

健康ガイド



関節リウマチは どのような病気か ご存知ですか？

免疫異常により手足の関節が腫れたり痛んだりする病気

関節や関節の周囲の骨、腱、筋肉などに痛みが起きる病気をまとめてリウマチ性疾患とか単にリウマチと呼びます。一般的にリウマチといえば「関節リウマチ」のことを指しています。

関節リウマチ(以下「リウマチ」)は、免疫の異常により、主に手足の関節が腫れたり痛んだりする病気です。進行すると、骨や軟骨が腫れて関節が動かせなくなり、日常生活が大きく制限されます。

リウマチのかかり始めには、熱っぽい、からだがだるい、食欲がないなどの症状が続いたり、朝方に関節の周囲がこわばることもあります。その後、小さな関節が腫れ、やがて手首や肘、肩、足首や膝、股関節など全身の関節に広がっていきます。



リウマチが発症する原因は…？

「感染、過労、ストレスなどをきっかけに」
発症することがあります。

人のからだには、細菌やウイルスなどの外敵からからだを守る仕組み(免疫)があります。この仕組みが異常を起こし、関節を守る組織や骨、軟骨を外敵とみなして攻撃し、壊してしまうのがリウマチです。

こうした病気は“自己免疫疾患”と呼ばれ、体質的にかかりやすい人が何らかの原因によって発症すると考えられています。その原因は、まだよくわかっていませんが、細菌やウイルスの感染、過労やストレス、喫煙、出産やケガなどをきっかけに発症することがあります。

どんな人がかかりやすいのでしょうか…？

「男性よりも女性がかかりやすく、30～50歳代で多く発症します。」

日本のリウマチ患者さんの数は、70万人とも100万人ともいわれ、毎年約1万5000人が発症しています。全人口からみた割合は0.5～1.0%で、この割合は海外でもほぼ同じとされており、地域による大きな差はありません。

年齢別にみると、30～50歳代で発症した人が多く、男女比では人口1000人あたり女性5.4人、男性1.1人と、女性に起こりやすい病気でもあります。最近70歳以上で発症する人も増えています。

どんな症状が現われますか…？

「関節だけでなく、全身にさまざまな症状」
がみられます。

(1) 全身に起こる症状

リウマチには活発に悪さをする時期(活動期)とそうでない時期があり、活動期にはからだのあちこちに症状が出やすくなります。微熱、体重減少、貧血、リンパ節の腫れなどのほか、目や口が乾いたり、息切れ、だるさ、疲れを感じることもあります。

(2) 関節に起こる症状

① 朝のこわばり

リウマチに特徴的な症状です。からだや関節周囲のこわばりが、特に朝に強く現れます。リウマチが悪いと長く続きます。



② 関節炎

関節は熱っぽくなって腫れますが、赤く腫れることはまれで、動かすと痛みが強くなります。こうした関節炎は、手首や手の指の付け根、第二関節、足の指の付け根などの小さな関節のほか、足首、肩、ひじ、ひざ、股関節などの関節に起こることもあります。左右対象に起こったり、あちこちに移動するのが特徴です。



③ 関節水腫(かんせつすいしゅ)

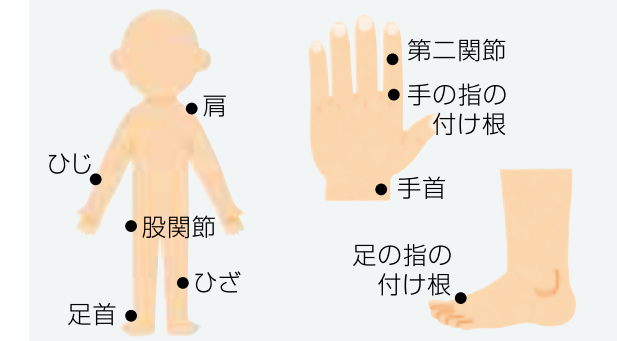
関節が炎症を起こすと、関節の中にある液が大量にたまることもあり、この状態を関節水腫と呼びます。

これがひざ関節で起こると、ひざのお皿の周りが腫れたり、ひざの裏側が袋状にふくらみます。

その他にも腱鞘炎(けんしょうえん)、滑液包炎(かつえきほうえん)や関節変形などの症状が現れることもあります。

いずれにしても、このような症状が悪化しないうちに適切な治療をすることが大切です。

● 関節の症状が出やすい部分 ●



リウマチの治療方法は…？

治療法として、症状や進み具合に合わせて、薬物療法、手術療法、リハビリなどが行われます。

1) 薬物療法

薬物療法の目的は関節の腫れや痛みを抑え、関節破壊の進行を抑制することです。

2) リハビリテーション

リハビリテーションには、関節の動く範囲を広げ、血液の流れをよくして痛みや筋肉のこわばりをとるための運動療法、患部を温めて痛みやこわばりを和らげる温熱療法などがあります。

3) 手術療法

手術療法には、増殖した関節の滑膜を取り除く滑膜切除術や破壊された関節を人工関節に置き換える機能再建術などがあります。