

Q40

関節リウマチかも、
と言われたら？

膠原病・リウマチ内科
科長（講師）
どばし ひろあき
土橋 浩章



膠原病・リウマチ内科
助教
かめだ ともひろ
亀田 智広

Q 関節リウマチとは、
どんな病気ですか？

A 関節リウマチは主に手や足の節々（関節）の痛みと腫れがあちこちに起こる慢性的に続く病気です。これを関節炎と言います。関節炎がひどくなると、関節の骨や軟骨が破壊されます。その結果、手や足が変形してしまい物が持てなくなる、立ち上がれなくなる、歩けなくなるなど、体を自由に動かせなくなってしまいます。

また、関節だけでなく肺や皮膚、心臓に病気が起こることもあります。原因は不明ですが、ばい菌やウイルスから身を守る免疫に異常が起こることで発症します。女性が男性に比べて4倍起こりやすい病気ですが、男性の患者さんも少なくありません。老人に起こりやすい病気と誤解されることがありますが、10歳代でも起こります。30～40歳代の働き盛りで発症する場合は一番多い病気です。

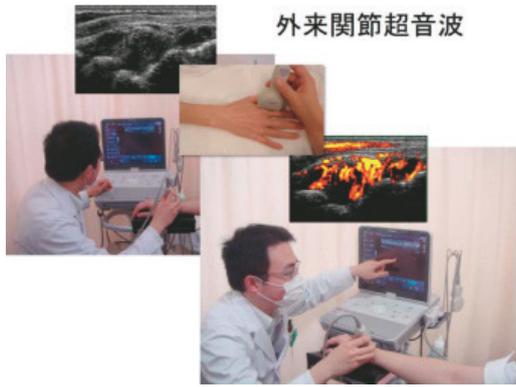
関節リウマチの診断と治療は、この10年間で目覚しく進歩し、新しい治療法が次々と開発されています。関節リウマチによる関節の痛みを忘れるくらい良くなる治療ができるようになり、実際に患者さんの人生が大きく改善されています。しかし、残念

ながら多くの関節リウマチは治ることなく、「上手に付き合う」ことが大切だと思います。ひと口に関節リウマチと言っても患者さんによって少しずつ異なるため、自分に合った治療を受けることが大切です。関節リウマチの治療薬には飲み薬や注射薬（生物製剤）などの幅広い治療選択肢があります。当院はそれらを駆使して、それぞれの患者さんに満足していただける治療を行っています。

Q こわばりが続きます。病院へ
行った方がいいですか？

A 関節リウマチでは、最初は「使い過ぎによる痛み」と思っていたと話す患者さんが多くいます。3週間以上続いている場合や、左右対称に痛むときには受診をお勧めします。関節の痛みに加えて体のだるさや微熱などの症状がある場合にも受診をした方が良いでしょう。こわばりについては、朝起きたときに関節に現れるのがこの病気特有の症状で、動かしているうちにだんだんと楽になります。朝のこわばりが1時間以上も続く場合は要注意です。タオルが絞りにくい、ペットボトルのふたが開けにくい、などの症状が現れます。

関節リウマチは、今では早期の診断、治療で多くの場合は以前に比べて圧倒的に良くなりました。早



外来関節超音波

写真 外来診察室での関節超音波検査／関節超音波検査で関節リウマチを迅速に診断します

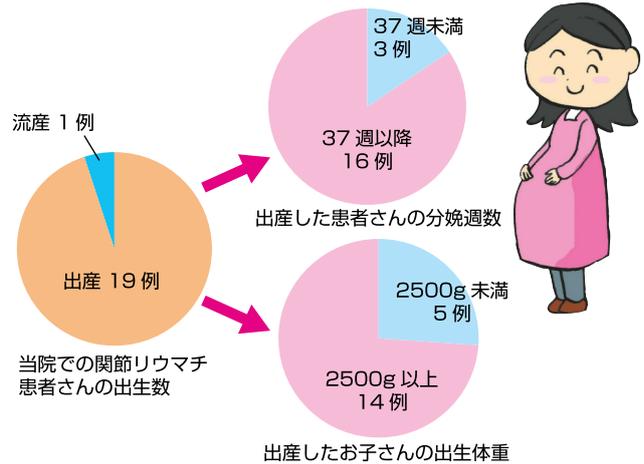


図1 当院における関節リウマチ患者さんの妊娠、出産の現状／多くの関節リウマチ患者さんが出産しています

期受診が大切です。診断は問診、関節を含めた体の診察と血液検査が一般的です。X線や超音波検査などを追加する場合があります。当院では、一般的な診察に加えて外来診察室での超音波検査を活用して迅速に関節リウマチの診断を行っています（写真）。

Q 子どもが産めるか心配で悩んでいます

A 結婚適齢期の女性にも多い病気なので多くの患者さんから同じ質問を受けます。治療前、妊娠、出産について医師からも必ず説明があるはずですが、以前は、多くの方に十分な効果のある治療がなく、出産の高いハードルになっていました。出産はもちろんですが、子育てがさらに高いハードルだったと思います。しかしながら最近では、治療法の飛躍的な進歩で多くの患者さんが出産、子育てをしています。妊娠、出産、子育てに最も重要なことは関節リウマチをしっかりコントロールすることです。さまざまな注意事項はありますが、関節リウマチだからといって出産できないことはありません。

当院は婦人科や小児科の緊密な協力のもと、多くの関節リウマチ患者さんの出産、子育てをサポートしています（図1、2）。

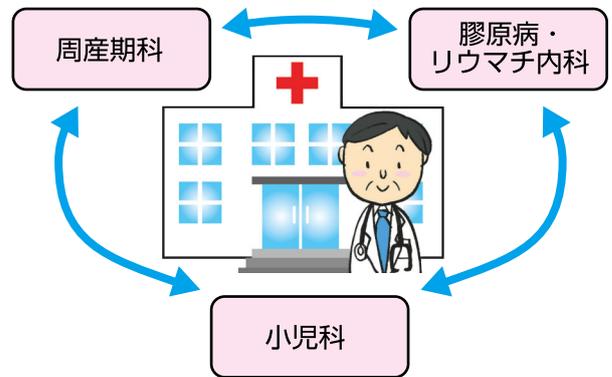


図2 関節リウマチ患者さんの妊娠、出産のサポート体制／各診療科が連携して妊娠、出産を支援しています

一言メモ

1. 朝のこわばりが続く場合には関節リウマチの可能性があります。
2. 関節リウマチは早期の診断が重要です。当院は外来診察室での関節超音波検査で、より迅速な診断を行っています。
3. 関節リウマチをしっかりコントロールできれば、妊娠、出産、子育ては十分可能です。

Q41

エイズを正しく理解したいのですが？
エイズは怖い病気？

輸血部 部長（教授）
くぼた よしつぐ
窪田 良次

Q エイズって、
一体どんな病気ですか？

A HIV (Human Immunodeficiency Virus; ヒト免疫不全ウイルス) というウイルスが人の血液中に入ってきて、体の中で増える状態を HIV 感染症と言います (図1)。HIV 感染症になると免疫を担当している白血球 (CD4 陽性リンパ球) が HIV により破壊され徐々に減少していきます。その結果、数年から十数年で、体の抵抗力が低下し、通常ではかかることのない感染症 (日和見感染症) やがんと併発しやすくなります。日和見感染症

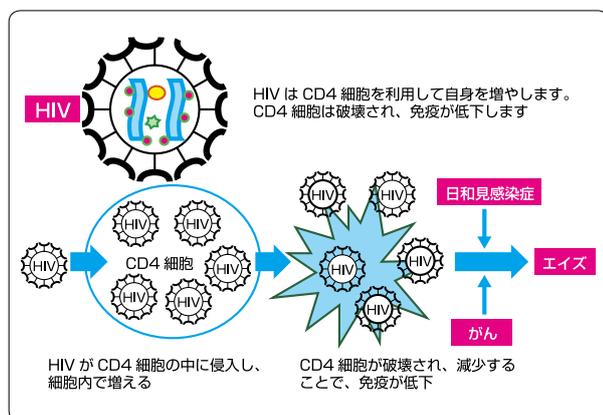


図1 HIV と HIV 感染症 / エイズの臨床経過

やがんと併発した状態をエイズ (AIDS; 後天性免疫不全症候群) と呼んでいます。すなわちエイズとは、HIV 感染症がより進行した状態といえます。適切な治療を受けなければ1~3年で死んでしまいます。

Q エイズはどのようにして
人にうつるのですか？

A 国内では HIV 感染症 / エイズは毎年約1500人が新たに報告されています。エイズの原因である HIV は、性行為、汚染された血液の輸血や薬物の静脈内注射、母子感染により人から人にうつります (図2)。最も多い原因は、性行為で、特に、男性の同性間性行為によるものですが、最近では、異性間性行為による男性・女性の感染例が増えています。HIV はうつりやすくて怖い病気というイメージがあります。

しかし、HIV の感染力は、C 型肝炎ウイルスの10分の1、B 型肝炎ウイルスの100分の1で、本当は他のウイルスよりうつりにくいウイルスなのです。性行為でうつる確率は、0.1 から1%といわれています。精液・膣分泌液・汚染された血液・母乳などは、感染源となりますが、汗、唾液や涙でうつることはありません。従って、通常の日常生活で HIV がうつることはないのです (表)。

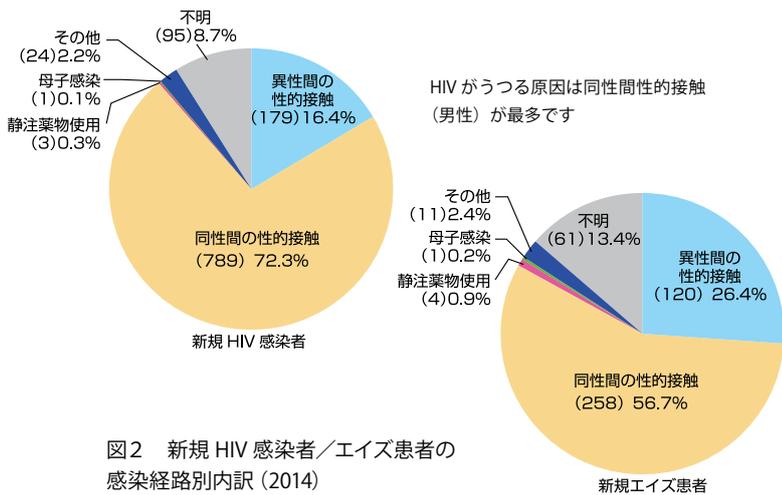


図2 新規 HIV 感染者/エイズ患者の感染経路別内訳 (2014)
厚生労働省エイズ動向委員会報告
<http://api-net.jfap.or.jp/status/index.html> をもとに作図

| 唾液 | 汗・涙 |
|-----------|---------|
| 挨拶程度の軽いキス | 涙 |
| 咳やくしゃみ | 公衆便所 |
| 回し飲み | お風呂やプール |
| 同じ鍋をつつく | 握手 |
| | ベッドのシーツ |

| 生活 | ペット・虫 |
|-----------|------------|
| バスや電車のつり革 | 犬・猫・鳥などの動物 |
| 学校・職場・同居 | 蚊・虫 |
| 理容店・美容院 | |

通常の日常生活で、HIV がうつることはありません

表 こんなことでは、HIV はうつりません

Q どんなときにエイズ検査を受けたらいいのですか？

A 梅毒やウイルス性肝炎などの性感染症にかかっている場合や、かかったことがある場合には、ぜひエイズ検査を受けてください。HIV 感染症/エイズでは、他の性感染症（特に梅毒や B 型肝炎）をしばしば合併しています。また、比較的若い人で、たいじょうほうしん こうくうない 帯状疱疹や口腔内カンジダ症に繰り返しかかる場合もエイズ検査を受けてください。HIV がうつった病初期（最初の約 1 か月）に一過性にインフルエンザ様症状（発熱・のどの痛み・筋肉痛や関節痛・リンパ腺の腫れ）が現れることがあります。インフルエンザや風邪ウイルスでない場合には、エイズ検査を受けた方がいい場合もあります。

保健所で無料・匿名でエイズ検査を受けることができます。また、一部自己負担になりますが、当院をはじめエイズを診療している病院（エイズ診療拠点病院）で検査を受けることができます。

Q エイズを治療する方法はあるのですか？

A HIV 感染症/エイズの治療は著しく進歩しました。適切な治療を受ければ免疫力が

回復し死ぬことが少なくなり、多くの人が健常人と同じように日常生活・社会生活を送れるようになりました。治療は、アート ART 療法といって複数の抗 HIV 薬（通常 3 種類）を内服します。現在は、合剤が使用可能になり 1 日 1 回 1 錠の内服で治療できる場合もあります。

とはいえ、今の治療薬は、HIV を体から完全に除去することができないため、長期間にわたって内服を続ける必要があります。「飲み忘れ」のないことが、HIV 感染症/エイズの治療では重要です。HIV 感染者/エイズ患者は病気の治療以外に経済的問題や心理的問題を抱えていることが多く、当院では、医師・看護師・薬剤師・ソーシャルワーカー・臨床心理士・栄養士が「エイズ診療チーム」をつくり、あらゆる面からサポートしています。

一言メモ

1. エイズは、適切な治療で普通の社会生活が送れるようになります。
2. HIV は感染力が弱く、日常生活で感染することはありません。
3. 早期診断が重要です。
4. 当院は香川県エイズ治療中核拠点病院に指定されており、各職種よりなるエイズ診療チームが専門性を生かしたチーム医療を実践しています。