

リウマチ便り

西の京病院 vol.11
2021年3月15日発行
文責：森

寒さがゆるみ暖かくなってきましたね。

風邪などひいていませんか？コロナ禍から1年、大変な年でしたね。

まだまだ大変ですが体調に気をつけて過ごしましょう。



パンナ



今回は『関節リウマチと喫煙について』です。

関節リウマチは何の病気？→「自己免疫疾患」に分類される病気です。

自己免疫疾患とは体にとっての異物（ウイルスや細菌）から体を守るために働く免疫システムに異常が起きる病気です。免疫システムに異常が起きると正常な組織を「異物」とみなし本来攻撃する必要のない自分自身の組織を攻撃するようになっています。

そのため体の様々な部分で炎症が起きています。

なかでも関節リウマチは「関節」で炎症が起きる病気です。

関節リウマチ発症の背景には、遺伝因子と環境因子の両方が関与すると考えられています。

遺伝因子とは？

ある特定の遺伝子が関節リウマチの原因となるわけではなく、遺伝子配列の個人差（遺伝子多型：いでんしたけい）が組み合わせることで関節リウマチにかかりやすい状態ができると考えられています。



遺伝子だけでは発症しない！

親や兄弟に関節リウマチの人がいると、そうでない人に比べて4倍なりやすいという報告があります。つまり関節リウマチには遺伝が関与しているということです。

とはいえ遺伝子が全く一緒の一卵性双生児の片方が、関節リウマチを発症した場合には、もう片方が関節リウマチになる確率は15～30%です。二卵性双生児の場合はこの確率が7%程度に下がります。すなわち関節リウマチの発症には遺伝子が関与しているものの、その関与は30%ほどであり残りの70%は出生後の後天性要素、すなわち環境因子が関与しているということです。



環境因子とは？

関節リウマチの発症・進行に喫煙が関与することが明らかになっています。そのほか感染症や出産、手術、ストレス、歯周病なども関節リウマチの発症に関与するといわれています。



どうして関節リウマチになってしまうのでしょうか？

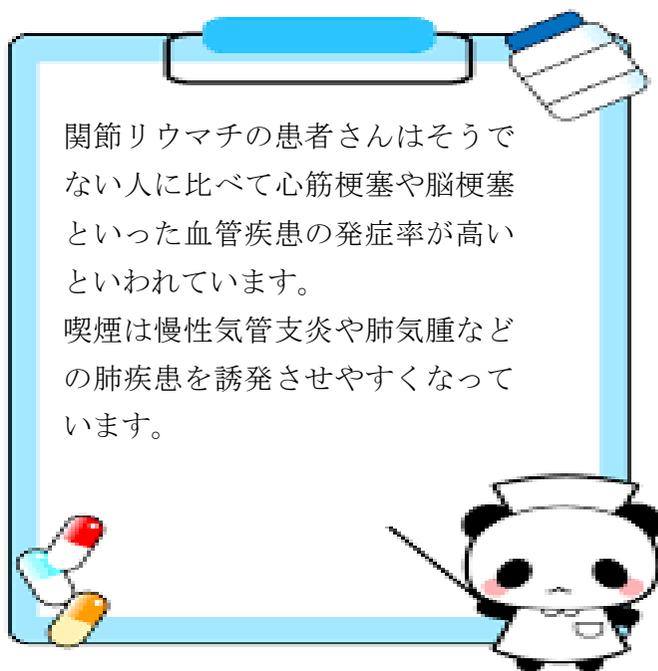
現在の医療では詳しい原因はまだ完全には解明されていません。

しかし女性が発症する割合が男性の4倍とかなり高いため女性ホルモンが関係しているのではないかとされています。女性ホルモンには直接発病を促す働きはありませんが自己抗体の働きを活発にしたり免疫反応を促す効果があります。そのため妊娠や出産、閉経など女性特有のホルモンバランスの乱れ、異常が関連しているのではないかと考えられています。

また煙草を吸う人は関節リウマチの発症率が高いというデータがあります。様々な実験から喫煙している人は非喫煙者より **1.4~2.5倍高く男性は特に4倍高い**という報告になっています。さらに **40年以上の喫煙歴を持つ人は13.5倍**になるといわれています。また自分が煙草を吸わなくても周りの人が吸うこと（受動喫煙）で影響があるかもしれないといった可能性も一部ではあるようです。

関節リウマチを患う喫煙者は非喫煙者と比べて、治療効果は20~60%減弱することがわかっています。

喫煙者は関節リウマチの治療主薬であるリウマトレックスや高価な生物学的製剤の効き目がグンと弱くなってしまいます。



薬の副作用を心配される方もいますがそれ以上に喫煙は関節リウマチにとって悪影響を及ぼすものなのでご自身のためにも家族や仲間のためにも一刻も早くやめるよう努めてくださいね。



どうしても禁煙できないと悩んでいる方へ
当院では禁煙外来を行っています。

興味がある方は一度受診してみてもはいかがでしょうか？



診療日：循環器内科 辻本先生

毎週火曜日、土曜日

予約方法：必ず事前に電話連絡にて予約をお取り下さい。

また詳しくは内科処置室・禁煙外来

担当看護師

黒岩、井坂までお声掛けください。

