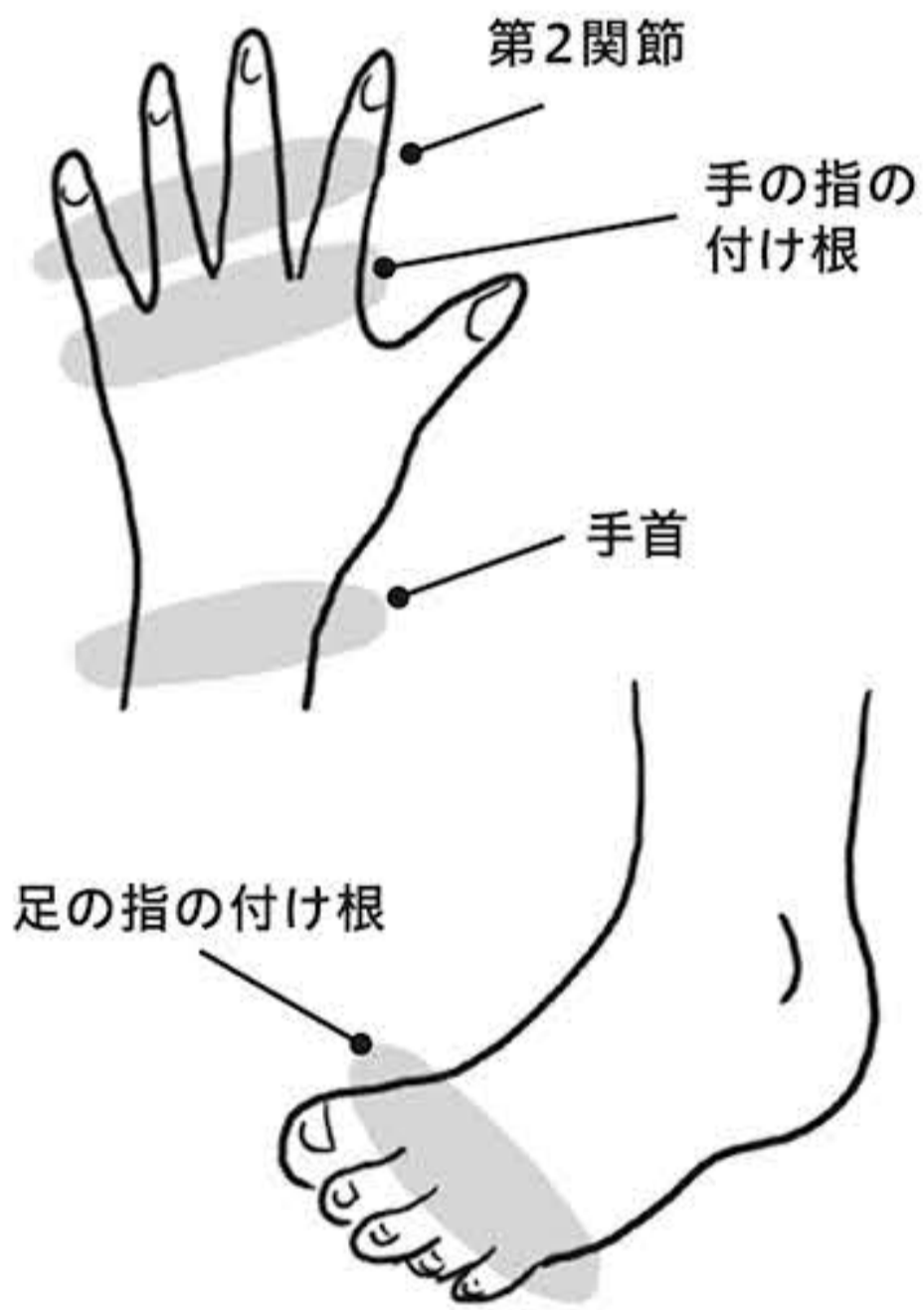
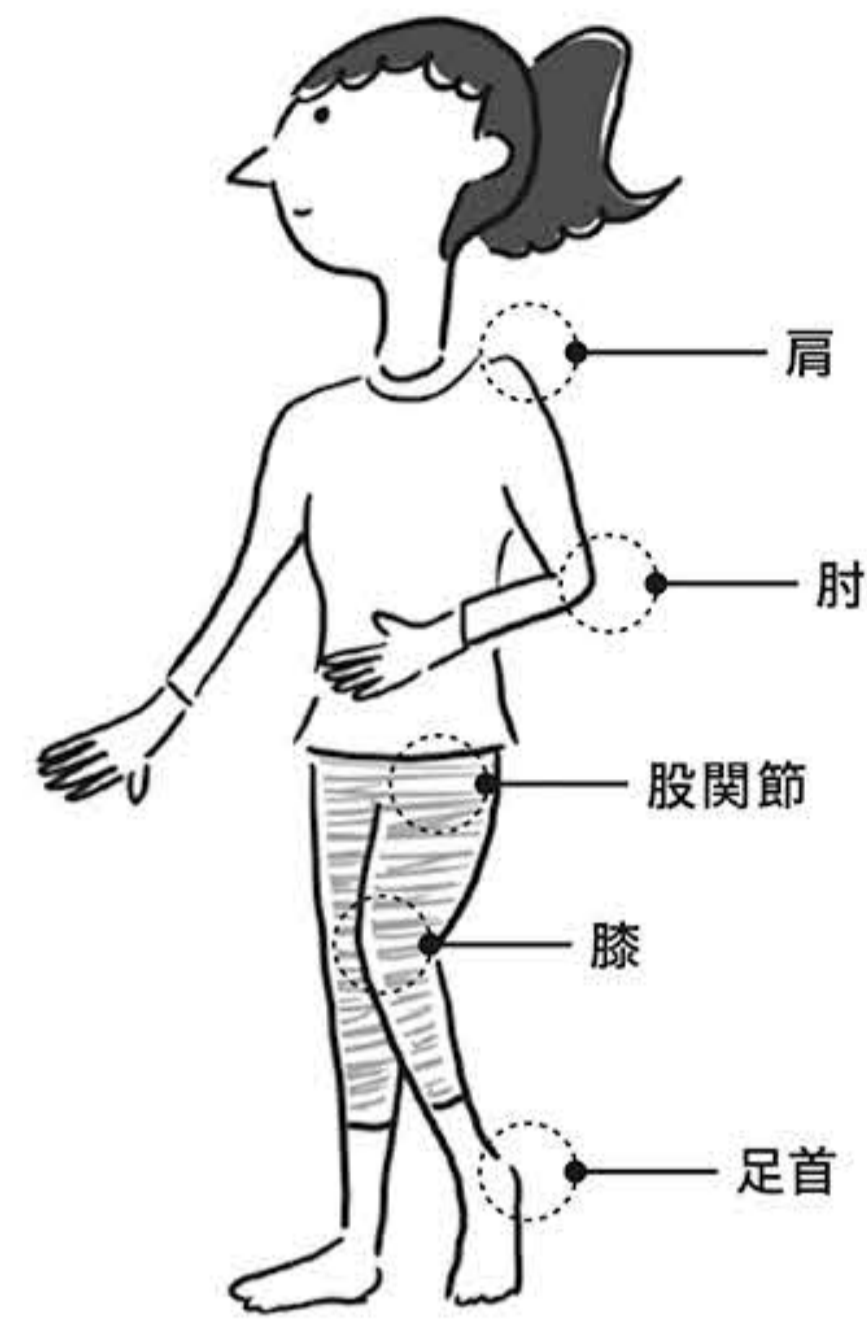


【関節リウマチになりやすい部位】



今月の重要ポイント!

関節リウマチは、できるだけ早い時期に病気を見つけ、適切な治療を受けることが大切です。治療の目標は、痛みやこわばりなどのつらい症状を軽くし、炎症をコントロールして関節の破壊を食い止め、関節リウマチであることを忘れて日常生活を快適に送ることです。これを医学用語では「寛解」といいます。焦ることなく、じっくりと病気と向き合ってください。

症状が進行すると骨や軟骨が壊れてしまう。

関節リウマチに該当する症状を感じたら、リウマチ専門医・リウマチ科を受診しましょう。かかりつけ医に紹介してもらったか、リウマチ専門医のいる施設をインターネットで検索し受診してもよいでしょう。

診断は、問診と血液検査、画像検査、そして関節の腫れや持続期間などを合わせて総合的に判断されます。

診察では、全身の一つ一つの関節を診ていきます。

- 指で押さえると痛い
- 腫れがないか
- 赤くなっているか
- 患部に熱感があるか
- 関節を動かすと痛い

こうした項目を調べ、関節の炎症をチェックします。

血液検査では、炎症反応とリウマチに関する自己抗体の有無を調べ、診断の参考にします。

また、超音波検査では滑膜の状態を、エックス線検査では軟骨や骨が壊れていないかを確認します。

病気の進行速度は、人によって異なります。しかし、関節の破壊は、発症して半年〜2年の間に最も進行することがわかっています。中には3〜4カ月で骨が壊れてしまう進行が早いタイプもあります。

基本的に、一度壊れた骨は元には戻りません。発症後できるだけ早期に、積極的な治療を開始することが関節破壊を食い止める、将来の変形を予防するため

にとっても重要なことです。

新しい治療薬による症状のコントロール。

関節リウマチの治療は、薬物療法が中心となります。かつては痛みを和らげるための薬が中心でしたが、最近では関節破壊を食い止め、痛みや腫れを和らげて、病気をコントロールする薬が承認されて、治療は劇的に変化しました。

薬の代表的なものは、抗リウマチ薬の「メトトレキサート」と生物学的製剤です。メトトレキサートは関節破壊を抑える効果があり、日本をはじめ多くの国で、標準治療薬として最もよく使われている飲み薬です。

一方、生物学的製剤は生物が

合成する物質（タンパク質）を応用して作られた治療薬で、関節リウマチによる炎症を速やかに抑え、関節破壊を強力に防ぐ効果がある薬で、投与方法は皮下注射か点滴となります。

すでに骨の変形が進行してしまつた関節の機能を回復させる場合は、人工関節手術を含む整形外科的手術が必要となります。薬による治療の効果で、膝や股関節など大きな関節の手術は、以前に比べて減少してきています。

昔はリウマチという対症療法の痛み止めしか治療法がなく、徐々に痛みが強くなって関節が変形し寝たきりになってしまつた怖い病気と考えられていました。しかし、前述した薬が使用できるようになってからは、できる



だけ症状の軽い段階から薬で病気の進行を食い止めて、関節破壊を防ぐことが関節リウマチの治療の基本とされています。

気になる症状を感じたら、ぜひ早めに専門医を受診して適切な診断・治療を受けましょう。

* 女性のためのメディカル情報 *

mom's Clinic

第5回「関節リウマチ」



誌上クリニック「mom's Clinic」院長
矢吹有里先生

整形外科専門医。ロコモアドバンスドクター。東京女子医科大学卒業後、慶應義塾大学整形外科学教室に入局。現在、東京都済生会中央病院整形外科医長。女性が心身ともに美しく健康な人生を送れるよう医学的な立場からサポートしている。

仕事や家事、子育てなど、毎日頑張っている女性たちへ！ mom's Clinicでは毎月、女性の健康づくりに役立つメディカル情報をお届けします。今回は、中高年の女性が多く発症する「関節リウマチ」についてお話ししましょう。

女性の発症率は男性の4倍！ 関節の痛み、変形が起きる病気。

30〜50歳代の女性は 関節の違和感に要注意！

朝起きたときに両手が動きにくく、なんとなくこわばる感じがすることはありませんか？
こわばる感じが何日も続いたり、関節が腫れてぶよぶよしたりする症状は、「関節リウマチ」かもしれません。今回は、女性に多い関節リウマチの症状や治療法についてお話しします。

関節リウマチとは、身体のいろいろな関節が腫れたり痛んだりして、徐々に変形していく病気です。原因ははっきりとはわかっていませんが、遺伝的な要素のほか、細菌やウイルス感染・けがなどが引き金となつて体の免疫機能に異常が起こり発症する「自己免疫疾患」の一つと考えられています。

関節リウマチは高齢者の病気というイメージがあるかもしれませんが、30〜50歳代が発症年齢のピーク。しかも女性は男性の4倍もかかりやすいことがわかっています。

関節リウマチで侵される場所は関節の内側にある「滑膜」と

いう組織です。滑膜には、関節液を分泌して関節を滑らかに動かしたり、関節軟骨に関節液を通して栄養を与えたりする役割があります。

この滑膜に持続的な炎症が起こると、関節が腫れて軟骨を壊したり、骨を溶かしたりして、関節の変形を引き起こし、日常生活に支障をきたすようになります。

症状の特徴的なものは、朝起きたときに両手が腫れぼつたて動かしにくい感じ、「朝のこわばり」です。最も現れやすい場所は手の指の関節、特に第2

【関節リウマチの症状】



症状の特徴的なものは、朝起きたときに両手が腫れぼつたて動かしにくい感じ、「朝のこわばり」です。最も現れやすい場所は手の指の関節、特に第2

関節（PIP関節）です。そのほかにも、手首や足の指などの小さい関節から、肘・肩・膝・股関節などの大きな関節が侵されてしまうことも少なくありません。

「対称性」といって左右両方の関節に症状が現れることも、関節リウマチの特徴です。加齢により起こる変形性関節症のように、関節を動かしたときに痛みが出るばかりでなく、じっとしているときにも関節の腫れを伴って痛みがあるかどうか。それが関節リウマチを疑うチェックポイントとなります。