




関節リウマチ ～どんな病気～


山中 内科・リウマチ科クリニック

山中健次郎・高崎芳成（順天堂大学膠原病内科名誉教授）



関節リウマチとは？

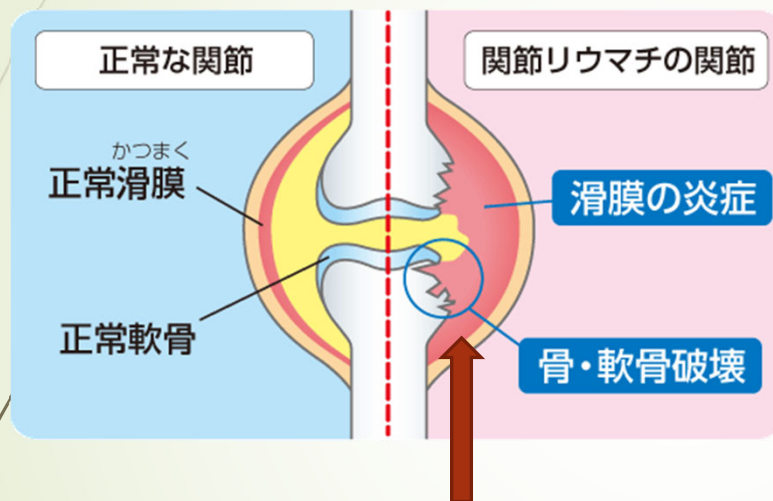
- ▶ 関節リウマチは「朝、手がこわばって、動かない」「関節が腫れて、痛いし、だるい」などの症状で始まります。
- ▶ 実は自分の免疫が自分を攻撃する自己免疫疾患のひとつです。
- ▶ 女性に多く見られますが、男性の患者さんも2割程います。
- ▶ 現在日本には、70万人以上の関節リウマチ患者さんがいます。
- ▶ 昔から治らない病気とされていますが現在では、関節リウマチ治療は大きく進歩しています。
- ▶ 新しい薬も次々と開発され、病気の症状が消失する「寛解」を達成し、さらに「寛解」を維持させる時代になってきています。
- ▶ そのためには、早め早めに治療することが大切です。



関節リウマチは関節が腫れ、 放っておくと関節が変形してしまう病気

- ▶ 関節リウマチとは、関節が炎症を起こし、軟骨や骨が破壊されて関節の機能が損なわれ、放っておくと関節が変形してしまう病気です。
- ▶ 腫れや激しい痛みを伴い、関節を動かさなくても痛みが生じるのが、他の関節の病気と異なる点です。
- ▶ 手足の関節で起こりやすく、左右の関節で同時に症状が生じやすいことも特徴です。
- ▶ その他にも発熱や疲れやすい、食欲がないなどの全身症状が生じ、関節の炎症が肺や血管など全身に広がることもあります。

免疫系が自分自身の組織を攻撃 することで起こる




炎症の悪化を引き起こすのはIL-6やTNF α などのサイトカインです
最近、関節リウマチの治療で使用されるようになった生物学的製剤は、IL-6やTNF α といったサイトカインの働きを抑え、炎症を鎮静化させることができます。

免疫は、外部から体内に侵入してきた細菌やウイルスなどを攻撃して破壊し、それらを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、誤って自分自身の細胞や組織を攻撃してしまいます。それにより炎症が起こり、関節の腫れや痛みとなって現れてきます。

その炎症が続くと、関節の周囲を取り囲んでいる滑膜が腫れ上がり、さらに炎症が悪化して、骨や軟骨を破壊していきます。

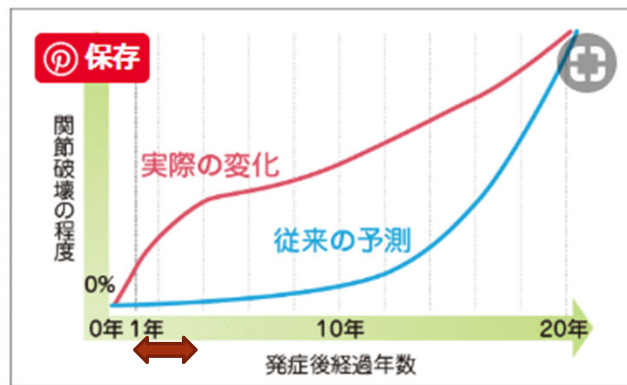


関節リウマチは治るか？

- ▶ 現在日本には、70万人以上の患者さんがいます。
- ▶ 30～50歳代の女性に多く発症します。
- ▶ 関節リウマチが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歳以降に発症する方も少なくありません。
- ▶ 関節リウマチは、関節が破壊され、変形して動かなくなってしまう病気ですが、早期に発見、早期に治療すれば関節破壊の進行を抑制できます。
- ▶ 最近の研究では、関節破壊は、発症後の早期から進行することが明らかになりました。早期に発見して適切な治療を行えば、症状をコントロールして関節破壊が進行するのを防ぐことができます。

早期発見、早期治療が大切

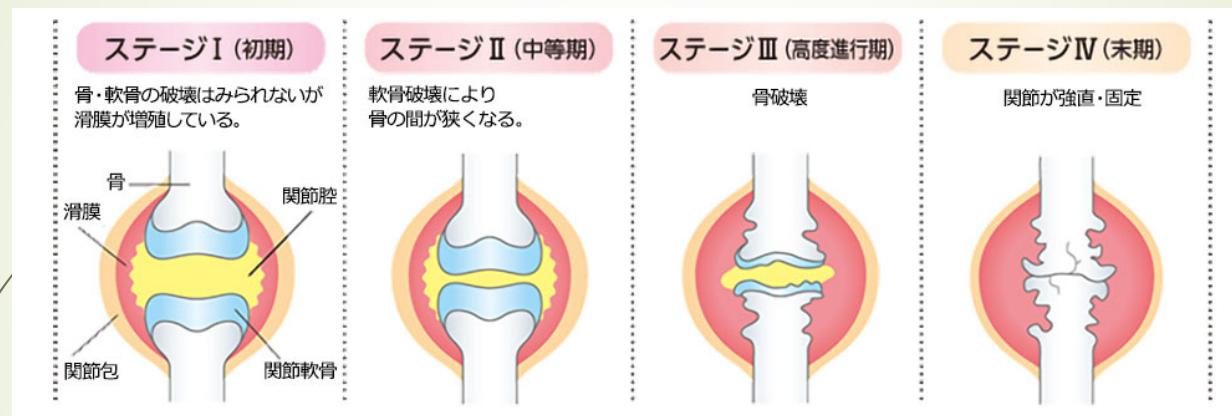
● 関節破壊の進行



この期間での診断・治療開始が重要

- かつて関節リウマチは症状がゆっくりと進行し、10年以上が経過してから関節破壊が生じると考えられていましたが、発症後早期から急速に関節破壊が起こることが分かってきました。
- 関節の腫れや痛みがひどくなくても、関節の内部では炎症が続き、関節破壊が進行していることもあります。
- 発症から1年以内に関節破壊が急速に進行するため、早期に発見して早期に治療することが重要となります。
- 早めに適切な治療を行うことで関節破壊の進行を防ぎ、関節機能を維持して、日常生活や家事、仕事への影響を少なくすることができます。

どのように進行するか？

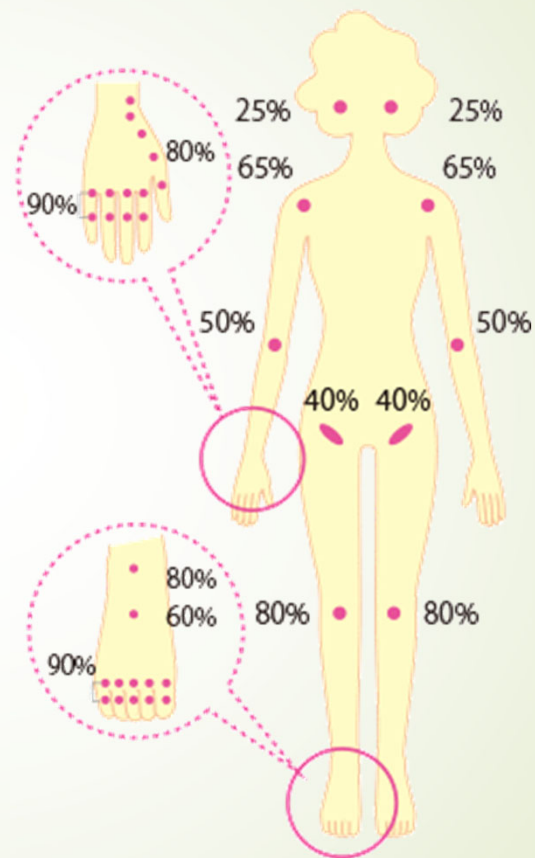


ステージⅠ (初期) はX線検査で骨・軟骨の破壊がない状態、
ステージⅡ (中等期) は軟骨が薄くなり、関節の隙間が狭くなっているが骨の破壊はない状態、
ステージⅢ (高度進行期) は骨・軟骨に破壊が生じた状態、
ステージⅣ (末期) は関節が破壊され、動かなくなってしまった状態です。

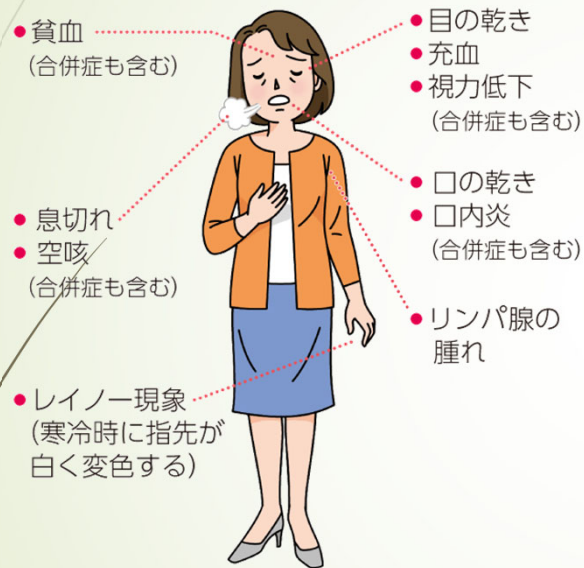
どの関節？

関節リウマチでは特に指、手関節、肘、膝、足関節などで痛みと腫れが生じます。また、一般的に右半身の関節に症状が出ると、左半身の同じ箇所関節にも症状が認められます。このような症状の出方を左右対称性といいます。

● 関節リウマチの症状の出やすい場所



関節以外の症状は？



関節症状や朝のこわばりの他にも発熱や疲れやすい、食欲がないなどの全身症状が生じ、関節の炎症が肺や血管など全身に広がることもあります。

ほかにも、**微熱** **疲労感** **だるさ**
食欲不振 **体重減少** などが
関節リウマチの症状であることも!!

診断するには

1つ以上の関節の腫れがある
(触診、超音波、MRI検査のいずれか)

- 腫れまたは痛みのある関節の数(診察)
- 血液検査値異常の有無
(リウマトイド因子、抗CCP抗体)
- 関節炎の持続期間
(6週間未満/6週間以上)
- 炎症反応の有無(CRP、ESR)

関節リウマチの症状は、他のリウマチ性疾患の症状と似通っているため、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。診断は問診、診察、血液検査などに基づいて専門医が行うことになります。

早期治療の重要性から、最近海外でも関節リウマチを早期に診断するために、関節1カ所でも腫れていて、画像診断で骨びらん(炎症による骨病変)が確認できれば、関節リウマチと診断する基準が発表されました。検査時間はそれほどかかりませんが、検査結果が出てリウマチと診断されるまでには時間がかかることもあります。