



高齢発症関節リウマチとは

関節リウマチの発症年齢は30～50歳代が多く、60歳以前に発症した関節リウマチを若年発症関節リウマチ(YORA:Younger onset RA)と呼びます。

60歳以降で発症するものを高齢発症関節リウマチ(EORA:Elderly onset RA)と呼びます。

高齢発症は一般に、若年発症と比較して男性の比率が高く、突然の発熱や多発性の関節炎(肩・膝・手首・肘・足首など)が出現したり、太ももや二の腕などの筋肉痛、血液検査で自己抗体(自分自身の成分に対する免疫反応で作られるタンパク質)がみられなかったりする患者さんが多いとされています。

日本人の平均寿命が延びて高齢者が増えるにつれ、高齢発症の関節リウマチの患者さんが増加しています。

	EORA	YORA
性差	男性の比率がYORAより高い	女性の比率がEORAより高い
発症様式	慢性発症と急性発症が混在、初発時の罹患関節はYORAより大関節から発症する頻度が高い	慢性の経過で手関節、手指、足趾の関節から発症することが多い
リウマトイド因子	陽性 (50%～60%)	陽性 (70%～80%)
抗CCP抗体	陽性 (60%～70%)	陽性 (80%～90%)
関節破壊	進行する群と予後良好な群が混在	進行
ステロイドへの反応性	良好な場合もあるが、不完全な場合もある	一時的に良好な場合もあるが、不完全なことが多い

高齢者の新たな定義は、日本老年学会・日本老年医学会より75歳以上と提言されました。
65～74歳 ……准高齢者・准高齢期(pre-old)
75歳～……………高齢者・高齢期(old)

なお、『高齢者のなかで、超高齢者の分類を設ける場合には、90歳以上とし、超高齢者・超高齢期(oldest-old ないし super-old)と呼称するものとする』とあります。

高齢者は既に循環器疾患、脳卒中、慢性腎臓病、肺疾患などの持病を持っていることが多く治療の内容は限られてきます。その為、関節リウマチ治療の主軸であるメトトレキサートが使えないことが多く、ステロイドで症状を抑えることが多くなる傾向にあります。このように治療が難しい場合でも生物学的製剤が比較的安全に使うことができ、生活できるようになる方もいます。



しかし、ステロイドなどの薬を使わずに症状の悪化を放置しているとフレイルが進行してしまい、更に生活レベルを悪くしてしまう悪循環に入ってしまいます。

また、骨粗鬆症による骨折などにも注意し、寝たきりなどによる免疫機能低下や全身状態悪化を防ぐべきです。

高齢発症の関節リウマチでは早期診断、早期治療を行い、フレイルにならない注意が必要です

高齢関節リウマチの治療



治療ゴール

患者の長期的な QOL(生活の質)を最大限まで改善し、継続的に様々な社会生活への参加を可能にすることを治療ゴールとする。

治療目標

基本的には T2T(Treat to Target)の概念にのっとり、臨床的寛解を治療目標とする。

ただし、患者背景や健康状態によって、低疾患活動性を目標にすることを考慮する。

治療に際し、注意・検討すべき基本的内容

- ① 罹病機関、治療歴、合併症、重篤感染症の既往、疾患活動性、検査所見(CRP、ESR、腎機能、肝機能)、栄養状態、全体的な健康状態
- ② 高齢関節リウマチでは上記に加え、生理機能の低下(腎機能、肝機能など)、フレイル、認知症、家族のサポート、老老介護なども考慮する。

フレイルとは:「加齢により心身が老い衰えた状態」のこと

フレイルの基準

1. 体重減少:意図しない年間 4.5kg または 5%以上の体重減少
2. 疲れやすい:何をするのも面倒だと週に 3-4 日以上感じる
3. 歩行速度の低下
4. 握力の低下
5. 身体活動量の低下

サルコペニアとは:「加齢による筋肉量の減少および筋力の低下」のこと
重要な点は、「普通の生活を送っていても筋肉が減りやすい」ということです。高齢になっても同じような意識で生活をしていると、筋肉が減少してしまうこととなります。

編集後記

秋晴れの空のもと、紅葉狩りを楽しむために天川村のみたらい溪谷を歩いてきました。登り口からすぐ階段に砂利道、頑張って歩を進めると小さな滝に黄色や赤色に色づいた紅葉の葉が流れていました。周りは色とりどりのリュックを背負った年配の方々が散策されている姿があり、これも身体のケアを続けて「この日を楽しみに歩かれているのかな」と思いを巡らせました。

今回の高齢発症関節リウマチは60歳代後半に多くは膝や股関節が痛くなることで発症してくる疾患です。加齢にともない関節が変形してくる時期と重なることがあり、診断が遅れると動けないことで筋力低下や骨脆弱性が起こり、ロコモティブシンドロームやフレイルといった自立した生活に支障をきたすことも起こってきます。この痛み方はおかしいなと感じられたら病院(かかりつけ医又は近くの整形外科)で診察を受けてみましょう。