



### ★関節リウマチってどんな病気？

手足の関節が炎症を起こし、骨や軟骨が破壊されて関節の機能が損なわれ関節が変形してしまう病気です。進行すると変形した関節が痛み、日常生活が大きく制限されます。関節症状のほかに微熱が出たり、貧血症状がみられたり、全身がだるくなることもあります。



### ★発症する原因は？

明らかな原因はわかっていませんが、何らかの原因で免疫の働きに異常が生じたために起こると考えられています。免疫は体内に侵入してきた細菌やウイルスなどを攻撃することで、排除する働きを担っています。しかし、免疫に異常が生じると誤って自身自身の細胞や組織を攻撃してしまいます。



関節リウマチでは関節液を作る滑膜が異常に増殖して腫れあがり、自分の骨や軟骨を壊していきます。重症の場合には関節は固まったり、逆にゆるんで大きく変形したりします。最終的に関節が破壊されつくと、変形を残して炎症はおさまりません。

### ★どんな人がかかりやすいの？

発症するピーク年齢は **30～50 歳代** で、男性よりも **女性** の方が多く発症します。(男女比 1:4) また、60 歳以降に発症する人も少なくありません。

### ★よく見られる症状は？

手首・足首・手足の関節が腫れて痛みます。**朝起きてから 30 分以内** くらいに最も出やすく、日中や夜は落ち着くのが特徴です。また痛みや腫れは手指の **第 2 関節** に出やすく **左右対称** になりやすいという特徴もあります。さらに、膝・肘・肩などの大きな関節にも広がる場合があります。微熱や倦怠感などの全身症状がみられることもあります。



朝のこわばり



微熱



関節の腫れ



関節の変形

## ★診断項目

診断は問診、診察、血液検査などに基づいて専門医が行います。

しかし、免疫のバランスが崩れることにより生じる疾患は他にも多く存在します。これらの疾患の症状と関節リウマチの症状は似ているため、関節リウマチかどうかを判断することは簡単ではありません。



検査方法	診断項目
触診・MRI・超音波検査	症状がある関節の数
血液検査	関節リウマチに特有の値
問診・診察	関節炎が続いている期間（6週未満・6週以上）

## ★治療

治療は基本的に薬物療法を行い、状態によって手術やリハビリテーションを組み合わせで行います。人によって進行度合いや症状の具合が異なるため、患者さんの様子を見ながら、最も適していると思われる方法で治療を行います。



### <関節リウマチ治療薬>

分類	院内採用薬	作用
抗リウマチ薬	メトトレキサート ブシラミン 等	免疫を調整することで関節破壊を抑えます。
生物学的製剤	ヒュミラ レミケード 等	炎症物質の作用を抑えます。
消炎鎮痛薬 (NSAIDs)	ロキソプロフェン セレコックス 等	関節の腫れや痛みの炎症を抑えます。
ステロイド薬	プレドニゾン サクシゾン 等	長い治療経過中に起きる強い炎症のピーク期に使用します。

### ☆早期発見、早期治療が大事

最近の研究では関節破壊は発症後1年以内に急速に進行することが明らかになっています。そのため、早期に発見して早期より効果の高い薬を使って関節破壊の進行を防ぐことが重要になります。

朝起きたとき関節が動かしにくい、微熱があるなどの初期症状を感じた時には医師へ相談し、適切な診断を受けるようにしましょう。

