

関節リウマチ

関節リウマチとは：

関節リウマチ(rheumatoid arthritis: RA)とは、免疫の異常により関節に炎症が起こり、関節の痛みや腫れが生じる病気です。進行すると、関節の変形や機能障害を来します。原因は未だ不明ですが、遺伝的要因や、喫煙、歯周病などの環境要因の関与が指摘されています。女性は男性のおよそ4倍多く、40~60歳代での発症が多いですが、最近ではさらに高齢で発症する方も増えています。

症状・検査：

主な症状は、関節の痛み、腫れ、朝のこわばりなどです。手足の指、手首に症状を認めることが多いですが、肘、肩、膝、足首などにもみられます。症状は左右対称に複数の関節に出ることが多いですが、片側のみや、少数の関節にしか出ないこともあります。手指の第一関節は稀で、その場合は変形性関節症などを疑います。また、全身倦怠感や微熱、食欲低下などの全身症状や、皮膚(皮下結節など)、眼、肺など、関節以外の症状が出ることもあります。眼や口腔内の乾燥を来すシェーグレン症候群を合併することがあります。

血液検査として、リウマトイド因子(RF)や抗CCP抗体は重要です。いずれも関節リウマチの多くで陽性になりますが、両者が陰性でも関節リウマチの場合や、逆に、陽性でも関節リウマチでない場合もあるので注意が必要です。また、活動性の指標として、炎症を反映するCRPや赤沈(ESR)、関節破壊と相関すると言われていたMMP-3などが重要です。

画像検査として、関節レントゲン検査や超音波(エコー)検査、MRI検査などが行われます。

診断：

関節リウマチは血液検査だけでは診断できません。痛みや腫れのある関節の数と部位、RFや抗CCP抗体の有無、炎症反応の有無、症状持続期間をスコア化して総合的に判断します。

治療：

治療の基本は、発症早期から、関節リウマチにおける免疫異常を改善する「抗リウマチ薬」を開始し、必要に応じて、炎症や痛みを軽減する「ステロイド」、「痛み止め(非ステロイド系抗炎症薬)」を使用します。抗リウマチ薬は効果発現に1~3ヵ月かかるため、副作用に気を付けながら継続することが重要です。また、新たな抗リウマチ薬として、高い治療効果が期待できる「生物学的製剤」、「JAK阻害薬」が登場し、使用頻度が増加しています。関節の変形、破壊が進行した場合には、人工関節置換術をはじめとした手術治療も行われます。

生活上の注意点：

症状が強い時は、安静、関節の保護が重要です。症状が落ち着いたら、適度な運動やリハビリテーションを行い、筋力や関節の動きを維持しましょう。感染症には常に注意が必要です。喫煙や歯周病は、治療効果にも影響するため、禁煙し、歯周病はしっかり治療しましょう。

主治医への相談のポイント：

妊娠・出産を考えている場合、原因不明の発熱や空咳、息切れが続く場合、首やわきの下、足の付け根にしこりを触れた場合、発疹が出た場合などには、早めに医師に相談しましょう