

リウマチ科

**治療のタイミングを逃さないで！
治療しないと寿命が10年縮む！**

手がこわばる、関節が腫れて痛いなどの症状が多い**関節リウマチ**は、**自己免疫疾患**の一つで、関節の軟骨や骨が破壊され、機能が悪くなり、放っておくと変形する病気。2000年頃から治療薬の開発が進み、様々な症状に応じた新薬の成果が目覚ましい。そうした患者の早期発見・早期治療で効果を上げている西の京病院で「手のリウマチ」について話を伺った。

「診断基準にピッタリとはまらない患者さんもあり、他院で受け入れてもらえない患者さんの相談も受けています。それとネット検索のし過ぎ（自己判断）は禁物！」

専門家に早めの受診を！

整形外科副部長・人工関節センター副センター長
城崎 和久 医師 KIZAKI KAZUHISA

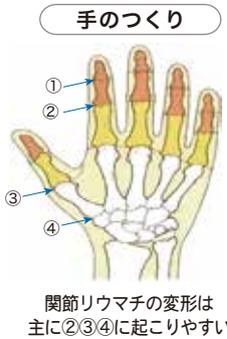
先生の健康法

1年前、車通勤を電車+徒歩通勤に、外食を内食に変えて体重減。体調を維持しています♪

診断
問診で関節とその周辺症状を詳細に触診、画像（レントゲン）、血液検

【原因】自己免疫異常（疾患）により、自分の細胞や組織を攻撃するため。

【症状】両手のこわばり、手指や足趾など小さな関節の腫れや痛み、時に膝などの大きな関節にも出現、微熱や倦怠感などを伴うことも。指が曲がりたり反ったりと変形、日常生活に支障をきたし、美容面での悩みも生じる。



関節リウマチの症状と原因
リウマチの発症のピークは、過去の30～50歳代から40～60歳代へと高齢化しており、男女比も女性対男性が4対1から年齢が上がるにつれてほぼ1対1になってきた。これは環境要因（食べ物や生活様式の変化）によるものとのことだ。

治療
治療目標は、①日常生活動作を改善②今ある痛みを取り除く③関節破壊の進行を止めるの3本柱で、症状の安定&病状の進行停止「寛解」へ導くこと。
●**基礎療法**：健康維持と関節に負担をかけない日常生活（骨や筋肉の強化につながる食事や適度な運動療法など）。
●**薬物療法**：基礎療法+治療薬（非ステロイド性抗消炎鎮痛薬・副腎皮質ホルモン・抗リウマチ薬、生物学的製剤・JAK阻害薬）などから「当院では、患者さんの持病（肝炎、呼吸器疾患、内臓機能など）への副作用を含めた全身チェックの上で、使える薬（飲み薬・注射薬）を個々に処方します」と先生。
●**手術療法**：薬物療法でも関節破壊が進み、痛みが続く場合の選択肢では、滑膜切除術や関節形成術、関節固定術、人工関節置換術（美容目的を含む）がある。

●**骨と筋肉は何歳からでも鍛えられる！**
●**装具療法**：身体的機能を補うプロテクターなどの装具やリリーチャーなどの自助具を用いる。

専門医と認定看護師を中心にチームが連携体制で患者のサポート！



整形外科副部長・人工関節センター長・リハビリテーションセンター長
内藤 浩平 医師
NAITO KOHEI

リウマチ科部長
福居 顕宏 医師
FUKUI AKIHIRO

問 患者支援センター TEL.0742-35-2219
(月～金8:30～17:00、土8:30～12:30)

予防
日頃から骨と筋肉の強化のほか、「歯周病予防と禁煙は外せません」と先生。
※詳しくは病院のHP「リウマチ科」で

