

関節の痛みだけでなく、関節に変形が生じるため、中高年の人にとって関節リウマチは気になる病気だと思います。今回は関節リウマチについてのご紹介です。

## 関節リウマチとは

### (1) 関節リウマチの症状

初めは主に関節の痛みと腫れが多くの人に現れます。症状の現れる部位は①手指、②足指、③手首、④肘、⑤膝などです。最初の症状は、一つまたは少数の関節に現れ、次第に左右の同じ部位の関節に現れます。朝方は関節が動かさにくく、時間がたつにつれて違和感が少なくなってきます。また、天候によって症状が変化することがあり、晴天の時に症状が軽く、天候の崩れ始めから悪い間に症状が重くなる人もいます。関節リウマチは病気が進行すると、関節にある滑膜(関節の骨を包む膜)の細胞が増殖して、関節の骨や軟骨を徐々に破壊していく現象が起こります。その結果、関節の変形が起こりやすくなります。関節の異常以外にも①リウマチ結節(瘤状のしこり)、②間質性肺炎(肺の肺胞《吸った空気が入る空間》の壁部分《間質》で炎症が生じた肺炎。通常の肺炎では気管支や肺胞内に炎症が生じる)、③骨粗鬆症、④貧血なども起こりやすくなります。



### (2) 関節リウマチの原因

関節リウマチの詳細な原因は解明されてはいません。ただし、何らかの原因によって免疫システム(ウイルスや細菌などから体を防御する機能)に異常が生じた結果、発症するものと推測されています。関節リウマチは男性よりも女性に多く発症しています。女性ホルモンそのものが関節リウマチの原因になるとは考えられていませんが、閉経前の女性に発症することが多くあるため、女性ホルモンが免疫システムに影響を与えていると指摘する研究者がいます。

## 関節リウマチの診断と治療は

### (1) 診断方法

関節のこわばりや腫れは関節リウマチの初期の兆候です。特に、起床後、朝の時間帯に関節の動きが気になる場合は医師の受診をお勧めします。関節リウマチの診断は問診や観察の他、①血液の検査(右表参照)、②関節のレントゲン写真の撮影、③関節液の採取などが行われます。

#### ◆関節リウマチの代表的な血液検査項目

リウマチ反応	リウマトイド因子の有無を検査
抗CCP抗体検査	炎症を起こした関節の滑膜に生じる抗体の検査
赤血球沈降速度	体内の炎症箇所の有無
CRP	体内の炎症箇所の有無
MMP-3	関節内に生じる滑膜細胞の増殖状況を測る

### (2) 治療方法

#### ①薬物療法

大きくは(A)抗炎症薬(関節の炎症を抑えて、痛みをやわらげる薬)、(B)抗リウマチ薬(免疫機能に働きかけ病気の進行を阻止したり改善する薬)という二つのタイプの治療薬があります。後者の中で近年開発された薬の中には、破壊された関節を修復する効果まで期待されているものがあります。その他、痛む関節に貼る外用薬(貼り薬)を用いる場合があります。

#### ②手術

関節リウマチの手術は、(A)関節の痛みをやわらげる手術、(B)破壊された関節の機能を取り戻すための手術があります。前者の代表的な手術が、関節内に生じた異常な滑膜を取り除き、関節の動きをスムーズにする「滑膜切除術」です。後者の手術には、傷んだ関節を削って形を整える「関節形成術」や関節そのものを人工関節に交換する「関節置換術」があります。

#### ③リハビリテーションなど

上記の①②と併せてリハビリテーションを行います。主に(A)関節や筋肉を動かすことでQOL(生活の質)の維持を目指す運動療法、(B)患部の温熱治療を行う物理療法などがあります。関節リウマチは痛いために運動が疎かになりがちですが、運動を全く行わないと関節の可動範囲が小さくなってしまうため、身体の状態に応じた運動は必ず必要となります。

#### ◆主な関節リウマチの治療薬

抗炎症薬	・非ステロイド系 スリンダク、ロキソプロフェン、メロキシカム、セレコキシブ
	・ステロイド系 副腎皮質ステロイド薬
抗リウマチ薬	・免疫抑制薬 メトトレキサート、レフルノミド、タクロリムス
	・生物学的製剤 インフリキシマブ、エタネルセプト、アダリムマブ、トシリズマブ
	・金製剤、SH基剤、サルファ剤

《皆様の安全と安心のブレイントラスト(専門顧問グループ)》

株式会社ヤシロエージェンシーリミテッド 担当: 八城一浩

〒107-0052 東京都港区赤坂 3-1-2 TEL: 03-3582-4511