, entwickelt eine Gicht. Es ist jedoch ein Hinweis darauf, dass der Stoffwechsel in Schieflage ist.

Rund ein Drittel aller Männer sind von Gicht betroffen. Bei Frauen sind es nur 3% – der Wert steigt allerdings nach der Menopause an. Das Risiko einen Gichtanfall zu erleiden, steigt mit dem Alter. Die meisten Menschen, die von Gicht betroffen sind, zeigen eine erbliche Veranlagung zu einer verminderten Ausscheidung von Harnsäure. Folglich steigt bei diesen Personen der Harnsäurespiegel an. In diesem Fall spricht man von einer primären Gicht.

Die sekundäre Gicht kann in Begleitung anderer Erkrankungen auftreten. Arbeitet die Niere aufgrund einer Erkrankung oder durch die Einnahme von Medikamenten (Chemotherapie, Diuretika, niedrig dosiertes Aspirin) nicht mehr richtig, wird weniger Harnsäure ausgeschieden und der Gehalt im Blut steigt an. Rund 75% der Gichtpatienten leiden zudem am «metabolischen Syndrom». Darunter versteht man Fettleibigkeit, Bluthochdruck, abnorme Blutfette und Störungen des Zuckerstoffwechsels. Diesen Störungen liegen verschiedene genetische

Ursachen zugrunde, aber auch der Lebensstil spielt eine wichtige Rolle.

Plötzlich und heftig

Der akute Gichtanfall kommt häufig sehr plötzlich und ist extrem schmerzhaft. Oft ist das Gelenk am grossen Zeh betroffen. Das Gelenk ist geschwollen, gerötet und warm. Die gichtverursachenden Harnsäurekristalle entstehen, wenn der Harnsäurespiegel sich rasch verändert. Harnsäure ist eigentlich nichts Schlechtes. Sie ist das Endprodukt des Purinstoffwechsels, dient als Antioxidans und hat eine schützende Wirkung auf Blutgefässe. Purine sind wesentliche Bausteine der Nukleinsäuren, durch welche die genetische Information jedes Lebewesens gebildet wird. Jedes Lebewesen, auch Pflanzen, tragen genetische Information, also auch Nukleinsäuren, in sich. Purine sind aber auch Bestandteil der Energieträger (ATP) in den Zellen. In der Muskulatur sind naturgemäss viele dieser Energieträger enthalten.

Der Harnsäurespiegel kann nach einer sehr fleisch- oder fischreichen Mahlzeit oder nach ausgiebigem Alkoholkonsum stark ansteigen oder aber nach einer Fastenkur oder zu Beginn einer harnsäuresenkenden Therapie stark absinken. Beides kann einen Gichtanfall auslösen.

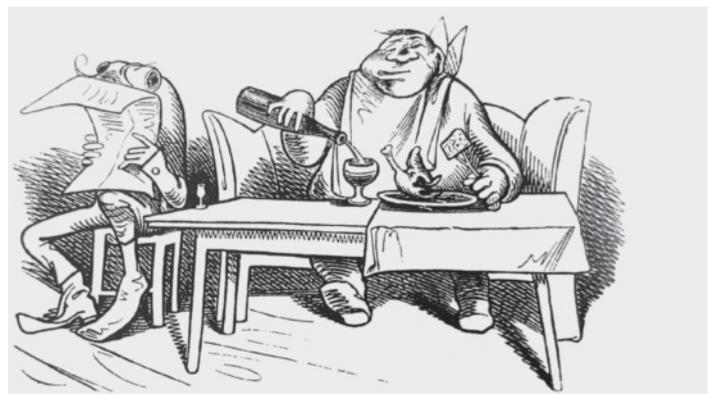
Purine im Fleisch

Fleisch ist ein purinreiches Lebensmittel. Vor allem Innereien können sehr hohe Gehalte an Purinen aufweisen. Die Gehalte in



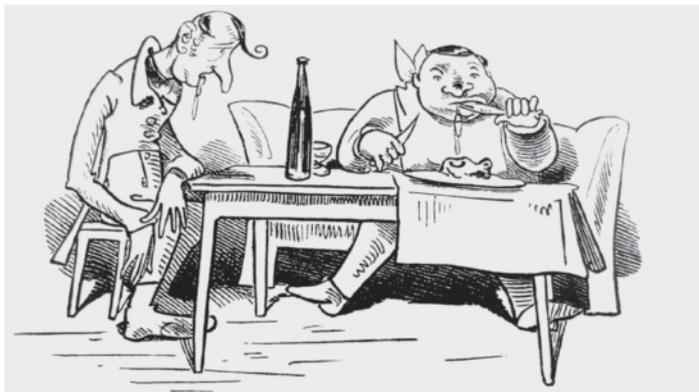
**Das Hähnchen hier ist für den Dicken.
Der Handwerksbursch' fühlt Magenzwicken.**

*Le poulet est pour le gros.
La faim tord le ventre de l'artisan.*



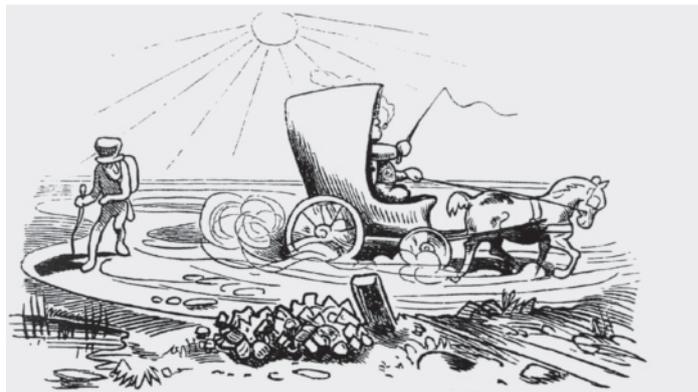
**Der Dicke schmaust, es perlt der Wein;
Der Handwerksbursch' schaut neidisch drein.**

*Le gros homme est en train de festoyer, le vin est pétillant;
L'artisan regarde avec envie.*



**Der Handwerksbursche unverwandt
Vertieft sich in den Gegenstand.**

L'artisan en a l'eau à la bouche.



**Die Sonne brennt, der Staub der weht,
Der Dicke fährt, der Dünne geht.**

Le soleil brûle, le vent souffle, le gros se laisse conduire, le maigre marche.

Fleisch verschiedener Tierarten sind vergleichbar, können aber je nach Literaturquelle und Teilstück deutlich schwanken (siehe Tabelle 1). Schweinefleisch sticht betreffend Puringehalt keinesfalls hervor und weist sogar eher tiefere Gehalte als Pouletfleisch auf. Fisch mit Haut hat zum Teil sehr hohe Puringehalte, ohne Haut sind die Gehalte mit Fleisch vergleichbar. Ausserdem: Je mehr Fett oder Wasser ein Produkt enthält, desto geringer fällt der Puringehalt aus.

Purine im Schwein

Beim Schwein weisen Lunge, Leber und Niere hohe, Muskelfleisch mittlere, und Schweinsfüsse, Haut und Rückenfett sehr tiefe Puringehalte auf. Chinesische Forscher haben herausgefunden, dass es auch zwischen Schweinerassen Unterschiede gibt. Die Duroc und chinesischen Laiwu Schweine zeigten im Vergleich zu vier anderen chinesischen Rassen im Mittel einen tieferen Gesamtpuringehalt. Da es auch innerhalb der Rassen eine teils beträchtliche Variation gab, sind die chinesischen Forscher der Auffassung, dass der Puringehalt züchterisch bearbeitet werden kann.

Purin ist nicht gleich Purin

Da es verschiedene Purine (Adenin, Guanin, Xanthin und Hypoxanthin) gibt, die den Harnsäurespiegel unterschiedlich be-

einflussen können, kann vom Puringehalt des Lebensmittels nicht direkt auf die Höhe des Anstiegs der Harnsäurekonzentration im Blut geschlossen werden. So haben Adenin und Hypoxanthin offenbar ein hohes hyperurikämisches Potential, während Guanin und Xanthin kaum einen Einfluss auf den Harnsäuregehalt haben. Spannend dabei ist, dass innere Organe wie Leber und Lunge zwar sehr hohe Werte für Gesamtpurin aufweisen, die Gehalte von Adenin und Hypoxanthin aber vergleichbar mit jenen im Muskelfleisch sind. Hypoxanthin und Guanin scheinen zudem beim Fleischgeschmack eine Rolle zu spielen.

Alkohol tut gar nicht wohl

Ein höherer Konsum von Fleisch und Meeresfrüchten birgt tatsächlich ein erhöhtes Risiko an Gicht zu erkranken. Bei einer Neigung, an Gicht zu erkranken, ist also eine Reduktion des Fleischkonsums zu empfehlen, um akuten Gichtanfällen vorzubeugen. Neuere Übersichtsstudien zeigen aber auch, dass das Risiko an Gicht zu erkranken, beim Konsum von Fruchtzucker (Fruktose) und Alkohol noch grösser ist als bei Fleisch, Fisch und Meeresfrüchten. Fruchtzucker und Alkohol fördern die Bildung von Harnsäure, Alkohol hemmt zudem die Ausscheidung. Der Konsum von Milch- und Sojaprodukten, Kaffee und Gemüse (auch Gemüse mit viel Purinen) scheint dage-

gen das Risiko zu senken. Gerade Milchprodukte und Kaffee scheinen dem Gichtisiko deutlich entgegenzuwirken.

Beim Alkoholkonsum muss zwischen Bier und Wein unterschieden werden. Moderater Weinkonsum scheint kein Problem darzustellen, während Bier den Harnsäuregehalt massiv anheben kann.

Der Konsum von Gemüse mit relativ vielen Purinen scheint die Harnsäure zwar ansteigen zu lassen, aber die Chancen an Gicht zu erkranken zu verringern. Daraus wird geschlossen, dass Gemüse einen so positiven Einfluss auf die menschliche Gesundheit haben, dass die Purine vernachlässigt werden können.

Gefährliches Schwein?

Es wurde keine wissenschaftliche Untersuchung gefunden, die spezifisch das Schweinefleisch als besonders risikobehaftet für Gichtpatienten bezeichnet hat. Dass Schweinefleisch häufig als Auslöser von Gicht wahrgenommen und bezichtigt wird, könnte zum einen daran liegen, dass es sowieso schon ein schlechtes Image hat und gerne als Prügelknabe herangezogen wird. Es ist aber eben auch das am häufigsten verzehrte Fleisch und nicht selten tritt ein Gichtschub nach einer Grillparty, bei der halt oft und gerne Schweinefleisch verzehrt wird, auf. Meist dürfte bei so einem Festessen aber auch Alkohol im Spiel sein, was die Sache massiv verschärft.

Was darf man überhaupt noch essen?

Bei einem akuten Gichtanfall hilft nur eine ärztlich verordnete medikamentöse Behandlung, die aber meist nur den akuten Anfall lindern, nicht aber die Ursache beseitigen kann. Um akute Gichtanfälle vorzubeugen, sollte eine purinarme Ernährung angestrebt werden. Die klassische purindefiziente Gichtdiät wurde gemäss der Rheumaliga aber neu überdacht. Man ist dabei da-

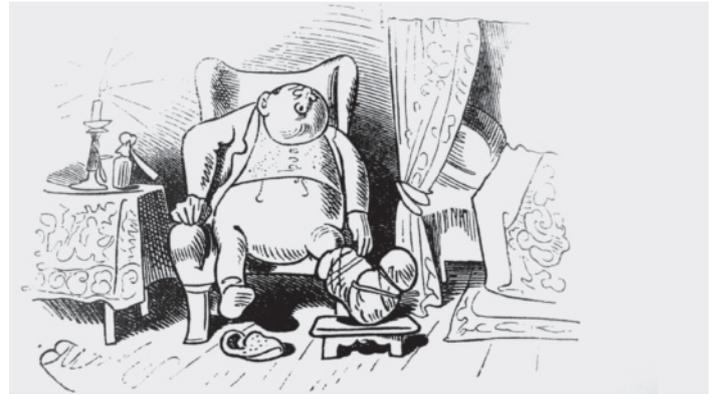
**Tabelle 1:
Gesamtpurin und
Hypoxanthingehalte
(mg/100 Frisch-
substanz) in Lebens-
mitteln**

Produkt	Purin	Hypoxanthin
Schweinefleisch	70 – 220	44 – 90
Rind (inkl. Kalb)	78 – 193	37 – 87
Schweine-Innereien	203 – 488	34 – 56
Rinder-Innereien	220 – 242	0 – 97
Huhn	69 – 253	22 – 131
Fisch	70 – 311	0 – 512
Früchte	3 – 18	0 – 0.5
Gemüse	2 – 289	0 – 73
Bier (mit und ohne Alkohol)	11 – 56	0.5 – 0,9 (pro 100 ml)
Bierhefe	ca. 3000	100



**Der Handwerksbursche froh und frei
Ruht sanft im duft'gen Wiesenheu.**

*L'artisan heureux et libre
se repose au calme dans le foin parfumé de la prairie.*



**Der Dicke aber – «autsch mein Bein!» –
Hat wieder heute das Zipperlein.**

*Le gros, en revanche – «Aïe, ma jambe !» –
Il a encore ses douleurs aujourd'hui.*

von abgekommen, Lebensmittel absolut zu verbieten. Für Fleisch, Fisch und Meeresfrüchte gilt die Empfehlung, allgemein den Konsum zu senken, kleinere Portionen zu verzehren und nicht jeden Tag davon zu essen. Auf Innereien sollte ganz verzichtet werden. Pflanzliche Lebensmittel wie Hülsenfrüchte, Pilze, Spinat und Kohl, die bei der traditionellen Gichtdiät verboten waren, dürfen wieder auf den Teller, weil die Vorteile der pflanzlichen Kost offenbar überwiegen.

Süss kann bitter enden

Auf Süssgetränke und Fruchtsäfte sollte verzichtet werden. Zwar enthalten Früchte nicht viel Purine, der Fruchtzucker kann aber den Harnsäuregehalt stark erhöhen. Frisches Obst, in maximal zwei Portionen pro Tag, gehen in Ordnung. Bier ist tabu, denn Bierhefen enthalten sehr viel Purine. Etwas Wein darf sein. Pro Tag sollten zwei bis drei Liter Wasser getrunken werden und Kaffee senkt den Harnsäurespiegel sogar.

Übergewicht soll abgebaut werden, aber langsam! Ansonsten drohen weitere Gichtanfälle.

Der Konsum von Milchprodukten senkt den Harnsäuregehalt – aber aufgepasst bei Milchersatzprodukten (Hafer«milch» u.ä.). Diese haben unterschiedliche Puringehalte. Interessant vielleicht auch für Einige, dass Medikamente (siehe «böses Erbe») Gichtanfälle durch eine Behinderung der Ausscheidung von Harnsäure begünstigen können.

Wenn die Schwäche zur Harnsäureausscheidung sehr ausgeprägt ist, kann auch die purinarme Ernährung nicht viel helfen und es muss auf eine medikamentöse Harnsäureabsenkung zurückgegriffen werden.

Fazit:

Schwein ist kein guter Sündenbock
Schweinefleisch ist ein wertvolles Lebensmittel in einer abwechslungsreichen Misch-

kost und kann nicht als Sündenbock für eine Gichterkrankung erhalten. Bei einer Gichterkrankung muss in Absprache mit dem Arzt die gesamte Ernährung und möglicherweise der Lebensstil angepasst werden. Auch ist meist eine medikamentöse Behandlung notwendig. Einfach nur Schweinefleisch von der Menükarte zu streichen, wird alleine nicht helfen. Falls Ihr Arzt darauf beharrt, dass Schweinefleisch die Ursache für Gicht ist, zeigen Sie ihm diesen Artikel und geben Sie ihm unsere E-Mail-Adresse – wir versorgen ihn gerne mit aktueller wissenschaftlicher Literatur. ■

Rheuma

Unter dem Begriff Rheuma, die Kurzform von Rheumatismus, werden sehr unterschiedliche Erkrankungen des Bewegungsapparates, also der Muskeln, der Sehnen, der Gelenke, der Knochen oder des Bindegewebes zusammengefasst. Es sind bis zu 200 rheumatische Erkrankungen bekannt.

Arthritis (chronische Polyarthritis)

Die häufigste entzündliche Erkrankung der Gelenke ist die rheumatoide Arthritis (RA). Sie führt zu chronischen Schmerzen und Schwellungen in verschiedenen Gelenken sowie in Sehnscheiden und Schleimbeuteln. Die Funktion der Gelenke wird stark eingeschränkt oder sogar zerstört. Die Schmerzen treten auch in Ruhestellung auf. Die Erkrankung beeinträchtigt die Lebensqualität und die Leistungsfähigkeit. Über die Ursachen der RA ist die Wissenschaft sich uneinig. Die Krankheit ist vererbbar. Die RA ist eine vielgestaltige Erkrankung. Entsprechend vielfältig sind die Strategien und Massnahmen, sie zu behandeln.

Arthrose

Arthrose ist der langsam fortschreitende Abbau von Gelenkknorpel und kann dadurch Gelenkschmerzen verursachen und die Beweglichkeit stark einschränken. Die Arthrose ist

die am weitesten verbreitete Gelenkerkrankung. Viele Arthrosen entstehen aufgrund einer Fehlstellung oder durch übermässige Belastung. Aber auch Bewegungsmangel scheint Arthrosen zu begünstigen. Viele Arthrose-Betroffene kennen den «Anlaufschmerz» nach einer Ruhephase. Bewegen sie das schmerzende Gelenk eine Weile, verschwindet der Schmerz. Die Arthrose gilt als unheilbar, lässt sich jedoch behandeln.

Pseudogicht

Bei einer Pseudogicht (oder Chondrokalzinose) kommt es zu gichtähnlichen Gelenksbeschwerden. Die Erkrankung führt zu Entzündungen, ist schmerzhaft und kann ein Gelenk zerstören. Ursache der Pseudogicht sind kristalline Ablagerungen von Calciumpyrophosphat. An der Pseudogicht erkranken vor allem ältere Menschen: Die Pseudogicht ist eine häufige Begleiterscheinung einer altersbedingten Arthrose. Calciumpyrophosphatkristalle können im Ultraschall, durch Röntgen und durch Untersuchung der Gelenkflüssigkeit erkannt werden.

Mehr Infos: www.rheumaliga.ch

**Weitere Themen in der Artikelserie
– So eine Sauerei**

- › Bekommt man vom Schweinefleisch Krebs?
- › Können Parasiten im Schweinefleisch für die Menschen gefährlich werden?
- › Was alles im Schwein steckt
- › Tierwohl und Ethik in der Schweinehaltung
- › Das Schwein in der Sprache und Literatur

Welche Fragen haben Sie zum Schweinefleisch? Mit welchen Aussagen werden Sie als Schweinehalter*in konfrontiert? Melden Sie sich unter schwein@suisag.ch. Wir werden Ihre Fragen und Hinweise bearbeiten und möglichst in die Artikel einfließen lassen.

Bilder: Wilhelm Busch, der neidische Handwerksbursch (gekürzte Geschichte).
Quellenangaben sind bei der Autorin erhältlich.

Le porc, toute une histoire 5

Le porc, pauvre bouc émissaire

La viande de porc provoque-t-elle la goutte? Lorsque les articulations sont douloureuses, on reçoit souvent automatiquement comme conseil de la part des proches et du cercle de connaissances de ne plus consommer de porc. Qu'en est-il de ce conseil?

Après une merveilleuse barbecue party avec beaucoup de saucisses et de bière, vient le réveil brutal du lendemain matin: le gros orteil fait mal. L'orteil douloureux est typique d'une crise aiguë de goutte. On parle de goutte lorsque la teneur en acide urique dans le sang est si élevée que de petits cristaux d'acide urique se forment dans diverses articulations et tissus, provoquant des piqûres douloureuses dans les tissus et des inflammations. L'acide urique est un produit final normal du métabolisme humain; des problèmes surviennent lorsque son élimination ne fonctionne plus correctement.

Prédisposition génétique

Pendant longtemps, la goutte a été considérée comme une maladie qui touchait principalement les personnes issues des classes sociales «supérieures» qui pouvaient se permettre beaucoup de viande et de vin et ne devaient pas faire beaucoup d'exercice. Cela a déjà été très bien montré par Wilhelm Busch (voir photos). En fait, la goutte est l'une des maladies métaboliques les plus courantes dans les pays industrialisés. Cependant, toutes les personnes qui ont un taux élevé d'acide urique dans le sang (= hyperuricémie) ne développent pas la goutte. Il s'agit malgré tout d'un signe de dérèglement du métabolisme.

Environ un tiers des hommes sont touchés par la goutte. Les femmes ne sont quant à elles touchées qu'à 3% – mais cette valeur augmente après la ménopause. Le risque de souffrir d'une crise de goutte augmente avec l'âge. La plupart des personnes touchées par la goutte présentent une prédisposition héréditaire à une élimination diminuée de l'acide urique. En conséquence, les niveaux d'acide urique augmentent chez ces individus. Dans ce cas, la maladie est appelée goutte primaire.

La goutte secondaire peut survenir en accompagnement d'autres maladies. Si le rein ne fonctionne plus correctement en raison d'une maladie ou de la prise de médicaments (chimiothérapie, diurétiques, aspirine à faible dose), l'acide urique sera éliminé en quantité moindre et le niveau dans le sang augmentera. Environ 75% des patients souffrant de goutte souffrent également du «syndrome métabolique». Cela inclut l'obésité, l'hypertension, les valeurs anormales des lipides sanguins et les troubles du métabolisme du sucre.

L'acide urique n'est en fait pas une mauvaise chose. Il est le produit final du métabolisme des purines, sert d'antioxydant et a un effet protecteur sur les vaisseaux sanguins.

Purines dans la viande

La viande est un aliment à haute teneur en purine. Les abats, en particulier, peuvent présenter des niveaux de purine très élevés. Les teneurs dans les viandes des différentes espèces animales sont comparables mais peuvent varier considérablement selon la source de la bibliographie et le morceau de viande considéré (voir tableau 1). Le porc ne se distingue pas du tout en termes de teneur en purine et a même tendance à avoir des teneurs plus faibles que la viande de poulet. Le poisson avec peau a une teneur en purine très élevée, sans peau, la teneur est comparable à celle de la viande.

Purines dans le porc

Chez les porcs, les poumons, le foie et les reins ont une teneur élevée en purine, la viande musculaire une teneur moyenne, et les pieds, la peau et la graisse dorsale une très faible teneur en purine. Des chercheurs chinois pensent que la teneur en purine peut être modifiée par la sélection.

Toutes les purines ne se ressemblent pas

Comme il existe différentes purines (adénine, guanine, xanthine et hypoxanthine) pouvant influencer différemment le taux d'acide urique, l'augmentation de la teneur du sang en acide urique ne peut être directement déduite de la teneur en purine de l'aliment. Ainsi, l'adénine et l'hypoxanthine semblent avoir un potentiel hyperuricémiant élevé, tandis que la guanine et la xanthine ont peu d'effet sur les niveaux d'acide urique.

Tableau 1:
Teneurs totales en purine et en hypoxanthine (mg/100 matière fraîche) dans les denrées alimentaires.

Produit	Purine	Hypoxanthine
Viande porcine	70 – 220	44 – 90
Bœuf (y compris le veau)	78 – 193	37 – 87
Abats de porc	203 – 488	34 – 56
Abats de bœuf	220 – 242	0 – 97
Poulet	69 – 253	22 – 131
Poisson	70 – 311	0 – 512
Fruits	3 – 18	0 – 0,5
Légumes	2 – 289	0 – 73
Bière (avec et sans alcool)	11 – 56	0,5 – 0,9 (par 100 ml)
Levure de bière	Env. 3000	100

L'alcool n'est pas bon du tout

Une consommation plus importante de viande et de fruits de mer comporte un risque accru de développer la goutte. Toutefois, des études de synthèse montrent également que le risque de développer la goutte est encore plus grand avec la consommation de fructose et d'alcool qu'avec la viande, le poisson et les fruits de mer. La consommation de produits laitiers et de soja, de café et de légumes (y compris les légumes riches en purines), en revanche, semble réduire le risque. Les produits laitiers et le café en particulier semblent contrecarrer de manière significative le risque de goutte. En ce qui concerne la consommation d'alcool, il faut faire la distinction entre la bière et le vin. Une consommation modérée de vin ne semble pas poser de problème, tandis que la bière peut faire augmenter massivement le taux d'acide urique.

Le porc dangereux?

Il n'a pas été trouvé de recherche scientifique ayant spécifiquement identifié le porc comme étant particulièrement risqué pour les patients souffrant de la goutte. Cependant, c'est aussi la viande la plus fréquemment consommée et il n'est pas rare qu'une crise de goutte survienne après une barbecue party au cours de laquelle le porc est souvent et volontiers consommé. La plupart du temps, cependant, de l'alcool est susceptible d'être consommé au cours d'un tel repas de fête, ce qui aggrave massivement le problème.

Que peut-on encore manger?

Dans le cas d'une crise aiguë de goutte, seul un traitement médical prescrit peut aider, mais cela ne peut généralement que soulager la crise aiguë, et non en éliminer la cause. Pour prévenir les crises de goutte aiguës, il faut viser un régime pauvre en purine. Ce faisant, on n'interdit plus de manière absolue comme par le passé la consommation de certains aliments. Pour la viande, le poisson et les fruits de mer, la recommandation est de réduire généralement la consommation, de manger de plus petites portions et de ne pas en manger tous les jours. Les abats doivent être totalement évités. Les bois-

sons sucrées et les jus de fruits doivent être évités. La bière est taboue.

La consommation de produits laitiers fait baisser le taux d'acide urique.

Si l'élimination de l'acide urique est très affaiblie, le régime à faible teneur en urine n'aura pas l'effet escompté et il faudra recourir à des médicaments pour abaisser l'acide urique.

Conclusion: Le porc n'est pas un bon bouc émissaire

La viande de porc est un aliment précieux dans le cadre d'une alimentation diversifiée et ne peut pas être désigné comme bouc émissaire pour la maladie de la goutte. En cas de maladie de la goutte, l'ensemble du régime alimentaire et éventuellement le mode de vie doivent être adaptés en concertation avec le médecin. Un traitement médicamenteux est également généralement nécessaire. Le fait de retirer uniquement la viande de porc de l'assiette n'aidera pas à lui seul. Si votre médecin insiste sur le fait que la viande de porc est la cause de la goutte, montrez-lui cet article et donnez-lui notre adresse électronique – nous serons heureux de lui fournir la bibliographie scientifique actuelle. |

Rhumatismes

Le terme rhumatisme couvre des maladies très différentes de l'appareil locomoteur, c'est-à-dire des muscles, des tendons, des articulations, des os ou du tissu conjonctif.

Arthrite (polyarthrite chronique)

La maladie inflammatoire des articulations la plus courante est la polyarthrite rhumatoïde (PR). Elle entraîne des douleurs chroniques et des gonflements au niveau de diverses articulations ainsi que dans les gaines tendineuses et les bourses séreuses. La fonction des articulations est fortement limitée, voire détruite. La maladie est héréditaire.

Arthrose

L'arthrose est la dégradation lente et progressive du cartilage des articulations. Elle peut provoquer des douleurs articulaires et limiter fortement la mobilité. L'arthrite est la maladie articulaire de loin la plus répandue. De nombreuses arthroses sont dues à une mauvaise position ou à un effort excessif.

Pseudogoutte

La pseudogoutte (ou chondrocalcinose) entraîne des symptômes articulaires semblables à ceux de la goutte. La maladie entraîne une inflammation, est douloureuse et peut détruire une articulation. La cause de la

pseudogoutte est un dépôt cristallin de pyrophosphate de calcium. La pseudogoutte touche principalement les personnes âgées. Davantage d'informations: www.ligues-rhumatisme.ch

Autres sujets dans la série d'articles – Le porc, toute une histoire

- › La viande de porc provoque-t-elle le cancer?
- › Les parasites présents dans la viande de porc peuvent-ils devenir dangereux pour l'homme?
- › Ce que l'on trouve dans le porc
- › Bien-être animal et éthique en détention porcine
- › Le porc dans la langue et la littérature

Quelles sont vos questions sur la viande de porc? Quelles sont les déclarations auxquelles vous êtes confronté en tant qu'éleveuse/éleveur de porcs? Veuillez nous contacter à l'adresse suivante: schwein@suisag.ch. Nous traiterons vos questions et commentaires et, si possible, nous les intégrerons dans les articles.

Photos: Wilhelm Busch, l'artisan envieux (histoire abrégée).

Les références sont disponibles auprès de l'auteur.